

IPF
Institut für Pädagogik und Fortbildung
Wentorferstrasse 11
22959 Linau

Tel.: 04154 – 709 1883
Fax: 04154 – 709 1884
E-mail: mail@ipf-istitut.net



Lerninhalte der Weiterbildung zum/zur Entspannungspädagogen/in

(Sie bekommen Arbeitsunterlagen gratis)

- * Stressforschung (Hirnforschung ,Psychosomatik, Lerntheorien, Lernstrategien)

- * Erlernen verschiedener Entspannungstechniken in Theorie und Praxis:
 - Grundlagen des Autogenen Trainings
 - Progressive Muskelentspannung
 - Fantasiereisen
 - Meditatives Malen (Mandalas, etc.)
 - Meditatives Tanzen
 - Körperwahrnehmungsübungen (aus der Psychomotorik und dem Yoga)
 - Atemwahrnehmungsübungen (Atemübungen)
 - Autosuggestive Entspannungsübungen
 - Visualisationsübungen
 - Formelhafte Vorsätze (Affirmationen)
 - Beschäftigung mit Aura ,Farben und Düften
 - Stilleübungen
 - Meditation
 - Entspannungshilfen für den Alltag

- * Yoga für Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Theorie und Praxis

- * Anatomie und Physiologie, Entwicklung der Sinne aus psychomotorischer Sicht

- * Nervosität, bzw. Hyperaktivität (alternative Behandlungsmöglichkeiten)

- * Methodik und Didaktik des Unterrichts (Erwachsenen-Kindergruppen)

- * Rhetorik

- * Kursleiteranforderungen

Die Ausbildungsinhalte sind auf alle Altersgruppen ausgerichtet, so dass Sie mit Abschluss der Weiterbildung befähigt sind auch mit allen Altersgruppen zu arbeiten. Jeweils zwei Wochenendseminare bilden einen Themenblock. Falls Sie z.B. durch Krankheit einmal verhindert sein sollten ist es möglich diesen zu einem späteren Zeitpunkt nachzuholen.