

Herzlich willkommen bei

Bewegungsabenteuer





Ihre Einrichtung möchte pädagogische Fachkräfte im Bereich der Bewegungsförderung qualifizieren und dabei noch jede Menge Zeit sparen?

Mein Ziel ist es, die Teilnehmer/innen mit neuen Spielideen und Impulsen zu inspirieren, die sie ganz einfach in ihre alltägliche Arbeit integrieren können - sowohl im Gruppenraum, als auch in gezielten Bewegungsanboten.

Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Kinder ganzheitlich in ihrer Entwicklung zu begleiten.

Unsere Seminare finden sehr praxisorientiert statt und werden anhand einiger Beispiele mit theoretischem Fachwissen ergänzt. Besonderen Wert lege ich in den Seminaren auch darauf, dass Variationen und Förderziele besprochen werden.

So lernen die Teilnehmer/innen die Inhalte nach dem Seminar optimal an die Bedürfnisse der Kinder und an die Rahmenbedingungen vor Ort anzupassen. Außerdem gibt es Raum für einen gemeinsamen Austausch und im Anschluss ein umfangreiches Skript.

Die Seminare finden als Inhouse-Schulungen oder in Planung mit dem Träger auch einrichtungsübergreifend statt. Das Lernen und Erleben mit allen Sinnen steht hier im Vordergrund.

Lassen wir gemeinsam den Alltag der Kinder zu einem (Bewegungs-) Abenteuer werden!

Maja Hoffmann



Maja Hoffmann

Gymnastiklehrerin,
Motopädin und Lerntrainerin

Mein Ziel ist es, pädagogischen Fachkräften einfache und spannende Spiel- und Bewegungsideen zu vermitteln, damit sie den Alltag der Kinder zu einem (Bewegungs-) Abenteuer werden lassen.

Ich liebe es, Kinder zum Lachen zu bringen und sie mit einfachen Ideen zu begeistern. Dabei steht jedes Kind als Individuum mit seinen persönlichen Stärken im Mittelpunkt. Jedes Kind hat das Recht auf eine kunterbunte Erlebniswelt, in der es viel zu lernen und zu entdecken gibt. Die natürliche Bewegungsfreude spielt dabei eine große Rolle.

Das klingt interessant? Dann buche direkt einen unverbindlichen Kennenlerntermin auf meiner Homepage!

Maja Hoffmann

Meine Vita



Meine Referenzen

14 Jahre

Berufserfahrung

6 Jahre

Erfahrung im Seminarbereich

350+

absolvierte Seminartage

3.333+

zufriedene Teilnehmer/innen

... sowie unzählige Stunden an Wissensgewinn und Erstellung der Konzeptionen und Unterlagen für jedes einzelne Thema.



Themenübersicht meiner Seminare

01

Fit für die Schule

Für einen erfolgreichen Schulstart

02

Bewegte Entspannung

Wie Kinder spielerisch zur Ruhe kommen

03

Fit von Kopf bis Fuß

Ganzheitlich Gesundheitsförderung

04

Bunte Bewegungsabenteuer

Mix aus spannenden Bewegungsspielen

05

Raus mit der Sprache

Sprachförderung mit Musik und
Bewegung

06

Ringeln, Raufen, Wut rauslassen

Spiele für wilde & gefühlsstarke Kinder



Themenübersicht meiner Seminare

01

Fit für die Schule

Für einen erfolgreichen Schulstart



Damit die Kinder in der Schule erfolgreich lernen können, brauchen sie verschiedene Teilleistungen, die ihnen zur Verfügung stehen.

Diese Teilleistungen bilden sich am besten in Bewegung aus. Spielerische Bewegungsübungen und speziell dafür konzipierte Arbeitsblätter schaffen die Voraussetzungen für ein leichteres Lernen und einen erfolgreichen Schulstart.

