



17./18. Januar 2025

WBT

Atem und Rhythmus im Unterricht

Respiration et rythme
dans l'enseignement

Respiro e ritmo
durante le lezioni



Gesamtschweizerische Weiterbildungstage für pädagogisch Tätige

Was bedeutet «Atmender Unterricht» für unsere heutigen Schülerinnen und Schüler? Welche Rhythmen im schulischen Alltag wirken gesund und stärkend? An der diesjährigen WBT tauchen wir ein in dieses Thema, welches für unsere lebendige und zeitgemässe Pädagogik zentral ist. Besonders freuen wir uns über die Teilnahme von Dr. Oskar Jenni, der als Nachfolger von Remo Largo die Forschung zur kognitiven, motorischen und emotionalen Entwicklung von Kindern fortführt. Im Rahmen dieser Tagung wird er zum Thema «Rhythmus und Gesundheit» referieren.

Programm

Freitag, 17. Januar 2025

- 10.00 Uhr Führung durch das Goetheanum für Interessierte
- 11.00 Uhr Beginn
Das Atmen in der Pädagogischen Praxis, *Constanza Kaliks*
Sprachgestaltung, *Agnes Zehnter*
Vertrauen bilden durch Rhythmus, *Philipp Reubke*
Sprachgestaltung, *Agnes Zehnter*
Kindgerechte Rhythmen beachten: Im Stundenplan, Tages- und Wochenrhythmus, Atmen und in den Lernprozessen, *Alexander Koekebakker*
- 12.30 Uhr Mittagspause
- 14.00 Uhr 1. Arbeitseinheit
- 15.30 Uhr Pause
- 16.00 Uhr 2. Arbeitseinheit
- 18.00 Uhr Abendessen
- 19.30 Uhr Neue Schulkultur in 5 Akten: Harfe & Percussion / Impulsbeiträge von 3 Studierenden «Lehrer-Eltern» / Harfe & Percussion / Impulsvortrag Gerwin Mader / Harfe & Percussion
- 21.00–22.00 Uhr Geselliges Beisammensein mit Musik und Volkstanz in der Wandelhalle

Samstag, 18. Januar 2025

- 09.00 Uhr Vortrag mit Elterntagung
Wie Rhythmen die Kinder in ihrer Entwicklung unterstützen, *Dr. Oskar Jenni*
- 10.00 Uhr Pause
- 10.30 Uhr 3. Arbeitseinheit
- 12.00 Uhr Ende

Arbeitsgruppen

1. Vom vielfältigen Leben der Musik an unseren Schulen In Basel und Locarno, in Genf und Schaan und ohnehin in Zürich zeigt sich jeweils eine andere Form des Musikunterrichts – in den Stunden, durch die Projekte, mit den persönlichen Anliegen und Impulsen der einzelnen Kolleginnen und Kollegen. Wir bieten Raum, diese Wege, Ideen und Entwürfe vorzustellen und gehen dabei durch alle Schulstufen. Gemeinsames Singen und Musizieren stehen wieder im Mittelpunkt. Fragen aller Beteiligten können uns weiterführen. *Peter Appenzeller / Matthias Kühn*

2. Geschichte und Deutsch in der 10.–13. Klasse Lehrpersonen für Geschichte und Deutsch in den oberen Klassen stehen heute vor einem gordischen Knoten. Einerseits sind sie mit der Aufgabe betraut, ein widersprüchliches und immer komplizierteres Weltgeschehen erklärbar und verstehbar zu machen und andererseits sind sie Geburtshelfer:innen und Rettungsschwimmer:innen in einem immer mehr akzentuierten Individuationsprozess der Jugendlichen. Hinzu kommt die Frage nach dem Waldorflehrplan, der die Kollegien (hoffentlich) umtreibt. Einfache Lösungen können wir nicht versprechen, aber die Diskussion und etwas Erfahrung können wir bieten. *Lena Ashkenazi / Lionel Wirz*

