

Prävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Grundschüler



In der Sporthalle II
Bismarckstrasse 10, 79379 Müllheim

Grundschüler (Klasse 1- 4): am Samstag, 29. März 2025 von 11.00 bis 13.00 Uhr

Nähere Infos beim Trainer Hassan Elouimi, Sportwart der Tammazla Kampfsportschule e.V.
unter 017684886947 oder unter tammazla@gmx.de

Die Gewaltbereitschaft unter Kindern und Jugendlichen wächst und macht schon lange nicht mehr Halt vor Verletzungen und schwerer Körperverletzung.

Teilweise terrorisieren bewaffnete Schüler Mitschüler - dies gehört heutzutage leider zum Schulalltag. Hänkeln, Beleidigen, Schubsen, Prügeln, Erpressen – Gewalt an Schulen hat viele Gesichter. Es fängt bei harmlosen Kleinigkeiten an und kann für Ihr Kind mit Schulverweigerung enden.

Unser oberstes Ziel: **Selbstbewusstsein schaffen.**

In Rollenspielen üben die Kinder deshalb, typische Konfliktsituationen zu lösen.

Das gibt ihnen Sicherheit und hilft, die Angst zu verlieren.

Die Kinder beginnen zu lernen, sich selber zu schützen, und benötigen nicht immer die Hilfe eines Erwachsenen. Sie erhalten ein neues **Sicherheitsbewusstsein.**

In diesem Kurs werden Elemente der Prävention, Selbstbehauptung, Deeskalation und Selbstverteidigung vermittelt. Begleitet werden die Übungseinheiten durch Rollenspiele, Spiele aus dem Bereich Rangeln und Raufen sowie Gruppenspiele zur Förderung der sozialen Kompetenz.

Trainingsinhalte:

Gewaltprävention durch

- ▲ Informieren und Aufklären
- ▲ Verhaltensbeispiele geben und üben
- ▲ Soziale Kompetenz vermitteln
- ▲ Gefahrensituationen erkennen und vermeiden

Selbstbehauptungstraining

- ▲ Eigene Stärken erkennen und nutzen
- ▲ Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl steigern
- ▲ Die eigene Stimme einsetzen lernen

Selbstverteidigung als letztes Mittel

- ▲ Erlernen und entdecken von Verteidigungsmöglichkeiten durch einfache, effektive Techniken
- ▲ Einsatz von Selbstverteidigungstechniken

Kursdauer:

von 11.00 bis 13.00 Uhr

Kostenbeitrag pro Teilnehmer/in:

20.00 € (Bitte am Kurstag bar zahlen)

bringt bitte mit:

leichte Sportkleidung:

- T-Shirt/Pullover
- lange Trainingshose
- Turnschuhe; Trinkflasche

Bitte Anmeldung bis Montag, 24. März 2025!

Die Anmeldung gilt nur bei schriftlicher Zustimmung der Eltern bzw. Erziehungsberechtigten!

Ihr/e Kind/er ist/sind während des Seminars über die Tammazla Kampfsportschule e.V. versichert.

Liebe Eltern,

Wir danken Ihnen für Ihr Interesse. Wir freuen uns sehr, Ihnen mitteilen zu können, dass der Selbstverteidigungskurs für Grundschüler am Samstag, den 29.03.2025 stattfinden wird.

Es gibt mehrere Kurse für alle Klassen und mehrere Gruppen zur gleichen Zeit von 11.00 bis 13.00 Uhr.

Etwa 15 Trainer und Vereinsmitglieder sind für Ihre Kinder da.

Der Kurs findet in der Sporthalle 2, Bismarckstraße 10 in Müllheim statt.

Die Sporthalle 2 ist ab 10.15 Uhr für die Abgabe der Kinder und die Bezahlung geöffnet,

Die Gruppeneinteilung erfolgt unmittelbar vor dem Unterricht durch die Trainer.

Aufgrund der begrenzten Anzahl an Plätzen können sich die Eltern leider nicht in der Halle aufhalten, in der der Unterricht stattfindet, sondern im Vorraum, wo sie sich gegen Bezahlung mit Kaffee und Kuchen versorgen können.

Bitte achten Sie darauf, dass Ihr Kind eine Sporthose und saubere Sportschuhe trägt. Sie sollten auch telefonisch erreichbar sein, falls es Probleme mit Ihrem Kind gibt.

Wenn Ihr Kind gesundheitliche Probleme hat, informieren Sie bitte den Trainervorab.

Für weitere Informationen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen,
Hassan Elouimi

Anmeldung zum Kurs

**Prävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Grundschüler
Samstag, 29.03.2025**



Name: _____ Vorname: _____ Klasse: _____

Telefon: _____ E-Mail: _____

Ort, Datum

Erziehungsberechtigte/r

Anmeldung bitte an tammazla@gmx.de schicken