Einen besonderen Schwerpunkt stellt die Ideensammlung im Bereich der Fein- und Graphomotorik dar. Eine differenzierte Finger- und Handmotorik ist elementar für eine gute Stifthaltung.

Sie lernen ebenfalls verschiedene Möglichkeiten kennen, die eben genannten Teilleistungen spielerisch zu überprüfen und den Eltern simpel zu vermitteln, was sich dahinter verbirgt.

Themenübersicht meiner Seminare

02

Bewegte Entspannung

Wie Kinder spielerisch zur Ruhe kommen



Spielerische Bewegungs- und Entspannungsübungen – methodisch abgerundet durch die „Entspannungstreppe“ - sorgen für einen spielerischen Wechsel zwischen An- und Entspannung.

Sie erhalten verschiedene Werkzeuge, um Kindern Ruhe als Erlebnis zu vermitteln, den Stress herauszunehmen und sich ganz auf die eigenen Sinne einzulassen. Dadurch sollen Stresssymptome wie Nervosität, Unkonzentriertheit, Bauchschmerzen oder Schlafprobleme gemindert werden.

Die Entspannungsspiele haben einen positiven Einfluss auf die Gesundheit: Die Durchblutung wird gefördert, welche für eine bessere Konzentration sorgt. Außerdem werden die körperlichen Abwehrkräfte gesteigert.

Themeninhalte sind:

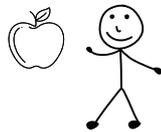
- Bewegungsspiele zum Stressabbau
- Wahrnehmungsübungen für mehr Körperbewusstsein
- Strategien zur Stressbewältigung
- Kindgemäße Formen von AT und PMR
- Traumreisen und Entspannungsrätsel
- Massagegeschichten und Atemübungen
- Einblicke ins Kinder-Yoga

Themenübersicht meiner Seminare

03

Fit von Kopf bis Fuß

Ganzheitliche Gesundheitsförderung



Viele Kinder essen immer mehr zuckerhaltige Nahrung, bewegen sich immer weniger, trinken viel zu wenig... Hier sind Eltern und pädagogische Fachkräfte gefragt, um die Kinder für einen gesunden Lebensstil zu sensibilisieren.

Sie lernen kreative Ideen kennen, um Kinder ganzheitlich in ihrer Gesundheit zu fördern. Themeninhalte sind:

- Spielerische Haltungs- und Bewegungsschulung
- Training der motorischen Grundeigenschaften
- Ausdauerspiele für das Herz-Kreislauf-System
- Einfluss von Ess-, Trink- und Schlafverhalten
- Fußgymnastik und Kinder-Rückenschule
- Entspannung und Stressmanagement
- Wahrnehmungsförderung

Themenübersicht meiner Seminare

04

Bunte Bewegungsabenteuer

Mix aus spannenden Bewegungsspielen



Wer kennt das nicht? Oft hat man im stressigen Berufsalltag nicht die Zeit, um neue Spiele für die Kinder vorzubereiten.

In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer/innen jede Menge Spiele kennen, für die sie kein oder nur wenig Material brauchen und die Kinder in den verschiedenen Entwicklungsbereichen fördern.

Das Wertvolle daran ist, dass die Kinder die Spiele auch selbstständig organisieren können.

Eine bunte Mischung aus altbewährten und einfachen Spielen, von denen sie garantiert einige noch nicht kennen:

- Spielideen mit Alltagsmaterialien
- Spielerische Sprachförderung
- Bodypercussion und Musik
- Bewegte Entspannung
- Eine Weltreise mit dem Schwungtuch
- Spiele für Grob-, Fein- und Graphomotorik
- Ideen für Morgenkreis, Gruppen- und Bewegungsraum

Themenübersicht meiner Seminare

05

Raus mit der Sprache

Sprachförderung mit Musik und Bewegung



Frühe Sprachförderung ist wichtig, um allen Kindern die Chance auf erfolgreiches Lernen zu ermöglichen. Mit Spielen, Reimen, Bildern, Geschichten und Liedern gestalten wir phantasievolle Sprachabenteuer, um die Lernfreude der Kinder zu wecken und zu erhalten. Ganzheitlich und kindgemäß werden alle sprachlichen Bereiche gefördert: Reimbewusstsein, Wortschatz, Hörverstehen, Grammatik, Laute und Silben.

