Herzlich willkommen bei

Bewegungsabenteuer

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

Meine Vita

2021

Gründung von Bewegungsabenteuer

Tätigkeit als Motopädin in einer Praxis für Ergotherapie und einer inklusiven Kita

2019

2016-2019 Beraterin für anerkannte Bewegungskindergärten, Kreis Mettmann

2018

"Fingerspitzengefühle" Feinmotorik-Werkstatt
Ideen zur Förderung der Feinmotorik

2017

seit 2017 Referentin beim Landessportbund NRW

2015

2014-2015 KLIPP und KLAR
Vorschultrainer-Ausbildung

2014

2012-2014 Ausbildung zur staatl. anerkannten Motopädin

Marburger Verhaltenstaining

2013

Gründung meines Bewegungszentrums

Verschiedene Fortbildungen im Psychomotorik-Zentrum in Bonn

2012

ÜL-B Bewegungserziehung im Kleinkind- und Vorschulalter

2011

Beginn meiner freiberuflichen Tätigkeit

2008-2011 - Ausbildung zur staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

Meine Referenzen

15 Jahre
Berufserfahrung

6 Jahre
Erfahrung im Seminarbereich

400+
absolvierte Seminartage

3.333+
zufriedene Teilnehmer/innen

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

Grundlagen der Psychomotorik

Lernen und Erleben mit allen Sinnen

Lernen die Vielfalt der Psychomotorik mit ihren verschiedenen Facetten und Einsatzmöglichkeiten im bewegungspädagogischen Bereich kennen.

Du bekommst einen Einblick in den ganzheitlichen und erlebnisorientierten Ansatz und wirst dafür sensibilisiert, stärken- und bedürfnisorientiert zu arbeiten. Dabei stehen Wahrnehmungs-, Bewegungs- und Verhaltenserfahrungen, sowie das Selbsterleben im Vordergrund. Außerdem beschäftigen wir uns mit der Frage: Was sind Möglichkeiten und Grenzen der psychomotorischen Förderung in der Kita?

Dieses Seminar ist als Online- und Präsenzseminar verfügbar

Informationen zum Online-Seminar:

Dein Termin:

Das Seminar findet am Samstag, 20. April 2024
von 9:00-13:00 Uhr via Zoom statt

Deine Investition:

119,00 Euro für Seminar & Handout

Nach dem Seminar erhältst Du eine Teilnahmebescheinigung.

Dein Bonus: Hast Du das Seminar gebucht, erhältst Du danach alle Updates (neue Vorlagen) kostenlos!

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

Spielerische Förderung der

Fein- und Graphomotorik

In den letzten Jahren haben viele Kinder zunehmend Schwierigkeiten mit der Stifthaltung. Auffälligkeiten und Unlust beim Malen und Schreiben haben verschiedene Ursachen.

Nach einer ganzheitlichen Beobachtung kann eine spielerische Förderung geplant werden. Du erfährst praxisorientiert die Aspekte und Zusammenhänge rund um Stifthaltung, Handgeschicklichkeit, Feinmotorik, Malentwicklung und Linkshändigkeit bei Kindern im Alter von 4-8 Jahren.

In der praktischen Umsetzung lernen die Kinder ihre feinmotorischen Fähigkeiten einmal ganz anders kennen. Zum Seminar gehören außerdem einige selbst entwickelte Arbeitsblätter.

Dieses Seminar ist als Online- und Präsenzseminar verfügbar

Informationen zum Online-Seminar:

Dein Termin:

Das Seminar findet am Samstag, 04. Mai 2024 von 9:00-13:00 Uhr via Zoom statt

Deine Investition:

119,00 Euro für Seminar & Handout

Nach dem Seminar erhältst Du eine Teilnahmebescheinigung.

Dein Bonus: Hast Du das Seminar gebucht, erhältst Du danach alle Updates (neue Vorlagen) kostenlos!

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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.

Du erhältst 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.

