Happy Feet

Tanz und kreative Bewegung im Kindergarten

Mag[a] Sigrid Reithofer-Lepolt
Erziehungswissenschaftlerin, Kindergarten-pädagogin, Dipl. Tanz- und Bewegungs-pädagogin, ChoRa Kreis- und Gruppentanz-Leiterin

Kontaktdaten:
Tel: 0316/822094-46
E-mail: sigrid.reithofer-lepolt@styriavitalis.at

Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Der Tanz ist eine Tätigkeit, die eine unmittelbare ganzkörperliche Erfahrung ermöglicht und unser Wohlbefinden auf vielen verschiedenen Ebenen beeinflusst. Tanzen fördert die sensomotorische Entwicklung, schult das Gleichgewicht, steigert die Konzentrationsfähigkeit, fördert das Selbstbewusstsein und gibt Raum, Gefühle auszudrücken. Tanzen macht schlau, macht Spaß und bringt ganz viel Lebensfreude ☺. Kinder lieben es intuitiv zu tanzen und sich zur Musik zu bewegen. Rhythmus, Koordination, Beweglichkeit und Raumgefühl werden spielerisch erfahren und geschult. Im Mittelpunkt stehen kreatives „sich ausprobieren", den eigenen Körper wahrnehmen und spüren, einfache Choreografien erlernen und gemeinsam in der Gruppe ganz viel Spaß haben! Verschiedene Musikstile, Rhythmen, traditionelle und „fremde Klänge" lässt die Kinder auch unterschiedliche kulturelle Aspekte erleben. Die Freude und ein positives Körperbewusstsein stehen im Mittelpunkt.

Mit den Kindern wird Tanz und Bewegung altersspezifisch erfahren. Die PädagogInnen erhalten im Anschluss Anregungen in Form von Übungen, Musikvorschlägen und Tänzen, die sie im Kindergartenalltag bzw. in den Bewegungseinheiten auch einfach einsetzen können.

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Ein freudvolles Erleben von Tanz, Rhythmus und Musik
- Körperwahrnehmung und Körpergefühl sensibilisieren
- Die Gruppe in ihrer sozialen Interaktion stärken, aufeinander achten
- Selbstvertrauen und Zutrauen stärken
- Die natürlichen Bewegungsqualitäten fördern
- Freude und Spaß haben

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Kinder

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

Pro Einheit 45-60 Minuten, altersspezifische Gruppen bis max. 12 Kinder/Einheit

Welches Equipment wird benötigt?

Bewegungsraum, ggf. weiteres Equipment nach Absprache

Tanzmomente

Sich und dem Team etwas Gutes tun

Mag[a] Sigrid Reithofer-Lepolt
Erziehungswissenschaftlerin, Kindergarten-pädagogin, Dipl. Tanz- und Bewegungs-pädagogin, ChoRa Kreis- und Gruppentanz-Leiterin

Kontaktdaten:
Tel: 0316/822094-46
E-mail: sigrid.reithofer-lepolt@styriavitalis.at

„Tanzen und Lachen, das sind das Herz und die Musik deiner Seele!"

Kurzbeschreibung und konkrete Inhalte des Angebots

Tanzen ermöglicht unmittelbare ganzkörperliche Erfahrungen, die unser Wohlbefinden auf vielen verschiedenen Ebenen direkt positiv steigern und beeinflussen. Im Hier und Jetzt ankommen, den Alltag hinter sich lassen, Körper, Geist und Seele etwas Gutes tun. Wir versuchen gemeinsam durch Bewegung und Musik die eigenen Kraftquellen wieder aufzutanken und Lebensfreude und Lebensenergie pur zu spüren. Lebendige, moderne, internationale und meditative Gruppen- und Kreistänze zu diversen Musikstilen ermöglichen gleichzeitig ein freudvolles und entspanntes Miteinander und intensivieren die Kommunikation auf einer neuen Ebene, um so den Teamgeist zu stärken. Einfache Choreografien werden gemeinsam gemeistert. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, das Angebot ist für ALLE geeignet ☺!
Darüber hinaus ergänzen Achtsamkeits- & Körperwahrnehmungsübungen den Workshop.

Welche Ziele sollen durch das Angebot erreicht werden?

- Freude, Lebensenergie und Lebenskraft spüren
- Sich etwas Gutes tun, entspannen, den eigenen Körper bewusst wahrnehmen
- Gemeinsam tanzen und lachen - das Team stärken
- Neues lernen und viel Spaß dabei haben

Für welche Zielgruppe ist das Angebot?

Team

Welchen Leistungsumfang umfasst das Angebot?

2-3 Stunden

Welches Equipment wird benötigt?

Bewegungsraum