

## FORTBILDUNGEN IM JEKITS-PROGRAMM

### Tagesfortbildung Nr. 24-LBT-T-13

#### Fokus und Präsenz im JeKits-Unterricht: Rhythmisierung durch Yoga-Elemente



#### Termin

Samstag, 07. Dezember 2024, 10:00 bis 18:15 Uhr (inklusive Pausen)

#### Ort

[Freies Werkstatt Theater](#), Zugweg 10, 50677 Köln

#### Dozent:in

Dulce Jiménez

#### Veranstalter

[nrw landesbuero tanz](#)

#### Ansprechpartner:in

Diana Treder Tel.: 0221 888 95 39-0

**Online-Anmeldung bis 7. November 2024 bei:** [diana.treder@landesbuerotanz.de](mailto:diana.treder@landesbuerotanz.de)

Die Tagesfortbildung führt methodisch und didaktisch in verschiedene praxisnahe Yogaelemente ein, die JeKits-Lehrkräfte aller Sparten sowie pädagogische Lehrkräfte spielerisch in ihren Unterricht integrieren können. Die Teilnehmenden lernen kindgerechte Yogaübungen kennen und erfahren ihre positiven Auswirkungen auf Aufmerksamkeit, Konzentration, Merkfähigkeit, Wahrnehmung und Sozialverhalten. Ein grundlegender Ansatz liegt dabei auf spielerischen Übungen mit dem Atem, der sowohl beim Instrumente spielen, Singen und Tanzen als auch im Yoga eine elementare Rolle spielt. Die Lehrkräfte erhalten Werkzeuge zur kindgerechten Vermittlung von Atemübungen und deren Anwendung zur Förderung der Wahrnehmung und als Ausgleich zum leistungsorientierten Unterricht. Zudem lernen sie, kreative Übergänge zwischen Yoga-Elementen, Improvisationsaufgaben und choreografischen Anleitungen zu gestalten. Die Fortbildung umfasst gemeinsame Rituale, Warm-Up-Spiele und abschließende Rituale zur Stärkung des Gruppengefühls und der Selbstwahrnehmung. Die Teilnehmenden erhalten durch aktives Mitmachen und methodische Meta-Informationen einen gut gefüllten Werkzeugkoffer für ihren Unterricht.

#### Themen

- Informationen zu Kinder-Yoga und deren kognitive und physische Auswirkungen
- Yoga-Elemente für den Klassenraum vorstellen und gemeinsam üben
- Erarbeiten von Zeitmodellen zur sinnvollen Einbindung dieser Elemente in den JeKits-Unterricht

**Dulce Jiménez** ist Tanzvermittlerin, Yogalehrerin, Tänzerin und Choreografin. Sie studierte Tanz in Mexiko und arbeitete seit 1996 als professionelle Tänzerin in verschiedenen Tanzensembles in Mexiko und Deutschland. 2003 begann sie als freischaffende Choreografin Tanzstücke und Tanzvideoprojekte zu entwickeln. Sie sammelte Erfahrungen als Tanzvermittlerin für Kinder und Jugendliche in verschiedenen Schulformen und Altersgruppen und arbeitet mit Museen wie dem Rautenstrauch Joest-Museum und dem Museum Ludwig in Köln als auch mit Stiftungen wie SK-Stiftung oder Montag Stiftung für die Entwicklung kultureller Bildungs- und Tanzprojekte zusammen. Neben ihrer tanzvermittelnden Tätigkeit absolvierte die Diplom-Regionalwissenschaftlerin ab 2006 eine Ausbildung zur Yogalehrerin und Yogatherapeutin. Sie veröffentlichte zwei Bücher zur Arbeit mit Yoga und verbindet in ihren Kursen Elemente von Yoga und Tanz. Als Weiterbildungsdozentin gibt sie ihre Erfahrungen in Seminaren an Hochschulen und bei Fortbildungen im Rahmen kultureller Bildungspraxis weiter.

## ANMELDUNG zur JEKITS-FORTBILDUNG

Anmelde-Nr.: **24-LBT-T-13**

**Titel: Fokus und Präsenz im JeKits-Unterricht: Rhythmisierung durch Yoga-Elemente**

Anrede

Name, Vorname

Straße/Hausnummer

PLZ/Ort

Telefon

E-Mail

Unterrichten Sie bereits im JeKits-Unterricht?                      Ja                      Nein

Wenn ja:

- In welchem Schwerpunkt (Instrumente/Tanzen/Singen)?
- In welchem JeKits-Jahr (JeKits 1, 2, 3, 4)?
- Ein Ensemble (Instrumental-, Tanz- oder Vokalensemble)?
- Falls eine od. mehrere Instrumentalgruppe(n): Welche:s Instrument:e?

