lernXpert
Das bewegte Lernen

Online Achtsamkeitstrainer Ausbildung | Modul 3

Juni

- Konzentrationstraining & Coaching
- Bewegte Förderung beim Lesen, Schreiben und Rechnen

Juli

- Gehirntraining mit Bewegung

  Visuelle, auditive und kinästhetische Wahrnehmung
  Gleichgewicht verbessern
  Hemisphären-Balance herstellen
  Rechts-Links-Koordination fördern
  Auge-Hand-Koordination verbessern
  Buchstaben und Zahlen bewegt erfassen
  Raumlage und Orientierung

August

- Achtsamkeitstraining - still - achtsam - stark

  Stress- und Emotionsregulation
  Mit Wut, Angst, Trauer umgehen lernen
  Entspannungstechniken anwenden
  Gedanken stoppen lernen
  Komplimente annehmen und geben
  Konfliktbewältigungsstrategien
  Einsamkeit, Depression und sozialer Rückzug
  Meditationen für Kinder
  Soziales Kompetenztraining

Zertifikat

AUSGEBILDETER ACHTSAMKEITSTRAINER, KONZENTRATIONSTRAINER UND EXPERTE FÜR GEHIRNTRAINING FÜR KINDER