

# Bräuchte Ideen für einen Kurs "Gesundheit und Entspannung"

Beitrag von „marie74“ vom 13. April 2016 15:19

## Zitat von Trantor

Ich übernehme die Dauervertretung für eine langfristig erkrankte Kollegin in einem Wahlpflichtkurs "Gesundheit und Entspannung" in der Berufsfachschule.

Am besten du machst erst noch eine Ausbildung zum Entspannungstherapeuten 😊 Und ich würde jede Stunde mit einer Entspannungsrunde beginnen. Abwechselnd geleitet von Schülern.

<http://www.ifse.info/entspannungspaedagoge>

Tja, als Berufsschullehrer muss man eben flexibel sein. Ich war vor meiner Versetzung auch einige Jahre an der Berufsschule und habe dann auch Hauswirtschaftslehre-Theorie unterrichtet. Ohne Ahnung zu haben von Ernährungswissenschaft.