

# BALANCOOL

Motivation & Lust mit zu lernen bei allem was das Leben bringt

## Balancool - **Balance** for Kids in School

In diesem Kurs, bekommen Sie 42 Übungen, die den Eigenwillen, den Eigensinn und die Eigenart ihres Kindes hervorheben. Das macht „stärker“ selbstbewusster und bei allem nicht überheblich sondern bodenständig - was gut für das Lernen und das Leben ist.

Eine einzigartige Ausbildungskursreihe, die es nur in der Bewegungswerkstatt gibt.

Das 3 Ebenen Modell der  
Wirtschaftskammer  
Österreich - Bereich  
Humanenergetik, habe ich für  
Balancool und Balanceness  
(mein Sportkinesiologie  
Programm) erweitert.



Wir HumanenergetikerInnen arbeiten auf dieser Ebene



Am Anfang der Schulzeit ist der Tatendrang bei den meisten Kindern groß. Er resultiert aus einem klar fokussierten **Eigenwillen**, den die Kinder haben. Laufen, spielen, sich bewegen und spüren sind zu dieser Zeit grundlegende Bedürfnisse. Der eigene Wille sagt, Dieses oder Jenes will ich haben.

Durch die Idee verändert der Körper seine Grundspannung und Stimmung und die positive Lebensenergie „geht nach oben“. Der **Eigensinn** springt an und führt dazu, dorthin zu gehen und sich die Sache genauer anzuschauen. Sind die Dinge am Ziel der **eigenen Art** entsprechend, führt es zu einer inneren Bestätigung, dass die ursprüngliche Idee, gut gewesen ist.

Das ist in Kurzfassung, der natürliche selbst motivierende Weg, immer wieder lernen zu wollen.

Man hat eine **Idee** – dann die **Energie** es zu tun – und den Kontakt mit dem Objekt, das man kennen lernen wollte, am **Ziel**.

Dieser Aufbau, entspricht auch dem 3 Ebenen Modell der Humanenergetik Österreich in der Wirtschaftskammer. Sollten Sie mehr zu diesem Hintergrund wissen wollen, den ich für Balancool und Balanceness erweitert habe, dann besuchen Sie bitte die WKO Seite:

[www.humanenergetiker.co.at](http://www.humanenergetiker.co.at)



## 4 Wochenenden 65 UE

Mit Zeugnis der  
Bewegungswerkstatt

Einsatzgebiet:

**Lernen  
Schule**

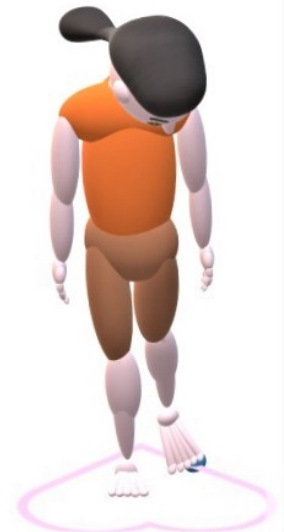
**für Eltern und Großeltern  
um spielerisch  
lernfördernde Übungen  
mit den Kindern  
durchzuführen**

**In den 4 Kursteilen, lernen Lehrer, Mitarbeiter von Horten und Kindergarten Pädagogen - aber auch Eltern und interessierte Großeltern, wie die Übungen auszuführen sind.**

Für den **Eigenwillen** gibt es Übungen, die auf den frühkindlichen Reflexen, beruhen. Es soll durch die Durchführung erreicht werden, in Stress- und Drucksituationen nicht automatisch auf ein negativ beeinflussendes Selbstbild zu gehen, sondern sich „zusammen reißen“ zu können um weiter machen zu können.



