



# WORKSHOP

## Bring deine LehrKRAFT ins Klassenzimmer

Für mehr Resilienz und Stärke im Schulalltag

### Inhalt

Du möchtest deine SchülerInnen für die Herausforderungen des Lebens wappnen? Dann ist diese Fortbildung genau das Richtige für dich!

An diesem intensiven Workshoptag erhältst du eine Vielzahl an praxiserprobten Methoden, die du direkt im Unterricht anwenden kannst. Sie sind unkompliziert, spontan umsetzbar und benötigen keine langwierige Vorbereitung – perfekt für deinen Alltag!

Erlebe eine spannende Auswahl an Übungen, die die Resilienz deiner SchülerInnen stärken. Fördere die Fähigkeit der Kinder, stressige und herausfordernde Situationen besser zu bewältigen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen.

Mach deine SchülerInnen stark – für eine erfolgreiche Zukunft! Komm zu „Bring deine LehrKRAFT ins Klassenzimmer“ und erlebe, wie einfach es ist, die Resilienz deiner Schüler nachhaltig zu fördern.

### Umfang

8 Unterrichtseinheiten à 50 min

### Methoden

- Praxisübungen u.a. aus der integralen Kinderyoga-Pädagogik
- Partner/Gruppenarbeit
- Einzelarbeit/Reflexion
- Erfahrungsaustausch
- Theorie

### Mitzubringen

- gemütliche Kleidung
- Schreibsachen
- Yogamatte, wenn vorhanden

Für Fragen und Informationen stehen wir gerne zur Verfügung.

Ein bisschen  
Frederick an  
jedem Tag  
macht uns für  
alle Zeiten  
stark!

