



Workshopübersicht des Fachtages in Köln

WERTE in Bewegung

In unserem Arbeits- und Privatleben orientieren wir uns tagtäglich an Werten. Darunter – manchmal vielleicht bewusst, manchmal eher unbewusst – auch solche, die wir als „christliche Werte“ kennen. Aber welche Werte spielen eigentlich für jeden einzelnen von euch die größte Rolle und welche Werte bestimmen die Arbeit in eurem Team? Ausgehend von einem christlich orientierten Menschenbild kann man Werte vor allem auch in und durch die Bewegung erlebbar machen. Wir möchten uns gemeinsam mit euch auf Schatzsuche begeben und ausgehend von euren individuellen Werten die Werte erlebbar machen, die den mehrWERT für eure Arbeit im KiTa Alltag darstellen. Viele der Bewegungsspiele lassen sich auch direkt in eurem KiTa Alltag umsetzen.

NeuroKinetik®

NeuroKinetik® ist das neurophysiologische Bewegungstraining des DJK- Sportverbandes Diözesanverband Paderborn. Ziel des Trainings ist die Förderung der individuellen Hirnleistungsfähigkeit und der kognitiven Gesundheit durch Aus- und Neubildung neuronaler Netzwerke (Neuroplastizität). Dies geschieht insbesondere durch motivierende, herausfordernde, komplexe Bewegungsübungen, die sowohl motorische Kompetenzen als auch das Sinnessystem umfassend trainieren. Kinder und Jugendliche profitieren vor allem im Bereich der kognitiven, personalen und psychosozialen Basiskompetenzen. Selbstbewusstsein, Selbstkonzept und Selbstregulation werden positiv beeinflusst. Lernschwierigkeiten bessern sich deutlich, das Lernen fällt leichter. Kinder können durch diese Übungen, die auch noch viel Spaß machen, gezielt auf schulische Anforderungen vorbereitet werden. Das Training wird in Theorie und Praxis vorgestellt, viele Anregungen auch für zu Hause gegeben. Sportliche Kleidung ist nicht erforderlich, es handelt sich nicht um sportliche Übungen.

U3 Kinderturnen

Turnen fördert wie keine andere Sportart vielseitig und umfassend alle wichtigen motorischen Grundfertigkeiten, gerade im Kindesalter. Darüber hinaus wirkt sich die gezielte Bewegung positiv auf eine gesunde, ganzheitliche und positive Entwicklung aus. Mit speziellen Übungen und altersgerechten Hilfestellungen können bereits Kinder ab 3 Monaten auf spielerische Art und Weise Motorik, Gleichgewicht und Körperkontrolle erfahren.

In diesem Workshop bekommt ihr Ideen, wie ihr gezielte Bewegungselemente aus der Sportart Turnen kindgerecht vermitteln könnt. Euch wird gezeigt wie ihr bereits die Kleinsten richtig bei Vor- und Rückwärtsrollen, Handstand, springen, balancieren uvm. unterstützen könnt. Auch die Fragestellung warum all diese Übungen für Kinder, die evtl. noch nicht laufen können, schon sinnvoll sind, werden in diesem Workshop beantwortet.



Koordinative Fähigkeiten

Jedes Kind muss im Laufe des Lebens viele verschiedene Fähigkeiten entwickeln. Neben den Geistigen, sollten dabei jedoch die körperlichen Fähigkeiten nicht vergessen werden, denn der Geist sowie der Körper sollten stets im Gleichgewicht miteinander sein. Um das volle Potenzial der körperlichen Fähigkeiten in den Bereichen der Kraft, der Ausdauer oder auch der Geschwindigkeit ausnutzen zu können, bedarf es einer guten Koordination.

Immer wieder zeigt sich, dass viele Kinder nicht in der Lage sind, einfachste Koordinationsübungen zu meistern. Dies lässt sich bereits im Kindergarten beobachten. Nicht wenigen Kindern fehlt das nötige Gleichgewichtsgefühl, um sicher auf einem Bein stehen zu können. Mit spielerischen Elementen kann man die Koordination der Kinder gezielt fördern und ihnen so wichtige Grundlagen für ein bewegtes Leben mit auf den Weg geben.

KiTa Aktiv

In diesem Workshop geht es vor allem um die Inhalte des Projektes KiTa Aktiv. Ihr bekommt Infos über unsere Angebote, Ideen und Anregungen, wie ihr das Projekt in eurer KiTa implementieren könnt und erfahrt mehr über die Entstehungsgeschichte. Zudem wollen wir uns genauer anschauen, warum Bewegung gerade im KiTa Bereich schon so wichtig ist und welche Möglichkeiten sich für euren Alltag bieten. Neben viel theoretischem Input über unser Projekt werden wir aber auch mit kleinen Bewegungsspielen dafür sorgen, dass die Infos besser hängen bleiben 😊!