3. Volkstanz für Klassen 1–6 In diesem Kurs wird es um das praktische Aneignen einfacher Tänze für 1.–6. Klasse gehen. Der Schwerpunkt liegt auf Balkan/Griechenland/Nahost/Israel, wir werden aber auch einige Tänze aus dem englischsprachigen Raum lernen und vor allem für die Unterstufe Tänze, welche mit Spielen verbunden sind und allenfalls auch gesungen werden können. Die Musikstücke der unterrichteten Tänze werden nach dem Kurs online zur Verfügung stehen, damit das Material inkl. Videoanleitungen benutzt werden kann. *Oren Ashkenazi*

4. Turn und Sportunterricht von der 3. bis zur 12. Klasse Gelingt es mir das richtige «Tempo» zu treffen, um die Kinder und Jugendlichen in ihren Entwicklungsbedürfnissen zu begleiten? Wie begegne ich den Atemprozessen oder wie verändert sich der Stundenrhythmus? Bothmergymnastik, einfache Turn und Akrobatikübungen helfen uns sich praktisch mit dem Thema zu verbinden. Bitte Sportkleidung mitbringen! *Claudio Czack*

5. Vertrauen, Vorsicht und Verantwortung – dank Sexualpädagogik? Beziehungsfähigkeit und Mitgefühl fördern – Selbstvertrauen stärken und Schutzmechanismen schulen, ohne das Urvertrauen zu opfern – lernen über Körper und Geschlecht zu sprechen, Gefühle zu benennen und Grenzen zu setzen. All dies sind Bestandteile unserer pädagogischen Praxis und gehören zu einem modernen Verständnis der Sexualpädagogik. Wo früher Schweigen und Verbote dominierten, gilt es heute, junge Menschen zu befähigen. Gespräche über Begehren, Intimität und Zustimmung ermutigen und stärken die Jugendlichen für die Zukunft. Dies erfordert von den Lehrpersonen Offenheit, Bereitschaft und Taktgefühl. Jeder zaghafte Versuch, inklusiv über Liebe, Sexualität und Geschlecht zu sprechen, sowie sich für Gleichberechtigung und gegen Diskriminierung zu positionieren, wird von der jüngeren Generation wachsam wahrgenommen und hat Vorbildwirkung. *Laura Frey / Sophia Klipstein*

6. Schauspiel Wie kann ich das Schauspiel auf eine gesunde Weise in meine pädagogische Praxis einführen? Sowohl für meine Fähigkeitsbildung als auch für die Schüler. Schauspielübungen für die Unterrichts- und Freizeitgestaltung. *Gosha Valerian Gorgoshidze*

7. Spielgruppe Bist du schon eine erfahrene Spielgruppenleiterin oder ein erfahrener Spielgruppenleiter, dann bist du in dieser Arbeitsgruppe am richtigen Ort. Neben kurzen Inputs zum Tagungsthema «Atem und Rhythmus» möchten wir vor allem in einen gemeinsamen Austausch kommen. Wie pflegen wir in den verschiedenen Spielgruppen dieses Thema? Was für ein Rhythmus und Ablauf hat sich bewährt? Wie vermitteln wir in der Elternzusammenarbeit dieses wichtige Thema? Durch die vielen Erfahrungen von euch können wir am Ende der Weiterbildungstagung mit einem grossen Rucksack an neuen Ideen wieder zurück in den Alltag gehen und Neues integrieren und ausprobieren. Ich freue mich auf eure Themen und Fragen.

Tanja Henschel

8. 1.–3. Klasse – Lernfreude pflegen und Gemeinschaft bilden Wir wollen in diesem Seminar wesentliche Elemente des (Haupt-) Unterrichts der ersten bis dritten Klasse bewegen. Wie lernen die Kinder mit Freude? Wie werden und bleiben sie auch im Rubikon eine Klassengemeinschaft? Die Bedeutung des Rhythmischen Teils und seine zeitliche Einbettung im Hauptunterricht ... Uvm. Mit vielen praktischen Beispielen, zu denen gerne auch die TeilnehmerInnen beitragen, freuen wir uns auf bunte und erfrischende Arbeit, aus der wir impulsiv in den Alltag zurückkehren können. Für Berufsanfänger und «Profis», die sich gerne austauschen.

