



EMPFEHLUNG DES MONATS MAI RESILIENZ STÄRKEN - BÜCHER UND PRAXISMATERIALIEN

Der Schulalltag stellt sowohl Lehrkräfte als auch Schüler:innen immer wieder vor Herausforderungen. Ein wichtiger Faktor zur Bewältigung von körperlichen und seelischen Stress ist die Fähigkeit zur Resilienz sowie die Stärkung des eigenen Selbstbewusstseins. Die Lern- und Forschungswerkstatt Grundschule bietet dafür eine kleine Zusammenstellung von Fachliteratur und Praxismaterialien, die Lehrkräfte dabei unterstützen sollen das eigene Selbstwertgefühl sowie wie die Persönlichkeit der Kinder zu stärken, um damit die Stressresilienz langfristig zu verbessern. Vielfältige Übungen zur Regeneration und Entspannung, Atmung, Achtsamkeit und zum Umgang mit Gefühlen bieten dafür ein umfangreiches Methodenrepertoire, um der Gesundheit im Klassenraum mehr Aufmerksamkeit zu schenken.



2024

MATERIAL-
SAMMLUNG

PERSÖNLICHKEITS-
ENTWICKLUNG

MATERIALIEN FÜR
ERWACHSENE UND
KINDER

Dieses Material findet
ihr im Bereich
Grundschulpädagogik
Fach 3