



Projekte und Fortbildungen 2024/2025





**Wir bringen Ihre Schule
in Bewegung!**

**Möchten Sie ihren Schülerinnen und Schülern etwas Einzigartiges
bieten? Etwas, das nicht nur Spaß macht und Energie freisetzt,
sondern zugleich
Kreativität, Teamgeist und die
sozial-emotionale Kompetenz fördert?**

“LeTaBe- Lernen, Tanz, Bewegung” bietet
unterschiedliche Pakete
für ein einzigartiges Schulerlebnis.

**LeTaBe-Tanzprojekte -
Ein Festival der energiegeladenen Bewegung!**



PROJEKTE AN SCHULEN

Gemeinsam tanzen.
Gemeinsam lernen.
Gemeinsam wachsen.

Tanzprojektstage

“Die kleine Tanzkreation”

Ein dreitägiges Tanzprojekt, das die ganze Schule in Bewegung bringt. Von ersten Schritten zu einer bunten Aufführung!

Kompetenztraining/ Mobbing-Prävention

Das 4-5-tägige Projekt konzentriert sich nicht nur auf Bewegung, sondern dient vielmehr als einzigartige Brücke, um junge Menschen in ihrer sozial-emotionalen Kompetenz zu stärken. Jeder für sich und trotzdem gemeinsam.

Tanzprojektwoche

Eine unvergessliche Woche, die Ihre Schule in einen Ort voller Musik, Tanz und strahlender Gesichter verwandelt!

Das Projekt bietet den Schüler*innen eine besondere Gelegenheit, in eine Welt des Bühnenzaubers, des Teamgeists und der großen Auftritte einzutauchen.



KONTAKT: Mona Stelzner
0171-6406862
mona@letabe.de

Schule in Bewegung

“Der Schulgroove”

Dieser Tag ist kein gewöhnlicher Schultag – es ist die Gelegenheit, Freude, Kreativität und Gemeinschaft durch Musik und Tanz zu erleben.

Gestalten Sie an nur einem Tag mit uns einen besonderen Schultanz, der Ihre Schüler*innen begeistern wird!



Lerntage

“LernFokus-Techniken entdecken, Blockaden überwinden”

Diese Lerntage sind ein besonderes Angebot, das darauf ausgerichtet ist, effektive Lerntechniken zu vermitteln und Lernblockaden abzubauen.

Unsere interaktiven Workshops umfassen Themen wie Zeitmanagement beim Lernen, Konzentrationssteigerung sowie Methoden zur Förderung der Merkfähigkeit.

Unser Ziel ist es, den Schüler*innen praktische Werkzeuge an die Hand zu geben, um ihre Lernziele effizient zu erreichen und die Motivation langfristig zu stärken.



**Unsere Preise sind so individuell wie Ihre Schule.
Fragen Sie uns jetzt nach einem unverbindlichen Angebot.**

Fortbildungstermine im Überblick:



Samstag, 28.09.2024.

“Die Magie von Musik und Bewegung im Schulalltag”

Brokstedt

**Buchungsnr:
240901**

Montag, 07.10.2024

“Sozial-emotionale Kompetenz im Schulalltag fördern”
Basisseminar

Kaltenkirchen

**Buchungsnr:
241001**

Samstag, 12.10.2024 und 16.11.2024

“Sei du selbst und es ist egal, wen du unterrichtest”
Die Bedeutung von Authentizität und Präsenz im Unterricht

Trappenkamp

**Buchungsnr:
241002**

Mittwoch. 06.11.2024

“Weihnachten aktiv und bewegt gestalten”

Bad Bramstedt

**Buchungsnr:
241101**

Donnerstag, 07.11.2024

“Sozial-emotionale Kompetenz im Schulalltag fördern”
Aufbauseminar

Kaltenkirchen

**Buchungsnr:
241102**

Mittwoch. 13.11.2024

“Weihnachten aktiv und bewegt gestalten”

Schleswig

**Buchungsnr:
241103**

Montag, 25.11.2024

“Sozial-emotionale Kompetenz im Schulalltag fördern”
Basisseminar

Flensburg

**Buchungsnr:
241104**

Donnerstag, 09.01.2025

“Sozial-emotionale Kompetenz im Schulalltag fördern”
Aufbauseminar

Flensburg

**Buchungsnr:
250101**

Jetzt anmelden und Preisvorteile sichern!



