

# Dingjan Peuterdansonderwijs



Onlinetraining peuter- kleuteryoga

# Onlinetraining peuter- kleuteryoga

In de onlinetraining zal het kijken naar het scherm regelmatig afgewisseld worden met actief en fysiek bezig zijn. De onlinetraining zal bestaan uit een PowerPoint presentatie met veel beeld materiaal, die wordt afgewisseld met actieve oefeningen. De opbouw van alle elementen van een peuter-kleuteryogales worden door foto's en filmpjes inzichtelijk gemaakt. Tevens zullen we een hele yogales fysiek gaan doornemen.

In de onlinetraining peuter-kleuteryoga leer je hoe een peuter-kleuteryogales volgens de lesmethode van Dingjan Peuterdansonderwijs in de praktijk 'werkt'.

Peuters & kleuters kunnen heel actief zijn, maar hebben ook ontspanning nodig. Ze ontdekken hun eigen lichaam en omgeving met hun zintuigen; voelen, ruiken, zien, horen en ...proeven. Veelal raken de zintuigen overprikkeld door de omringende leefwereld. Sommige kinderen kunnen zich maar moeilijk afsluiten voor al die prikkels die ze de hele dag binnen krijgen. Een kind kan hierdoor overspoeld raken en oververmoeid. Yoga kan steunend zijn om de kinderen meer bestand te maken tegen de overdaad aan prikkels.

Zowel theoretisch als praktisch worden diverse onderdelen van de yogales doorgenomen en ervaren door de deelnemers. Een peuter-kleuteryogales wordt aan den lijve ervaren. Naast het fysieke aspect wat zich vertaalt naar bepaalde houdingen, wordt er ook aandacht besteed aan de ademhaling, zintuigen, massage en meditatie. Verder; hoe wissel je actieve onderdelen af met rustgevende onderdelen? Hoe bouw je een yoga les op en af? Welke muziek is bruikbaar? Welke materialen zijn bruikbaar in een yogales?

Als verdieping kan je hierna de 9 weekse praktijkopleiding peuter- kleuteryoga volgen met peuters in een kinderdagverblijf. Voor meer info over de opleiding, kijk op de website.



<b>Data:</b>	5 november 2023
<b>Tijd:</b>	13 – 16.30 uur incl. pauze
<b>Aantal deelnemers:</b>	Max 16
<b>Benodigheden:</b>	Yogamat en schrijfwaren. Soepele kleding aan. Laptop/ computer met een camera. Lege ruimte van 2 à 3 m achter het scherm voor de praktijk.
<b>Kosten:</b>	€ 125,- per persoon incl. lesboek, certificaat, portokosten (worden per post opgestuurd)
<b>ONLINE:</b>	Via een link op Zoom
<b>Inschrijven:</b>	Via agenda <a href="http://www.peuterdans.nl">www.peuterdans.nl</a>
<b>Doelgroep:</b>	Pedagogische medewerkers, (peuter/ kleuter)dans- en yogadocenten, sportaanbieders, leerkrachten, ouders en andere geïnteresseerden.



Yvonne Dingjan  
Trainer & docente peuter-kleuterdans en  
peuter-kleuteryoga - Creativiteit in Dans & Yogadocente

T: +31 (0) 6 29037701

E: [info@peuterdans.nl](mailto:info@peuterdans.nl)

I : [www.peuterdans.nl](http://www.peuterdans.nl)

F: [www.facebook.com/dingjanpeuterdansonderwijs](https://www.facebook.com/dingjanpeuterdansonderwijs)

IG: [dingjanpeuterdansonderwijs](https://www.instagram.com/dingjanpeuterdansonderwijs)

in: [Yvonne Dingjan](#)

K.v.K. Rotterdam nr. 24324199

BTW nr. NL001732593B68

IBAN NL15INGB067.08.85.312