

# PÄDAGOGISCHE SEMINARE

Tanz (-theater) - Musik-  
Sprache-Stimme-Motorik

all inclusive

Entspannung  
Erziehergesundheit



[WWW.LIVIASEIFERT-FEDERLEICHT.DE](http://WWW.LIVIASEIFERT-FEDERLEICHT.DE)

Livia Seifert, Dresden  
Tanz-, Rhythmik-, Bewegungs- und  
Entspannungspädagogin



ladenatelier federleicht  
Pilates-Yoga-Rückengesundheit

**Die Aufgabe der Umgebung ist es nicht, das Kind zu formen,  
sondern ihm zu erlauben, sich zu offenbaren.**  
(Maria Montessori)

**Pädagogische Seminare und Weiterbildungen  
für ErzieherInnen, Tagespflegepersonen und PädagogInnen im Elementarbereich (auch  
Heilpädagogik)**

**Dozentin:** Livia Seifert, Tanz -und Bewegungspädagogin, Entspannungstrainerin, Pilates-Trainerin  
Gepr. Dozentin der Erwachsenenbildung - Dozentin für Rhythmik / Bewegungserziehung  
mit unbefristeter Lehrgenehmigung der Sächsischen Bildungsagentur (LF 5 und HPZ).  
Leiterin des BizBE Bildungszentrums für Bewegung und Entspannung Dresden-Meißen.  
Besonderes Interesse für inklusives Arbeiten. 1 Tochter (24 J.)

**Allgemeines:** Alle Seminare sind praxisorientiert und auf die Umsetzung des Sächsischen Bildungsplanes ausgerichtet. Besonderes Augenmerk wird auf das Thema Inklusion gerichtet. Hierfür gibt es die Spezial-Seminarreihe „\*all-inclusive“, sowie den Themenkomplex „Schwerpunkt Inklusion / Heilpädagogik“.

Die Seminare sind als Halbtags- bzw. Tagesseminare oder bei einigen Themen als Jahrespaket buchbar. Einen Hinweis auf zusammenpassende Themen, die zu einem Tagesseminar oder Gesamtpaket verbunden werden können, finden Sie bei den jeweiligen Seminarbeschreibungen. Seminare im ladenatelier federleicht finden stets in Kleingruppen statt.

**Dauer:** je nach Angebot, ab 4 UE (3 Zeitstunden)

**Kleidung:** Für alle körperorientierten Seminare werden bequeme Wechselsachen und geeignete Schuhe (Vermeidung von Unfällen) benötigt.

**Materialien:** Kinderyoga & Entspannungsmethoden: Gymnastikmatte, evt. kleines Kissen und Decke

**Kosten:** Gesamtpakete und Inhouse-Veranstaltungen je nach Angebot und Vereinbarung

**Teilnehmerzahl:** abhängig vom Veranstaltungsort – im ladenatelier federleicht Meißen max. 8

**Veranstaltungsorte:** n.V.

**Termine:** über Kooperationspartner: feststehend  
über BizBE Dresden-Meißen: individuell, auch am Wochenende möglich

Es gelten die AGB von Livia Seifert, Referentin / Dozentin / Trainerin.

## Übersicht über die Themen

### Seminarkomplex 1: Gesund bleiben als pädagogische Fachkraft

- G1: Kopf, Schultern Knie, Zehen... - Ergonomisch arbeiten in der Kita (besonders empfehlenswert U 3)
- G 2: Entspannungsinselformen bauen – Psychohygiene und Entspannungsmethoden für den Alltag
- G 3: Immer gut bei Stimme – Stimmschulung für die Kita-Praxis

### Seminarkomplex 2: Bewegungserziehung, Tanz und Musik

- BT 1: U 3 spezial: 10 cubes – Wir werden kreativ mit den Bewegungswürfeln
- BT 2: U 3 spezial: Auf der grünen Wiese... - Musik und Bewegung im Freien bei jedem Wetter
- BT 3: U 3 spezial: Kräht der Hahn früh am Morgen... - Fingerspiele und Bewegungslieder für das ganze Jahr
- BT 4: U 3 spezial: Kinder, die Musik erklingt – Orff-Instrumente in Krippe und Kindertagespflege
- BT 5: Frühlingserwachen – Bewegt und musikalisch durch den Frühling: Der Bewegungs-Osterkalender. (U3-geeignet)
- BT 6: Fit wie ein Turnschuh – Kinderturnen in Krippe und Kindergarten
- BT 7: Auf der grünen Wiese... - Musik und Bewegung im Freien bei jedem Wetter im Kindergarten
- BT 8: Musikalisches Kinderyoga - Reim und Lied in Kinderyoga und Entspannung (3 Teile) (U3 geeignet)
- BT 9: Wolkenraum – Traumwolke – Entspannung für alle Kinder
- BT 10: Äpfel, Nüsse, Kerzenschein – Bewegt und musikalisch durch den Advent: Der Bewegungs-Adventskalender (U 3 – geeignet)

