



Zertifikat
Kursleiter/in für Qigong
mit Kindern und Jugendlichen
in modularer Form

Das Besondere am Kinder-Qigong bzw. am Qigong

Qigong sind Bewegungs- und Energieübungen, die den Körper kräftigen und zu innerer Stabilität führen. Auch Kinder profitieren davon und können schon frühzeitig ihre Körper- und Sinneswahrnehmung sowie ihre Koordination und Konzentration verbessern.

Sie müssen jedoch anders angeleitet werden als Erwachsene. Kinder-Qigong verpackt dafür die Übungen altersgerecht in fantasievolle Bewegungsgeschichten, in denen sich Kinder in Pinguine, Adler, Blumen oder anderes aus der Tier- und Pflanzenwelt verwandeln.

Die Weiterbildungen für Kinder-Qigong basieren auf ausgewogener Kombination aus klassischen und kindgerechten Qigong-Übungen. Mit ihrer Vielfalt aus dem bewegten Qigong (Klopfübungen, Massagen und Bewegungsübungen) und dem stillen Qigong (Meditationen) begeistern die Übungen, Zyklen und Geschichten. Aber nicht nur Kinder, sondern auch Erwachsene und ältere Menschen lieben die Geschichten.

Qigong-Neulingen und -Anfängern ermöglicht Kinder-Qigong einen erleichterten Einstieg in das Erleben und die Schulung des Qi-Gefühls.

Für Personen mit vorhandenen Qigong-Kenntnissen bietet es eine Bereicherung auf ihrem Weg, da sie lernen, Qigong auch Erwachsenen mal anders zu vermitteln.



Ziel

Ziel ist es, dass der/die Teilnehmende Qigong-Übungen, Qigong-Zyklen und Geschichten sowohl an Kinder als auch an Erwachsene didaktisch-methodisch korrekt sowie altersentsprechend kompetent anleiten und vermitteln kann.

Neben den kinderspezifischen Aspekten der Ausbildung entsprechen die Lerninhalte in chinesischer Philosophie sowie in Qigong-Theorie und der weiteren Qigong-Praxis den Ausbildungsrichtlinien des DDQT (Deutscher Dachverband für Qigong und Taijiquan e.V.). **Es kann ein Zertifikat Kinder-Qigong Kursleiter/in nach erfolgreicher Prüfung erhalten werden.**

Zielgruppe

Die Ausbildung ist für alle geeignet, die Qigong für sich, mit Kindern oder Erwachsenen praktizieren möchten. Qigong Erfahrung ist von Vorteil, aber keine Teilnahmevoraussetzung.

Voraussetzung ist lediglich das Interesse, die Prüfungsinhalte erlernen zu wollen.



Ausbildungsstruktur

Personen ohne Vorkenntnisse:

Bis zum Prüfungswochenende und über einen Mindestzeitraum von 2 Jahren müssen **120 ZS (Zeitstunden)** ohne Prüfungswochenende von Teilnehmern ohne vorherige Kursleiter-Ausbildung für Erwachsene absolvieren und somit nachweisen.

Personen mit Vorkenntnissen:

Prüfungsteilnehmer mit nachgewiesener Kursleiter-Ausbildung für Erwachsene müssen in einem Mindestzeitraum von einem Jahr **72 ZS (Zeitstunden)** im Kinder-Qigong ohne Prüfungswochenende absolvieren und somit nachweisen.

Praxis:

Die **Inhalte** müssen aus dem Bereich Kinder-Qigong zwei Kinder-Qigong-Zyklen (Geschichten), Klopfübungen, Massagen, Qigong im Unterricht und Qigong im Alltag enthalten.

Die Zeitstunden, die in **Kinder-Qigong-Fortbildungsseminaren bei Sabine Schreiner, Lisa Ruzicka oder Gastdozenten von Frau Schreiner**, absolviert wurden und mit einem Teilnahmezertifikat nachgewiesen werden, werden auf die Ausbildungszeit **angerechnet**.

