



Liebe Eltern,

vom Sportverein wird ein Selbstbehauptungskursus für Mädchen und Jungen in Zusammenarbeit mit dem Kinderschutzbund Rheine angeboten. Diese sollen voraussichtlich im April stattfinden. Dazu laden wir zu einem Elterninformationsabend **am 02.03.2020, 19.30 Uhr**, in das Vereinshaus ein.

Die Kurse sind gestaffelt in 2 Altersgruppen. Die erste Gruppe besteht aus Kindern im Alter von ca. 9 – 12 Jahren, die zweite Gruppe aus Kindern im Alter von ca. 13 – 15 Jahren. Geplant ist der Kursus für Mädchen voraussichtlich am 03. und 04. April 2020 und 17. und 18. April 2020. Für die Jungen haben wir den Termin für den 24. und 25. April 2020 geplant.

Im folgenden wollen wir die Kurse kurz erläutern:

Der Kinderschutzbund Rheine bietet schon seit mehreren Jahren Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Mädchen und Jungen aller Altersstufen an.

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Mädchen

In den Kursen werden körperliche Selbstverteidigungstechniken wie Schlag- Tritt-, und Befreiungstechniken geübt und ausprobiert.

Daneben ist es wichtig, dass Mädchen verbale und nonverbale Durchsetzungsstrategien entwickeln, um unangenehme und gewalttätige Situationen zu beenden und sich zu schützen.

Die Selbstverteidigungskurse wollen Mädchen in ihrer Kraft fördern, ihnen zeigen, dass sie ein Recht auf ein „**NEIN**“ haben, sie darin bestärken, sich bei Grenzverletzungen zu wehren. Mit viel Spaß, Spielen, Körperübungen, Kampftraining, Rollenspielen, Entspannungsübungen, etc. können Mädchen in diesem Kurs viel Neues im Bereich Selbstbehauptung und Selbstverteidigung lernen.

Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurse für Jungen

Viele Jungen kennen die Situation:

In der Schule oder am Nachmittag in der Stadt werden sie von älteren Jugendlichen oder auch von Gleichaltrigen beschimpft, lächerlich gemacht, bedroht oder geschubst, geschlagen und getreten. In der Schulklasse oder in der Gruppe kommen sie nicht zu ihrem Recht, weil andere sich vordrängen. Erwachsene oder ältere Jugendliche fordern manchmal Jungen auf, Dinge zu tun, die diese nicht tun wollen, weil sie dabei ein ungutes Gefühl haben. In solchen Situationen ist es oft nicht leicht, "**Nein**" zu sagen und sich selbst gegenüber anderen zu behaupten. Besonders Jungen, die sich unterlegen fühlen, werden als Opfer von Gemeinheiten und Gewalttaten bevorzugt ausgesucht. Also ist es gut, sich stark zu fühlen. Jungen können dafür etwas tun. Sie können üben, sich stark zu fühlen und sich gegenüber anderen zu behaupten.

In dem Training soll mit viel Spaß und Spielen ausprobiert werden, wie Jungen unterschiedliche (auch unangenehme) Situationen erleben und was sie in diesen Situationen tun können. Es soll auch mit fairen Mitteln gekämpft und getobt werden. Die Jungen erfahren, wie wichtig es ist, sich im Miteinander mit anderen an gemeinsame Regeln zu halten, und darauf zu bestehen, dass andere auch diese Regeln beachten.

Wir hoffen auf Euer Interesse und auf zahlreiche Teilnahme der Kinder. Bei Fragen, dürft ihr uns gerne ansprechen.

Sportliche Grüße

Petra Hülsmann

Thea Kenning

1. Vorsitzender:	Frank Krieger
Geschäftsführerin:	Petra Hülsmann
Adresse:	Halverder Sportverein; Maria-Euthymia-Weg 5; 48496 Halverde
Bankverbindung:	Volksbank Tecklenburger Land; IBAN: DE97403619060516549601; BIC: GENODEM1IBB Kreissparkasse Steinfurt; IBAN: DE88 4035 1060 0081 1009 43; BIC WELADED1STF