Fortbildung:

*"Die Magie von Musik
und Bewegung im Schulalltag"*



Samstag, 28.09.2024

09.30-17.00 Uhr



Sporthalle der Grundschule Brokstedt

Schulstraße 11, 24616 Brokstedt



Tauchen Sie ein in die faszinierende Welt von Musik und Bewegung im Schulalltag! Unsere Fortbildung bietet Ihnen eine einzigartige Möglichkeit, Unterricht im Hinblick auf diese Aspekte neu zu denken.

Erfahren Sie, wie Musik und Bewegung gezielt eingesetzt werden kann, um Schüler*innen zu motivieren, ihre Konzentration zu steigern, den Lernprozess positiv zu beeinflussen und sozial-emotionale Kompetenz zu fördern.

Inhalte:

- Bewegung als Grundbedürfnis und Verarbeitungsprozess
- Rituale und Bewegungspausen
- Anspannung und Entspannung im Schulalltag
- WIR-Gefühl spürbar machen
- Wirkung von Musik
- Die Kraft der positiven Anker
- Lernmelodien



Anmeldung unter:

www.letabe.de



109,00€ pro TN

Frühbuchertarif bis 01.08.2024. - 89,00€



KONTAKT:

Mona Stelzner
0171-6406862
mona@letabe.de



Fortbildung:

"Sozial-emotionale Kompetenz im Schulalltag fördern"



Montag, 07.10.2024 - Basisseminar

14.00-17.00 Uhr

Montag, 07.11.2024 - Aufbau-seminar

14.00-17.00 Uhr



Sporthalle der Schule am Lakweg

Am Lakweg 1-3, 24568 Kaltenkirchen

Erleben Sie neue Wege zur Förderung der sozial-emotionalen Kompetenz im Schulalltag!

In einer zunehmend komplexen und herausfordernden Schulwelt wird die Förderung der sozial-emotionalen Kompetenz von Schüler*innen immer wichtiger. Unsere Fortbildung „Sozial-emotionale Kompetenz im Schulalltag fördern“ eröffnet Ihnen innovative und praxisnahe Ansätze, um diese essenziellen Fähigkeiten zu stärken.

Was Sie erwartet:

- **Neuer bewegter Ansatz zur Selbstregulation:** Entdecken Sie, wie Bewegung und körperliche Aktivität gezielt eingesetzt werden können, um Schüler*innen zu helfen, ihre Emotionen und ihr Verhalten besser zu regulieren. Bewegung ist ein Schlüssel zur Förderung von Konzentration und innerem Gleichgewicht.

- **Gefühle wahrnehmen und verstehen:** Lernen Sie, wie Sie Kinder und Jugendliche dabei unterstützen können, ihre eigenen Gefühle besser wahrzunehmen und zu verstehen. Durch gezielte Übungen und Reflexionen lernen die Schüler*innen, ihre Emotionen zu benennen und konstruktiv mit ihnen umzugehen.
- **Selbstwirksamkeit fördern:** Vermitteln Sie Ihren Schüler*innen, wie sie selbstwirksam handeln und sie ihre Ressourcen einsetzen können. Geben Sie ihnen die Werkzeuge an die Hand, mit denen sie Herausforderungen meistern und ihre eigenen Ziele erreichen können.
- **Achtsamkeit im Schulalltag:** Der achtsame Umgang miteinander ist eine Grundvoraussetzung für ein harmonisches und respektvolles Miteinander.

Warum diese Fortbildung?

Diese Fortbildung basiert auf neuen Erkenntnissen der Bildungsforschung und innovativen wie auch bewährten Methoden. Sie richtet sich an Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte und alle, die daran interessiert sind, die sozial-emotionale Entwicklung von Kindern und Jugendlichen nachhaltig zu unterstützen.

Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie, wie Sie durch die Förderung der sozial-emotionalen Kompetenz einen positiven und nachhaltigen Einfluss auf Ihre Schüler*innen und den Schulalltag nehmen können.