Theorie:

Das **fachspezifische Qigong-Theoriewissen** muss im Eigenstudium erlernt oder durch ein bereits erlangtes Kursleiter-Zertifikat nachgewiesen werden.

Als Inhalt **muss** bekannt sein:

- Was ist Qigong?
- Wurzeln des Qigong,
- Säulen der TCM
- Bedeutung von Yin und Yang
- Elementenlehre
- Meridianverläufe und wichtige Akupunkturpunkte
- Wandlungsphasen
- Organuhr
- Konzept von Gesundheit und Krankheit
- die drei Schätze
- 3 Dantians
- Unterschiede Daoismus, Konfuzianismus, Buddhismus
- I Ging und wichtige Philosophen
- Meditationstechniken

Zusätzlich muss **pädagogisches Kinder-Qigong Fachwissen** nachgewiesen werden. Dies kann aus Teilnahmebescheinigungen von Kinder-Qigong Weiterbildungen hervorgehen oder in gesondert zu vereinbarenden Einzelstunden oder einem Prüfungsvorbereitungswochenende nachgeholt werden.

Der Inhalte für das pädagogische Fachwissen von 12 Zeitstunden hierfür muss enthalten: Methodik und Didaktik bei der Vermittlung, im Speziellen an Kinder, Grundsätze im Kinder-Qigong, Unterrichtsgestaltung, Unterrichtsformen, Korrekturmöglichkeiten, Feedback, Reflexion, Schwierige Kurssituationen und Lösungen beim Unterrichten mit Kindern



Prüfungsinhalte

- Schriftliche Hausarbeit Kinder-Qigong-relevantes Thema (ca. 8-15 Seiten, DIN A4, Schriftgröße 11)
- Lehrprobe von etwa 30 Minuten Dauer
- mündliches Prüfungsgespräch
- schriftliche Prüfung (Das gesamte Theoriewissen, auch aus der vorherigen Kursleiter-Ausbildung, ist in einer schriftlichen Prüfung nachzuweisen.)

Vor dem individuell vereinbarten Prüfungswochenende können Einzelstunden oder (individuelle) Prüfungsvorbereitungswochenenden vereinbart werden.

Kursgebühren

Die Kursgebühren richten sich nach den jeweiligen Weiterbildungs-Wochenenden und sind auf meiner Homepage oder in meinem Newsletter zu finden.

Das Prüfungswochenende sowie Kurse zur Prüfungsvorbereitung müssen gesondert bezahlt werden und sind individuell vereinbar. Ein 12-stündiges Wochenende kostet € 192,00.

Kursort

Bonner Platz 1, 80803 München bei Yoga und Gesundheit e. V. (Änderung vorbehalten) oder ONLINE

Ausbilderin

Sabine Schreiner

Sabine Schreiner ist verheiratet und Mutter von zwei Kindern.

Seit 1991 beschäftigt sie sich mit den fernöstlichen Bewegungskünsten und tauchte von dieser Zeit an immer tiefer in die Welt des Qi ein. Bis 2021 arbeitete sie als Juristin, bevor sie sich vollständig dem „Qi“ verschrieb.



Sie ist Ausbilderin und Lehrerin im Qigong, Lehrerin im Chan Mi Gong, Kursleiterin im Taiji Chan und Kursleiterin für Waldbaden und Achtsamkeit im Wald (Shinrin Yoku) sowie zertifizierte Erziehungsberaterin und anerkannte arbeitspädagogische Prüferin bei der HWK München und Oberbayern. Weiterhin ist Sie anerkannte Ausbilderin und Mitglied des Deutschen Dachverbands für Qigong und Taijiquan (DDQT), erste Vorsitzende der Chan Mi Gong Gesellschaft sowie Fachbuchautorin.

Herzlichst
Sabine Schreiner

