



Kontakt: Heiko Grothues
Mobil 0160/8855325
heiko.grothues@viet-vo-dao.de

Selbstbehauptungskurs für alle Grundschüler Klassen 1-4

Inhalt:

Der Kurs beinhaltet Übungen für die Aufmerksamkeit und Umsicht. Die Kinder sollen lernen, sich in gefährlichen oder schwierigen Situationen vorteilhaft zu verhalten oder sich gegebenenfalls verteidigen zu können. Das Selbstbewusstsein der Kinder wird gefördert und ein sichereres Auftreten und eine gute Haltung sollen sich einstellen.

Ziele:

- Respekt und Toleranz
- Selbstkontrolle und -einschätzung
- Angemessene Selbstbehauptung
- Deeskalierend wirkende Methoden
- Handlungskompetenz in Konflikten
- Selbstverteidigung und -schutz

4 Wochen-Kurs-Termine:

ab Januar 2024 (Starttermin folgt)

Donnerstags 14.15 - 15.45Uhr

Kursgebühr: 45,- EUR

Durchführung:

Leitung: Heiko Grothues, Viet Vo Dao-Trainer im Bereich Kampfsport und Gewaltprävention.

Der Kurs besteht aus 4 Einheiten á 1,5h. Die Teilnehmer tragen bequeme Kleidung wie z.B. Jogginghose und T-Shirt.

Wo:

Klassenzimmer im Haus , Treffpunkt Eingang vom Pausenhof

Anmeldung (verbindlich):

Per Mail unter heiko.grothues@viet-vo-dao.de oder über

Telefon unter 0160/8855325, gerne auch WhatsApp.

Mit der Angabe von Vor- und Zuname des Kindes und der Klassenstufe.

Die Gebühr von **45 EUR** wird **zu Beginn** des ersten Kurses entrichtet.