



# MINI LÖWENHERZEN 4 WOCHEN TRAINING

## Inhalt und Durchführung

**Gefühle erkennen und benennen:** Spiele und Bewegungsübungen;

Mehrwert: Emotionale Entwicklung

**Gefühle vertrauen:** Aktive Spiele; Mehrwert: Selbstbewusstsein stärken

**Körperbewusstsein:** Tanz und Bewegungsspiele; Mehrwert: Körperausdruck verstehen

**Grenzen setzen:** Spielerische Interaktionen; Mehrwert: Respektvolles Miteinander

**Grenzen respektieren:** Gemeinsame Aktivitäten; Mehrwert: Soziales Verständnis fördern

**Sprachentwicklung:** Geschichten und Reime; Mehrwert: Kommunikative Fähigkeiten

**Selbstbehauptung:** Rollenspiele und Bewegungsspiele; Mehrwert: Klare Selbstäußerung

**Soziale Interaktion:** Gruppenspiele; Mehrwert: Empathie und soziale Kompetenz

**Sicherheitstraining:** Aktive Spiele und Simulationen; Mehrwert: Gefahrenbewusstsein

**Empathie entwickeln:** Interaktive Spiele und Gespräche; Mehrwert: Mitgefühl entwickeln

## Besonderheiten der Mini's:

Bewegungslandschaften,

Kreative Pacours,

Erfahren von Rahmenbedingungen sowie Start und Stop und Fokus halten,

Entwicklung von gemeinsamen Spielen, Reimen und Liedern runden das Training für die

Mini Löwenherzen ab.

## TAGESABLAUF



4 Einheiten a 60 Minuten  
1x pro Woche als Gruppentraining



Start zwischen 8:30 Uhr  
und 13:30 Uhr



Gruppengröße 10 Kinder  
und eine Begleitperson



Urkunde und Erinnerung für die Löwenherzen  
Elternabend zum Trainingsinhalt n.d. Training



## KONTAKT AUFNEHMEN



0157 44 999 042



[www.mariestrasser-coach.de](http://www.mariestrasser-coach.de)  
[info@mariestrasser-coach.de](mailto:info@mariestrasser-coach.de)



Selbstbehauptungs und Resilienztrainerin,  
nach dem "TUV zertifizierten" Konzept von Stark auch ohne Mukies - Daniel Dudeck