

LÖWENSTARK IN Eurer KITA.

Starke Kinder. Starkes Miteinander.

Selbstbehauptung, Resilienz und Selbstverteidigung.
Als Kurse und Workshops direkt in eurer Kita.



Für kleine Schritte, die im Alltag zählen.

Kinder stärken. Euer Team einbeziehen. Eltern mitnehmen.

Kita-Angebot anfragen





WAS EURE KITA DAVON HAT

Wenn aus „Ich kann nicht“ ein „Ich probiere es“ wird.

Ein Streit ums Spielzeug. Ein verletzender Satz. Der bevorstehende Schulstart. Ihr begleitet Kinder durch viele kleine und große Herausforderungen. Wir geben Raum, hilfreiche Antworten spielerisch zu üben.

FÜR DIE KINDER

Sich mehr zutrauen.

Gefühle verstehen, Grenzen zeigen, Hilfe holen und nach einem schwierigen Moment einen neuen Versuch wagen.

FÜR DIE GRUPPE

Besser miteinander umgehen.

Zuhören, Rücksicht nehmen, fair streiten und gemeinsam Aufgaben lösen – in Bewegung und mit Freude am Ausprobieren.

FÜR EUER TEAM

Mit einer gemeinsamen Haltung begleiten.

Die Themen der Kinder im Team und mit Eltern aufgreifen. Sprache und Handlungsmöglichkeiten für den Alltag besprechen.

Was ihr buchen könnt: Kinderkurse, einen Projekttag, einen Teamworkshop oder einen Elternworkshop. Einzelne oder passend miteinander kombiniert.

KINDERKURSE • SCHULVORBEREITUNG

Mit Zutrauen in die Schule.

Neue Menschen, neue Regeln, neue Rollen. Die Vorschulzeit ist ein guter Moment, eigene Stärken und Handlungsmöglichkeiten zu entdecken.

KINDERKURS 01

Stark für die Schule

VORSCHULKINDER • Z. B. 4 × 60 MINUTEN

Kinder üben, sich verständlich zu machen und in schwierigen Situationen Unterstützung zu finden.

DAS IST DRIN

Bewegung, Spiele und Rollenspiele: auf Beleidigungen reagieren · Stopp sagen · Grenzen respektieren · handeln, wenn etwas weggenommen wird · bei Drohungen Abstand schaffen und gezielt Hilfe holen.

KINDERKURS 02

Stark für die Schule – Vertiefung

NACH DEM GRUNDKURS • Z. B. 4 × 60 MINUTEN

Das Gelernte wiederholen, Erfahrungen besprechen und eigene Stärken weiter entdecken.

DAS IST DRIN

Stärken und Energieräuber · Fehler und Niederlagen · Gefühlskompass · Gedanken wahrnehmen · Einfühlungsvermögen · für andere eintreten. Schwerpunkte stimmen wir mit eurem Team ab.

KINDERKURSE • SELBSTSCHUTZ UND GEMEINSCHAFT

Meine Grenze zählt. Deine auch.

KINDERKURS 03

Kids Selbstverteidigung

3-7 JAHRE • Z. B. 6 × 60 MINUTEN

Kinder entdecken Kraft und Selbstschutz. Im Mittelpunkt stehen Abstand, Hilfeholen und der Weg in Sicherheit.

DAS IST DRIN

Bewegung und Koordination · Raufen und Rangeln · Situationen einschätzen · Deeskalation und Fluchtstrategien · Umgang mit unbekannten Menschen · spielerische Selbstverteidigungselemente unter Anleitung.

PROJEKTTAG 04

Soziales Miteinander

3-7 JAHRE • Z. B. PROJEKTTAG

Vom ICH zum DU zum WIR: eigene Bedürfnisse wahrnehmen und in einer Gruppe respektvoll handeln.

DAS IST DRIN

Kooperationsspiele · eigene und fremde Gefühle verstehen · zuhören · Perspektiven wechseln · fair streiten und Kompromisse finden · Stärken anderer sehen und gemeinsam Aufgaben lösen.

