Einführung in das Sicher-Stark-Training durch

- Lara und Felix/Menschenpuppen, bespielt durch TrainerInnen
- Kennenlernen, Atmosphäre schaffen, Regeln für die Gruppe erarbeiten
- Kennenlernen eigener Stärken und Schwächen
- Videofilmsequenz (Kinder meistern auf sozial kompetente Art und Weise Alltagssituationen, die potenziell gefährlich werden könnten) und Nachbesprechung mittels TrainerInnen und bespielten Menschenpuppen – Unterteilung des Films in zwei Abschnitte, unterbrochen durch ein Bewegungsspiel
- realitätsbezogene Rollenspiele auf der Straße (Schulhofsituation und Autosituation – (Erfolg trainerInnen schlüpfen in die Rollen vermeintlicher Täter) und Nachbesprechung
- Einblicke in altersgerechte Selbstverteidigung und Sammlung konfliktorientierter Situationen - Bearbeitung
- Kennenlernen von Vitalpunkten und Körperschema
- Abschlussritual

ITALIA

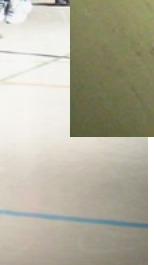
Thementag: Sich mit Gefühlen auseinandersetzen durch

- Kennenlernen unterschiedlicher Gefühle und Ausdrucksmöglichkeiten im Spiel
- Erstes Feedback der Kinder
- Kennenlernen der Bedeutung von Angst und Mut
- Nein-Sagen lernen in Übungen
- Weiterführung altersgerechter Selbstverteidigung
- realitätsbezogene Rollenspiele, z.B. zum Thema Exhibitionismus
- Hilferituale bei Angst
- Kennenlernen der eigenen Stärke mittels „Kerzenbruchtest“
- Wie verhalte ich mich im Internet richtig?
- Abschlussritual

NUMBER
Denise

KWON

PAVI



Themen tag:
Berührungen wahrnehmen lernen durch

- verschiedene Spiele zur Körperwahrnehmung und Konkretisierung mittels Körperschema und Differenzierung des Bezugs
- Vermittlung von Hilfestellungen und Handlungsmöglichkeiten
- Weiterführung der altersgerechten Selbstverteidigung
- Vorbereitung für Bruchtest und das Erkennen der Möglichkeiten „über sich selbst hinauszuwachsen“
- Bruchtest und Medienbegleitung
- Elterninformation

FELIX

KURZZIEL

Michelle

Hilfe brauche
nicht will
RALF + Julia
WWW.SICHER-STARK.DE
ZARTBITTER e.V.
LARA

Rollenspieltag: Sicher-Stark-Trainingsparcours

Einführung in das Thema durch Feedbacks der Kinder und Vorstellung des Tagesablaufes

- Kennenlernen des weiblichen Dummies
- Gemeinsame Wegbegehung und Kennenlernen der Stationen
- Einteilung Hilfspersonen
- Station 1: Nachhilfesituation (Die Kinder werden in dieser Station körperlich angegriffen)
- Station 2: Ruhestation

Station 3: Autosituation
Station 4: Täterbeschreibung
Station 5: Turnhalle, u.a. Fallschule

- Nachbesprechung mit den Kindern
- Vorstellung des Dummies und Kameramanns

Menschen, denen ich vertraue, kann ich von schlechten Geheimnissen erzählen, die mir Angst machen, NEIN-Gefühle hervorrufen oder mich traurig machen!
Hotline: 01 80 - 555 01 333 · www.sicher-stark.de
Wenn mir mein Gefühl sagt, etwas ist komisch, das mag ich nicht, dann benenne ich dieses Verhalten und sage genau, was ich nicht will!
Kursziel:
DU fühlst Dich sicher und stark!
DU bist selbstbewusst!
DU kannst für Dich und Deine Bedürfnisse und Grenzen eintreten!
DU kannst Dich wehren!
DU weißt, wer Dir helfen kann!
Regeln:
Wir kommen alle pünktlich!
Alle machen mit!
Es redet immer nur einer!
Alle anderen sind leise und hören zu!
Wir lassen den anderen ausreden!
gehört mir!
Berührungen
Von wem wirst Du berührt und wo?
Gibt es Unterschiede, wenn Dich verschiedene Personen berühren?
Von wem möchtest Du wie und wann berührt werden?
Von wem möchtest Du nicht berührt werden?
Sicher-Stark-Team
Herzlich Willkommen!
JULIA
RALF
Jedes Kind hat Rechte
Gibt es angenehme und unangenehme oder komische Berührungen?
Wo sind sie angenehm, wo unangenehm oder komisch?
Was kannst Du tun, wenn eine Berührung unangenehm oder komisch ist?

Mut tut gut!
Mein Körper gehört mir!
Berührungen I
Die häufigsten Angriffe:
Jedes Kind hat Rechte
Sicher-Stark-Team
LOREEN
Sicher-Stark-Team

KWON

KWON

Videosequenzanalyse und Abschluss

- Einführung und Unterteilung in zwei Kleingruppen
- Videoanalyse je ca. 1,5 Stunden je Gruppe inkl. Besprechung Nachhilfesituation und Täterbeschreibung
- Parallel in der Turnhalle Fallschule und altersgerechte Selbstverteidigung
- Abschluss und Urkundenverteilung

RALF
LARA

FELIX
LARA