

Fortbildung „Bewegungswelt Tai Chi“

Fortbildungen für alle, die mit Kindern Tai Chi oder Qi Gong machen möchten.

Die Fortbildung besteht aus vier einzelnen Seminaren zu je sechs Stunden. In Workshops und Vorträgen werden praktische Übungen und theoretische Grundlagen vermittelt. Jedes Seminar ist in sich selbst abgeschlossen. Grundlage ist das Buch von Barbara Reik „*Tai Chi für Kinder. Mit Tiger und Bär zu mehr Körperbewusstsein, Bewegung und Ruhe*“, erschienen im Mankau Verlag.

- Leitung: *Barbara Reik*, Tai Chi Lehrerin und Autorin
- Referenten: *Raimund Reik*, Sportwissenschaftler (MA) & Fitness- / Gesundheitsmanager (BA), Verantwortlicher für Gesundheitsförderung bei der Heraeus Holding GmbH in Hanau
Wolfgang Klein, Schauspieler, Rezitator und Regisseur
Elke Brendel, Lehrerin
Conny Dannenmann, elementarpädagogische Fachkraft
- Ort: Kath. Gemeindehaus Sankt Maria, Ziegelstr. 11, 73035 Göppingen
- Termine: Samstag, 27. Oktober und 1. Dezember von 10.00 Uhr bis 17.30 Uhr
Die Termine für Seminar 3 und 4 werden Anfang 2008 bekannt gegeben.
- Seminargebühren 125 € pro Seminar (inkl. MWST)
Ein Kurzschrift und Getränke sind enthalten.
Bei Buchung aller 4 Seminare beträgt die Gebühr 440 € (inkl. MWST)
- Anmeldung und Info: Barbara Reik, barbara.reik@web.de und unter www.taichi-reiki.de

Seminar I, 27. Oktober 2007 Gesundheitsförderung im Kindesalter mit Tai Chi

- Leitung: Barbara Reik, Tai Chi Lehrerin und Autorin
- Referent: Raimund Reik, Sportwissenschaftler (MA) & Fitness- / Gesundheitsmanager (BA), Verantwortlicher für Gesundheitsförderung bei der Heraeus Holding GmbH in Hanau
- Seminar mit sportwissenschaftlichem Schwerpunkt
- Zentrale Themen in Theorie und Praxis sind Funktionalität, Fitness (Kräftigung, Koordination), Grundhaltung und Prinzipien des Tai Chi, die Tigerschule, Spiele aus dem Geräteraum sowie Kranich-/ Schlangenspiele
- Folgende Fragen werden in Theorie und Praxis von den beiden Dozenten behandelt und beantwortet:
 - Wie ist der Gesundheitszustand unserer Kinder?
 - Ist Tai Chi als Bewegungsalternative für Kinder geeignet?
 - Wie kann Körperhaltung und Körperbewusstsein mit Tai Chi geschult werden?

Seminar II, 1. Dezember 2007 Tai Chi in Schule und Kindergarten, Theorie und Praxis

- Leitung: Barbara Reik, Tai Chi Lehrerin und Autorin
- Referenten: Elke Brendel, Lehrerin
Conny Dannenmann, Elementarpädagogische Fachkraft

- Seminar mit Schwerpunkt Organisation und Praxisalltag
- Es werden organisatorische und pädagogische Grundlagen für Tai Chi in Schule und Kindergarten in Theorie und Praxis vermittelt (von der Infostunde bis zur Übungsreihe!).
- Zentrales Thema im Praxisteil ist das „Interesse wecken“ mit der Tai Chi Geschichte, Basteleien, Spiele und Vorübungen.
- Die Referenten besprechen das Vorgehen von der Planung bis zur Durchführung und von der Einzelübung bis zum Stundenaufbau.
- Elke Brendel und Conny Dannenmann referieren über ihre eigenen Erfahrungen mit Tai Chi in der Schule und im Kindergarten. Mit anschließender Fragerunde.

Seminar III, Januar/ Februar 2008 Kinder spielen Tai Chi

- Leitung: Barbara Reik, Tai Chi Lehrerin und Autorin

- Seminar mit Schwerpunkt Tai Chi kindgerecht vermitteln und Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin.
- Praktische Anleitungen von Tai Chi Übungen (auch für Anfänger) und das Erlernen der Kinder-Form „Der Bär wäscht sich“ auf Grundlage der „Elemente Übung“ werden ausführlich behandelt.
- In der Theorie werden Wandlungsphasen für Erwachsene, eine Einführung in die Traditionelle Chinesische Medizin und die Umsetzung der Theorie für Kinder vermittelt.
- In der Praxis steht das Spielen von Tai Chi mit Geschichten im Vordergrund. Partnerspiele, Bewegungsgeschichten, die Kinderform und die Grundbewegungen des Tai Chi (Ballhalten usw.) werden in der Praxis geübt.

Seminar IV, März/ April 2008 Das richtige Timing von Spannung und Entspannung

- Leitung: Barbara Reik, Tai Chi Lehrerin und Autorin
- Referent: Wolfgang Klein, Schauspieler, Rezitator und Regisseur
www.kreativklein.de

- Seminar mit den Schwerpunkten richtig vorlesen und entspannen. Praktische Anleitungen zum Umgang mit Phantasieereisen und Mitmachgeschichten stehen im Mittelpunkt.
- „Vor-lesen“ ist mehr als „nur Lesen“ - wie kann ein Text kindgerecht umgesetzt und mit Leben gefüllt werden?
- Wie kann mit der eigenen Stimme Stimmung erzeugt werden?
- Tempo: etwas anderes als Geschwindigkeit?
- Kino im Kopf: mit der eigenen Imagination die Phantasie der Kinder anregen!
- Praktisch wird vermittelt wie man mit Ritualen zur Ruhe kommt, wie man mit dem Chi Ball ruhig wird und was entspannende Vorübungen sind.
- Einsatz und Durchführung von Phantasieereisen und Mitmachgeschichten im Spannungsbereich werden behandelt.