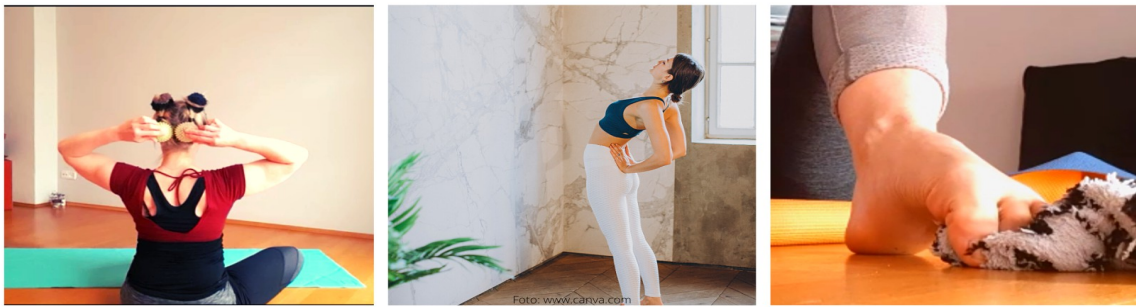
Alle Seminare können unter dem Schwerpunkt „Inklusion / Heilpädagogik“ speziell aufbereitet werden.

### Seminarkomplex 3: Schwerpunkt Inklusion / Heilpädagogik

- I/H 1: Wenn es Kindern die Sprache verschlägt: Selektiver Mutismus im Kindesalter
- I/H 2: „Ich bin in meiner Welt“ - Was ist Autismus und wie gehe ich im Alltag damit um?

**Sie haben Ideen oder Wünsche? Bitte sprechen Sie mich an und wir entwickeln gemeinsam das für Sie passende Angebot. Ich freue mich auf Sie.**

## Seminarkomplex 1: Erziehergesundheit



### Pädagogische Fortbildung \*Erziehergesundheit\*

#### KOPF, SCHULTER, KNIE, ZEHN... ERGONOMISCHES ARBEITEN IM ERZIEHERALLTAG 1/2

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviaseifert-federleicht.de](http://www.liviaseifert-federleicht.de)

#### G 1 Kopf, Schultern Knie, Zehen... - Ergonomisch arbeiten in der Kita

Erzieher/innen aus Kindertagesstätten und Tagesmütter/-väter kennen das Problem: **Verspannungen im** Schulter-Nackengebiet, Rücken- und Knieprobleme. Häufiges Heben und Tragen von Babys und Kleinkindern (Kartons, Tischen, Stühlen, Taschen...), langes Stehen oder Benutzen von Kindermöbeln fordert den Bewegungsapparat und kann zu Schmerzen führen. Vor allem ungewohnte neue Situationen, Stress und Zeitnot führen oft dazu, dass Erzieher/innen und Tagespflegepersonen ihrer eigenen Gesundheit zu wenig Aufmerksamkeit schenken. Dabei lassen sich mit einigen einfachen Verhaltensregeln Probleme und Schmerzen vermeiden.

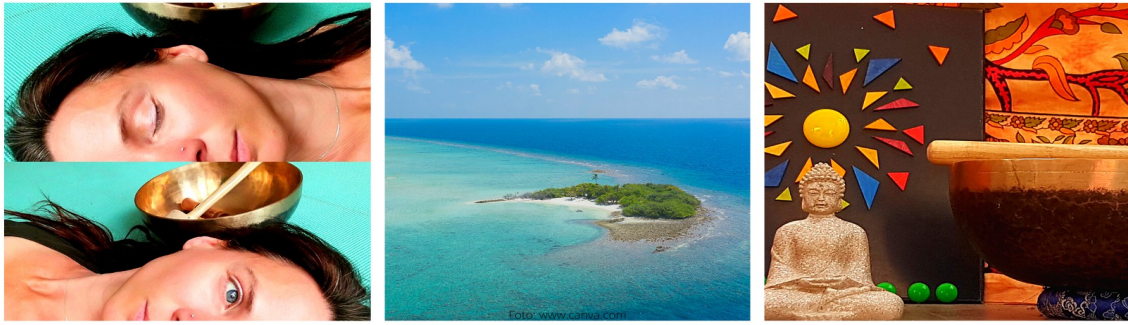
#### Ziel:

Sie lernen in diesem Seminar, wie langfristig muskuläre Dysbalancen ausgeglichen werden können und kennen Übungen, die zu Ihnen passen und Ihre (Rücken-) Muskulatur stärken. Sie haben einen Blick für Ihre Haltungs- und Bewegungsgewohnheiten entwickelt und gehen bewusster mit den Alltagsanforderungen um. Alle Übungen sind praxistauglich und können zum Teil mit den Kindern gemeinsam durchgeführt werden.

