



Qigong – Entspannung im Alltag

Der Kindergarten Diemlach setzt auf die chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform Qigong.

In den vergangenen Monaten beschäftigte sich das Kindergartenteam intensiv mit der Implementierung und Durchführung von Qigong-Einheiten im Kindergartenalltag.

Dabei kamen Fragen auf wie „Was wird alles benötigt?“ und „Wie kann man die Einheit in den täglichen Ablauf einfließen lassen?“.

Die positiven Auswirkungen kommen nicht nur den Kindern sondern auch dem Team und den Eltern zugute.



© Fotos: fizkes / shutterstock.com & Robert Kneschke / shutterstock.com

Welche Bildungsbereiche wurden berührt?

Ästhetik und Gestaltung

Bewegung & Gesundheit

Emotionen und soziale Beziehungen

Ernährung



Ethik und Gesellschaft



Natur und Technik



Sprache und Kommunikation