Vera Hoffmann

9. Eurythmie / eurhythmie Rhythmus als Organ der Mitte – wie stärken wir es? Le rythme, organe du milieu – comment travailler différents aspects du rythme pour renforcer nos organes médians ? *Isabelle Julienne*

10. Zum Freien Religionsunterricht Liebe Kolleginnen und Kollegen, wir möchten euch alle herzlich einladen zu unserem Treffen an den Weiterbildungstagen in Dornach. Unser Thema ist der Freie Religionsunterricht im weitesten Sinne. Gerne sprechen wir damit auch LehrerInnen an, die diesen an ihrer Schule wieder oder neu greifen wollen. Wir freuen uns auf eure Teilnahme. *Jolanda Kägi/Magdalena Reinhard/Jürg Voellmy*

11. Die Welt der Pflanzenpigmente Einblick in die Welt der Pflanzenpigmente, Malen mit Pflanzenpigmenten, Durch die Farbe zur Atmung, Durch verschiedene Übungen erleben wir die Qualitäten der Farben, Aus der Farbe zum Motiv, Ein harmonisches Zusammenspiel der Farben und Polaritäten. *Sandra La Noce*

12. Des expériences positives en mathématiques ? On entend souvent dire que c'est en mathématique que les classes sont les plus partagées entre ceux qui se sentent à l'aise et aiment cette discipline, et ceux qui la détestent parce que très rapidement ils se sentent « nul en maths ». Ceci n'est pas une fatalité. La question centrale de l'atelier est la suivante : comment permettre à chaque élève de faire des expériences positives pendant les cours de maths tout en gardant un niveau d'exigence suffisant ? À partir d'exemples choisis en fonction des attentes des participants, nous approfondirons cette question de manière concrète, notamment avec les points de repère suivants : – Comment élaborer une suite d'activités qui permettent aux élèves de franchir des seuils de difficulté croissante au cours d'une période ? – Comment la dynamique et le rythme d'un cours ou d'une période peuvent-ils améliorer et/ou soutenir la confiance des élèves en eux-mêmes ? – Comment revenir encore et toujours sur des notions déjà vues et pourtant non assimilées, sans pour autant décourager les élèves ? *Luc Lismont*

13. Das grüne Klassenzimmer – Naturkunde im mittleren Lebensalter Heutige Kinder sind früh und eindringlich konfrontiert mit existentiellen Krisen, insbesondere der Klimakrise. Ihre gesunde Verleiblichung scheint gefährdet. In der Schule sollte der Versuch unternommen werden, auf diese Phänomene zu antworten. Eine Möglichkeit dazu bietet die Naturkunde in den mittleren Klassenstufen (3.–6. Klasse). In keinem anderen Alter sind die Kinder so empfänglich für alles Lebendige und dessen Pflege. Im ersten Schritt soll auf die menschenkundliche Situation der Kinder dieses Alters eingegangen werden und auf die Schritte ihrer leiblich-seelischen Entwicklung. Ein Austausch über mögliche praktische Umsetzungen soll folgen, denn es gibt neben der eigentlichen Naturkunde viele praktische Möglichkeiten der Vertiefung und Belebung. Einzelne konkrete Themen wie Insektenkunde, Tierhaltung, Hochbeetbau oder die Frage eines angemessenen Rhythmus könnten tiefer besprochen werden.

