

Bewegen, Berühren, Begeistern

Kurzbeschreibungen der Seminare

1. Belloso, Leo: 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. Beul, Marcel: Einfach stark! – Was Kinder beim Ringen und Raufen lernen können

Kinder haben ein natürliches Bedürfnis nach Körperkontakt, Kraft- und Grenzerfahrungen. Im Workshop wird gezeigt, wie dieses Bedürfnis im psychomotorischen Setting sicher, wertschätzend und entwicklungsfördernd aufgegriffen werden kann.

Anhand ausgewählter Praxisbeispiele erleben die Teilnehmenden, wie Ringen und Raufen Motorik, Kraftdosierung, Körperwahrnehmung und soziale Kompetenzen unterstützt. Zentrale Aspekte wie Regelgestaltung, Freiwilligkeit und respektvolles Miteinander werden praktisch erprobt und theoretisch eingeordnet. Der Workshop verbindet eigenes Erleben mit fachlicher Reflexion und bietet konkrete Anregungen für die Umsetzung im pädagogisch-therapeutischen Alltag.

3. Dambach, Marlen: Wenn es uns mehr bewegt als gedacht: Gefühle

Gefühle gehören zum alltäglichen Lebensalltag. Ihnen Raum zu geben – sie wahrnehmen, einzuordnen und ausdrücken – bildet eine essenzielle Grundlage für unser körperliches wie seelisches Wohlbefinden und begünstigt ein gelingendes Miteinander. Oftmals sind uns manche Gefühle willkommener als andere oder der Umgang mit ihnen erweist sich als herausforderndes Lernfeld. V.a. Kinder brauchen in ihrer Entwicklung Begleiter*innen, die auf Gefühle eingehen können. Ganz im Sinne der Psychomotorik erforschen wir in diesem WKS im gemeinsamen ganzheitlichen Selbsterleben ausgewählte Gefühle. Dabei steht die Wechselwirkung von Gedanken und körperlichen Reaktionen sowie Bewegungsqualitäten von Gefühlen im Fokus. Die gemeinsame Arbeit kann Impulse und konkrete Ideen für eine gefühlstärkende Praxis mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsene anregen.

4. Dörfler, Max: Achtsamkeit, Präsenz und Selbstfürsorge in sozialen und therapeutischen Berufen

Gute Beziehungen sind die Grundlage für das Gelingen jeder sozialen oder therapeutischen Arbeit. Diese Beziehungen achtsam zu gestalten, erhöht nicht nur die Wirkung einer solchen Maßnahme, eine achtsame Beziehung zu sich selbst erhöht zudem die eigene Resilienzfähigkeit, verhilft zu mehr Zufriedenheit und unterstützt das professionelle Handeln – auch in herausfordernden Situationen. Der Workshop lädt dazu ein, in entspannter Runde die Grundlagen der Achtsamkeitspraxis kennenzulernen und auszuprobieren:

- Körperwahrnehmung und Körperbewusstsein
- Atmung und Nervensystem
- Co-Regulation
- Umgang mit Gedanken und Emotionen
- Reiz und Reaktion

5. 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.

6. Hahnemann, Birgit: Immer gut drauf im Land der Träume – psychomotorische Möglichkeiten bei ADHS

Rastlos, sprunghaft, unkonzentriert, manchmal verträumt, manchmal impulsiv, vorlaut und leidenschaftlich, selten angemessen, so werden Kinder mit ADHS-typischen Verhaltensweisen oft beschrieben. Familien, Betreuungsinstitutionen und nicht zuletzt die Kinder selber leiden unter der Symptomatik.

Wir wollen diese Zusammenhänge beleuchten und gemeinsam auf die Suche nach Ursachen und Veränderungsmöglichkeiten gehen, um Kinder mit dieser Neurodiversität gezielt zu begleiten. Die bewegungsorientierte psychomotorische Entwicklungsförderung bietet eine Vielzahl von Unterstützungsmöglichkeiten sowohl was die Sicht auf Kind und Familie aber auch die praktischen Förderangebote angeht.

