

Inhalt

Vorwort	1
Auf Ressourcen-Entdeckungsreise	2
Definition von Ressourcen und ihre Bedeutung für die kindliche Entwicklung	2
Wie Ressourcenübungen das Selbstvertrauen und die Fähigkeiten der Kinder stärken können	4
Beispiele für langfristige Vorteile der Förderung von Ressourcen bei Kindern	7
Das Entwicklungsstadium von Kindern verstehen	8
Spielen als Lernmethode	20
Die Rolle von Spielen im Lernprozess von Kindern	20
Tipps zur Kommunikation und Motivation von Kindern	21
Wie Spielaktivitäten Ressourcenentwicklung fördern	30
Kreative Spielideen und pädagogische Spiele für verschiedene Ressourcenbereiche	33
Interne Ressourcen fördern.....	39
Emotionale Intelligenz.....	39
Umgang mit Emotionen und Stress – Selbstregulation stärken.....	45
Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen	72
Resilienz fördern.....	81
Kognitive Fähigkeiten fördern	86
Kreative Ressourcen entdecken	128
Externe Ressourcen als Unterstützung	143
Körperliche Ressourcen stärken	144
Gesunde Ernährung	144
Motorische Fähigkeiten entwickeln	150
Sport und Bewegung für Kinder – körperliches Wohlbefinden stärken... <td>157</td>	157
Soziale Ressourcen aufbauen	165
Bonus: Natur und Umwelt als Ressource nutzen.....	181
Spielideen im Freien rund um die Jahreszeit.....	181