



Angebot für Schulen

- „Sozial & Fit“
Soziales Kompetenztraining in Schulen ab der 5. Klasse

• 12 Doppelstunden
in der Klasse
• 1 x pro Woche
• 1 x Elternabend

- „Sozial & Fit“
für Grundschulen
mit besonderem Fokus auf
Körperwahrnehmung und Psychomotorik

- „WIR“ gewinnt
Teambildung mit Schulklassen
verbindet Spaß mit pädagogischen
Ansätzen durch Interaktion
- 4 Projektage / insgesamt 15 Std.
inkl. Reflexionsgespräche

Ziele

- ✓ Selbst- und Fremdwahrnehmung
- ✓ Empathie fördern
- ✓ Gefühle erkennen und benennen
- ✓ Grenzen setzen und akzeptieren
- ✓ Körperwahrnehmung
- ✓ Psychomotorische Fähigkeiten
- ✓ Stärkung der Persönlichkeit
- ✓ Teamfähigkeiten
- ✓ Verkürzung der Gruppenfindungsphase
- ✓ Stärkung und Förderung des
Miteinanders erleben
- ✓ Teambuilding
- ✓ Aufgaben gemeinsam lösen
- ✓ Hindernisse überwinden
- ✓ Eigenverantwortung für sich und
die Gruppe entwickeln
- ✓ Gemeinsames Erleben durch Interaktionen
- ✓ Akzeptanz und Toleranz in der Gruppe fördern

Angebote für Eltern

- „Eltern sind fit“
 - Stärkung und Erweiterung von Erziehungs-
kompetenzen in einer kleinen Gruppe
 - Wertschätzende Kommunikation
 - Kindheit früher - Kindheit heute
 - Erziehungsvorbilder bewusst machen
 - Ressourcen in der Familie erkennen und stärken
 - Lobkultur leben „Viel Lob, wenig Strafe“
 - Konfliktlösungsstrategien entwickeln
 - Liebevoll Grenzen setzen
 - „so viel wie nötig,
so wenig wie möglich...“
 - u.a.

beide Kurse
12 Treffen
à 90 min.

- **Elternkurs für Eltern mit konzentrationsschwachen Kindern, ADHS/ADS**
 - Wichtige Informationen zu ADHS/ADS
 - Emotionale Entwicklung und Unterstützung
in einer Gruppe Gleichgesinnter
 - Alltägliche Erziehungssituationen
konstruktiv wahrnehmen
 - Stärken und Ressourcen des Kindes erkennen
 - Gelassenheit entwickeln
 - Sicherheit im Umgang mit
belastenden Situationen
 - verinnerlichen des Prinzip „Lob vor Strafe“
 - u.a.