

Humor, Wagnis, Zuversicht - Psychomotorik in bewegten Zeiten

Kurzbeschreibungen der Seminare

1. Belloso Castello, Louise: Tollen, Toben, Träumen mit Kinderyoga

Das Thema Kinderyoga und das Bestreben, Kindern Ruhe und Entspannung näher zu bringen, wird immer aktueller.

Aber Kinderyoga bedeutet nicht nur Ruhe, sondern auch Toben, Spielen und sich erleben. Oft kann der Geist erst entspannen, wenn der Körper in Bewegung war. Nach einer aktiven Phase können die Kinder dann an ruhigere Entspannungstechniken und Traumgeschichten herangeführt werden.

Mit Hilfe von Bewegungsgeschichten oder Traumreisen können die Kinder ihrer Fantasie freien Lauf lassen. Eine starke Imagination kann die Kreativität fördern und unseren Ausblick auf die Welt positiv beeinflussen; sie gibt uns die Möglichkeit, uns selbst besser kennenzulernen und unsere Ziele im Leben zu realisieren.

2. Derksen, Leonie: Psychomotorik an der frischen Luft – Natur als Resonanz- und Erlebnisraum

Wald, Wiesen, Gärten, Innenhöfe oder eben einfach auf der Straße?! Die Außenwelt bietet Raum für freie Bewegungen und in der (meist) unstrukturierten Umgebung fühlen Kinder sich wohl und haben kreative Spielideen. Darüber hinaus regen das Erleben und Bewegen in der Natur häufig neue Prozesse in Gruppen an und tragen zu einer veränderten Gruppendynamik bei. Was ist anders an der frischen Luft und was macht das Draußenspielen mit Kindergruppen?

In diesem Workshop werden wir uns kurz die Hintergründe über die Psychomotorik in der Natur ansehen und anschließend verschiedene psychomotorische Spiel- und Bewegungsanregungen für draußen mit und ohne Material im Hinblick auf die Gruppendynamik ausprobieren.

3. Fuchs, Eva: Psychomotorik in der Natur – auch für die Kleinsten

„Das letzte Kind im Wald? Geben wir unseren Kindern die Natur zurück!“ ist der sprechende Buchtitel des Amerikaners Richard Louv.

Die Natur bietet unbegrenzte Möglichkeiten, in der Kinder wertvolle Spiel-, Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen sammeln können. Die Beschaffenheit des Bodens, das unterschiedliche Licht, die abwechslungsreichen Gerüche, die wechselnden Temperaturen und vieles mehr bieten schon den Kleinsten eine gesunde Sinneskost. Die Schwerpunkte der Psychomotorik sind in der Natur ideal umsetzbar und ermöglichen ein ganzheitliches Erleben und Lernen. Aus der praktischen Arbeit in der integrativen Kindertagesbetreuung Naturkind e.V. wissen wir, dass erlebnisreiche Naturerfahrungen auch schon mit den Kleinsten möglich sind und sich im Krippen- und Kitaalltag wunderbar umsetzen lassen.

Im Workshop erproben wir vielfältige Wahrnehmungs- und Spielideen und geben wertvolle Hinweise für die praktische Umsetzung mit kleinen Kindern.

4. Giefers, Oliver: Cups + Claps - Rhythmuspielereien

Ein oder zwei Hände, ein oder zwei Becher, einen Tisch oder einfach der Boden – und schon kann es losgehen mit lustigen Rhythmen, musikalischen Geschichten und Gruppenaktionen.

Ohne großen Aufwand kann man sich motorischen, koordinativen und rhythmischen Herausforderungen stellen. Irgendwann klappt es und bis dahin ist jeder Fehler ein Lachen wert.

5. Hahnemann, Birgit: Einfach stark! – Wie Ringen und Raufen Spaß macht

Kinder haben ein natürliches Bedürfnis nach Körperkontakt. Dabei will die ganze Bandbreite von vorsichtig über dynamisch bis zum vollen Krafteinsatz erlebt werden. Greifen wir dieses Bedürfnis auf und helfen ihnen bei dem Gestalten eines sozial verträglichen Rahmens, so birgt die Methodik für Ringen und Raufen eine Vielzahl von entwicklungsfördernden Elementen. Kinder können Energien freisetzen, Gespür für sich und andere entwickeln, ihre Motorik und Kraftdosierung verbessern sich.

Das freud- und respektvolle Miteinander steht bei diesem Thema im Vordergrund. Eine Vielzahl von Praxisanregungen wird gezeigt und ausprobiert sowie Zusammenhänge und Regeln beleuchtet.

Pädagogische Fachkräfte erarbeiten sich hier methodische Kompetenzen, um mit ihren Kindern (Ü4) einfach stark ins Spiel zu kommen.