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 & Methodik im Bereich Kinder-Yoga

Dieses Seminar ist als Online- und Präsenzseminar verfügbar

Informationen zum Online-Seminar:

Dein Termin:

Das Seminar findet am Samstag, 22. Juni 2024
von 9:00-13:00 Uhr via Zoom statt

Deine Investition:

119,00 Euro für Seminar & Handout

Nach dem Seminar erhältst Du eine Teilnahmebescheinigung.

Dein Bonus: Hast Du das Seminar gebucht, erhältst Du danach alle Updates (neue Vorlagen) kostenlos!

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

Fit für die Schule

Spielerische Förderung der vorschulischen Basiskompetenzen

Damit die Kinder in der Schule erfolgreich lernen können, brauchen sie verschiedene Teilleistungen, die ihnen zur Verfügung stehen, wie z.B. die Hand-Auge-Koordination und ein gutes Körperschema.

Spielerische Bewegungsübungen und speziell dafür konzipierte Arbeitsblätter schaffen die Voraussetzungen für ein leichteres Lernen und einen erfolgreicheren Schulstart.
Du lernst ebenfalls verschiedene Möglichkeiten kennen, die eben genannten Teilleistungen spielerisch zu überprüfen und den Eltern simpel zu vermitteln, was sich dahinter verbirgt.
Wir schauen uns gemeinsam an, welche Voraussetzungen für Kinder brauchen und welche Ursache Lernprobleme haben.

Dieses Seminar ist als Online- und Präsenzseminar verfügbar

Informationen zum Online-Seminar:

Dein Termin:

Das Seminar findet am Samstag, 07. September 2024
von 9:00-15:00 Uhr via Zoom statt

Deine Investition:

149,00 Euro für Seminar & Handout

Nach dem Seminar erhältst Du eine Teilnahmebescheinigung.

Dein Bonus: Hast Du das Seminar gebucht, erhältst Du danach alle Updates (neue Vorlagen) kostenlos!

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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 Fachpersonal 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
- Ausdauerspiele für das Herz-Kreislauf-System
- Einfluss von Ess-, Trink- und Schlafverhalten
- Fußgymnastik und Kinder-Rückenschule
- Entspannung und Stressmanagement
- Wahrnehmungsförderung

Dieses Seminar ist als Online- und Präsenzseminar verfügbar

Informationen zum Online-Seminar:

Dein Termin:

Das Seminar findet am Samstag, 23. November 2024 von 9:00-13:00 Uhr via Zoom statt

Deine Investition:

149,00 Euro für Seminar & Handout

Nach dem Seminar erhältst Du eine Teilnahmebescheinigung.

Dein Bonus: Hast Du das Seminar gebucht, erhältst Du danach alle Updates (neue Vorlagen) kostenlos!

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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

Dieses Seminar ist als Präsenzseminar verfügbar

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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

Dieses Seminar ist als Präsenzseminar verfügbar

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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

Dieses Seminar ist als Präsenzseminar verfügbar

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

Teilnahme an Online-Seminaren

01

AUSWAHL DES THEMAS

Die Interessenten wählen ihr Wunschthema aus und melden auch an, um sich rechtzeitig ihren Platz im Online-Seminar zu sichern.

02

TEILNAHME

Jeder Teilnehmer kann ganz bequem von Zuhause aus teilnehmen und wertvolle Tipps und Ideen für sein Wunschthema mitnehmen.

03

UNTERLAGEN

Nach der Teilnahme am Online-Seminar erhalten alle Teilnehmer eine Teilnahmebescheinigung, ihr Handout mit der Zusammenfassung aller Inhalte und ggf. passende Arbeitsblätter.

04

BLEIBE AUF DEM LAUFENDEN

Wer einmal an einem Online-Seminar teilnimmt, erhält alle Updates automatisch & kostenlos, solange es das jeweilige Seminar gibt.

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

Ihre Inhouse-Schulung

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.

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr

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

© BEWEGUNGSABENTEUER
Maja Hoffmann | Am Wasserturm 14 | 45472 Mülheim an der Ruhr