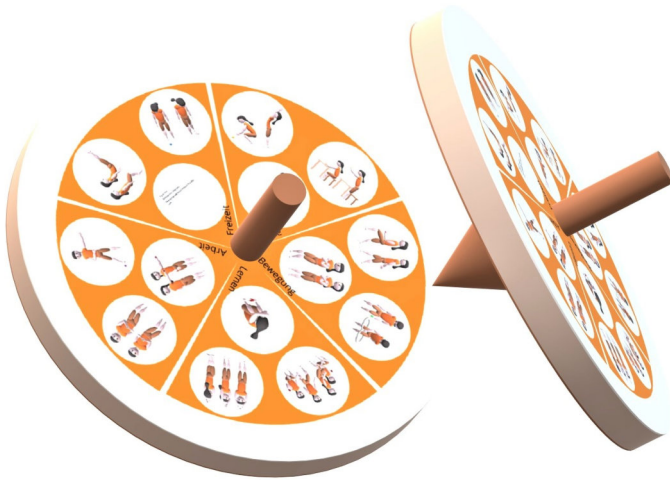
Für den **Eigensinn**, gibt es im Übungsbuch, Bewegungen die in Kombination mit edlen Steinen (Edelsteine) durchgeführt werden. Das hat einmal den Hintergrund, dass es sich farblich um die 5 Elemente aus der Natur handelt. Dies sind Feuer (rot), Erde (gelb), Metall (weiß), Wasser (blau), Wald (grün) und Violett für die beiden „Manager“ des Meridiansystems Zentral und Gouverneursgefäß. Und zum anderen hat es den Grund Steine für die Übungen einzusetzen, weil die Kinder Edelsteine mit Wert verbinden. Das ist besonders hilfreich um die Eigensinnigkeit zu fördern und immer wieder im weiteren Verlauf des Lernens zu unterstreichen.



Für die **Eigenart**, sind Übungen im Übungsbuch enthalten, die die persönlichen Besonderheiten, fördern. Wir alle wissen, dass wir als Kinder, zum Beispiel in einem Baum gesessen sind, auf Hausdächern waren obwohl das vielleicht gefährlich war - aber von dort oben hat man die Wolken so gut sehen können. Und man hatte Ruhe - genau um diese Ruhe zu fördern - die Besonderheit zu fördern, gibt es in Balancool, ganz besondere Übungen, die dabei helfen sich in Bescheidenheit, in Toleranz, Zufriedenheit oder Vergebung zu üben.



## Mit 3 Kreiseln, gemeinsam mit den Kindern, die passenden Übungen finden



Für Balancool, haben wir einen ganz besonderen Weg gewählt, damit Sie es leicht haben, in der Klasse und Zuhause, die passenden Übungen aus dem 42 Übungen umfassenden Übungskatalog heraus zu finden. Sie sollten die richtige Ausführung der Übungen in unseren Kuren, erlernen und die 3 Kreisel der Klasse oder ihren Kindern zeigen - der Rest „läuft“ dann wie von selbst.

Die Übungen haben den Vorteil, dass Sie nicht therapeutisch ablaufen sondern „im Hintergrund“ - wie bei einem Computer auch - das Körper Zusammenspiel aktiv halten. Immer mit Sicherheit, Liebe und Aufmerksamkeit - guten Gefühlen die man braucht, egal was man lernt. Mit jemandem „auszukommen“, einen schulischen Inhalt zu verstehen oder seine Zeit gut zu organisieren.

Sie sind für die Zeit der Übungsdurchführung ein Balancool Trainer - danach wieder Elternteil oder Lehrperson.

### Balancool in der Klasse oder in der Kindergarten Gruppe

- 1.** Beobachten Sie ihre Klasse oder ihre Kinder - wie geht es Ihnen? Oder lassen Sie sich auf einer Skala von 1 - 10 selbst einschätzen.
- 2.** Nehmen Sie einen der 3 Kreisel zur Hand.
- 3.** Lassen Sie ihn am Besten von einem Kind drehen. Die Übungen der Seite, auf der er unten zu liegen kommt ist, sind zu machen. Das sind je nach ihrer Auswahl und Zeit, eine bis drei Übungen.

Das Selbe machen Sie mit den beiden anderen Kreiseln.

Gehen Sie danach einfach zu ihrem „Tagesgeschäft“ - also den Lehrinhalten der jeweiligen Stunde oder dem Programm das an dem Tag auf dem Stundenplan steht, über. Beobachten Sie, während der Stunden die folgen, mögliche Reaktionen. Sie bekommen durch dieses Vorgehen, einerseits Vertrauen zu den Übungen und andererseits Möglichkeiten, mit Hilfe des Hintergrundes der Übungen, bestimmte Kinder noch gezielter zu fördern.