

PROGRAMM>ALLE VERANSTALTUNGEN>HORIZONTE 2018:

PROF. DR. RENATE ZIMMER: "WAS KINDER WIRKLICH STARK MACHT
– UND WAS SIE GESUND HÄLT? ZU DEN PSYCHOSOZIALEN
RESSOURCEN VON BEWEGUNG UND SPORT"



Prof. Dr. Renate Zimmer

HORIZONTE 2018: Prof. Dr. Renate Zimmer: "Was Kinder wirklich stark macht – und was sie gesund hält? Zu den psychosozialen Ressourcen von Bewegung und Sport"

Montag 11. Juni 2018 20:00 Atrium

Was macht uns krank? Was hält uns gesund? Dies sind wichtige Fragen, die nicht nur das Aufwachsen der Kinder betreffen, sondern auch die Erwachsenen angehen. Sie betreffen das körperliche, psychische und soziale Wohlbefinden, das als Grundlage von Gesundheit betrachtet werden kann. In dem Vortrag wird der Blick auf die Ressourcen gelenkt, die uns befähigen, auch mit schwierigen Belastungen umzugehen und Risikosituationen zu bewältigen.

Zu den Schutzfaktoren gehören u.a. Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, ein positives Selbstwertgefühl und die Gewissheit, selber etwas bewirken zu können. Dies kann bei Kindern insbesondere über Körper- und Bewegungserfahrungen aufgebaut werden.

Wie Eltern und Pädagogen dazu beitragen können, dass ihre Kinder „stark“ werden, dass sie schon früh einen aktiven, gesunden Lebensstil entwickeln, wird in dem Vortrag aufgezeigt.

Prof. Dr. Renate Zimmer

Erziehungswissenschaftlerin mit dem Schwerpunkt „Frühe Kindheit“ und Professorin für Sportwissenschaft an der Universität Osnabrück.

Direktorin des Niedersächsischen Instituts für frühkindliche Bildung und Entwicklung (nifbe)

Zahlreiche Publikationen (mehr als 50 Bücher) zu den Themen Frühkindliche Entwicklung, Bewegungserziehung, Bewegtes Lernen, Psychomotorik, Sprache und Bewegung, die in vielen Sprachen (u.a. ins Koreanische, Chinesische, Griechische, Finnische) übersetzt worden sind.

2007 wurde sie wegen ihres besonderen gesellschafts- und bildungspolitischen Engagements für Kinder mit dem Verdienstorden der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet.

2009 wurde sie von der Zeitschrift „Unicum“ zur Professorin des Jahres gewählt.

ca. 90 min + 20 min Pause | inkl. Diskussionsrunde

Deutsch

In der TRIFOLION-Reihe HORIZONTE im Jahr 2018 geht es um das Themengebiet Gesundheit. Der Selbst-Optimierungswahn kennt keine Grenzen mehr. Wer hat noch nie eine Diät gemacht, sich auf das Laufband gequält, gegen die Pfunde gekämpft oder die innere Ruhe in Yoga-Kursen versucht zu finden? Der gesunde Geist in einem gesunden Körper scheint nicht mehr nur für Profi-Sportler und Modells von Bedeutung zu sein, sondern wie eine Volkskrankheit um sich zu greifen. In den Buchhandlungen stapeln sich Bestseller zum Thema Ernährung, Fitness und Gesundheit. Das TRIFOLION widmet sich diesem Trend mit seiner Vortrags- und Talkreihe HORIZONTE. Berühmte Sportler, Ernährungsexperten, Köche und Fitness-Profis setzen sich kritisch mit diesem Thema auseinander. Welche all dieser Heilsversprechen sind wahr, was ist nur Marketing und Propaganda, wie lebt man wirklich gesund und was können wir von Spitzensportlern für den Alltag lernen?