6. Hartmann, Rita: „Lichtblicke“ – Tanzideen für Kinder in schattigen Zeiten

Was wäre das Leben ohne Lichtblicke? In der Veranstaltung erforschen wir unser Bewegungsrepertoire, suchen tänzerisch nach Lichtblicken und entwickeln kleine Tanzgeschichten. Diese orientieren sich an der Lebenswirklichkeit von Kindern, regen ihre Phantasie an und entlocken ihnen kreative Ideen. Die Veranstaltung ist für jede/n geeignet. Jede/r kann tanzen!

7. Hellenkamp, Steffi: Ukulele in 90 Minuten – Musikalische Begleitung für Bewegungshits, Morgenkreis und Spiele

Die Ukulele ist ein kleines und interessantes Instrument, welches - auch ohne Vorkenntnisse - relativ leicht und schnell zu erlernen ist. Gerade wegen ihrer Größe ist sie ein ideales Begleitinstrument für leichte Kinderlieder und Bewegungshits, die wir oft in unsere Arbeit mit einfließen lassen. Ein Begrüßungs- oder Abschiedslied mit leichten Akkorden zu begleiten, ist erfahrungsgemäß immer eine große Freude für Kinder und auch Erwachsene. Livemusik ist grundsätzlich motivierend und anregend, um Kinder zu bewegen, zu berühren und zu entspannen.

Und da wir im digitalen Zeitalter gelandet sind, werdet ihr Zugriff auf ein „Padlet“ bekommen, in dem ihr kleine Lernvideos für Akkorde und verschiedene Lieder findet, die ihr immer wieder anschauen und an denen ihr autodidaktisch weiterarbeiten könnt. Keine Sorge, eine Ukulele ist erschwinglich...

8. Hofmann, Horst: „Starke Nerven-voller Akku“ – Ruhig bleiben im Umgang mit aufgedrehten und gestressten Kindern

Die neue Stresstheorie von Stephen Porges bestätigt: Unsere Ruhe hat unmittelbar einen beruhigenden Einfluss auf das Nervensystem unruhiger Kinder (Co-Regulation). Umgekehrt können aufgedrehte Kinder unser Nervensystem ganz schnell in einen Stresszustand versetzen – auf Dauer ein Risikofaktor für unser Wohlbefinden und unsere Gesundheit.

In dem Workshop werden kurze, einfache und erstaunlich wirkungsvolle Mini-Übungen (Kohärentes Atmen, neuromuskuläre Übung, Vagusübung, Klopfübung, Akupressur) vorgestellt, mit denen wir im Arbeitsalltag bei Bedarf in ein bis zwei Minuten unser Nervensystem stabilisieren und Energie zur Bewältigung der weiteren Aufgaben tanken können.

9. Huhn, Akim: Intuitives und erlebnisorientiertes Bogenschießen

Pfeil und Bogen üben nicht nur auf Kinder und Jugendliche eine hohe Anziehungskraft aus. Im Workshop lernst du den Umgang mit Pfeil und Bogen. Zunächst wirst du mit den Materialien vertraut gemacht und erhältst dann eine praktische Einweisung in das Bogenschießen. Gepaart mit spannenden Übungen und Spielen freue ich mich auf ein abenteuerliches Erlebnis mit euch.

10. Icks, Stefanie: Die Kunst des Zauberns erlernen, ohne das Staunen zu verlieren

Das Medium der Zauberei bietet vielfältige Möglichkeiten in der pädagogischen Arbeit mit Kindern. Durch die große Neugierde, etwas „ganz Besonderes“ zu lernen, werden spielerisch vielfältige Fähig- und Fertigkeiten gefördert. Der Umgang mit dem Material, das soziale Miteinander in der Zaubergruppe und die Erfahrung der eigenen Fähigkeiten werden so zu einem besonderen Erlebnis für das Kind.

Dieser Workshop gibt einen kleinen Einblick in die Welt der Zauberei. Einfach zu erlernende und dennoch wirksame Zauberkunststücke werden auf praktische und spielerische Art vermittelt.

Alle Kunststücke werden aus Alltagsmaterialien hergestellt und sind für die Arbeit mit Kindern mit und ohne individuelle Förderbedürfnisse ohne großen Aufwand direkt in der Praxis einsetzbar.

11. Iltad, Jonas: Wilde Kerle, freche Gören – Psychomotorischer Umgang mit Aggression

Es sind oft einzelne Jungen oder Mädchen, die uns durch ihr aggressives oder unsoziales Verhalten den pädagogischen Alltag erschweren. Erzieher*innen, Lehrer*innen oder Therapeut*innen reagieren nicht selten mit Hilflosigkeit und eigener Aggression. Die Psychomotorik bietet uns auf diese Fragen viele hilfreiche Antworten.