Körperkontakt bleibt freiwillig. Körperliche Übungen werden sicher angeleitet. Der Projekttag enthält altersgerecht geplante Bewegungs-, Ruhe- und Pausenphasen.



ERGÄNZEND • BEWEGUNG UND VERBINDUNG

Auspowern. Ausprobieren. Zusammen wachsen.



Rauf- und Rangeltraining

Für Kita-Kinder.

Altersgerecht gruppiert.

Eigene Kraft erleben, Regeln einhalten und ein Stopp respektieren.

Drin: Körper- und Partnerübungen, Stimme einsetzen, Grenzen achten. Auch ohne Körperkontakt möglich.



Eltern-Kind- Training

Für Kinder und ihre Eltern.

Gemeinsam aktiv werden.

Verbindung spüren und einander in neuen Situationen begegnen.

Drin: angeleitete Bewegung und gemeinsame Aufgaben zu Gefühlen, Bedürfnissen und Grenzen.

Dauer, Gruppengröße und den passenden Kita-Rahmen vereinbaren wir gemeinsam.

TEAM UND ELTERN · DAMIT DIE IMPULSE WEITERLEBEN

Starke Kinder brauchen starke Erwachsene.

WORKSHOP 05

Pädagogenschulung

FÜR EUER TEAM · DAUER NACH THEMENWAHL

Mehr Orientierung in herausfordernden Situationen – mit einem gemeinsam abgestimmten Umgang im Kita-Alltag.

DAS IST DRIN

Resilienz und Stress · Einfluss der Gedanken · Gewaltfreie Kommunikation · Konflikte und herausforderndes Verhalten · Ausgrenzung und Mobbing. Ergänzend nach Absprache: Mental Health, Selbstfürsorge und Glücks-Coaching.

WORKSHOP 06

Elternworkshop „Heimathafen“

FÜR ELTERN · CA. 2 STUNDEN

Zu Hause einen sicheren Hafen geben – und als Eltern auch in fordernden Momenten wieder Kraft finden.

DAS IST DRIN

Interaktiver Workshop mit Fragen und Austausch: Gewaltfreie Kommunikation im Familienalltag · Werte und Ziele · Selbstbewusstsein verstehen · Kinder stärken · hilfreiche Rituale · eigene Akkus aufladen.



EUER WEG ZUM PASSENDEN ANGEBOT

Das passende Training. Für eure Kita.

Ihr beauftragt einen Kurs oder Workshop mit einem klar vereinbarten Rahmen. Wir richten die Themen an eurer Gruppe und eurem Anlass aus.

SO EINFACH STARTET IHR

1

Kurz erzählen.

Wie alt sind die Kinder? Wie groß ist die Gruppe? Was beschäftigt euch? Ein paar Stichworte reichen für die erste Anfrage.

2

Passendes Angebot erhalten.

Wir klären Kursauswahl, Inhalte, Termine, Ort und Honorar. Ihr seht, welche Leistungen und welcher Umfang angeboten werden.

3

Gemeinsam loslegen.

Nach eurer Beauftragung werden Ablauf, Räume, Pausen und Begleitung abgestimmt. Dann wird gemeinsam geübt und ausprobiert.

Gut zu wissen: Die genannten Zeitumfänge sind Beispiele. Das konkrete Angebot legt Leistungen, Organisation und Konditionen für eure Kita fest.

PERSÖNLICH FÜR EUCH DA

Was braucht eure Kita gerade?



Oliver Podzun

Cheftrainer & Head Coach
Geschäftsführer · LÖWENSTARK

**Kinder dürfen erleben:
Ich bin wertvoll.
Meine Grenzen zählen.
Ich darf mir Hilfe holen.**

Lasst uns besprechen, welcher nächste Schritt zu euren Kindern und eurem Team passt.

Jetzt euer Kita-Angebot anfragen.

WHATSAPP

0160 449 43 54

TELEFON

0531 80 110 939



WhatsApp öffnen



Website öffnen

loewenstark.center