#### Inhalte

- Wie kann man im Alltagsstress auf eine schonende Haltung und Bewegungsabläufe achten? Was ist ergonomisches Arbeiten im Kita-Alltag?
- Wie kann man mit speziellen Übungen die Wirbelsäule stabilisieren?
- Wie kann man muskuläre Dysbalancen verhindern?
- Was sind die Ursachen von Rücken- und Knieschmerzen?
- Umgang mit Schmerzen

**4 -8 UE (3-6 Zeitstunden)**



## Pädagogische Fortbildung \*Erziehergesundheit\*

### ENTSPANNUNGSINSELN BAUEN: PSYCHOHYGIENE UND ENTSPANNUNGSMETHODEN

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

#### G 2 Entspannungseln bauen – Psychohygiene und Entspannungsmethoden für den Alltag

Dieses Seminar richtet sich an vielbeschäftigte Tagesmütter, Tagesväter, HeilerziehungspflegerInnen, Erzieher und Erzieherinnen, Lehrer und Lehrerinnen, die lernen wollen, mit gezielten Methoden den alltäglichen Belastungen gelassener, sicherer und gesünder gegenüber zu stehen.

#### Ziel:

Nach diesem Seminar kennen Sie Ihre eigenen aktuell größten Stressoren und sind in der Lage, mithilfe eines Stresstests in größeren zeitlichen Abständen Veränderungen Ihres Stresslevels festzustellen. Sie sind fähig, ihre eigenen Ressourcen in Bezug auf Stressbewältigung zu erkennen und achtsam mit ihnen umzugehen. Eine Ideensammlung macht es Ihnen möglich, je nach Situation für sich selbst geeignete Übungen auszuwählen und anzuwenden.

Das Seminar ist körperorientiert und führt Sie in verschiedene, leicht zu erlernende und gut im Alltag einsetzbare Entspannungstechniken ein. Auf Wunsch erstellen wir gemeinsam einen „Entspannungskalender“ mit Übungen „to go“ für Ihren persönlichen Alltag und einen mit Übungen für diejenigen, mit denen Sie arbeiten (siehe G 2a).

#### Inhalte:

- Wirkungsweisen und Anwendungen von Entspannungsverfahren
- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training
- Franklin-Technik
- Atemübungen
- Blitzentspannung

**8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause**

ladenatelier federleicht  
Pilates-Yoga-Rückengesundheit

MITGLIED  
VERBAND  
DEUTSCHE  
PSYCHOLOGEN  
GESELLSCHAFT

**Psycho-  
hygiene  
to go**

Übungen für den Alltag

**Pädagogische Fortbildung \*Erziehergesundheit\***

**WORKSHOP: PSYCHOHYGIENE TO GO**

**IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT**

[www.liviaseifert-federleicht.de](http://www.liviaseifert-federleicht.de)

## G2 a Psychohygiene to go – Workshop zum „Entspannungskalender“

### Ergänzend zum Seminar G 2 „Entspannungsiseln bauen...“ oder einzeln buchbar

Dieses Seminar richtet sich an vielbeschäftigte Tagesmütter, Tagesväter, HeilerziehungspflegerInnen, Erzieher und Erzieherinnen, Lehrer und Lehrerinnen, aber auch SchulbegleiterInnen, Eltern und betreuende Personen, die im Alltag auf schnelle und unkomplizierte Weise in ihre mentale Mitte kommen oder da bleiben wollen. Kurz, knackig und wirksam – das sind die Ideen in diesem Workshop.

#### Ziel:

Wir erstellen gemeinsam einen „Entspannungs-Dauerkalender“ mit einfach zu handhabenden Kalenderblättern. Auf der Rückseite der Kalenderblätter wird die Ausführung jeder Übung kurz erklärt, so dass man sich schnell erinnern kann.

Es gibt Übungen, die ganz für einen selbst gedacht sind, und einige, die sich mit der begleiteten / betreuten Person (das Alter spielt keine Rolle) gemeinsam durchführen lassen.

Je nach gebuchter Dauer des Workshops sind es 12, 24 oder sogar 48 Kalenderblätter (bei dieser ausführlichen Variante sind auch Übungen zur schnellen Entspannung des Körpers enthalten).

Das Seminar ist körperorientiert und führt Sie in verschiedene, leicht zu erlernende und gut im Alltag einsetzbare Entspannungstechniken ein. Jede Übung wird erklärt und ausprobiert.

#### Inhalte:

- Blitzentspannungen

**4 - 8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause**



## Pädagogische Fortbildung \*Erziehergesundheit\*

**IMMER GUT BEI STIMME - STIMMSCHULUNG FÜR DIE KITA-PRAXIS  
GESUND DURCH HERBST UND WINTER**

**IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT**

[www.liviaseifert-federleicht.de](http://www.liviaseifert-federleicht.de)

### **G 3 Immer gut bei Stimme – Stimmschulung für die Kita-Praxis**

Die Stimme ist jeden Tag im Einsatz, sie ist für Tagesmütter und -väter, ErzieherInnen Und LehrerInnen grundlegendes Arbeitsmittel. Zudem orientieren sich Kinder sehr am Klang der Stimme. Nur manchmal „streikt“ die Stimme, es kratzt im Hals oder sie verweigert sich im schlimmsten Falle ganz. Stimme und Stimmung hängen unmittelbar miteinander zusammen.

