



**Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge**

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Klagenfurt, im April 2024

Fit für die Schule – Stark fürs Leben Das Samurai-Programm in Kindergarten und Schule

Das Samurai-Programm „Fit für die Schule – Stark fürs Leben“ wurde speziell für Kinder von 4 bis 10 Jahren konzipiert und auf die Bedürfnisse in dieser wichtigen Entwicklungsphase abgestimmt.

Im Kindergartenalter stehen spielerische Elemente und kreative Bewegungsabläufe im Vordergrund, während in der Schule die Übungen und Angebote gezielt zur Förderung der Konzentration und Körperhaltung eingesetzt werden.

Spätestens wenn Kinder in die Schule kommen, wird die Bedeutung einer gesunden und aufrechten Körperhaltung besonders wichtig. Eine gute Körperhaltung kann nicht nur das körperliche Wohlbefinden der Kinder fördern, sondern auch ihre Konzentrationsfähigkeit und Lernbereitschaft positiv beeinflussen. Die gezielten Übungen und spielerischen Angebote unseres Programmes ermutigen die Kinder, auf ihre Körperhaltung zu achten und diese bewusst zu verbessern. Durch die tägliche Wiederholung werden diese neuen Muster fest verankert.

Indem die Kinder lernen, die Übungen sowohl zur Selbstbehandlung als auch gegenseitig anzuwenden, entwickeln sie nicht nur eine bessere Körperwahrnehmung sondern auch Empathie und soziale Kompetenzen. Durch das gegenseitige Helfen und Unterstützen in Partnerübungen lernen die Kinder, Respekt und Toleranz gegenüber dem Anderen aber auch Verantwortung zu übernehmen und sich auf andere einzulassen.



**Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge**

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Die Erfahrung, wie wohltuend und hilfreich es sein kann, wenn man sich gegenseitig unterstützt, stärkt das Gemeinschaftsgefühl und das Verständnis füreinander. Gleichzeitig lernen die Kinder, wie wichtig eine aufrechte Haltung für ihre körperliche und geistige Gesundheit ist und wie sie durch gezielte Übungen aktiv dazu beitragen können.

Durch die ganzheitliche Herangehensweise des Samurai-Programms werden daher nicht nur die körperlichen, sondern auch die sozialen und emotionalen Fähigkeiten der Kinder gefördert.

Ziele dieses Programmes sind:

- ▮ Die Reifung der Körperwahrnehmung und die Verbesserung der Aufrichtung sind wichtige Aspekte, um den Kindern Handlungssicherheit zu vermitteln und sie in ihrem körperlichen Wohlbefinden zu unterstützen.
- ▮ Die Sensibilisierung für die eigenen Grenzen und die Grenzen anderer fördert ein respektvolles Miteinander und trägt zur Entwicklung sozialer Kompetenzen bei.
- ▮ Durch das Erlernen von Selbstwirksamkeitstechniken werden die Kinder ermutigt, Verantwortung für sich selbst zu übernehmen und Lösungen für Herausforderungen zu finden.
- ▮ Die Erweiterung der Möglichkeiten im Sinne eines situationsangepassten und flexiblen Verhaltens ermöglicht es den Kindern, sich besser auf verschiedene Situationen einzustellen und angemessen zu reagieren. Insgesamt trägt das Samurai-Programm dazu bei, die Kinder in ihrer persönlichen Entwicklung zu unterstützen und sie fit für die Anforderungen in der Schule und im Leben zu machen.

Die Einbettung des Samurai-Programms in eine Geschichte aus der japanischen



**Fortbildungszentrum für medizinische Berufe
und Verein für Gesundheitsvorsorge**

A-9020 Klagenfurt am Wörthersee | Waaggasse 18
Tel.: +43 (0) 463 / 55 141 | Fax: +43 (0) 463 / 500 141
office@fbz-klagenfurt.at | www.fbz-klagenfurt.at

Vergangenheit ist eine kreative und motivierende Möglichkeit, um den Kindern einen leichteren Zugang zum Programm zu finden. Indem die Kinder die Welt der Samurai eintauchen, können sie sich besser mit den Übungen identifizieren und sich spielerisch in die Thematik hineinversetzen.

Lehrinhalte

- Grundlagen des Samurai-Programms
 - Wirkung und Bedeutung für die kindliche Entwicklung
 - angepasste Berührungs-, Bewegungs- und Spielangebote
 - Umsetzung des Bewegungsprogramms in kindgerechte Stundenbilder
 - Ideen und Planung abwechslungsreicher Kurs- und Aktionsangebote, wie z.B. Samurai-Nachmittage, Ferienkurse, Projektwochen und vieles mehr
 - PädagogInnen Fortbildung
 - Durchführung von Eltern-Kind-Workshops
- Empfehlenswert für:
- Pädagogische Fachkräfte (Frühpädagogen, ErzieherInnen, Sozialpädagogen,...), MitarbeiterInnen der Frühförderung, therapeutische Fachkräfte (zb Ergotherapie)
 - Baby- und Kinder-Shiatsu Absolventen, Shiatsu-PraktikerInnen. Es sind keine Vorkenntnisse in Shiatsu erforderlich.

Termine:

Der erste Teil des Kurses findet am 9. September 2024 von 18:00-21:00 Uhr im Online-Live-Format statt.

Die Kurszeiten des Präsenzkurses sind: 13. September 2024 (10:00-18:00h), 14. September 2024 (09:30-18:00h) und 15. September 2024 (09:30-17:30h).

Preis: 630,- Euro