

AYI® BASIC STUNDE - VORBEREITUNG

Datum: _____ Ort: _____ Zeitrahmen: _____

Ausbildung: _____

Lehrer: _____

Zielgruppe: _____

VORBEREITUNG ZUR STUNDE:

Vorstellung des Thema:

... Welcher rote Faden wird in meiner Yogastunde erfahrbar? Wie stelle ich ihn vor? ...

Umfang / Genauigkeit:

- Ca. ½ DinA4 Seite

Herleitung des Themas:

... Warum ist dieses Thema für mich und für die Zielgruppe wesentlich? ...

Umfang / Genauigkeit:

- ca. 1 DinA4-Seite
- Erläuterung Deines Bezugs zum Thema
- Bezug des Themas zur Zielgruppe

Planung:

... Was tue ich (Skizze / Bildchen)? Wie tue ich es? Was unterstützt? Warum tue ich es so?

Zeit (ca.)	Aufbau / Übungsfolge, Anleitung, Hilfsmittel, Begründung
z.B.: 0-5 Min	z.B.: <ul style="list-style-type: none"> - Yogis in einen Kreis rufen, damit alle mich gut verstehen können und das Thema in die Praxis nehmen. - Hilfsmittel nicht nötig, da diese Zielgruppe auf dem Boden bequem sitzen kann. - Einführung des Themas anhand eines Vortrags, denn bei den in Yoga-Kursen oft intellektuell anspruchsvollen Teilnehmern hilft eine theoretische Vorbereitung das Thema anschließend praktisch zu erfahren.
...	...

Umfang / Genauigkeit:

- Alle wesentlichen Phase der Praxis mit ca. ¼ - 1 DinA4-Seite
- jeweils mit Begründung des Bezugs zu Zielgruppe und Thema
- Möglichst mit Strichzeichnung der Übung / Übungsfolge.