

**Zentrale Fortbildung für Sportlehrerinnen
und Sportlehrer**

Titel:	Mediation und Sport
Veranstaltungsnummer:	SP18206
Veranstalter:	Behinderten-und Rehabilitations- Sportverband Berlin e.V.
Datum:	29.09 — 30.09.2018
Zeit:	10 — 17 Uhr
Veranstaltungsort:	Sporthalle Lietzensee-Grundschule Witzlebenstraße 34 14057 Berlin
Thema:	Mediation und Sport
Form der Veranstaltung:	Theorie und Praxis
Referent(in):	Jahn
Teilnehmergebühren:	96,00 €
Meldungen per Fax an:	030/ 30 833 87 200
Meldungen per eMail an:	info@bsberlin.de
Informationen unter:	www.bsberlin.de
Meldeschluss:	31.08.2018

Zielstellung der Fortbildung

Vorstellung und praktische Erprobung eines Projekts, bei dem der Sport als Trainingsfeld für die Umsetzung kreativer Möglichkeiten der Konfliktlösung dient.

Inhalte

Sport und Bewegung wirkt, das belegen Studien, vorbeugend gegenüber Erkrankungen wie Depression und Burnout. Ursachen, Symptome, Merkmale des Burnout-Syndroms. Praktische Übungen zeigen, wie Stress und emotionalen Erschöpfungszuständen entgegengewirkt werden kann, um ein „Ausbrennen“ zu vermeiden.

Bemerkungen