Das Singen mit Kindern ist mitunter eine besondere Herausforderung – singen Kinder doch in einer ihnen eigenen Kinderstimmlage, die manchem Erwachsenen nicht liegt. Auch dieses Thema werden wir im Seminar ansprechen.

#### **Ziel:**

Das Seminar versetzt Sie in die Lage, Stimm- und Singfreude zu fühlen und weiterzugeben. Sie wissen, was man für eine funktionierende und gesunde Stimme tun kann und haben eine Sammlung von Übungen und Spielen, die Sie zum Teil auch während des Arbeitstages gemeinsam mit den Kindern anwenden können.

#### **Inhalte:**

- Anatomische Grundlagen guten Sprechens
- Die Stimme im Erzieheralltag
- Bewusste Atemführung & gesunder Stimmeinsatz im Alltag
- Stimme unter Stress? - Tipps für die Stimmpflege
- Körperübungen zur Atemwahrnehmung
- Sprech- und Stimmübungen
- Spiele, Reime, Lieder, Zungenbrecher für Stimmbildung & Artikulation

**8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause**

Seminarkomplex 2: Bewegungserziehung, Tanz und Musik



## Pädagogische Fortbildung \*U3 spezial\*

### 10 CUBES - WIR WERDEN KREATIV MIT DEN BEWEGUNGSWÜRFELN

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

#### BT 1 U 3 – spezial: Bewegungsspaß für die Kleinsten 10 cubes - Wir werden kreativ mit dem Bewegungswürfel (den Bewegungswürfeln)...

Bewegungswürfel machen Spaß! Wir geben Ihnen Anregungen für kreative kleine Angebote mit den beliebten Bewegungswürfeln für die Kleinsten und die schon Größeren:

- zum Zuhören für ganz Kleine (Klanggeschichten) oder
- als Fingerspiel, ohne Laufen, für etwas Größere..
- als Lied / Reim zum musikalischen Gestalten...
- als Bewegungsspiel à la Kinderturnen für noch Größere....
- als Highlight ein Tanzlied für alle, die können und wollen!

Unser praxistaugliches und direkt einsetzbares Angebot wird untermauert durch allgemeine Infos zur Bewegungs- und Sprachentwicklung. So lernt es sich mit Spaß.

#### Ziel:

Sie werden Bewegungswürfel mit ganz neuen Augen sehen, mit viel Kreativität und Ideen aus diesem Seminar in den Alltag gehen und Bewegungs- und Musikangebote mit neuer Vielfalt ergänzen können.

#### Inhalte:

- Grundwissen zur Bewegungs- und Sprachentwicklung
- Bewegungswürfel als spielerisches Angebot
- Altersspezifische konkrete Einsatzmöglichkeiten: Kreativ, spielerisch, anregend
- Variationen für den Einsatz bei Beeinträchtigungen und Handicaps



8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause



## Pädagogische Fortbildung \*U3 spezial\*

**AUF DER GRÜNEN WIESE...  
MUSIK UND BEWEGUNG IM FREIEN BEI JEDEM WETTER**

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviaseifert-federleicht.de](http://www.liviaseifert-federleicht.de)

### BT 2/7 U 3 spezial: Auf der grünen Wiese... - Musik und Bewegung im Freien bei jedem Wetter

Lebensraum Natur - Entdeckungsraum Natur – Sinneserfahrung Natur.

An diesem Tag steht das Beobachten von Wetter, Tieren und Pflanzen im Mittelpunkt. Wie klingt der Regen, wie klingt der Frosch, wie klingen die Vögel? Wie bewegt sich der Baum, wie die Blume? Sehen und hören wir vielleicht eine Maus, einen Fisch, einen Storch? Begleitet wird die Entdeckertour mit Liedern, Rhythmen, einfachen Tanz- und Bewegungsspielen.

#### Ziel:

Werden Sie nicht nur selbst zum Entdecker oder zur Entdeckerin, sondern finden Sie ganz neue Ansatzpunkte und Ideen für Beobachtungsaufgaben, Experimente, Geschichten und Spiele.

Nach unserem Entdeckertag können Sie noch besser ganz gezielt Gehör und Motorik der Kinder fördern, gleichzeitig den sozialen, kommunikativen und ästhetischen Bildungsbereich mit abdecken.

#### Inhalte:

- musikalisches Bewegungs-outdoor-Angebot
- Sinnesschulung für tasten, hören, riechen, sehen...
- Reime, Lieder, Rhythmen, einfache Bewegungs- und Tanzspiele

Dieses Seminar findet im Freien statt, das Programm wird dem jeweiligen Wetter angepasst. Bitte bringen Sie entsprechend geeignete Kleidung mit, eine kleine Decke / Isomatte und Schreibmaterial.