Bringen Sie mehr Achtsamkeit, Selbstregulation und emotionales Verständnis in Ihren Schulalltag!



Anmeldung unter:

www.letabe.de



je Veranstaltung 69,00€ pro TN

Frühbuchertarif bis 01.08.2024 - 59,00€

Kombiticket für beide Veranstaltungen

128,00€ pro TN

Frühbuchertarif bis 01.08.2024 - 112,00€

KONTAKT:

Mona Stelzner
0171-6406862
mona@letabe.de





Fortbildung:

*"Sei du selbst und es ist egal,
wen du unterrichtest"*

Die Bedeutung von Authentizität und Präsenz im Unterricht



Samstag, 12.10.2024 und Samstag, 16.11.2024

jeweils 9.00-17.00 Uhr



Landesturnschule Trappenkamp

Lessingstraße 5, 24610 Trappenkamp



Kennen Sie das Gefühl, wenn Sie hungrig sind und plötzlich nicht mehr Sie selbst sind? Sie sind gereizt, unkonzentriert und nichts scheint zu funktionieren. Vielleicht hat der ein oder andere den Satz im Ohr "Du bist nicht du, wenn du hungrig bist." Doch was wäre, wenn wir diese Botschaft auf den Unterricht und die Gesundheit von Lehrkräften übertragen? Welche Bedürfnisse sind in meinem Alltag gerade nicht erfüllt und lassen mich nicht, mich selbst sein.

In unserer exklusiven Fortbildung "**Sei du selbst und es ist egal, wen du unterrichtest**" tauchen wir tief in die Theorien der "Neuen Autoritäten" ein und entdecken gemeinsam, warum Authentizität und Präsenz die Schlüssel zu einem erfolgreichen und gesunden Unterricht sind.

Warum Authentizität und Präsenz wichtig sind

In der heutigen Zeit, in der Schüler*innen mit unzähligen Reizen und Herausforderungen konfrontiert sind, ist es entscheidend, dass Lehrer*innen authentisch und präsent sind. Authentizität schafft Vertrauen und eine starke Verbindung zwischen Lehrer*innen und Schüler*innen. Es geht darum, echt zu sein, eigene Stärken und Schwächen zu erkennen und sich als Mensch zu zeigen. Denn nur wenn wir wirklich wir selbst sind, können wir die Schüler*innen erreichen und sie auf ihrem Lernweg begleiten.

Die Theorien der "Neuen Autoritäten"

Basierend auf den Theorien der "Neuen Autoritäten" von Haim Omer, lernen wir in dieser Fortbildung, wie wir als Lehrkräfte durch Präsenz und Achtsamkeit eine starke und dennoch unterstützende Rolle einnehmen können. Diese Ansätze helfen uns, klare Grenzen zu setzen, ohne autoritär zu wirken, und gleichzeitig eine Atmosphäre des Respekts und der Zusammenarbeit zu schaffen.

Lehrergesundheit im Fokus

Die Gesundheit von Lehrkräften ist von zentraler Bedeutung für die Qualität des Unterrichts. Stress, Überforderung und fehlende Selbstfürsorge können dazu führen, dass wir nicht mehr wir selbst sind. In unserer Fortbildung legen wir besonderen Wert auf Strategien zur Erhaltung der physischen und psychischen Gesundheit:

- **Selbstfürsorge-Techniken:** Erlernen Sie Methoden, um Stress abzubauen und Energie aufzuladen
- **Work-Life-Balance:** Tipps und Tricks, wie Sie Beruf und Privatleben in Einklang bringen können
- **Resilienztraining:** Stärkung ihrer inneren Widerstandskraft gegen die täglichen Herausforderungen des Lehrerberufs.

Was Sie erwartet:

- **Interaktiver Workshop:** Praktische Übungen, um die erlernten Konzepte direkt anzuwenden.
- **Fallbeispiele:** Analysen realer Unterrichtssituationen und deren Lösung durch authentisches Handeln.
- **Expertengespräche:** Austausch mit erfahrenen Pädagog*innen, die ihre Erkenntnisse und Tipps teilen.
- **Netzwerken:** Knüpfen Sie Kontakte zu Kolleg*innen, die ebenfalls den Weg der Authentizität im Unterricht gehen möchten.

