

ALLGEMEINE HINWEISE

Auf geht's zum 19. Aktionstag „Mehr Bewegung für Kinder“

Am Samstag, 26. September 2020
9.30 - 16.30 Uhr
Sporthalle der Dietrich Bonhoeffer-Schule
Dietrich-Bonhoeffer-Straße 2, 35423 Lich

Sportpädagogische Fortbildung

Der Jugendvorstand des Sportkreises Gießen e. V. lädt hierzu alle Übungsleiterinnen und Übungsleiter, Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer sowie Interessierte recht herzlich ein.

- **Teilnahmegebühr: 42 €**
bitte überweisen bis zum 12.09.2020 an
Sportkreis Gießen, IBAN: DE62 5139 0000 0023 0802 06
BIC: VBMHDE5F
(Stichwort: Kinderaktionstag und Ihren Namen)
- **Leistungen:** Lehrgangsskripte
Die **Verpflegung** ist in diesem Jahr **nicht enthalten** und muss von den Teilnehmern selbst mitgebracht werden.
- **Lizenzverlängerung:** Die Fortbildung ist zur Verlängerung der Übungsleiterlizenz des Landessportbundes Hessen e. V. mit **8 Lerneinheiten** anerkannt.
Achtung: Bitte bei Lizenzen anderer Verbände die Anerkennung vorher abklären.
- **Anmeldung:** Verbindlich per E-Mail unter Angabe der beiden gewünschten Workshops und eines Ersatzworkshops bis zum zum 10. September 2020 an:
E-Mail: info@sportkreis-giessen.de
- **Noch Fragen?**
Sportkreis Gießen, Geschäftsstelle
Telefon: 06 41-98 45 08 90
E-Mail: info@sportkreis-giessen.de

Mit freundlicher Unterstützung von:



Sportkreis
Gießen e.V.
im Landessportbund Hessen



Einladung zum 19. Kinderaktionstag

im Sportkreis Gießen e. V.

MEHR BEWEGUNG FÜR KINDER

Samstag, 26. September 2020
9.30 bis 16.30 Uhr

Veranstalter:
Jugendvorstand des Sportkreises Gießen e. V.
in Kooperation mit der Sportjugend Hessen

Ausrichter:
TV 1860 Lich e. V.

Zeitplan der Fortbildung

9.00 – 9.30 Uhr	Anmeldung
9.30 – 9.40 Uhr	Begrüßung
9.40 – 9.50 Uhr	Gemeinsames Aufwärmen
10.00 – 13.00 Uhr	Workshop Phase 1
13.00 – 13.30 Uhr	Mittagspause
13.30 – 16.30 Uhr	Workshop Phase 2

WORKSHOP I

Wilde Kinder mag ich gerne (3-12 Jahre)

Referentin: Friederike Röhr

Mit kontrollierten Bewegungsangeboten kann man Kinder fördern und fordern. Sie können sich dabei miteinander messen und gleichzeitig erfahren, dass sich einfügen, andere hervorheben und unterordnen müssen „nicht weh tut“. Mit Kraft- und Geschicklichkeitsspielen schulen wir in diesem Workshop soziale Kompetenzen, Vertrauen- und Kooperationsfähigkeit und auch das Finden eigener Grenzen.

WORKSHOP II

Bewegungsgeschichten (4-10 Jahre)

Referentin: Sarah Kohl

Sicher kennt ihr bewegungsfaule Kinder und kleine Sportmuffel in Schule und Verein – gerade zu Beginn der Sporteinheit. Wie schafft man es in solchen Fällen, dass alle Kinder motiviert und mit Begeisterung am Sportunterricht oder dem Vereinstaining teilnehmen?

Dazu bietet dieser Workshop motivierende, kreative und spannende Geschichten mit vielseitigen Bewegungsaufgaben zu verschiedensten Sportarten an. Versetzen Sie die Kinder z.B. in die Situation, in einem Jeep gemeinsam durch den Dschungel von Tansania zu fahren und Tiere zu entdecken. Dabei erarbeiten sie fast unbemerkt die Bewegungen der einzelnen Sportarten spielerisch. Die Geschichten sind vielseitig einsetzbar und können differenziert gestaltet werden. Dazu werdet ihr beim eigenen aktiven Erleben gezielt Informationen erhalten.

WORKSHOP III

Kindertanz Mix (4-10 Jahre)

Referentin: Petra Kehl

Ob im Zauberwald, bei den Tieren, im Meer oder mit den Jahreszeiten tanzen – überall wird die Kreativität der Kinder gefordert und gefördert.

Aber auch die Tanztechnik kommt nicht zu kurz. Viele bunte Tanzideen für alle, die mit Kindern im Alter von 4-10 Jahren Tanz und Bewegung erproben oder vertiefen möchten.

Bitte einen Regenschirm mitbringen.

WORKSHOP IV

Yoga für Kinder (4-10 Jahre)

Referentin: Ann-Kathrin Seitz

Yoga ist nicht an ein bestimmtes Alter, Vorwissen oder Räumlichkeiten gebunden und es kann (fast) jeder Mensch praktizieren. Schon zeitlich kurze Einheiten mit Yoga-Übungen können die Konzentration und Ausdauer in einer Gruppe verbessern oder zur Entspannung beitragen.

Wenn Sie Yoga gerne in Ihrer Gruppe, Klasse oder Schule einsetzen oder anbieten möchten, dann biete ich Ihnen in diesem Workshop gerne die Grundlagen an. Das Ziel ist es, Ihnen die unterschiedlichen Einsatzmöglichkeiten von Yoga praktisch zu vermitteln. Dabei erlernen und trainieren Sie verschiedene Übungsreihen des Yoga, die Sie leicht durchführen können. Als Teilnehmerin oder Teilnehmer sind Sie selbstverständlich auch ohne Vorkenntnisse oder besondere sportliche Leistungsfähigkeit im Yoga willkommen.

Folgende Inhalte werden in diesem Workshop vermittelt:

- Basiswissen zur Philosophie des Yoga
- körperliche Übungen
- Bedeutung von Atem
- Achtsamkeit und Meditation
- Yoga in Ihr Angebot integrieren oder anderweitig anbieten
- ebenfalls lernen Sie Yoga als Möglichkeit sich selbst leicht zu entspannen, zu regenerieren oder abzuschalten