



## PowerLöwen (8-10 Jahre)

### *Kursinformationen*

Spielerisches Verhaltenstraining für Grundschulkin-  
der zur Stärkung der Persönlichkeit und des Selbst-  
bewusstseins, Resilienzförderung, Abgrenzungsfä-  
higkeit, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

## PowerLöwen (8-10 Jahre)

Unser **PowerLöwen**Kurs stärkt auf kindgerechte, spielerische Art und Weise die Persönlichkeit der Grundschul Kinder der 3. und 4. Schulklasse und baut ihr Selbstbewusstsein auf. Kinder mit Persönlichkeit, selbstbewusstem und authentischem Auftreten, finden sich mit ständig verändernden Lebensumständen besser zurecht. Wir unterstützen die Powerlöwen diese Lebensqualitäten zu entwickeln und weiter auszubauen, Handlungsspielräume für verschiedenste Lebenssituationen aufzuzeigen und aktiv sowie präventiv auf überraschende Übergriffigkeiten von „überlegenen“ Mitmenschen zu reagieren. Der Kurs bereitet die Kinder speziell auf den Übertritt in höhere Schulen vor.

### Kursinhalte

- Gefühlswahrnehmung & Körpersprache
- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Abgrenzungstraining
- Persönlichkeitstraining
- Selbstbewusstseinsaufbau
- Kommunikationstraining
- Konfliktmanagement
- Anti-Gewalt-Training
- Umgang mit Aggression & Wut
- Umgang mit Übergriffigkeiten und Kontakt mit Fremden
- Erkennen von Gefahrensituationen
- Selbstbehauptungstraining
- Selbstverteidigungstraining
- spielerischem Verhaltenstraining
- Resilienzförderung & Stärkenaufbau
- Anti-Mobbing-Training
- Teamtraining
- Sozialkompetenztraining

### Kursmethoden

- Selbstbehauptungstechniken
- Rollenspiele und Themenspiele
- Arbeit mit Themen- und Metaplankarten
- Bewegungsspiele
- Musikalische Bewegungsgeschichten
- Spiele und Übungen zur Sozialkompetenz
- Massage-, Empfindungs- und Mentaltrainingsgeschichten
- Erlebnispädagogik
- Workshops zur Erarbeitung der Themen
- Teambuilding
- Teamkompetenzförderung
- Übungen aus dem Mentaltraining
- Selbstverteidigungs- und Grifflösetechniken
- Einsatz von Stimme und Körpersprache
- Plakat- und Bildarstellungen
- Bruchtestübungen
- Diskussionsrunden

### KONTAKT

Wir freuen uns darauf,  
Euch kennenzulernen!

E-Mail: [info@meinkindskopf.de](mailto:info@meinkindskopf.de)  
Website: [www.meinkindskopf.de](http://www.meinkindskopf.de)