Themeninhalte sind:

- Bodypercussion
- Mitmach- und Klanggeschichten
- Kreativer Kindertanz
- Elemente aus der musikalischen Früherziehung
- Alte und neue Kinderlieder und Fingerspiele
- Spiele zu verschiedenen Elementen der Sprache
- Ideen für Morgenkreis, Gruppen- und Bewegungsraum

Themenübersicht meiner Seminare

06

Ringen, Raufen, Wut rauslassen Spiele für wilde & gefühlstarke Kinder



Jedes Kind ist einmal wütend. Wie kann ein Kind lernen, mit seiner Wut angemessen umgehen? Die bewusste Auseinandersetzung mit dem Thema hilft Kindern, dies zu lernen und zu verhindern, dass die Wut irgendwann in Aggression umschlägt.

Vielseitige Spiele fördern die Sozialkompetenz und den Umgang mit Emotionen. In der späteren Umsetzung profitieren dann vor allem auch Kinder, die sich verbal weniger gut auseinandersetzen können. Sie lernen sich gegenseitig auf spielerische Weise herauszufordern und innere Spannungen und Konflikte zu lösen, aber auch einfach einmal ihre Kräfte zu messen und Dampf abzulassen.

Themeninhalte sind:

- In der Gruppe Dampf ablassen: Wut-weg-Spiele
- Wut abbauen, Ängste überwinden: Erste Hilfe für wütende Kinder
- Selbstsicherheit gewinnen: Wilde Spiele und Selbsteinschätzung
- Stärken und Grenzen entdecken: Abenteuerliches Kräftemessen
- Gemeinsam zum Ziel: Spiele ohne Gewinner und Verlierer
- Spielerisch Konflikte lösen: Streiten will gelernt sein
- Entspannen und neue Kräfte sammeln: Abschalten und Ruhe finden

Ablauf der Buchung

01

PLANUNG

Sie schauen sich in Ruhe mein Portfolio an und machen sich Gedanken, welches Thema für Sie und Ihr Team interessant ist und wie Sie sich Ihr Seminar vorstellen.

02

KONTAKTAUFNAHME

Sie vereinbaren mit mir einen Termin für ein Erstgespräch (via Telefon oder Zoom), bei dem wir alle Rahmenbedingungen besprechen; Datum, Anzahl der Teilnehmer, Themenwünsche, Räumlichkeiten etc.

03

BUCHUNG

Wenn alle Rahmenbedingungen besprochen sind und Sie sich entschieden haben, buchen Sie das Seminar verbindlich. Ist die Buchung eingegangen, reserviere ich Ihnen Ihren Wunschtermin.

04

DURCHFÜHRUNG

Am Tag des Seminars lernen alle Teilnehmer vielfältige Spielideen und theoretische Grundlagen passend zum ausgewählten Thema kennen. Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung und ein umfangreiches Skript mit allen Inhalten.



Mehr Informationen

WAS ERWARTET DIE TEILNEHMER/INNEN IN DEN SEMINAREN?

- ✓ Abwechslungsreiche Inhalte
- ✓ Angenehme Gruppenatmosphäre
- ✓ Praxisnahe Spiel- und Bewegungsideen
- ✓ Lebendige Wissensvermittlung
- ✓ Große Methodenvielfalt
- ✓ Umfangreiche Skripte
- ✓ Teilnahmebescheinigung
- ✓ Kommunikativer Austausch und Raum für Fragen

PLATZ FÜR NOTIZEN