EAG FPI

Europäische Akademie für biopsychosoziale Gesundheit, Naturtherapien und Kreativitätsförderung

Informationen zum Seminar:

Frischluft-Outdoor am Beversee – Kanu – Paddeln – ein *Soft Skill Training* für den Berufsalltag

Dieser Bildungsurlaub richtet sich an ArbeitnehmerInnen, die aus gesundheits-fördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen kommen und aus anderen Berufsgruppen, die die Seminarinhalte für ihre berufliche Tätigkeit benötigen und oder die Inhalte im beruflichen Kontext weitergeben möchten.

Die Methode Outdoor-Training nutzt dabei die Natursportart Paddeln als Lernmedium, um an Soft-Skills aus dem beruflichen Kontext zu arbeiten. In diesem Bildungsurlaub erlernen Sie mit verschiedenen Booten wie Kanu, Kajak oder Standup-Paddleboard die Grundkenntnisse des Paddelns. In der Gruppe bauen Sie gemeinsam ein Floß. Im Führen eines Bootes in der Gruppe und auch allein geht es dabei ganz konkret um z.B. Führungskompetenzen, Teamfähigkeit, Kommunikation und Kooperation. Stichworte sind hier Entscheidungen treffen, Konflikte lösen, was machen die anderen, wo stehe ich, wo will ich hin. Zudem ist Bewegung an frischer Luft und auf dem Wasser wichtig, um Körper und Geist frisch und leistungsfähig zu halten. Dies kommt im beruflichen Alltag oft zu kurz.

Dieses Seminar leitet ein erfahrener Dipl.- Sportlehrer (Kanu- und Outdoor-Trainer, Ausbilder an der Universität Wuppertal am Institut für Sportwissenschaft). Alle Übungen basieren auf Freiwilligkeit. Voraussetzung sind eine normale Sportlichkeit und Schwimmabzeichen.

Bitte bringen Sie zu diesem Seminar ausreichende Wechselkleidung, Schuhe, die nass werden dürfen und zweckmäßige Schwimmkleidung (keine Bermudashorts) mit. Neoprenanzüge werden gestellt.

Termine: 29.07. - 02.08.2024

05.08. - 09.08.2024

Leitung: Dipl.-Sportlehrer Henrik Andre

Ort: Hückeswagen, Bevertalsperre

Programm

Tag / Zeit	Thema	UE
Montag		
15.30 - 18.30	• Begrüßung, Organisation • Vorstellungsrunden, Erwartungsabfrage, Basis schaffen • Aktiv Übungen →Thema: Kennenlernen und Vertrauen/ Zusammenarbeit im 3er bzw. 4er Canadier	4
19.30 - 21.00	• Übertrag: Vertrauen/ Zusammenarbeit als Basis für den beruflichen Alltag, wo gibt es Parallelen zu meiner beruflichen Situation? Persönlicher Umgang mit Vertrauen	2
Dienstag		
09.00 - 09.45 10.00 - 12.30	• Energizer Warm up • Einheit Stand Up Paddelboard. Allein für mich und meine Situation/ mein „Boot“ verantwortlich sein.	4
14.30 - 16.00 16.30 - 18.00	• Einheit SUP →Thema: persönliche Ziele setzen - Ziele erreichen Hilfe annehmen/ Hilfe geben. Gleichgewicht finden. • Austausch / Plenum / Thinkin’ Walk: Verschiedene Arten von Zielen, Berufliche und private Ziele Konflikte durch widersprüchliche Ziele Persönliche Maßnahmen, um Ziele zu erreichen	4
20.00 - 21.30	• Übertrag: Persönlicher Umgang mit Zielen, Ziele formulieren Transfer in die persönliche Berufssituation	2
Mittwoch		
09.00 - 10.30 11.00 - 17.00	• Energizer • Aktiv Kanutour Tour / mit interaktiven kooperativen Aufgaben: →Thema: Strategien entwickeln, um komplexe Aufgaben zu lösen. Was ist wichtig, was bringt mich weiter, was bremst mich? • Austausch / Plenum / Thinkin’ Walk	9

Donnerstag		
09.00 - 09.45 10.00 - 13.00	• Energizer Floßbau Themen: Mit begrenzten Ressourcen auskommen. Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Fähigkeiten der anderen. Sich selbst was zutrauen. Die anderen überzeugen/ sich von den anderen überzeugen lassen.	5
14.30 - 16.00 16.30 - 18.00	• Outdoortraining I: →Thema: Führen von Gruppen. Welche Rolle spiele ich als Führungskraft.	4
20.00 - 21.30	• Outdoortraining II: →Thema: Führen von Gruppen. • Welche Rolle spiele ich als Führungskraft.	2
Freitag		
09.00 - 10.30	• Energizer • Offene Themen, Fragen, Wunschkonzert	2
11.00 - 13.00	• Persönliches Lernprofil • Was nehme ich mit • Feedback • Transfer in die persönliche Berufssituation	2
		40

Zum Stundenplan:
Programmänderungen vorbehalten.
Die pädagogische Freiheit für evtl. notwendige Verschiebungen bleibt unberührt, da sich Lerninhalte in individuellen Lernprozessen und Gruppendynamiken entfalten.

An unserem Institut unterrichten wir grundsätzlich mit einer hohen Theorie- und Praxisverschränkung. (Theorie 60 %, Praxis 40 %). Daher schließen sich an die theoretischen Vermittlungen grundsätzlich praktische Übungen an, um das Gelernte auch später in die Praxis umzusetzen.

Zielgruppe: Unser Bildungsurlaubsangebot richtet sich zunächst berufsgruppenunspezifisch an alle interessierten Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer.

Im Besonderen richtet sich diese Veranstaltung an folgende Zielgruppen:
- Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.
- Arbeitnehmer/innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen.

Veröffentlichungen: Internet: www.eag-fpi.com und www.bildungsurlaub.de, Jahresprogramm EAG (gedruckte Broschüre)39