

Ausbildungsplan/-inhalte für die Zielgruppenorientierte Ausbildung zum/zur Kursleiter_In für Qigong mit Kindern und Jugendlichen

Die Ausbildung vermittelt Qigong- Übungen, die an die Richtlinien des allgemeinen Kursleiters der DQGG angelehnt sind. Das Lernprogramm verteilt sich auf 17 WOE und zwei viertägige Seminare (2 Doppelwochenenden). Sie umfasst insgesamt 350 UE Unterrichtseinheiten = 262,5 Zeitstunden.

Für die Vermittlung der Kinder- Qigong spezifischen Themen haben wir insgesamt eine Stundenzahl von 100 UE = 75 Zeitstunden vorgesehen. Die spezifischen Inhalte werden in alle Ausbildungs- Wochenenden integriert.

Ziele der spezifischen Ausbildung „Kursleiter_In für Kinder und Jugendliche“

In der Ausbildung lernen die Teilnehmenden eine Vielzahl von Qigong Übungen, die sich für die Vermittlung von Qigong mit Kindern und Jugendlichen eignen. Der Abschluss für die Zielgruppenorientierte Ausbildung zum/zur Kursleiter_In für Qigong mit Kindern und Jugendlichen befähigt die Absolventen_Innen selbständig Qigong zu unterrichten.

Zielgruppe

Qigong Interessenten_Innen , Qigonglehrende, Menschen aus dem pädagogisch oder therapeutischen Berufen und alle, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten wollen oder im privaten Bereich Kinder begleiten möchten.

Die folgenden spezifischen Themen werden praktisch und theoretisch zusätzlich behandelt:

Basisübungen allgemein 4 WOE + 2 spez. WOE (25 Zeitstunden)

allgemeine Vermittlung der Qigong- Übungen mit Bildern und Geschichten für Kinder

TCM allgemein 2 WOE + 1 spez. WOE (12,5 Zeitstunden)

Spezielle Massagetechniken für Kinder

Stilles Qigong 2 WOE + 1 spez.WOE Stressbewältigung (12,5 Zeitstunden)

Kurze Übungen für den Alltag, Entspannungsübungen für Kinder und Jugendliche

Pädagogik/Didaktik allgemein 2 WOE + 2 spez.WOE (25 Zeitstunden)

Kurse mit Kindern u. Jugendlichen, Unterrichtssprache, Qigong und Kreativität, Prozesse somatischen Lernens, Umgang mit Kindern mit Behinderungen, Gruppendynamik, Kursorganisation, Qigong in der Schule, Qigong im Kindergarten, kindl. Entwicklung

Ausbildungsinhalte

Ausbildung zum/zur Qigong Kursleiter_In „ Qigong mit Kindern und Jugendlichen“

Ausbilderinnen: Susanne Pries
Birgit Halberstadt

Gastdozentin: Martha Maria von Hugo (Erzieherin)
Anna Beate Doll (Heilpraktikerin)

Unterrichtsthemen

Grundübungen

1. Basisübungen

4 WE

- Qigong- Stand
- Dantian Übungen
- Vorbereitungsübungen, Klopfübungen
- Fünf Elemente Übung
- Ursprung des Lichts
- Meridian Dehnungen
- Der schwimmende Drache

Kinder-Qigong spez. Übungsinhalte

+ 2 WE (25 ZeitStd.) 6 WE

- Vermittlung der Übung mit Bildern, z.B. stehen wie ein Baum
- Tierbilder, Tierbewegungen
- Lernen mit allen Sinnen
- Variante der Übungen eingebunden in einer Geschichte
- Partnerübungen aus den Kampfkünsten

2. TCM

2 WE

- Vermittlung von Grundwissen, Grundbegriffe
- Yin und Yang
- Anwendung der TCM anhand praktischer Übungen, Massagen
- Fünf Wandlungsphasen, Meridiansystem
- Selbstmassagen, Partnermassagen
Akupressur

+ 1 WE (12,5 Zeitstd.) 3 WE

- Visuelle Angebote, Unterrichtsmaterialien
- Standbilder
- Spezielle Massagetechniken für Kinder und Jugendliche
- Kurze Übungen für den Schulunterricht, beim Lernen

3. Längere Übungsreihen

3 WE

- Die 18 Bewegungen des Taiji Qigong
Vertiefung und Intensivierung der eigenen Übungspraxis

3 WE

- ausgewählte Bilder aus der Form mit altersgerechtem Zugang, eigene Geschichten themenspez. entwickeln

4. Stilles Qigong

2 WE

- Stressbewältigungsübung
- Kleiner Kreislauf, inneres Lächeln
- Entspannungsübungen

+ 1WE (12,5 Zeitstd.) 3 WE

- Kurze Übungen für den Alltag
- Entspannungsübungen für Kinder und Jugendliche
- Qigong u. Klang

| | | |
|---|----------|---|
| <p>5. Pädagogik / Didaktik 2 WE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterrichtsmethodik • Entwicklung der eigenen Unterrichtskompetenz, Kreativität • Lehrproben, Themenvorbereitung | + | <p>allgemeine Pädagogik 2 WE 4 WE</p> <ul style="list-style-type: none"> • für Kurse mit Kindern und Jugendlichen • Anfangsrituale, Rhythmus einer Unterrichtsstunde • altersgerechte Unterrichtssprache • Umgang mit Kindern mit Behinderungen • Prozesse somatischen Lernens • Qigong und Kreativität (Farbe, Gestalt) |
| <p>6. Vertiefung/Prüfungsvorbereitung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Korrektur, Anatomie u. Bewegungslehre • Abschlussprüfung • Hausarbeit, Lehrprobe und schriftliche Prüfung | | <p style="text-align: right;">2 WE</p> <ul style="list-style-type: none"> • Thema: Qigong mit Kindern und Jugendlichen |

Die Ausbildung umfasst insgesamt 350 Übungseinheiten zu je 45 Min (262,5 Zeitstunden).

Für die Vermittlung der Kinder-Qigong spezifischen Themen haben wir die Stundenzahl von 187,5 Zeitstunden um 75 Stunden erweitert. Diese spezifischen Themen werden in alle Wochenenden integriert.

Unterrichtseinheiten

- | | | |
|--|------------------------|------------|
| • 17 WE a 12,5 Zeitstunden | Sa. + Son. | 212,5 Std. |
| • 2 Viertagesseminare a 25 Zeitstunden | Do. + Fr. + Sa. + Son. | 50 Std. |

gez. Susanne Pries
21.06.2015