

**PÄDAGOGISCHER TAG DES
GRUNDSCHULSPRENGELS
BRUNECK AM 04. NOVEMBER
2019 ZUM THEMA
„ACHTSAMKEIT“**

Am 04. November 2019 wurde für alle Lehrpersonen des Grundschulsprengels Bruneck der Pädagogische Tag zum Thema „Achtsamkeit“ veranstaltet.

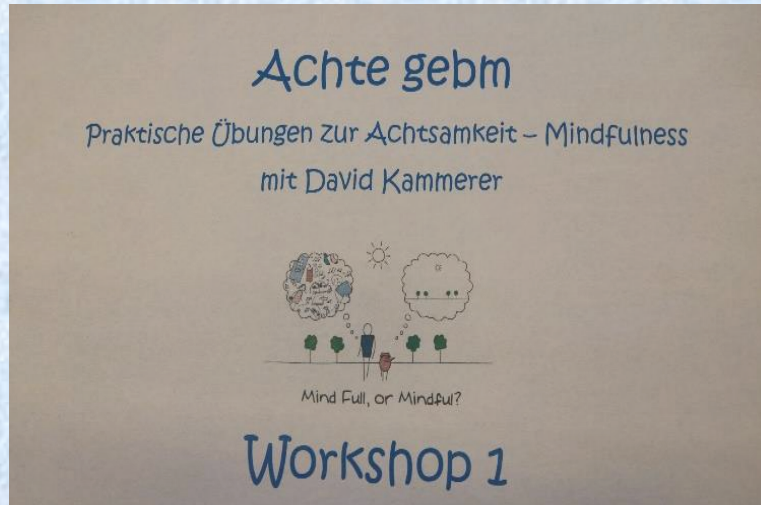
Das Impulsreferat hielt David Kammerer. Dabei ging er auf folgende Themen ein:

Achtsamkeit basiert auf einer offenen, neugierigen Geisteshaltung, wie sie auch von Kindern auf natürliche Weise praktiziert wird. Ein Grundprinzip jeder Achtsamkeitsübung ist, Ablenkungen bewusst wahrzunehmen und dennoch immer wieder zur eigenen Mitte zurückzukehren. Eine wichtige Aussage des Referenten war, dass durch Achtsamkeit nicht Zeit verloren, sondern gewonnen wird.

Die Lehrpersonen hatten während des Referats immer wieder die Möglichkeit, die theoretischen Inhalte durch praktische Achtsamkeitsübungen mit Einbeziehung mehrerer Sinne zu erfahren.



Im Anschluss hatten die Lehrpersonen die Möglichkeit, aus vier angebotenen Workshops zum Thema „Achtsamkeit“ zwei auszuwählen.



David Kammerer bearbeitete im Kurs „Achtegebm“ folgende Thematik: Durch die Ablenkungen des täglichen Lebens vergisst man sich oft selbst. Alles ist schneller geworden. In diesem Workshop lernten die TeilnehmerInnen kleine, aber simple Techniken für den Alltag, um sich zu spüren, sich zu erden und den Alltag zu entschleunigen.



Beziehung und Gedächtnis

mit Richard Kammerer

BLAU ROT GRÜN GELB ROT GRÜN
GELB BLAU GRÜN GELB BLAU
ROT GELB BLAU ROT GRÜN BLAU
ROT GRÜN GELB SCHWARZ ROT
SCHWARZ GELB ROT GRÜN ROT
GELB BLAU SCHWARZ GELB ROT
BLAU ROT GELB BLAU ROT GRÜN
ROT BLAU GRÜN GELB BLAU ROT
BLAU SCHWARZ GELB ROT GELB

Workshop 2

Inhalt des Workshops mit Richard Kammerer war das Thema „Beziehung“, die Methode war das Gedächtnistraining. Im Seminar wurden Modelle für gelingende Beziehungen vorgestellt, die sowohl für den Alltag, besonders aber auch in der Erziehungsarbeit hilfreich sein können.



Wildnispädagogik

Exkursion in den Wald mit Elisabeth Stauder und Verena Ladstätter



Workshop 3

Im Rahmen des Workshops „Wildnispädagogik“ mit Elisabeth Stauder und Verena Ladstätter erhielten die TeilnehmerInnen im Wald unterschiedliche Angebote zum Werkeln, Zündeln, Schnitzen und Basteln, Erforschen des Lieblingsplatzes und die Erlebnisse wurden zum Abschluss im Kreis vorgestellt.





Der Yogakurs mit Manni Fauster berücksichtigte folgende Grundprinzipien: „Yoga verändert Geist und Körper. Es erzieht zu Klarheit und Genauigkeit im Denken und Handeln. Es kräftigt die Gesundheit. Darüber hinaus lehrt es dich Wissen und Weisheit und vor allem: Ruhe, Geduld und Bescheidenheit.“ (B.K.S. Iyengar)



Alles in allem: Der Pädagogische Tag war ein voller Erfolg. Alle Lehrpersonen kehrten bereichert in den Unterrichtsalltag zurück und werden die neu gewonnenen Erfahrungen und Erkenntnisse in die Erziehungsarbeit einfließen lassen.