Mareike Sommerfeld

YOGA LEHRKRAFT FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Leipzig • +49 160 37529184 • mareike.sommerfeld@email.de • linkedin.com/in/mareikesommerfeld

PROFIL

Staatlich anerkannte Erzieherin und Yoga Lehrkraft mit 8 Jahren pädagogischer Erfahrung, davon 4 Jahre mit Kinderyoga und Jugendyoga in Kitas und Schulen. Altersgerechte Stunden mit Asanas, Fantasiereisen und Achtsamkeitsübungen, mit Blick auf Inklusion in gemischten Gruppen.

KENNTNISSE

- Kinderyoga
- Jugendyoga
- Achtsamkeitsübungen
- Entspannungsverfahren
- Fantasiereisen
- Psychomotorik
- Elternarbeit
- Kursplanung
- Bewegungspausen
- Inklusion

BERUFSERFAHRUNG

Yoga Lehrkraft für Kinder und Jugendliche 08/2022 - heute
Bewegte Kindheit Leipzig e.V. Leipzig

- Wöchentlich 11 Kinderyoga-Kurse in 4 Kitas und 3 Grundschulen mit 8 bis 15 Kindern
- Jugendyoga-AG an einer Oberschule aufgebaut, Teilnahme im zweiten Schuljahr auf **22** Jugendliche verdoppelt
- Entspannungsverfahren für Kinder mit ADHS in 3 Klassen eingeführt
- Fortbildung von 30 Fachkräften pro Jahr zu Bewegungspausen im Kita- und Schulalltag

Erzieherin mit Schwerpunkt Bewegung 09/2018 - 07/2022
Kita Sonnenwinkel, Träger Kinderwelten Sachsen gGmbH Leipzig

- Tägliche Bewegungsangebote und Kinderyoga für 20 Kinder von 3 bis 6 Jahren
- Dokumentation der motorischen Entwicklung nach dem Sächsischen Bildungsplan für **20** Kinder
- Elternarbeit mit 2 Entwicklungsgesprächen pro Jahr, inklusive Hinweisen zur Psychomotorik

Übungsleiterin Kinderturnen (nebenberuflich) 09/2015 - 08/2018
Turn- und Sportverein Gohlis 1898 e.V. Leipzig

- Leitung von 2 Turngruppen pro Woche mit je 14 Kindern zwischen 4 und 8 Jahren
- Kursplanung für Hallenzeiten und 3 Vereinsfeste pro Jahr
- Kinder mit Förderbedarf im Sinne der Inklusion in die regulären Turngruppen eingebunden

AUSBILDUNG

Ausbildung Kinder- und Jugendyogalehrerin (200 Stunden) 01/2020 - 11/2021
Yogaakademie Mitteldeutschland Leipzig
Kinderyoga, Entwicklungspsychologie, Didaktik

Staatlich anerkannte Erzieherin 08/2015 - 07/2018
Fachschule für Sozialwesen Leipzig Leipzig
Sozialpädagogik

ZERTIFIKATE

Registered Children's Yoga Teacher (RCYT)
Yoga Alliance
12/2021

Übungsleiter-C-Lizenz Breitensport Kinder
Landessportbund Sachsen
05/2017

SPRACHEN

Deutsch
Muttersprache

Englisch
B2

Polnisch
A2