

Mein Körper kann das!

Mit Erfolgserlebnissen gegen den Körperkult

Seminar | Dienstag 20. Juni 2017 | Seminarhaus Gailhof | Wedemark

„Fit“ ist scheinbar das neue „Sexy“ - das ist vielen Mädchen und Jungen auf der Suche nach Orientierung bewusst. Zahlreiche Sport- und Fitness-Apps oder -programme werden zunehmend auch von Jugendlichen genutzt. Dabei steht seltener der Spaß an der Bewegung im Vordergrund, sondern das Erreichen eines (vermeintlich selbstgewählten) Ziels. Die häufig propagierten Schönheits- und Körperideale können die meisten Jugendlichen nicht annähernd erreichen: Selbstzweifel, Körperfrust und ein gehemmter Umgang mit dem eigenen Körper sind mögliche Folgen. Vor dem Hintergrund können erste Erfahrungen mit Intimität und Sexualität als frustrierend empfunden werden oder finden gar nicht erst statt.

Neben dem Hinterfragen und Reflektieren bestehender Schönheitsideale muss es aus Jugendschutzsicht auch darum gehen,

den eigenen Körper wieder fühlbar zu machen. Dabei können erlebnispädagogische Angebote unterstützen.

In diesem sehr praktisch orientierten Seminar wird der Fokus darauf gelegt, was der eigene Körper alles kann.

Mit dem Movnat-Ansatz lernen die Teilnehmenden am Vormittag wie natürliche Bewegungsmuster aktiviert werden, die – unabhängig von Leistung, Aussehen oder dem Vergleich mit anderen – das Wahrnehmen und Erleben des eigenen Körpers ermöglichen.

Am Nachmittag werden verschiedene Trendsportarten - wie Bouncercball, Bogenschießen oder Slacken - ausprobiert und die Frage der Umsetzbarkeit in der pädagogischen Praxis diskutiert.

Tanja Opitz,
Landesstelle Jugendschutz
Niedersachsen, LJS

Veranstalterin

Landesstelle Jugendschutz
Niedersachsen (LJS)
Leisewitzstr. 26
30175 Hannover
T: 0511 858788
F: 0511 2834954
info@jugendschutz-niedersachsen.de
www.jugendschutz-niedersachsen.de

Fachreferat der
LAG der Freien Wohlfahrtspflege in
Niedersachsen e.V.

Seminarleitung

Tanja Opitz, LJS

Ort

Seminarhaus Gailhof
Am Jugendheim 7
30900 Wedemark

Kosten

60,- € inkl. vegetarischer Verpflegung
50,- € für Teilnehmende, die auch die
Fachtagung „Der optimale Körper“
(S1730) besuchen.

Bitte überweisen Sie den Betrag nach
Erhalt der Anmeldebestätigung.



Programm

9.30 Anmeldung

10.00 Seminarbeginn und Begrüßung

Was alles in mir steckt

Bewegungsmuster aktivieren,
Hindernisse und Aufgaben
meistern

Trainer: Claas Benk,
Dipl. Sportlehrer,
Personal Trainer, Hannover

13.00 Mittagspause

Da geht noch mehr

Erlebnispädagogik und
Trendsportarten
im Blick

Trainerin: Marina Schulz,
BA Sozialarbeiterin,
Region Hannover,
Team Jugendarbeit

16.30 Ende des Seminars

**Bitte bringen Sie für das Seminar
wetterangemessene Sportkleidung mit.**

Mein Körper kann das!

Mit Erfolgserlebnissen gegen den Körperkult

Seminar | Dienstag 20. Juni 2017 | Seminarhaus Gailhof | Wedemark

ANMELDUNG (bitte bis zum 29.5.17)

per Fax 0511 2834954

Hiermit melde ich mich für das Seminar an und übernehme die Kosten in Höhe von 60,- Euro bzw. 50,- Euro (inkl. vegetarischer Verpflegung). Im Fall einer Absage bis zu zwei Wochen vor dem Veranstaltungstermin entstehen mir keine Kosten.

Mein Körper kann das!

20. Juni 2017 Seminarhaus Gailhof, Wedemark

Buchungsnr. A1730

Frau Herr

Name / Vorname

Institution

Straße / Hausnr.

PLZ / Ort

Tel. / Fax

E-Mail

Datum / Unterschrift

ggf. abweichende Rechnungsadresse:

Institution

Straße / Hausnr.

PLZ / Ort

Tel. / Fax

E-Mail

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung und weitere Informationen ca. 3 Wochen vor der Veranstaltung zugesandt.

Rückantwort bitte per Fax an:

Landesstelle Jugendschutz

Niedersachsen

Leisewitzstraße 26

30175 Hannover

T.: 0511 858788

F.: 0511 2834954

info@jugendschutz-niedersachsen.de

Ansprechpartnerin:

Maïke Krahe (LJS)

Landesstelle
Jugendschutz
Niedersachsen



Bitte in Blockschrift ausfüllen