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. Heubach, Natalie: „Komm, sagte die Katze“ – Wie Kinderbuchgeschichten uns in Bewegung bringen

Geschichten begeistern Kinder - was läge daher näher, als die Geschichten aus den Büchern herauszuholen und durch Bewegung und Spiel für Kinder erlebbar zu machen? Manche Geschichten eröffnen Räume für Heldentaten oder ein starkes Team. Andere inspirieren zum Tanzen und Austesten der eigenen Fähigkeiten und wieder andere laden zum Explorieren mit verschiedensten Materialien ein. Allen gemein ist jedoch die große Transferleistung der Kinder, vom Zuhören, hin zum eigenen Handeln. Ob Turnhalle oder kleiner Gruppenraum - ich lade euch ein in die bewegte Welt der Kinderbücher.

9. Heuskin, Juliane: Höhlenzauber und Budenbau – Rückzugsmöglichkeiten als wertvolle Erfahrungsräume

Wer kennt sie nicht - die Höhlen und Buden und die damit verbunden Abenteuer der eigenen Kindheit. Wir betrachten diese geschützten Erfahrungsräume, in denen Kreativität, Selbstwirksamkeit und soziale Kompetenzen angeregt und entwickelt werden und überlegen, wie sie sich in den pädagogischen Alltag übertagen lassen. Praxisbeispiele aus der psychomotorischen Entwicklungsbegleitung eröffnen verschiedene Formen von Rückzugsmöglichkeiten für den Alltag, die auch selbst erprobt werden.

10. Hielscher, Tina: Motorik Plus – Beobachtung motorischer Kompetenzen von Kindern im KITA-Alltag

Im Workshop „MotorikPlus“ wird in das Beobachtungsverfahren von Renate Zimmer eingetaucht. Mit praktischen Spielideen und offenen Bewegungsangeboten erhält man einen kleinen To-Do-Koffer für den Alltag.

Dieses Konzept richtet sich an Kinder bis zum 6 Lebensjahr. Im Vordergrund von Motorik Plus stehen die Beobachtungen, um individuelle Entwicklungsprozesse bewusster wahrzunehmen, Veränderungen im Verhalten zu sehen, Ängste nachzuvollziehen und Ansatzpunkte für die pädagogische Begleitung zu erkennen: Jedes Kind ist einzigartig.

Daher müssen auch Beobachtungen den Interessen der Kinder angepasst werden.

11. 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.

12. 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.

13. Jaffan, Nora: Sinnvoll und alltäglich – Spiele aus der Hosentasche

Kleine Spiele ohne oder mit wenig Material, die Kinder (und Erwachsene) begeistern, leisten einen bedeutsamen Beitrag zur sinn-vollen Entwicklungsbegleitung. Welche Wahrnehmungssysteme durch welche Impulse und Spielformen angeregt werden, zeigt dieser Praxisworkshop. "Allzeit bereit" ist das Motto der Spiele aus der Hosentasche. Gemeinsam erfahren die Teilnehmenden den Mehrwert von Bewegungen und Wahrnehmen für die kindliche Entwicklung, für den sozial-emotionalen sowie den sprachlichen und kognitiven Bereich.

14. Kuhnen, Birgit: Die Welt begreifen – naturwissenschaftliche Experimente für Kinder

Kinder lieben es, Neues auszuprobieren und Ungewohntes zu versuchen – eben zu experimentieren. Dabei lernen sie Alltagsphänomene besser zu verstehen. Mit einfachen naturwissenschaftlichen Experimenten kann das eigene Erforschen und Entdecken hervorragend unterstützt werden. Dabei werden vielfältige Sinne angesprochen und neue Erfahrungsräume eröffnet.

Im Workshop werden Experimente vorgestellt und ausprobiert, die mit geringem Materialaufwand durchgeführt werden können. Naturwissenschaftliche Vorkenntnisse sind nicht notwendig.

15. Leonhard, Joke: Grenzen spüren, Grenzen setzen – Handlungssicherheit im pädagogischen Alltag

Grenzen können wahrgenommen, erkannt, akzeptiert, eingehalten, erweitert, verändert, ignoriert, gesprengt werden – und vieles mehr!

In diesem Workshop wollen wir mit Hilfe von praktischen Experimenten eigene Erfahrungen rund um das Thema *Grenzen* sammeln. Dabei gehen wir der Frage nach, wie wir Grenzen bei uns selbst spüren und setzen – und wie wir auf die Grenzen (und Emotionen) von Kindern achtsam und angemessen reagieren können.