**Der Tag ist unterteilt in den Vormittag, der dem Angebot für U-3-Kinder gewidmet ist, und den Nachmittag, der sich an alle Größeren richtet. Dieses Seminar kann als Halb- oder Ganztagsseminar gebucht werden.**

Je 4 UE (3 Zeitstunden)



## Pädagogische Fortbildung \*U3 spezial\*

**KRÄHT DER HAHN FRÜH AM MORGEN... -  
FINGERSPIELE UND BEWEGUNGS LIEDER FÜR DAS GANZE JAHR**

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

### BT 3 U 3 – spezial Kräht der Hahn früh am Morgen... - Fingerspiele und Bewegungslieder für das ganze Jahr

Das Spiel mit den Händen und Fingern verbindet Entdecken des Körpers mit Freude an Bewegung und Darstellung der Umwelt. Spielend den Wortschatz erweitern, Phantasie und Kreativität anregen, dabei Konzentration und Gedächtnis schulen – mit Fingerspielen gelingt das alles im Handumdrehen. Für größere Kinder können einfache Melodien und größere Bewegungen hinzukommen – und schon ist der Morgenkreis oder die Wartezeit bis zum Essen verkürzt...

#### Ziel:

Wiederholen Sie Altbekanntes und erweitern Sie Ihr Repertoire an Fingerspielen. Sie werden Gestaltungswege entdecken, Handlungen fortsetzen und eigene Geschichten erfinden (und gestalten). Direkt im Anschluss an diesen Tag können Sie Ihr Wissen zum Einsatz bringen.

#### Inhalte:

- Beweglichkeits- und Koordinationsübungen für Finger und Hände
- Fingerspiele in Reimen, kleinen Liedern oder (spontan ausgedachten) Geschichten
- Frühling – Sommer – Herbst – Winter: Fingerspiele im Jahreskreis
- Austausch

8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause

**Komplettpaket U 3 spezial: BT 1 + BT 2 + BT 3 + BT 4**



## Pädagogische Fortbildung \*U3 spezial\*

### KINDER, DIE MUSIK ERKLINGT...: ORFF-INSTRUMENTE IN KRIPPE UND KINDERTAGESPFLEGE

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

#### BT 4 U3 spezial

#### Kinder, die Musik erklingt... - Orff-Instrumente in Krippe und Kindertagespflege

Erste Schritte mit Rasseln, Klanghölzern, Glöckchen, Triangeln und Xylophon. Kennenlernen der Instrumente und ihrer verschiedenen Verwendungsmöglichkeiten, spielerischer Umgang mit Klängen, aus den Rhythmikbausteine entstehen werden. Reime werden die Seminarteilnehmer durch kreativen Umgang mit Sprache selbst erfinden, Klanggeschichten entstehen fast von selbst. Eigene Instrumente jeder Art können gern mitgebracht werden. Eine kleine Instrumentenbastelei rundet diesen Seminartag ab.

#### Ziel:

Nach diesem Seminar fühlt sich jeder Teilnehmer / jede Teilnehmerin sicher und beschwingt beim Gebrauch der Instrumente.

Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Eigene Instrumente dürfen sehr gern mitgebracht werden.

#### Inhalte:

- Musikalische Entwicklung von Kindern (Theorie)
- Vorsingen – Zuhören – Nachsingen: Kurze Einführung in die Kinderstimmgebung
- Einfache Kinderlieder für U 3 mit Begleitung durch das Orff-Instrumentarium und einfache Klangerzeuger

**8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause**

**Komplettpaket U 3 spezial: BT 1 + BT 2 + BT 3 + BT 4**



## Pädagogische Fortbildung \*Musik & Bewegung\*

### FRÜHLINGSERWACHEN... DER MUSIKALISCHE BEWEGUNGS-OSTERKALENDER

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

#### BT 5 Frühlingserwachen – Bewegt und musikalisch durch den Frühling: Der Bewegungs-Osterkalender. (U3-geeignet)

Das Pendant zum musikalischen Bewegungs-Adventskalender verkürzt die Zeit bis zum Osterfest.

Vier Wochen lang täglich ein geöffnetes Fensterchen. Dahinter verbergen sich Reime, Lieder, Finger- und Bewegungsspiele, kleine Tanzformen, Hör-Spiele, Klanggeschichten zum Anhören und Mitmachen und Bastelanregungen – kurz genug für den Morgenkreis oder kleinere Tages-Aktionen.

#### Ziel:

Dieses Seminar versetzt Sie in die Lage, gemeinsam mit den Kindern achtsam, musikalisch und bewegt die Frühjahrszeit zu erleben und zu gestalten. Traditionen werden aufgegriffen und mit Modernem verknüpft.

