



SpielendBewegen – EUER Selbstbewusstsein stärken

im Rahmen unseres Projektes „Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

SpielendBewegen- in Gruppensport

Im Gegensatz zu vielen anderen Sportspielen steht bei den Gruppen-, Vertrauens- und Kooperationsspielen nicht der Wettkampf und die Konkurrenz im Vordergrund, sondern das Miteinander. Die Spieler*innen müssen gemeinsam eine gestellte Aufgabe lösen. Hierfür sind Absprachen, gemeinsame Überlegungen und Vertrauen in die Gruppe notwendig und zielführend.

Welche Ziele werden verfolgt?

- ✓ Bewegung
- ✓ Selbstbewusstsein
- ✓ Sozialkompetenz
- ✓ psychische Gesundheit
- ✓ physische Gesundheit
- ✓ Kognitive Entwicklung

Kursaufbau:

Durch Spiele und abwechslungsreiche Übungen wird der Spaßfaktor beim Sport gefördert. Wir treffen uns einmal pro Woche für 60 Minuten. Die Kursdauer beträgt 10 Wochen. Die maximale Gruppengröße beträgt 15 Teilnehmer. Die Kursinhalte können individuell besprochen werden.

Durchgeführt durch Michelle Cellner