In der Veranstaltung werden praktische und alltagsrelevante Anregungen gegeben, mit schwierigen Kindern umzugehen und mancher Aggression vorzubeugen. Der eigene Umgang mit wilden Kerlen und frechen Gören kann so deutlich entspannter werden.

12. Jost, Marion: Bewegung und Spiel für die Kleinsten

Die Spielfreude und Bewegungslust kleiner Kinder erhält in der Psychomotorik viel Raum. Die psychomotorische Praxis hält tolle Spielanlässe bereit, die auch den Kleinsten viel Bewegungsfreude eröffnen. Der Workshop gibt Beispiele zu folgenden Bereichen:

- Spielen und Bewegen mit Alltagsmaterialien
- Spiele und Ideen zur taktilen Wahrnehmung
- Spannende Anregungen zur Feinmotorik
- Bewegungslieder und Fingerspiele

13. Kaul, Felix: Ich schaff' das schon – Auf spielerischem Wege zur Selbstwirksamkeit

Wer davon ausgeht, selbst schwierige Situationen mithilfe der eigenen Kompetenzen bewältigen zu können, erlebt Selbstwirksamkeit. Insbesondere in bewegten Zeiten ist diese Erwartung eine wichtige Ressource, trägt sie doch wesentlich zur Steigerung von Handlungskompetenz, Selbstsicherheit und Lebenszufriedenheit bei.

Durch die spielerische Selbsterfahrung im Kindesalter wird der Grundstein für dieses Persönlichkeitsmerkmal gelegt, welches im weiteren Verlauf des Lebens dazu führt, dass aus Heranwachsenden reife und selbstständige Individuen werden können. Die Psychomotorik bietet unterschiedliche Mittel und Wege, um diese Entwicklung mit viel Spaß und Freude begleiten und unterstützen zu können. Welche dies sind und was darüber hinaus wichtig ist, damit in Förderangeboten noch öfter "Ich schaff' das schon" zu hören ist, wird Inhalt dieses Workshops sein.

14. Kirstgen, Tobias: Zirkus spielen – eine Möglichkeit der erlebnisorientierten Bewegungsförderung

Fernab von Leistungsdruck und Wettkampfsituationen lassen sich durch Bewegungskunst und Zirkustheater spielerisch vielfältige Bewegungs- und Bühnenerfahrungen sammeln. Durch die Begeisterung für das Spiel mit der Schwerkraft und der Faszination für circensische Bewegungen, werden auch komplexe Bewegungsabläufe leichter gelernt. Am Beispiel von verschiedenen circensischen Disziplinen wird aufgezeigt, wie die moderne Zirkuspädagogik in den Alltag mit Kindern einfließen kann.

15. Lensing-Conrady, Rudolf: RiskKids – Zur Stärkung von Risikokompetenz durch Gestaltung der Außenräume

War Risiko nicht etwas, das wir für Kinder vermeiden wollten – und jetzt wird Risikobeteiligung Thema psychomotorischer Förderung? Die hier in Ihrem Ergebnis vorzustellende Untersuchung, die das Institut für angewandte Bewegungsforschung im Auftrage der Unfallkasse des Landes Nordrhein-Westfalen durchführte, hatte zum Ziel, zu klären, ob die individuelle Unfallgefährdung von Kindern durch psychomotorische Fördermaßnahmen gesenkt werden kann. Werden präventiv wirksame Risikokompetenzen durch gezielte und aktive Auseinandersetzung mit Bewegungsrisiken so erweitert, dass Unfälle in Zahlen und Folgeschwere abnehmen?

Dazu kann ganz sicher ein attraktiv und naturnah gestaltetes Außengelände einen wichtigen Beitrag leisten. Das Theorie-Praxis-Seminar gibt Einblick in die wesentlichen Erfordernisse zur Ausbildung von Risikokompetenz, die an Beispielen aus der Geländegestaltung konkretisiert werden

16. Leonhard, Joke: Kooperation – wie Kinder dazu ermutigt werden

Oft werden wir mit Gruppen konfrontiert, in denen Einzelne starke Führung ausüben und andere sich stark zurückziehen oder folgen. Wie können wir Kinder zur Zusammenarbeit ermutigen und motivieren? Wie können wir bewusst Rollen austauschen und so anderen die Möglichkeit geben, andere Rollen in der Gruppe auszuprobieren und, falls gewünscht, auch einzunehmen?

In diesem Workshop erhalten Sie einen Einblick in die Rollenverteilung in Gruppen und wie wir diese aktiv beeinflussen können. In verschiedenen kooperativen Spielen und Aktivitäten werden wir den Rollentausch ausprobieren und so unsere Ideen erhalten, wie wir Kinder zur Kooperation ermutigen können.

