

Aktivitäten zum YMTA e.V. Projekt „Yoga in den Schulunterricht“ im Jahr 2021:

Zu diesem Projekt haben während des ganzen Jahres Schulungen in Form von Weiterbildungen für Lehrerinnen und Lehrer stattgefunden, die alle von Reinhard via zoom geleitet wurden. Mit diesem Bericht möchte ich Euch gerne etwas näher an diesem wertvollen Projekt teilhaben lassen:

Noch vor der Gründung des Vereins YMTA e.V. habe ich mit einem email Rundschreiben an die seinerzeitigen Netzwerk-Teilnehmer:innen zu einer Aktion aufgerufen, die an alle Lehrerinnen und Lehrer gerichtet war, die Yoga in den Schulunterricht einbringen möchten.

Durch das Weiterleiten dieser email von vielen von Euch an Lehrer:innen Kontakte, haben sich über 60 Lehrer:innen gemeldet, die Interesse haben, an diesen Schulungen teilzunehmen und Yoga in ihren Klassen zu unterrichten. Die Lehrer:innen unterrichten deutschlandweit an Grundschulen, Förderschulen, Realschulen und Gymnasien.

Somit habe ich die über 50 Interessentinnen und Interessentinnen in Gruppen bis zu 14 Personen aufgeteilt:

Lehrer:innen die schon Yoga-Erfahrung haben bei Yoga-Lehrenden die vom Yoga Forum München e.V. ausgebildet wurden

Lehrer:innen die schon Yoga-Erfahrung haben bei anderen Yoga-Lehrenden

Lehrer:innen die keine Yoga-Erfahrungen haben

Lehrer:innen die die Yoga-Lehrer-Ausbildung beim Yoga Forum München e.V. machen und gemacht haben. Diese Gruppe besteht weiterhin.

Ziel dieser Schulungen war es, dass die Lehrer:innen die Kinder / Jugendlichen in Yoga-Übungen anleiten können und das die Yoga-Einheiten ein fester Bestandteil des Unterrichts werden, z.B. am Morgen zum Beginn des Unterrichts, in der Lüftungspause oder einer Aktivpause, im Schulsport und in Schulprojekten.

Die Lehrer:innen wurden in Praxis und in Theorie via zoom geschult, haben dann mit den Kindern Yoga gemacht und ihre Erlebnisse und Erfahrungen wiederkehrend in die Folge-Termine eingebracht und mit Reinhard weiter besprochen.

Besonders berührend waren die Erlebnisberichte der Lehrer:innen, die die Kinder mit sich und ihrem Körper gemacht haben und von vielen Lehrer:innen wurde die Wichtigkeit angesprochen, dass Kinder sich und Ihren Körper durch Yoga besser kennenlernen und verstehen können.

In Summe haben über 30 Schulungstermine a 2 Stunden mit Reinhard stattgefunden.

Für mich ist es bemerkenswert, dass die Lehrer:innen in dieser anspruchsvollen Zeit Yoga in den Unterricht mit einbringen wollten und konnten.

Mir haben diese Erlebnisse und Erfahrungen wieder gezeigt, welche positive Wirkung Yoga auch in kleinen Einheiten auf die Lehrer:innen und auch auf die Schüler:innen hat und welche große Bedeutung wir Yoga auch in Schulen geben müssen.

Yoga ist in den Lehrplänen bereits enthalten, wird aber zu wenig umgesetzt.

Das Yoga-Konzept von Reinhard weiter auf den Weg zu bringen hinein in die Schulen wird als wichtiges Ziel vom YMTA e.V. weitergeführt und wir sind bereits in Planung wie es weiter gehen kann.

Das Honorar für diese Schulungen ging nicht an Reinhard, sondern auf das Konto vom YMTA e.V. .

Ich möchte mich, auch im Namen des Vereins ganz herzlich bei Reinhard bedanken, dass er dieses wichtige Projekt „Yoga in den Schulunterricht“ gemeinsam mit dem Verein so schnell und für die Dauer eines Jahres in immer wiederkehrenden Schulungen mit seiner Zeit und seiner wertvollen Energie unterstützt hat.

Alle Einnahmen aus diesen Schulungen, knapp € 2.000,-- sind dem YMTA e.V. gutgeschrieben worden. Wir werden diese Einnahmen für weitere Aktivitäten für Yoga in den Schulunterricht investieren.

Auf Wunsch von einigen Lehrer:innen sind auch die beiden Videos entstanden.

<https://www.yogaforum.de/index.php?display=1000001&menucms=105>

Und hier noch eine weitere wichtige Aktivität von Reinhard in diesem Jahr:

Mind-Body-Weiterbildung auf der Grundlage von Yoga am Nimhans Institut, Bangalore am 13.11.2021 unter der Leitung von Dr. med. Sanjay Phadke:

An dieser Weiterbildung hat Reinhard als Resource Person (ein Fachmann, der Fachwissen einbringt) mitgewirkt und die Psychiater geschult. Prof. B.N. Gangadhar ist Mentor dieser ersten offiziellen indischen Ärzte-Weiterbildungsveranstaltung.

28.12.2021

Susann Rittner / YMTA e.V.