#### Inhalte:

- kreative Gestaltung des Oster-Kalenders
- Erkunden-Erfassen-Begreifen: Wahrnehmung von Klängen und Gestalten des Klangbaumes
- praktisches Umsetzen einfacher Reime, Lieder, Sportspiele, Bewegungs- und Tanzformen
- Entwickeln von Mitmach-Klanggeschichten und Möglichkeiten für Darstellendes Spiel
- Frühjahrs- und Osterbräuche aus der Region einbinden

8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause



## Pädagogische Fortbildung \*Musik & Bewegung\*

### **FIT WIE EIN TURNSCHUH - KINDERTURNEN IN KRIPPE UND KITA**

**IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT**

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

#### **BT 6 Fit wie ein Turnschuh! - Kinderturnen in Krippe und Kindergarten**

Nach einer kurzen theoretischen Einführung werden Sie anhand praktischer Modellstunden Möglichkeiten und Unterschiede für Bewegungsangebote in Krippe, Kindertagespflege und Kindergarten kennenlernen und ausprobieren. Dafür orientieren wir uns an den Möglichkeiten und Materialien Ihrer Einrichtung, damit alle Übungen passgenau für Ihren Arbeitsalltag sind.

Zu einer Kinderturnstunde gehört immer auch Entspannung. Im Abschlussteil werden Sie deshalb in einer kurzen Einführung Entspannungsmöglichkeiten für Kinder kennenlernen.

#### **Ziel:**

Ein weiteres Seminar mit hohem Praxisanteil, didaktisch und methodisch aufbereitet. Im Anschluss an diesen Seminartag können Sie verschiedenste Übungen fachgerecht und korrekt anleiten, sie kreativ für Ihre jeweiligen Bedarfe modifizieren und die Inhalte direkt in Ihren Alltag übertragen.

#### **Inhalte:**

- Anforderungen an motorische Fähigkeiten
- Motorische Entwicklung im Krippen- und Kindergartenalter
- Grundbewegungsarten im Kinderturnen, Bewegungsförderung in Krippe und Kindergarten
- Spiel- und Bewegungsideen für den Kita-Alltag
- Anregungen zum kreativen Umgang mit den vorhandenen Materialien, Sportgeräten, Alltagsmaterialien, Raumgestaltung, Unfallvermeidung und Sicherheit
- Methodik und Didaktik

**Der Tag ist unterteilt in den Vormittag, der dem Angebot für U-3-Kinder gewidmet ist, und den Nachmittag, der sich an alle Größeren richtet. Dieses Seminar kann als Halb- oder Ganztagsseminar gebucht werden.**

Je 4 UE (3 Zeitstunden)



## Pädagogische Fortbildung \*Entspannung\*

**SEMINARREIHE "MUSIKALISCHES KINDERYOGA"  
GRUNDLAGEN-SEMINAR UND AUFBAUSEMINARE 1 UND 2**

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

### BT 8 Seminarreihe „Musikalisches Kinderyoga – Reim und Lied in Kinderyoga und Entspannung“ Einführungsseminar 1/3 \*all-inclusive

Kinderyoga ist eine dynamische Entspannungsmethode, die Konzentration und Ausdauer aufbaut. Im Unterschied zur üblichen Praxis des „Erwachsenen-Yoga“ werden hier auch Klänge, Reime und Lieder eingesetzt. Töne, Geräusche und Klänge unterstreichen dabei sowohl die beim Yoga gesprochenen Worte als auch die Bewegungen (Asanas). Für bewegungseingeschränkte Kinder können viele Asanas auch im Sitzen praktiziert werden. Auch für anderweitig eingeschränkte oder behinderte Kinder ist das Musikalische Kinderyoga dank seiner ganzheitlichen Orientierung geeignet und kann für Heilpädagogen gezielt aufbereitet und durchgeführt werden. Im Entspannungsteil kommen Phantasiereisen und kleine Kindermassagen zum Einsatz.

#### Ziel:

Nach diesem Einführungsseminar werden Sie selbst in der Lage sein, kleine Kinderyoga-Einheiten zu planen und anzubieten. Für eine Vertiefung empfehlen wir die Kinderyoga-Übungsleiter-Ausbildung.

#### Inhalte:

- Kurze Einführung zum Kinderyoga
- Mitmachende Übungen: Asanas
- Kennenlernen und Einüben von Reimen und Liedern zur Yoga-Begleitung
- Phantasiereisen, Kindermassagen

**8 UE (8 Zeitstunden) inkl. Pause**

Im Aufbau-Seminar 2/3 widmen wir uns Partnerspielen, Yogaflows und der Meditation. In einem dritten Seminar 3/3 geht es verstärkt um den Einsatz von Musik, Tönen und Schulung der eigenen Stimme.



## Pädagogische Fortbildung \*Musik & Bewegung\*

### WOLKENTRAUM - TRAUMWOLKE ENTSPANNUNGSINSELN FÜR KINDER

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT

[www.liviaseifert-federleicht.de](http://www.liviaseifert-federleicht.de)

#### BT 9 Wolkenraum – Traumwolke: Entspannungsinseln für Kinder

Förderung der Konzentration und Kreativität, Abbau von Wut und Aggression, Überwinden von Angst, Verbessern des Selbstgefühls, innere Ruhe – all das kann man mit Entspannungsverfahren erreichen.

Auch Kinder sind für diese Methoden empfänglich. Nutzen Sie die Entspannungstechniken für Ihren pädagogischen Alltag.