17. Martzy, Fiona: Lia liebt das Schnecken tempo – ressourcenorientierte Entspannungsangebote

Tierische Eigenschaften üben auf Kinder eine große Faszination aus. Sie identifizieren sich mit dem flinken Floh, dem mutigem Löwen oder der gemütlichen Schildkröte. Im Workshop werden gemeinsam bärenstarke Tiergeschichten entwickelt, die erlebnisreiche Grundlagen bieten, um Entspannungsangebote individuell und ressourcenorientiert gestalten zu können.

18.Nastulla, Thomas: „Ich kann das nicht – ich mach das trotzdem!“ Besondere Bewegungs-entwicklung bei Kindern mit einer Körperbehinderung

In dem Workshop werden die Teilnehmer die Unterschiede zwischen einer „normalen“ und einer durch eine körperliche Einschränkung veränderte Bewegungsentwicklung erleben und verstehen. Weiterhin werden wir uns anschauen, wie die Kinder trotzdem ihre Ziele verfolgen und was sie erreichen können.

19.Pütz, Günter: Kinder richten sich auf – Bewegungsangebote zur Stabilisierung von Haltung und Bewegung

Die Aufrichtung gegen die Schwerkraft stellt für Kinder eine Herausforderung dar. Wenn sie erste Schritte wagen, haben sie gelernt, ihre Körperhaltung zu stabilisieren und ihr Gleichgewicht zunehmend besser zu regulieren.

In diesem Praxisworkshop werden – ausgehend von Haltungsmustern und Bewegungsformen des ersten Lebensjahres – praktische Beispiele vorgestellt, wie Kinder von drei bis sieben Jahren in ihrer Bewegungsentwicklung unterstützt werden können.

20.Sommerhäuser, Anke: Umgang mit Widerständen und Ängsten bei Kindern in bewegten Angeboten

...oder auch: Der Tanz mit dem Igel... Wer kennt es nicht – ich gestalte ein Angebot, der Großteil der Gruppe hat Spaß und macht mit, jedoch ziehen sich ein paar Kinder raus oder stören den Ablauf der Aktion. Solch eine Situation kann sehr herausfordernd werden. In diesem Workshop werden wir uns mit möglichen Gründen für dieses Verhalten, mit Handlungsmöglichkeiten und unseren Grenzen auseinandersetzen.

21.Stücke, Ina: Mit dem Schwungtuch meine Freiräume und Grenzen erleben

Spiel und Übungen mit dem Schwungtuch bieten vielfältige Möglichkeiten, sich als Individuum in der Gruppe zu erleben. Der Kurs gibt Gelegenheit, die eigenen Bedürfnisse zu erkennen und die eigenen Ideen und Vorstellungen einzubringen. Im spielerischen Tun werden die eigenen und die Grenzen der anderen Teilnehmer*innen erfahren und akzeptiert.

Im Workshop wird das Schwungtuch mit weiteren Kleinmaterialien kombiniert und so kommen wir freudvoll, eigenverantwortlich und kooperativ miteinander in Bewegung.

22.Trommelen, Stephanie: Überraschend alltäglich – Bewegen, Spielen und Lernen mit Alltagsmaterialien

Kinder beziehen Alltagsmaterialien so selbstverständlich in ihre Spielwelt ein, dass dem Erwachsenen oft nur das Staunen bleibt. Alltagsmaterialien ermöglichen neue Erfahrungen, erlebnisorientierte Lernsituationen und lassen sich wunderbar in Spiel- und Bewegungsangebote einbeziehen.

Hier sind wir mit Alltagsmaterialien nicht so festgelegt, da diese Gegenstände „im normalen Leben“ eine andere Funktion haben. Wenn aus der Zeitung „eine Eisscholle“, „ein Schiff“ oder „ein Ball“ wird, gibt es kein Richtig oder Falsch und der (kindlichen) Fantasie stehen alle Türen offen. So ist es auch nicht überraschend, dass es immer wieder neue Ideen und Materialkombinationen gibt, wovon wir einige im Workshop gemeinsam erleben wollen.

23.Vahle, Fredrik: Singen, Sagen, sich bewegen im Kontext von Stille, Klang, Lied und Humor

Singen, sagen, sich bewegen können die Grundlage von einer Motorik der Verbundenheit sein - der geistigen und ganz praktischen Verbindung von Sprache, Musik und Bewegung -, die mit Stille, Klang, Liedern, Lebensfreude und Kreativität verbunden ist. Fredrik Vahle schöpft aus seiner langen Erfahrung als Kinderliedermacher, stellt aber auch immer neue Experimente, Einsichten und Gedanken vor. So kann er einen Bogen von "Anne Kaffeekanne" zu seinen zuletzt erschienenen "Lebensliedern" spannen.