Christoph Merholz

14. Atmen und Rhythmus im Kindergarten-Alltag / Respiration et rythme au quotidien au Jardin d'enfants Wir möchten das Tagungsthema aus drei Richtungen angehen: Rhythmus und Atmen im Tagesablauf, im Erzählen und in den Reigen. Wie kann ich einen Vormittag oder einen ganzen Tag in der Spielgruppe bzw. im Kindergarten so gestalten, dass das Kleinkind gesund atmen kann? Wie lebe ich das Atmen und den Rhythmus in meiner Erzählweise und im Inhalt der Geschichten, die ich auswähle? Wie bringe ich die Qualität des Rhythmus und des Atmens in den Reigen ein? In dieser deutsch-französischen Gruppe werden wir abwechselnd Momente im Plenum mit Übersetzung und Momente in den Sprachgruppen haben. Nous souhaitons aborder le thème du congrès dans trois directions: rythme et respiration dans la journée, dans l'histoire et dans les rondes. Comment organiser une matinée ou une journée entière dans le groupe de jeu ou au Jardin d'enfants de manière à ce que le petit enfant puisse respirer sainement ? Comment vit la respiration et le rythme dans ma façon de raconter ? Dans le contenu des histoires que je choisis ? Comment apporter la qualité du rythme et de la respiration dans la ronde ? Dans ce groupe franco – allemand nous alternerons des moments de plénum avec traduction avec des moments en groupes de langue.

Philipp Reubke/Fabienne Defèche

15. Rythme et respiration dans les cours Par des échanges et des exercices pratiques, nous explorerons le bienfondé et la nécessité d'un apprentissage vivant grâce aux rythmes et respiration apportés tout au long d'un cours, d'une journée, d'une année, d'une matière ... L'accent sera mis sur l'approche avec des élèves de 7 à 14 ans. *Pascale Ripaux*

16. Heilendes Spiel – die Selbstwirksamkeit im Spiel als Gesundheitsfaktor Das Lebens- element Spiel bietet eine Fülle von Erfahrungen – sei es nachahmend die Welt auszuprobieren oder im Wald, hinterm Haus Welt zu entdecken. Es bietet einen unendlichen Reichtum an immer neuen Erfahrungen. Fühlt das Kind sich im Spiel ganz geborgen, kann es aus seiner Seelentiefe heraus auch in ein Spiel eintauchen, in dem es unverständliche oder verletzende Erfahrungen bearbeitet, also in einen heilenden Spielprozess eintaucht. Wie verstehe und begleite ich ein solches Spiel? *Gerda Salis Gross*

17. Rhythmus und Form im Unterricht – Rhythmus und Form als Menschen bildende Kräfte In der Steiner-Methodik haben das Formenzeichnen und der Rhythmus (Raum und Zeit) vom ersten Schultag an eine grosse Bedeutung. Der Workshop möchte dies auf zweierlei Weise beleuchten und vertiefen: ■ Im tätigen Formenzeichnen soll die Kraft der Form erlebbar gemacht werden. ■ Im seminaristischen Austausch wollen wir der Wirkung von

Rhythmus und Rhythmisierung nachspüren. Denn beide, Rhythmus und Form, sind Grundlagen alles Lebendigen. In der Pädagogik sind sie DIE zentralen Elemente in allem lebendigen, atmenden und künstlerisch gestalteten Unterricht. *Thomas Schaerer*

18. Werken – Erfahrungen mit Ton Vom Materialgefühl zur Flächenspannung. Einfache Formen und Verwandlungen. Grundlegende Erfahrungen mit Ton. *Torsten Steen*

19. Rhythmus und Atem – Vertrauen und Empathie Fähigkeit «Rhythmus und Atem in der Pädagogik» sind unsere kraftvollen Stützen im pädagogischen Alltag. Was, wenn der Rhythmus und die gelebten Strukturen einengen, sich verfestigen und die Beteiligten nicht wirklich frei atmen können? Die Samen unserer sinnhaften Grundlagen keimen vertrauensbildend in einer wohlwollenden Miteinkultur. Wie schaffen wir es mit herzöffnender, empathischer Haltung hinzuhorchen und uns, von dem was der Andere uns kundtut, berühren zu lassen? Die Empathie Fähigkeit entwickelt sich primär durch Fremd- oder Selbstempathie. Mit der Methode der gewaltfreien Kommunikation nach M. Rosenberg (GFK) und Aspekten zur Selbstschulung üben wir empathisch zu kommunizieren und gelebte Strukturen zu reflektieren. Arbeitsgruppe Stufen übergreifend: zur Entwicklung und Vertiefung der Empathie Fähigkeit und Reflektion. Mit Einführungen, Rollenspielen, Gesprächs- und Wahrnehmungsübungen. *Marianne Tschan*