#### Ziel:

In diesem Seminar erhalten Sie einen Überblick über verschiedene Entspannungstechniken, die sich in der Arbeit mit Kindern bewährt haben. Sie wissen, welche Verfahren für welche Altersgruppe und welche Kinder besonders geeignet sind und welche Rahmenbedingungen unterstützend sind. Aufgrund des Praxisbezuges können Sie erste Entspannungsinseln direkt aufbauen. Entspannen Sie mit!

#### Inhalte:

- Einführender Überblick über geeignete Entspannungsverfahren
- Praxisübungen für:
  - Stille-Momente
  - Fantasiereisen, Fantasiegeschichten
  - Das Autogene Training für Kinder
  - Die Progressive Muskelentspannung für Kinder
  - Musikalisches Kinderyoga & Qigong für Kinder
  - Entspannungsmusik und Klänge

**8 UE ( 6 Zeitstunden) inkl. Pause**



## Pädagogische Fortbildung \*Musik & Bewegung\*

### ÄPFEL, NÜSSE, KERZENSCHNITT... DER MUSIKALISCHE BEWEGUNGS-ADVENTSKALENDER

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT  
[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

#### BT 10 Äpfel, Nüsse, Kerzenschnitt – Bewegt und musikalisch durch den Advent: Der Bewegungs-Adventskalender (U 3 – geeignet)

Der Bewegungs-Adventskalender ist der vorweihnachtliche Bruder des Oster-Kalenders, beginnend mit der Vor-Adventswoche. Er geht über den Weihnachtstag hinaus und greift damit auch Bräuche anderer Kulturen auf.

Alle Angebote sind so kurz, dass sie bequem in den Morgenkreis oder ein kurzes Vormittagsangebot integriert werden können. Andere bauen aufeinander auf und sind anlässlich einer Weihnachtsfeier o.ä. sehr wirkungsvoll.

#### Ziel:

Sie gestalten einen originellen Adventskalender gestaltet, den Sie jedes Jahr wieder nutzen können. Ihr Repertoire an Reimen, Liedern, Bewegungsspielen und kleinen Tänzen haben Sie ergänzt und können sie anleiten und stimmungsvoll für kleine Aufführungen vorbereiten.

#### Inhalte:

- Tanz- und Bewegungsformen zum Thema Advent
- Schwerpunkt: Einbeziehung aller Kinder mit jeglicher Art von Förderbedarf
- Gestaltung eines Bewegungs-/Adventskalenders

**8 UE ( 6 Zeitstunden) inkl. Pause**

**Anmerkung: ALLE BISHERIGEN SEMINARE KÖNNEN UNTER DEM GESICHTSPUNKT DER HEILPÄDAGOGIK MODIFIZIERT AUFBEREITET WERDEN.**





## Pädagogische Fortbildung \*Inklusion spezial\*

**WENN ES KINDERN DIE SPRACHE VERSCHLÄGT:  
SELEKTIVER MUTISMUS IM KINDESALTER**

**IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT**

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

### I/H 1 Wenn es Kindern die Sprache verschlägt: Selektiver Mutismus im Kindesalter

„Hallo... Ich bin Mutter von einer 2,5jährigen kleinen Maus. Sie ist seit März in der Kita (Anm.: 6 Monate). Spricht kein Wort. Gibt keinen Ton von sich zu niemandem. Allgemein ist sie sprachmäßig verzögert, aber das, was sie kann, gibt sie dort nicht von sich. Kein Nein oder Ja, sie sagt nicht Tschüss oder Hallo.“

Vielleicht haben Sie eine solche oder ähnliche Situation in Ihrer Einrichtung auch schon einmal erlebt? *Selektiver Mutismus ist keine Trotzreaktion, sondern eine ernst zu nehmende Kommunikationsstörung, die bei Nichterkennen und ohne Behandlung zu massiven Schwierigkeiten beim Betroffenen führt.*

#### **Ziel:**

Sie erfahren, was es mit Mutismus auf sich hat, ob und wenn ja welche Überschneidungen es mit dem ähnlich klingenden Autismus gibt. Eine kleine Sammlung von Ideen befähigt Sie dazu, den Betroffenen trotz des Schweigens in Gruppenaktivitäten einzubinden. So können Sie dazu beitragen, ihn aus dem Schweigen zu führen.

#### **Inhalte:**

- Selektiver Mutismus – Was ist das?
- Mutismus – Autismus: Unterschiede und Übereinstimmungen
- Therapie oder Sprachförderung?
- Praxishinweise zum Umgang mit Mutisten und Autisten im Burnout
- Spielerische Förderung des Kommunikationsverhaltens – non-verbal und verbal

Ihre Dozentin kennt selektiven Mutismus aus dem familiären Umfeld und ist Gründungsmitglied der Mutismus Selbsthilfe Sachsen **8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause**



Foto: www.canva.com



## Pädagogische Fortbildung \*Inklusion spezial\*

**FALLS IHR MICH SUCHT... BIN GERADE IN MEINER WELT.  
AUTISMUS - WAS IST DAS UND WIE GEHE ICH DAMIT UM?**

**IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT**

[www.liviasiefert-federleicht.de](http://www.liviasiefert-federleicht.de)

I/H 2 „Ich bin in meiner Welt.“ - Was ist Autismus und wie gehe ich damit um? - Teil 1 und 2

Ist das schon Autismus? Was ist Autismus überhaupt (außer einer Diagnose im ICD)? Welche Herausforderungen ergeben sich für alle Beteiligten: den Autisten, die Angehörigen, das Netzwerk wie Ärzte, Erzieher und Lehrer, Mitschüler usw. (ich meine hier immer männlich, weiblich und divers)? Und was kann man tun, damit das Miteinander im Alltag bestmöglich gelingt?