Unser bewusster Umgang mit diesem Thema erweitert unsere pädagogischen Möglichkeiten und stärkt unsere Handlungssicherheit im Alltag. Im Kontakt mit Kindern und anderen Mitmenschen wird uns dieses Handwerkszeug wertvolle Unterstützung bieten.

16. Prieske, Björn: Gemeinsam durch die Wut – Gefühlszentrierte Arbeit in der Psychomotorik

Manche Gefühle kommen wie ein Sturm – und stellen Kinder wie Erwachsene vor große Herausforderungen. In diesem Workshop erfahren Sie, wie durch Spiel, Bewegung und achtsame Begleitung Kinder lernen, ihre Gefühle wahrzunehmen, zu ordnen und in Balance zu bringen. Gleichzeitig stärken Sie Ihre eigene Haltung im Umgang mit emotionalen Momenten.

17. Pütz, Günter: Entwicklung im Blick – Grenzsteinbasierte Spiel- und Beobachtungssituationen in der Psychomotorik

Der Entwicklungsbegleitung von Kindern bis zur Einschulung wird heute große Aufmerksamkeit geschenkt. Entwicklungsverläufe sollen frühzeitig beobachtet, dokumentiert und pädagogisch begleitet werden. Um diese beurteilen zu können, bieten die sogenannten Grenzsteine eine grobe Orientierung. Diese werden in dem Workshop vorgestellt.

Darüber hinaus werden vielfältige Anregungen für die psychomotorische Praxis der jeweiligen Altersstufen gegeben.

18. Ros, Melanie: Die Kraft der kleinen Signale – nonverbale Kommunikation

Nonverbale Kommunikation spielt in unserem Alltag eine entscheidende Rolle – oft wichtiger als das gesprochene Wort. Im Workshop beschäftigen wir uns damit, wie Mimik, Gestik, Körperhaltung, Blickkontakt und Stimme unsere Beziehungen zu Menschen beeinflussen und welche Signale Menschen selbst senden, um Bedürfnisse und Emotionen auszudrücken. Wir beleuchten, wie wir durch bewusste Körperhaltung, Blickkontakt, Stimmführung und Nähe-Distanz-Regulation Sicherheit, Präsenz und Wertschätzung vermitteln können. Welche Wirkung habe ich auf andere, was ist meine typische Körpersprache und wie kann ich durch meine nonverbalen Signale die Atmosphäre anders gestalten. Natürlich werden wir dies aktiv selber erleben mit allen Sinnen. Ein tolles Werkzeug, wenn man Menschen bewegt, berührt und begleitet.

19. Sardo, Bruno: Autismus – Psychomotorik – Kommunikation

Menschen im Autismus-Spektrum reagieren aufgrund ihrer hohen Sensibilität bereits im Säuglingsalter mit Schutzmechanismen auf Umweltreize. Die Folge können Abkapselung und eine erhöhte Muskelspannung sein. Durch körperbezogene Beziehungsangebote unterstützt die Psychomotorik das Kind bei dem Aufbau seines Körpers. So entstehen die ersten auf Freude basierende Augenblicke des Miteinanders. Dies fördert das Vertrauen, reduziert Spannungen und ermöglicht eine langsame Annäherung an Kommunikation. So kann das Kind schrittweise Sicherheit gewinnen und ein positives Körperbild entwickeln.

20. Scharnbacher, Ingo: Zirkuspraxis mit einfachen Mitteln

Zirkus lebt vom Mitmachen – das dürfen Sie auch in diesem Workshop. Sie erwarten Zirkusbeispiele aus dem Kita-Alltag des Spielezirkus Bonn-Rhein-Sieg: Zirkusspiele, Zaubern, Clownerie, Akrobatik, Bastelanleitungen u.a.m. Es wird auch Raum geben für Ihre Fragen, darüber hinaus erhalten Sie Tipps für Zirkusstunden, -reihen und Kitafeste.

21. Serrano-Minar, Markus: Bewegt mit Leib und Seele – was wir zum Wohlfühlen brauchen...!

. ...Armut, Hunger, Klima, Kriege, Pandemie, Politikverdrossenheit und Wirtschaft... - ...aber auch ganz persönliche Sorgen, Lebensherausforderungen & Krisen können zu Verunsicherung und Überforderung führen...! Diese gefährden unsere Gesundheit...!

