

ANGEBOTSÜBERSICHT

Ein aufbauend begleitendes Präventionsprogramm

1. Klasse VOLKSSCHULE spielerischer Einstieg über die Themen KÖRPER /KÖRPERGRENZEN/ GEFÜHLE für den BASIS-Workshop Grundstufe I	3 Stunden Kurs (1 x 3 Stunden)
2. Klasse VOLKSSCHULE BASIS-Workshop Grundstufe I	6 Stunden Kurs (2 x 3 Stunden)
3. Klasse oder 4. Klasse VOLKSSCHULE BASIS-Workshop Grundstufe II	6 Stunden Kurs (2 x 3 Stunden)

Ablauf eines 6 Stunden power4me Klassenworkshops

1. Tag:	1. und 2. UE alle gemeinsam in der Klasse 3. UE Mädchen mit Trainerin und LehrerIn in der Klasse 3. UE Buben „power4me frei“
2. Tag:	1. UE Mädchen „power4me frei“ 1. UE Buben mit Trainerin und LehrerIn in der Klasse 2. UE alle gemeinsam in der Klasse 3. UE alle gemeinsam im Turnsaal
Kosten:	6 UE gesamt für 1 Klasse € 295,-

Die Lehrerin/der Lehrer muss bei den Kurseinheiten anwesend sein!

Ablauf eines 3 Stunden power4me Klassenworkshops

1. Tag:	1. und 2. UE alle gemeinsam in der Klasse 3. UE alle gemeinsam im Turnsaal
Kosten:	3 UE gesamt für 1 Klasse € 150,-

Die Lehrerin/der Lehrer muss bei den Kurseinheiten anwesend sein!

Details auf Anfrage!

Präventionsarbeit im Grundschulalter



Die Fähigkeit ein möglichst klares Bild über die eigenen Stärken zu haben, steigert das eigene **Selbstbewusstsein**. Nicht die Körperkraft ist in diesem Alter entscheidend, sondern das Bewusstsein: **"Mein Körper gehört mir! Mir und meinem Körper soll es immer gut gehen!"** und entsprechend aufzutreten.