

Kursprogramm

Kinder

Mit Vollgas in Klasse 5

In diesem Refresher-Kurs steht die Wiederholung und Vertiefung der Basis-Lerninhalte in Deutsch und Mathe der Klassen 3 + 4 im Vordergrund. Zudem wird das Selbstbewusstsein und die Stärken der Kinder gefördert und Ängste vor dem bevorstehenden Schulwechsel und den damit verbundenen Anforderungen reduziert.

Alle Einheiten sind in sich abgeschlossen und können je nach Lernstand einzeln oder im Paket gebucht werden.

Gruppengröße: 2 - max. 4 Kinder

Einzelcoaching auf Anfrage und nach Vereinbarung.

10 Doppelstunden Deutsch und Mathe

In den Ferien:

montags – donnerstags 9:00 – 12:15 Uhr

Außerhalb der Ferien:

samstagsvormittags

10er-Karte (Doppelstunde): 279,-€

5er-Karte (Doppelstunde): 145,-€

Einzelkarte (Doppelstunde): 30,-€ nach Verfügbarkeit

KidsBootCamp

Im KidsBootCamp wird spielerisch mit dem eigenen Körpergewicht in Gruppen der ganze Körper gekräftigt, Freude an Bewegung vermittelt, das Miteinander gefördert und das Selbstbewusstsein gestärkt. Schon im Kindesalter sind Rückenprobleme, Stress, Übergewicht, Depression und mangelnde soziale Kontakte sichtbar. Grund hierfür ist zum Teil

Bewegungsmangel. Dieser Kurs fordert und fördert Kinder im Alter von 5- 8 Jahren.

10 x donnerstags 16:30- 17:30 Uhr

(nicht in den Ferien)

Kurspreis: 99,-€

Kinderrückenschule (6-10 Jahre)

Jeder dritte Bundesbürger leidet unter Rückenschmerzen. Bei Kindern ist es bereits jedes zweite im Alter von 15 Jahren.

Bewegungsmangel, einseitige Belastung und Fehlhaltungen durch vermehrtes Sitzen zählen zu den häufigsten Ursachen.

Dieser Kurs dient der Vorbeugung von Rückenproblemen durch Verhaltensänderungen sowie körperlich-sportliche Aktivitäten auf spielerische Art.

10 x freitags 14:45 -16:00 Uhr

Kurspreis: 129,-€

Konzentrationstraining für Kinder

Starrt Ihr Kind minutenlang auf ein Blatt, ohne zu wissen, was darauf steht? Muss es einen Satz mehrmals lesen und weiß dennoch nicht, was darin steht? Ist Ihr Kind leicht ablenkbar?

In unserem Kurs werden unter anderem Elemente aus dem Marburger Konzentrationstraining und dem Training für aufmerksamkeitsgestörte Kinder nach Lauth & Schlotzke zu einem gruppenangepassten Konzentrationstraining zusammengefasst.

6 x montags 16:00 -17:00 Uhr zzgl. ein Elternabend

Kurspreis: 119,-€ incl. Material

Kindergruppe zur Vorbereitung der Schreibhaltung mit links - Jobasa-Club (Vorschulalter)

Haben Sie ein linkshändiges Kind und möchten es in der Linkshändigkeit unterstützen?

Ziele dieser Gruppe sind eine lockere Stifthaltung, eine entspannte Schreibhaltung und die Findung der eigenen Identität als Linkshänder in einer Welt von Rechtshändern. Mit Spaß und vielen auf Linkshänder abgestimmten Übungen werden linkshändige Kinder auf den Schuleintritt und den damit einhergehenden Anforderungen im grafomotorischen Bereich vorbereitet. Der Kurs wird nach der Methodik von Dr. Johanna Barbara Sattler von einer Linkshänderberaterin mit S-MH Zusatzausbildung konzeptgetreu durchgeführt. Die Händigkeit Ihres Kindes muss bereits klar sein.

5 x mittwochs 8:00 – 9:30 Uhr
Kurspreis: 99,-€ (zzgl. 27,-€ für Übungshefte)

Wir werden Stiftprofis!

Ein grafomotorisches Förderprogramm für Vorschulkinder (5-6 Jahre)

Die Kinder werden auf den Schrifterwerb vorbereitet und sind topfit für die Schule. Sie erlernen eine ergonomische Sitzhaltung, die richtige Blattlage, eine entspannte Stifthaltung sowie eine angemessene Kraftdosierung. Zudem üben die Kinder Formen, welche die Grundlage fürs Schreiben bilden zu automatisieren, flächig auszumalen und Linien einzuhalten. Ergänzend werden feinmotorische Übungen zur Verbesserung der Fingergeschicklichkeit durchgeführt.