Verpassen Sie nicht die Gelegenheit, Teil dieser wegweisenden Fortbildung zu sein. Stärken Sie ihre Lehrerpersönlichkeit, fördern Sie ihre Gesundheit und schaffen Sie eine lernfördernde Umgebung, in der sich jeder Schüler*in gesehen und verstanden fühlt.



Anmeldung unter:

www.letabe.de



279,00€ pro TN inkl. Mittagessen
Frühbuchertarif bis 01.08.2024 - 259,00€

KONTAKT: Mona Stelzner
0171-6406862
mona@letabe.de





Fortbildung:

"Weihnachten aktiv und bewegt gestalten"



Mittwoch, 06.11.2024 und **Mittwoch, 13.11.2024**
jeweils 14.00-17.00 Uhr



Bad Bramstedt (06.11.24)

Am Bahnhof 16, 24576 Bad Bramstedt

Schleswig (13.11.24)

Schützenredder 16, 24837 Schleswig



Bereit, sich auf die besinnliche Zeit des Jahres vorzubereiten?

Dann ist unsere Fortbildung **"Weihnachten aktiv und bewegt gestalten"** genau das Richtige für Sie!

Unterrichtsmaterial, Spiele, Übungen und Tänze rund um das Thema Weihnachten stehen an diesem Tag im Fokus.

Lassen Sie sich von der Vorfreude auf Weihnachten inspirieren und bereichern Sie Ihren Unterricht mit neuen Ideen und Impulsen.



Anmeldung unter:

www.letabe.de



59,00€ pro TN

Frühbuchertarif bis 01.08.2024 - 49,00€



KONTAKT:

Mona Stelzner
0171-6406862
mona@letabe.de

Mona Stelzner



• **Mona Stelzner** ist eine dynamische und inspirierende Referentin, die es versteht, Menschen mitzureißen und zu begeistern. Ihre Hauptbotschaft "Leben ist Bewegung" zieht sich wie ein roter Faden durch ihre gesamte berufliche Laufbahn und ihre zahlreichen Projekte. Mit fast 30 Jahren Berufserfahrung und einer beeindruckenden Liste von Qualifikationen hat sie es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen wieder ins Gleichgewicht zu bringen und die Freude an Bewegung und Unterricht sowie die Präsenz und Authentizität im Alltag und im Beruf zu fördern.

• Sie bewegte, unterrichtete und begeisterte bereits über 30.000 Schüler*innen und 5000 Pädagog*innen und hat dabei unzählige Menschen nachhaltig beeinflusst.

• Ihre Expertise erstreckt sich über viele Bereiche: Von der Schule, der Tanzpädagogik über die Fitnessbranche bis hin zum Resilienz- und Selbstbehauptungstraining. Sie ist zertifizierte Sportlehrerin, Grund- und Hauptschullehrerin für Deutsch und Sport, Fitness-Professional für Aerobic, Step-Aerobic, Workout, Pilates, Zumba und viele weitere Bereiche. Als Tanzleiterin und Tanzpädagogin bringt sie zudem ihre Leidenschaft für den Tanz in all ihre Projekte ein.

• Neben ihrer umfangreichen beruflichen Tätigkeit hat Mona Stelzner zahlreiche Ausbildungen durchlaufen und ist stets bestrebt, sich weiterzuentwickeln. So absolvierte sie in den letzten Jahren die Ausbildung zum Kinder-, Jugend-, Erwachsenen-, Eltern- und Familien-Coach, zur Trainerin für Reflexintegration, zur Mastertrainerin für integrative Kreativpädagogik und Potentialentfaltung sowie zur Body-Brain-Activity-Trainerin.

• Mona Stelzner versteht es, durch ihre Authentizität und ihre Begeisterung Menschen zu inspirieren und zu motivieren. Ihre Fähigkeit, Präsenz zu zeigen und eine starke Verbindung zu ihrem Publikum aufzubauen, macht sie zu einer außergewöhnlichen Referentin.

**Ihre Expertin für Bewegung,
Authentizität und Präsenz im Unterricht**