

WELCHE VORAUSSETZUNGEN SIND ZU ERFÜLLEN?

Für die Teilnahme an der Fortbildung sind keine speziellen Vorkenntnisse im Yoga erforderlich. Offenheit für neue pädagogische Ansätze, Freude an Bewegung und Interesse an der ganzheitlichen Förderung von Kindern sind ideale Voraussetzungen. Die Fortbildung richtet sich an Personen, die regelmäßig mit Kindern im Kindergartenalter arbeiten und Yoga spielerisch in ihren Alltag integrieren möchten.

WEN SPRECHEN WIR AN?

Die Fortbildung richtet sich an: Erzieher:innen und pädagogisches Fachpersonal in Kindertageseinrichtungen, Tagespflegepersonen, Therapeut:innen und Fachkräfte, die mit Kindern arbeiten sowie Interessierte aus dem Bereich frühkindliche Bildung.

TERMINE

07.05.2026

ABSCHLUSS

Zertifikat der Paritätischen Schulen für soziale Berufe gGmbH

Teilnahmebedingungen und Anmeldeformular:

siehe <https://www.pari-schulen.de/fortbildung-weiterbildung>

KURSINFORMATIONEN

Unterrichtsort Paritätische Schulen für soziale Berufe gGmbH
Kronenplatz 1, 77652 Offenburg

Unterrichtszeiten 9.00 - 16.15 Uhr

Anmeldeschluss 09.04.2026

Teilnehmerzahl Mind. 8, max. 12 Teilnehmer

Kursgebühren Die Kursgebühr beträgt 139,- €
Die Kursgebühren beinhalten Skript und Zertifikat

Kursleitung Christin Hoffmann
Fortbildungskoordination

Dozent*innen Claudia Benedict
Staatlich anerkannte Erzieherin und ausgebildete Kinder- Yogalehrerin

Interesse geweckt?

Mehr erfahren Sie auf
www.pari-schulen.de

Paritätische Schulen
Inselstr. 30 · 77756 Hausach
H 0177 8684 573
Zentrale 07831 9685-0
fobi@pari-schulen.de



WIR BILDEN WEITER

Kinderyoga im Kita-Alltag

Bewegung, Achtsamkeit und Körperwahrnehmung spielerisch fördern

2026

www.pari-schulen.de

WELCHE ZIELE VERFOLGT DIE WEITERBILDUNG?

Die Fortbildung „Kinderyoga im Kindergarten“ verfolgt das Ziel, pädagogischen Fachkräften praxisnahe und leicht umsetzbare Methoden zu vermitteln, mit denen sie Yoga spielerisch und kindgerecht in den Kita-Alltag integrieren können. Dabei stehen folgende Aspekte im Mittelpunkt:

- **Stärkung der Körperwahrnehmung:** Kinder lernen, ihren Körper bewusst wahrzunehmen, Bewegungen zu spüren und achtsam mit sich selbst umzugehen.
- **Förderung von Achtsamkeit und Selbstregulation:** Durch einfache Atemübungen und ruhige Bewegungsabläufe entwickeln Kinder ein Gefühl für innere Ruhe und Konzentration.
- **Bewegungsfreude und Ausdruck:** Kinderyoga fördert die natürliche Bewegungsfreude und unterstützt die motorische Entwicklung auf kreative Weise.
- **Emotionale und soziale Entwicklung:** Yogaübungen in der Gruppe stärken das Gemeinschaftsgefühl, fördern Empathie und helfen Kindern, ihre Gefühle besser zu verstehen und auszudrücken.
- **Niederschwellige Umsetzung:** Die Teilnehmenden erhalten Werkzeuge, um Yoga ohne großen Aufwand in den Alltag zu integrieren – ganz ohne spezielle Vorkenntnisse oder Materialien.

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung und ein Yogakissen, sofern vorhanden.

WAS SIND DIE INHALTE?

Die Fortbildung kombiniert theoretisches Wissen mit praktischen Übungen und Selbsterfahrung.

Einführung in Kinderyoga

- Was ist Kinderyoga und wie unterscheidet es sich vom Yoga für Erwachsene?
- Wissenschaftliche Erkenntnisse zur Wirkung von Yoga auf Kinder
- Bedeutung von Ritualen und Wiederholungen im Kinderyoga

Körperwahrnehmung und Achtsamkeit

- Übungen zur Förderung der Selbstwahrnehmung
- Sinneswahrnehmung spielerisch stärken
- Atemübungen und kleine Meditationen für Kinder

Grundlagen der Bewegungslehre

- Kindgerechte Bewegungsabläufe und deren Wirkung
- Entwicklung von Bewegungskoordination, Gleichgewicht, Körperspannung und Körperaufrichtung

Praktische Yogaübungen für Kinder

- Tier- und Naturposen (Asanas)
- Fantasiereisen und Massagespiele
- Affirmationen
- Partner- und Gruppenübungen zur Förderung sozialer Kompetenzen

Reflexion und Transfer

- Austausch über Erfahrungen und Ideen
- Entwicklung eigener Mini-Yogaeinheiten für die Praxis
- Tipps zur Integration in den Kita-Alltag

WIE SEHEN DIE METHODEN AUS?

Wir legen Wert auf praxisnahe und direkt umsetzbare Vorgehen. Dabei leiten uns die Grundsätze Carl Rogers: Echtheit der Person, Wertschätzung des Anderen und Empathie für unser Gegenüber.

Die Fortbildung setzt auf eine ausgewogene Mischung aus Theorie, Praxis und Reflexion. Die Methoden sind so gewählt, dass sie sowohl die persönliche Erfahrung der Teilnehmenden fördern als auch direkt in die Arbeit mit Kindern übertragbar sind. Die Teilnehmenden erleben Yogaübungen selbst, um deren Wirkung zu spüren und ein Gefühl für die kindgerechte Umsetzung zu entwickeln. Dabei werden einfache Bewegungsabläufe, Atemtechniken und Fantasiereisen ausprobiert. Das Ziel ist es, Sicherheit in der Anleitung gewinnen und die eigene Körperwahrnehmung stärken.

Nicht zuletzt sind wir der Auffassung: Lernen soll Freude bereiten. Um ein positives Lernklima zu schaffen, erhalten eventuelle Störungen den angemessenen Vorrang.

