

## Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining für Vorschulkinder

Gestärkt für den weiteren Weg!

Der Wechsel in die Grundschule ist für die Kinder ein riesiger Entwicklungsschritt. Bald werden die ersten Wege allein beschritten.

Bei aller Vorfreude auf den neuen Lebensabschnitt ist dieser meist auch mit Unsicherheiten und Sorgen verbunden.

Um den Wechsel im Sommer in Richtung Schule zu erleichtern, bieten wir ein spezielles Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining für Vorschulkindergruppen an.

Dabei lernen und üben die Kinder, wie sie sich in speziellen Gefahrensituationen (Schulweg, Spielplatz etc.) bestmöglich verhalten.

# Starke Kinder

# Fit in die Schule!



**Kooperationspartner**  
**Janine Volgmann**

Erlenbachstr. 11  
76872 Steinweiler

[info@volgmann-personaltraining.de](mailto:info@volgmann-personaltraining.de)



## Was sind die Ziele von Papperlapapp

- Kritische Situationen sollen bereits im Vorfeld erkannt und durch Einsatz verbaler und nonverbaler Mittel entschärft werden können (deutliches Abgrenzen mit Worten und Körpersprache - Stopp nicht mit mir!)
- Durch selbstbewusstes Auftreten wird die Chance erhöht, von einem potentiellen Täter erst gar nicht als Opfer ausgesucht zu werden.
- Mentale Stärke und Selbstbewusstsein tragen dazu bei, Kinder vor Übergriffen, Mobbing, Ausgrenzung seelische oder körperlicher Gewalt zu schützen.

Der Schwerpunkt des Unterrichts besteht aus Rollenspielen und speziellen Übungen.

Die Kinder lernen zwischen ihren „guten und komischen“ Gefühlen zu unterscheiden und gegebenenfalls mit einem klaren NEIN zu reagieren.

Auf Gefühle zu hören, stets den Kopf einzuschalten und entsprechende Vorfälle immer den Eltern mitzuteilen sind wesentliche Bestandteile des Kurses.

Nach jeder Kursstunde erhalten die Kinder ein Aufgabenblatt, eine „Hausaufgabe“, welche mit den Eltern gemeinsam erarbeitet wird.

Hier bietet sich die Möglichkeit alle Kursthemen mit den Eltern zu besprechen und individuelle Absprachen zu treffen. So sind auch Eltern einbezogen.



Der Technikteil ist auf leichte Befreiungs- und Fluchttechniken beschränkt und somit für Vorschulkinder leicht zu erlernen und ideal umzusetzen.



## Durchführung

- Informationsmaterial für die Eltern
- Bis zu 12 Kinder in der Gruppe
- 6 Unterrichtseinheiten (je 55 min)

## Kosten

Bei

- einer Gruppe 71 EUR pro Kursstunde
- zwei Gruppen 60 EUR pro Kursstunde

inkl. MwSt.