20. Rhythmisch-musikalische Sprech-, Sing- und Handgestenspiele von Wilma Ellersiek unter dem Motto «Freude bringen, Liebe schenken» Das Kursangebot richtet sich an alle im Elementarstufenbereich (Geburt bis 1. Klasse) Tätigen. Wir üben verschiedene Spiele und Quintenstimmungslieder und beschäftigen uns austauschend über deren unterstützende Wirkungen in der rhythmischen Gestaltung unseres Alltags mit den Kindern. Die Pflege der Lebenskräfte der Kinder, wie der Erzieher und Erzieherinnen, sowie eine gesundende Gebärdensprache stehen dabei im Mittelpunkt. *Jacqueline Walter*

21. Nachhaltigkeit in der Lehrpraxis Wie können Lehrpersonen in ihrer Tätigkeit nachhaltig unterstützt und bereichert und die Gefahr von Burn-Out oder Krankheitstagen verringert werden? Rudolf Steiner spricht im Buch «Wie erlangt man Kenntnisse der höheren Welten» (Kap. 5) von den sieben Bedingungen der Geheimschulung. Yehuda Tagar, langjähriger Seelenforscher und Geisteswissenschaftler in der Anthroposophie, hat sich intensiv mit diesen Bedingungen befasst und eine methodische Anwendung entwickelt, die für jeden Interessierten leicht zugänglich ist und vor allem effektiv in der Umsetzung. Nach einer Einführung der «sieben Bedingungen», untersuchen wir heutige Phänomene in der Lehrpraxis, die belastend wirken. Das Ziel des Workshops ist, anhand der Bedingungen neue Umgangsmöglichkeiten für das Selbst, dem Kollegium und der pädagogischen Arbeit zu ermöglichen. Dieser Ansatz trägt zur eigenen Professionalisierung, Zufriedenheit und Ausgeglichenheit bei, gleichermaßen wirkt es sich positiv auf das Arbeitsklima an der Schule aus. *Gabriele Wellens*

22. Sprachgestaltung Jede Altersstufe hat ihre spezifische Beziehung zur Sprache. Wie kann sich die Lehrperson selbst für die jeweilige Spracharbeit vorbereiten und begeistern? Welche Elemente der Sprache haben welche Wirksamkeit auf die Gesundheit, das Vertrauen und Förderung zum freien Menschen? *Agnès Zehnter*

Anmeldung Online unter:

tickets.goetheanum.ch/5WB

Anmeldung

Wir bitten Sie, sich bis zum 2. Januar 2025 anzumelden:

tickets.goetheanum.ch/5WB

Tel. +41 61 706 44 44

Preise: inkl. Verpflegung (ohne Frühstück)

Normalpreis: 100 CHF

Studierende der AfaP und der FPAS: 70 CHF

Extras:

Gruppenunterkunft und Parking sind optional buchbar

Goetheanum

Rütliweg 45 · CH-4143 Dornach · Tel. +41 61 706 44 44 · www.goetheanum.org

Gemeinsam in die Zukunft

2. Elterntagung der Rudolf Steiner Schulen Schweiz und Liechtenstein

Samstag, 18. Januar 2025

- 08.30 Uhr Ankunft und Kaffee
- 09.00 Uhr Vortrag: Rhythmus und Atem, *Oskar Jenni*
- 10.00 Uhr Begrüssung der Eltern im Tagungsraum mit kurzer Kaffeepause
- 10.30 Uhr Workshops
- 12.00 Uhr Mittagspause
- 13.00 Uhr Workshops
- 14.30 Uhr Kaffeepause
- 15.00 Uhr Diskussionsrunde zum Thema «Individualität und Gemeinschaft»
mit unseren Experten
- 16.15 Uhr Austausch: Was nehmt ihr mit? Wünsche, Anmerkungen, Anregungen
- 16.45 Uhr Abschluss und Verabschiedung
- 17.00 Uhr Ende der Tagung

Infos und Anmeldung:



Web: <https://rabbits-stare-l6h.craft.me/2FE7DhkIKPTGQy>

Mail: vanessa.pohl@steinerschule.ch