

Achtsamkeit in der Kita

Im gegenwärtigen Moment und ohne Urteil

Diese Fortbildung richtet sich an pädagogische Fachkräfte, die ihre pädagogische Arbeit mit Kindern in Kitas achtsam gestalten möchten. Die Bedeutung von Achtsamkeit in der frühen Bildung steht im Mittelpunkt dieser praxisorientierten Veranstaltung. Unsere Fortbildung verfolgt das Ziel, Ihnen praxisnahe Methoden zu vermitteln, um Achtsamkeitspraktiken in den Kita-Alltag zu integrieren und Ihre eigene Achtsamkeitspraxis zu stärken. Durch die Förderung von Resilienz und emotionaler Intelligenz bei Kindern möchten wir gemeinsam eine unterstützende und achtsame Umgebung in der Kita schaffen. Wir laden Sie herzlich ein, an diesem bereichernden und interaktiven Workshop teilzunehmen, der Ihnen neue Perspektiven aufzeigt und Sie dabei unterstützt, achtsam mit sich selbst und den Kindern umzugehen.

Ziele des Workshops

- Verständnis für die Bedeutung von Achtsamkeit in der frühkindlichen Bildung entwickeln.
- Methoden zur Integration von Achtsamkeitspraktiken in den Kita-Alltag erlernen.
- Förderung der eigenen Achtsamkeitspraxis zur Stärkung der Resilienz im pädagogischen Beruf.
- Entwicklung von Strategien zur Unterstützung der emotionalen Intelligenz bei Kindern.
- Schaffung einer achtsamen und unterstützenden Umgebung für Kinder in der Kita.

Mögliche Inhalte des Workshops

- Einführung in die Grundlagen der Achtsamkeit und deren Bedeutung für die frühkindliche Entwicklung.
- Praktische Übungen zur Förderung von Achtsamkeit bei Kindern im Kita-Setting.
- Integration von kurzen Achtsamkeitsübungen in den pädagogischen Alltag.
- Selbstfürsorge und Stressbewältigung für pädagogische Fachkräfte durch Achtsamkeit.
- Entwicklung eines Konzepts zur Implementierung von Achtsamkeit in die Kita-Routine.
- Rollenspiele und Gruppenarbeit zur Reflexion und Diskussion von Herausforderungen bei der Umsetzung von Achtsamkeit in der Kita.
- Förderung von Empathie und sozialer Kompetenz bei Kindern durch Achtsamkeitsübungen.

Mögliche Inhalte des Workshops (Forts.)

- Praktische Anwendung von Achtsamkeitsübungen zur Förderung der Konzentration und Entspannung bei Kindern.
- Austausch über Erfahrungen und Best Practices im Bereich Achtsamkeit in der Kita.
- Entwicklung eines individuellen Aktionsplans zur Integration von Achtsamkeit in den eigenen pädagogischen Arbeitsalltag.

Methoden

- Fachlicher Input
- Moderation
- Kleingruppenarbeiten
- Bearbeitung individueller Anliegen
- Diskussion
- Erfahrungsaustausch

Zielgruppe

Pädagogische Mitarbeiter, Sozialarbeiter, Mitarbeiter der OGS

Hilfsmittel

Flipchart, Beamer, Moderations-/ Metaplanwand

Materialien

Präsentation/ Fotoprotokoll, Fortbildungsmaterialien

Zeitlicher Rahmen

6 Zeitstunden + Kaffee- u. Mittagspause
08:00 h bis 15:00 h o. 08:30 h bis 15:30 h o. 09:00 h bis 16:00 h

terminliche Verfügbarkeit & Angebot

[bitte hier anfragen](#)