15 x freitags 8:00-9:30 Uhr zzgl. 1 Elternabend
Kurspreis: 219,-€

Cool mit Nic Panda

Training für Kinder mit Schul- und Prüfungsangst ab der 2. Klasse

Das Training eignet sich für Kinder mit Schul- und Prüfungsängsten und den begleitenden

Problemen wie Leistungsabfall, sozialer Rückzug, mangelndes Selbstvertrauen in die eigenen Leistungen.

Begleitend findet eine Elternschulung statt.

Es findet sowohl im Einzelsetting als auch in der Gruppe mit max. 4 Kindern statt.

10 x mittwochs zzgl. 4 Elterneinheiten

Kurspreis: 189,-€

Lernen lernen

Ein Lerncoaching nach G. Keller, in dem neben der Evaluation des eigenen Lernverhaltens und einer Lerntypbestimmung das Erlernen von Lernorganisation und -strategie im Mittelpunkt steht.

Durch die Arbeit in Kleingruppen kann individuell auf die Teilnehmer eingegangen werden.

5 Doppeleinheiten; Termine nach Absprache;

Kurspreis: 199,-€ incl. Arbeitsmaterial

Senioren

Sturzprävention - Fit und sicher im Alltag

Bewegung und regelmäßiges Training halten gesund und schützen vor Verletzungen. Ein kleiner Sturz im Alter hat oft große Folgen.

In diesem wissenschaftlich fundierten Training werden ausreichend Muskelkraft und Gleichgewicht trainiert, um Stürze zu vermeiden und Sturzfolgen zu reduzieren. Zudem werden Sie für mögliche Sturzrisiken sensibilisiert und bekommen eine Checkliste für Sturzgefahren für Zuhause mit. Eingangs wird mit Ihnen gemeinsam Ihre Sturzgefährdung anhand eines Fragebogens ermittelt.

10 Termine: 2x pro Woche montags und donnerstags je 9:15-10:15 Uhr

Kurspreis: 109,-€

Rollatorschulung – „Rollatorfit“

Der sachgemäße Umgang mit dem Rollator und die richtige Einstellung zum und am Rollator sind wesentliche Voraussetzungen für den sicheren Gebrauch des „Rentner-Porsches“.

In diesem Kurs wird mit Elementen des Turnens und Fitnessbereichs sowohl Kraft, Ausdauer, Bewegungsfähigkeit als auch Geschicklichkeit trainiert. Ziele sind Sturzprophylaxe mit dem Rollator, Förderung der Konzentration, der kognitiven Leistungsfähigkeit und Spaß an Gruppenerlebnissen. Der Kurs richtet sich besonders an Rollatorneulinge, aber auch an „alte Hasen“.

Bitte bringen Sie Ihren eigenen Rollator mit!

10 x mittwochs 9:30 – 10:30 Uhr

Kurspreis: 109,-€

Fit bis ins hohe Alter

Bewegung ist eines der besten Möglichkeiten ein gesundes und selbständiges Leben im hohen Alter zu erhalten. Im Laufe des Älterwerdens lassen ohne regelmäßiges Bewegungstraining wichtige körperliche Funktionen nach, die Muskeln werden schwächer, Gelenke unbeweglicher, die Standsicherheit reduziert sich. Wir wollen durch gezielte Gymnastik (nicht am Boden) die körperliche Leistungsfähigkeit verbessern und eine selbständige Alltagsbewältigung fördern. Dieser Kurs eignet sich für Männer und Frauen gleichermaßen. Voraussetzung: Gehen sollte ohne Hilfsmittel möglich sein.

10 x donnerstags 14:30 – 15:30 Uhr

Kurspreis: 109,-€

Hirnleistungstraining für Senioren

Trainieren und erhalten Sie in der Gruppe Ihre kognitiven Fähigkeiten! Durch den Einsatz von gezielten Übungen und Aufgaben werden Konzentrationsfähigkeit, Merkfähigkeit, Kurz- und Langzeitgedächtnis, Aufmerksamkeit,

Wahrnehmung, Orientierung und Problemlösungsstrategien trainiert. Die Stunden werden von unserer Ergotherapeutin abwechslungsreich und alltagsnah gestaltet.

10 x montags und donnerstags 10:30 -11:30
Kurspreis: 109,-€

Bei den Seniorenkursen ist der Einstieg jederzeit möglich (außer Rollatorschulung).

Durch die begrenzte Teilnehmerzahl aller Gruppen kann individuell auf die Wünsche und Bedürfnisse der Teilnehmer eingegangen werden.

Selbstverständlich gelten die aktuellen Hygienebestimmungen.

Alle Kurse werden ausschließlich von Fachkräften geleitet.

Alle aktuellen Starttermine sowie die Gebühren für die Kurse finden Sie auch auf unserer Homepage.

Für weitere Fragen zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

e motion ergotherapie & lerntherapie
Fuchseckstraße 32+34
73037 Göppingen

Fon 07161 - 659685
Fax 07161 - 659686

info@emotion-ergotherapie.de
www.emotion-ergotherapie.de