

Startklar in die Schule kommen + Konzentriert bleiben



Foto von Pezibear auf Pixabay

Wasser trinken

Ohren massieren Für Konzentration Gegen Müdigkeit



Foto von Anna Shvets von Pexels



Überkreuzübung

Gehirnhälften vernetzen

Neues ausprobieren

Normale Handlungen mal bewusst mit der anderen, ungewohnten Hand machen
z.B. Zähne putzen, Türen aufmachen,
Schultasche öffnen, schreiben, etc.....



Foto von cottonbro von Pexels