Wie können wir in unserer psychomotorischen Arbeit dazu beitragen, dass wir Kindern oder auch Jugendlichen und Erwachsenen Raum & Zeit zur Stärkung wichtiger Gesundheitsressourcen geben? Eine Antwort und Möglichkeit kann der genauere Blick auf unsere (psychischen) Grundbedürfnisse geben. Über praxisnahe und bewegt-bewegende Erfahrungssituationen werden wir diesen im Workshop nachspüren und zentrale Erkenntnisse fachlich-konzeptionell einordnen.

22. Sommerhäuser, Anke: Wenn alle Stricke reißen... – Seilkonstruktionen und Spiele mit Seilen

In diesem Workshop werden wir abenteuerliche Spiele mit Seilen erproben und exemplarisch eine niedrige Seilkonstruktion aufbauen. Durch den Abenteuercharakter der Spiele und des Aufbaus wird nicht nur bei Kindern und Jugendlichen die Fantasie angeregt und Motivation geweckt. Es werden vor allem Sozialkompetenzen, Vertrauen, Gleichgewicht und Koordination gefördert. Die für die Spiele notwendigen Knoten werden gezeigt und gemeinsam geübt. Jedoch steht das eigene Erleben im Vordergrund.

23. Strang, Liv: Kleine Schritte – große Wirkung. Psychomotorik mit Kindern unter 3 Jahren

In den ersten Lebensjahren entdecken Kinder neugierig und staunend die Welt - über vielfältige Wahrnehmungs- und Bewegungserfahrungen erschließen schon die Kleinsten ihre Umgebung, lernen sie zu begreifen und aktiv mitzugestalten. In unserem Workshop möchten wir diese spannende und sensible Zeit der frühen Kindheit in den Mittelpunkt stellen. Gemeinsam nehmen wir zentrale Entwicklungsaufgaben als Ansatzpunkte für unsere Praxis in den Blick, um die Kinder in ihrer Entwicklung spielerisch zu begleiten. So schaffen wir im Workshop konkrete Ideen, mit denen die Kinder mit allen Sinnen ihre Welt erkunden, die eigenen Fähigkeiten erweitern und in ihrem eigenen Tempo wachsen können.

24. Stücke, Ina: Gefühle im Griff? Von der Hilflosigkeit zur Handlungsfähigkeit

Wie können wir Kindern Möglichkeiten geben, ihre Emotionen längerfristig selber zu regulieren? Was können wir machen, um unsere und ihre Handlungsfähigkeit wieder zu stärken? Kinder die sich als handelnd erleben und mutig neue Herausforderungen annehmen, werden weniger "Hilferufe" zeigen! Wie wir Gefühle wie Hilflosigkeit oder Angst in Mut und Handlungsfähigkeit umwandeln, ist Inhalt in diesem Workshop. Mit bewegte Spielideen aus der Psychomotorik wollen wir neue Erfahrungen sammeln, um diese in unseren Alltag zu integrieren.

25. Winkler, Hanna: Wenn der Reifen über die Wiese rollt – psychomotorische Materialien draußen neu entdecken

In der Psychomotorik regen Materialien Bewegung, Wahrnehmung und Kreativität an – doch wie verändern sich diese Qualitäten, wenn sich die Turnhallenmaterialien auf den Weg nach draußen machen? Auf den Marktplatz, die Wiese oder den Wald? In diesem Workshop treffen klassische Materialien wie Seile, Reifen, Tücher oder Bälle auf Äste, Steine, Moos und Wind. Die Teilnehmenden erleben, wie sich durch diese Begegnung neue Bewegungsanreize, Sinneserfahrungen und Ausdrucksformen eröffnen

26. Zahic, Elmo: Finger in Bewegung – Psychomotorik trifft Graphomotorik

Bewegung ist der Schlüssel zum Schreibenlernen! In diesem praxisnahen Workshop entdecken Sie, wie spielerische, psychomotorische Impulse die graphomotorische Entwicklung wirkungsvoll unterstützen. Mit abwechslungsreichen Übungen werden Kraft, Koordination und Feinmotorik gezielt gefördert. Viele direkt umsetzbare Ideen und Materialien laden dazu ein, Schreibenlernen neu zu entdecken - motivierend, kindgerecht und mit viel Spaß an Bewegung!