Sind Sie als pädagogische Lehrkraft an einer JeKits-Schule oder bei einem JeKits-Bildungspartner tätig?

Ja                      Nein

Wenn ja, können Sie uns ein paar Informationen zu Ihrem Arbeitsfeld geben:

Ich unterrichte nicht im JeKits-Programm und bin extern beruflich tätig als:

Bitte fassen Sie Informationen zu Ihrer beruflichen Ausbildung, wichtigen berufliche Stationen und Informationen zu Ihrem aktuellen Arbeitsfeld kurz zusammen:

Mir ist bewusst, dass eine Teilnahme als externe Person, die nicht bereits im JeKits-Programm unterrichtet, nur möglich ist, wenn nach Anmeldeschluss noch freie Plätze zur Verfügung stehen. Eventuelle Kosten für Verpflegung und Übernachtung (bei mehrtägigen Fortbildungen) werden von mir selbst getragen. Die Fortbildung wendet sich vorrangig an JeKits-Dozent:innen, Lehrkräften an JeKits-Partnerschulen oder weiteren Personen, die bei einem JeKits-Bildungspartner arbeiten.

Ich habe die [allgemeinen Informationen](#) des JeKits-Programms gelesen und akzeptiere die Haftungs- und Stornobedingungen.

## Kontaktdaten und Datenschutz

Die Verwendung Ihrer persönlichen Daten unterliegt den in der [Datenschutzerklärung des nrw landesbuero tanz](#) dargelegten Bedingungen.

Weitergabe von Kontaktdaten:

Um einen Austausch der Fortbildungsteilnehmenden im Vorfeld (etwa zur Bildung von Fahrge-  
meinschaften) zu ermöglichen, werden Name, Wohnort, E-Mailadresse und evtl. Telefonnummer der  
zur gleichen Fortbildung anreisenden Teilnehmer:innen über die Ansprechperson des nrw landesbuero  
tanz weitervermittelt.

Ich bin damit einverstanden, dass mein Name, Wohnort, E-Mailadresse und evtl.  
Telefonnummer an andere Fortbildungsteilnehmer:innen weitergegeben werden.

Ich bin nicht damit einverstanden, dass mein Name, Wohnort, E-Mailadresse und evtl.  
Telefonnummer an andere Fortbildungsteilnehmer:innen weitergegeben werden.

Ich bin mit der Speicherung meiner Kontaktdaten in der Datenbank des nrw landesbuero tanz  
einverstanden. Meine Einwilligung kann ich jederzeit per E-Mail an [nrw@landesbuerotanz.de](mailto:nrw@landesbuerotanz.de)  
widerrufen.

## Weitere Informationsmöglichkeiten

Ich abonniere den digitalen Newsletter des nrw landesbuero tanz. Meine Einwilligung kann ich  
jederzeit per E-Mail an [nrw@landesbuerotanz.de](mailto:nrw@landesbuerotanz.de) widerrufen oder mich über den Newsletter  
austragen.

Ich möchte in unregelmäßigen Abständen Informationen zu weiteren Fortbildungen und  
Veranstaltungen des nrw landesbuero tanz erhalten.

## Selbstverpflichtung

Die Grundlage der Arbeit des nrw landesbuero tanz stellt das [ethische Selbstverständnis](#) mit seinem  
Verhaltenskodex dar. Überall dort, wo das nrw landesbuero tanz mit seinen Mitarbeiter:innen tätig ist,  
setzt es sich dafür ein, dass das Arbeitsfeld von Toleranz, Inklusion und respektvollem Umgang  
miteinander geprägt ist. Das nrw landesbuero tanz lehnt jede Form von Diskriminierung ab und duldet  
keine Belästigung, sei sie körperlich, verbal oder schriftlich.

Alle an der Fortbildung Beteiligten verpflichten sich, andere Personen in keiner Weise zu gefährden, zu  
behindern, zu verletzen, zu bedrohen oder zu belästigen.

Mit dieser Anmeldung verpflichten Sie sich diese Bedingungen einzuhalten und zu  
respektieren.

⇒ **Bitte PDF vollständig ausfüllen, herunterladen, auf Ihrem Desktop zwischenspeichern und als  
Anhang per E-Mail senden an: [diana.treder@landesbuerotanz.de](mailto:diana.treder@landesbuerotanz.de)**