Nach einer kurzen Einführung in das Thema Autismus allgemein wenden wir uns im Seminar dem Asperger Autismus im Speziellen zu und streifen dabei auch angrenzende Auffälligkeiten wie AD(H)S und selektiven Mutismus.

### **Ziel**

Dieses Seminar wird mit hohem Praxisbezug Antworten auf Fragen (sicher nicht auf alle) bieten, sensibel auf Probleme des Alltags aller Beteiligten eingehen und hat zum Ziel, Spannungen zu nehmen, einem Autismus-Burnout vorzubeugen und Sicherheit im Umgang mit Autisten aufzubauen.

### **Zielgruppe:**

Alle, die sich für das Thema interessieren oder mit Autisten zu tun haben und sich praxisnahen Informationen und Lösungsideen wünschen.

### **Inhalte:**

- theoretische Einführung in das Thema Autismus
- Praxisbeispiele, Übungen und Möglichkeiten für den Alltag
- Erfahrungsaustausch
- Dozenteninput

**Ihre Dozentin gehört zur Gruppe der neurodivergenten Menschen (ADHS und ASS) und gestaltet dieses Seminar mit sehr persönlichem Background und Insider-Wissen.**

## Teil 2

In der Fortsetzung des Autismuseminars 1 widmen wir uns in Theorie und Praxis verschiedenen Studienergebnissen und Fragestellungen zum Einsatz von Musik, Bewegung und Entspannungsmöglichkeiten.

Die Inhalte beider Seminare unterstützen Sie dabei, Konzepte für Kita und Schule zu entwickeln, die den Alltag von Menschen im ASS / Neurodivergenz bereichern und sie ihre Besonderheiten ressourcenorientiert nutzen lassen.

Inhalte:

- Motorische Ungeschicklichkeit, Koordinationsprobleme, Dyspraxie: Unterstützung oder Verstärkung durch Musik und Sport?
- Affektive Dysregulation – Angst – Störung des Selbstempfindens: Einwirkung von Musik und Psychomotorik auf Stressregulation
- Ressource „häufiges musikalisches Interesse“ bei Menschen mit ASS bewusst nutzen / Forschungen, die eine mögliche positive Wirkung von Musik bei AHDS zum Inhalt haben, und ihre Ergebnisse
- Instrumente und Lieder als drittes Objekt und Bezugspunkte in der sozialen Interaktion
- Musik – Sport – Entspannung: Übungen und Möglichkeiten für den Alltag

Vorkenntnisse aus Seminar Teil 1 sind von Vorteil, aber keine Bedingung.

**Jeweils 8 UE (6 Zeitstunden) inkl. Pause**

Der Mensch ist ein auf allen Ebenen kommunizierendes Wesen,  
das manchmal auch spricht.  
(Ray W. Birdwhistell, 1918 – 1994)



## Pädagogische Fortbildung \*Inklusion spezial\*

**„FAUCHEN WIE EIN DRACHE“:  
ATEM- UND STIMMSPIELE MIT KINDERN  
ERGÄNZUNGSEMINAR (PRAXIS)**

IHRE DOZENTIN: LIVIA SEIFERT  
[www.liviaseifert-federleicht.de](http://www.liviaseifert-federleicht.de)

I/H/G „Fauchen wie ein Drache“: Atem- und Stimmspiele mit Kindern

Dieses Seminar ergänzt mit hohem Praxisanteil die Fortbildungstage „Immer gut bei Stimme“ und „Selektiver Mutismus“.

### Ziel:

Sie stellen Materialien für Atem- und Stimmspiele her und entwickeln eigene Spielmöglichkeiten. Das Handout für diese Fortbildung ist ein Workbook, das sich Seite um Seite mit Tipps, Hinweisen und Anleitungen füllen wird. Kleine Reime und einfache Lieder ergänzen jede einzelne Grundidee.

Freuen Sie sich auf einen spielerischen Fortbildungstag ganz im Sinne der Inklusion: Jeder kann mitmachen.

### Inhalte:

- Entwickeln und Herstellen einer Spielesammlung zur Anregung der Sprechfreude, Schulung des Ateemeinsatzes, der Mundmotorik und Sprechanbahnung
- gegenseitiges Anleiten
- Zeit für Fragen und Austausch
- Dozenteninput

**8 UE ( 6 Zeitstunden) inkl. Pause**