

Das GEHEIMTRAINING

- Fit für den Schulsport



Für Grundschulkinder

Glaubst du, dass du nicht sportlich genug bist?

Fühlst du dich im Sportunterricht schlecht?

Lachen die anderen Kinder dich aus, wenn du läufst oder Bälle wirfst?

Bist du zu langsam, um mit deinen Klassenkameraden Fangen zu spielen?

Dann komm' doch zum GEHEIMTRAINING!

Hier bekommst du die Tipps und Tricks gezeigt, mit denen du schneller laufen, besser werfen und zu einem gefürchteten Fänger wirst. Hier findest du Spaß an Bewegung und Sport und obendrein jede Menge neue Freundinnen und Freunde!

Wir freuen uns auf dich!

»Das GEHEIMTRAINING – Fit für den Schulsport«

»Das GEHEIMTRAINING« ist ein ganzheitlicher Präventionskurs, der sich an bewegungsunmotivierte Kinder im Grundschulalter richtet, die sich unwohl im Schulsportunterricht fühlen und unter den Äußerungen ihrer Mitschüler leiden.

Ziel des Kurses:

Primäres Ziel ist die Bewegungs- und Gesundheitsförderung von Kindern. Ihnen wird die Freude an Bewegung und ein positives Selbstwertgefühl vermittelt.

Das Angebot ist **nicht** leistungsorientiert.

- Gefördert werden:
- Motorik
 - Körper- und Gesundheitsbewusstsein
 - Selbstwertgefühl
 - Umgang mit sich und der Umwelt
 - Entspannungsfähigkeit
 - Konzentration

Unter pädagogischer Anleitung und Betreuung erfahren Ihre Kinder einmal in der Woche einen altersgerechten Sportunterricht. Mit Motivation, Übung und Geduld werden sportmotorische Fertigkeiten erlernt, die auch beim Schulsport eine Rolle spielen. Die Kinder spüren so, dass Bewegung (abseits aller Leistungs- und Bewertungsgedanken) Spaß macht und positive Gefühle in ihnen auslöst.

Das GEHEIMTRAINING wird von psychosozialen Trainingseinheiten getragen, bei denen unter anderem ein konstruktiver Umgang mit Hänseleien und Aggression sowie Strategien zur Verhinderung von Gewalt und Streit eingeübt werden.

Leitung: Unsere Präventionskurse werden von ausgebildeten und fachspezifisch geschulten Mitarbeitenden aus unserem Team geleitet.

Sie haben Interesse Das GEHEIMTRAINING in Ihrer Schule, in Ihrer OGS oder Ihrem Verein anzubieten? Dann melden Sie sich bei uns. Wir beraten Sie gerne!

Telefon: +49 (0)2451 9140650
Mobil: +49 (0)179 74 50 56 2
E-Mail: info@mind-and-body.de

Weitere Informationen über uns und unsere Arbeit lesen Sie auf unserer Webseite www.mind-and-body.de