

# Startklar in die Schule kommen + Konzentriert bleiben



Foto von Pezibear auf Pixabay

## Wasser trinken

**Ohren massieren**  
Für Konzentration  
Gegen Müdigkeit

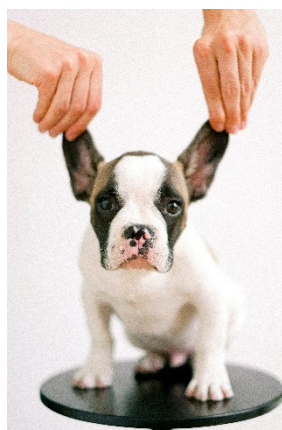


Foto von Anna Shvets von Pexels



**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