

Seminarausschreibung



Kinaesthetics Bewegungsschule



Kinaesthetics » Grundkurs «

Nicola Zacharias
Kinaesthetics Trainerin und
Krankenschwester
04139 / 813 98 49
nicola.zacharias@kinaesthetics-net.de
www.kinaesthetics-bewegungsschule.de

Zielgruppe: Mitarbeiter/innen aus Pflege, Therapie und Behindertenhilfe

Ziele: Die TeilnehmerInnen

- ⇒ kennen die Bedeutung der eigenen aktiven Bewegung und der Selbstkontrolle von alltäglichen Aktivitäten im pflegerischen Tun,
- ⇒ kennen die grundlegenden Kinaesthetics Konzepte und haben deren Bedeutung für ihr Arbeitsfeld reflektiert,
- ⇒ sind in der Lage, Menschen einfacher in ihrer Bewegung anzuleiten und sie dadurch in ihrer Gesundheitsentwicklung zu unterstützen,
- ⇒ entwickeln ihre persönlichen Bewegungs- und Handlingfähigkeiten, um das Risiko von berufsbedingten Verletzungen und Überlastungsschäden zu reduzieren.

Themen:

1. Interaktion
2. Funktionale Anatomie
3. Menschliche Bewegung
4. Anstrengung
5. Menschliche Funktion
6. Umgebung

Methodik: Im Grundkurs wird mit folgenden Lernschritten gearbeitet:

- ⇒ anhand der eigenen Körpererfahrung die jeweiligen Inhalte bearbeiten
- ⇒ Bewegungsanleitung an und mit gesunden Menschen in Partnerarbeit üben
- ⇒ praktische Anwendungen aus Ihrem Arbeitsfeld mit Patienten/Bewohnern am Pflegebett bearbeiten
- ⇒ anhand des Arbeitsbuches die Bewegungserfahrungen und ihre Bedeutung reflektieren

Teilnehmerzahl: bis 14

Kursdauer: 4 Tage + eigenständiges Lernen zwischen den Kurstagen
Empfehlenswert ist die Aufteilung der Fortbildungstage in
2-1-1 oder 2-2

Material und Raum: Großer Raum, Flipchart,
wenn möglich 1 Bett, 1 Rollstuhl, Stühle, 1-2 Tische,
eventuell Matten

Zertifikat: Nach Beendigung des Grundkurses erhalten die TeilnehmerInnen von Kinaesthetics Deutschland das Grundkurs-Zertifikat. Die Teilnahme an einem Kinaesthetics in der Pflege Grundkurs ist Voraussetzung für die Teilnahme an einem Kinaesthetics in der Pflege Aufbaukurs.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, Schreibzeug