

SDI Selbstverteidigungstraining Mut, Selbstvertrauen und Sicherheit für unsere Kinder

Alle Schülerinnen und Schüler der Volksschule Zemendorf hatten die Gelegenheit, an einem Selbstverteidigungstraining (SD) teilzunehmen. Ziel des Trainings war es, den Kindern Selbstbewusstsein, Mut und die Fähigkeit, sich in schwierigen Situationen richtig zu verhalten, zu vermitteln.

Die Kinder lernten, laut „Nein“ zu sagen, sich zu wehren, sich im Notfall wegzulassen und Gefahren richtig einzuschätzen. Spielerisch und altersgerecht übten sie, sich selbst zu schützen und gleichzeitig Verantwortung für ihr eigenes Handeln zu übernehmen.

Neben praktischen Übungen stand vor allem der Aufbau von Selbstvertrauen und Sicherheit im Alltag im Vordergrund. Die Kinder hatten großen Spaß dabei und konnten viele hilfreiche Strategien mit nach Hause nehmen.

Dieser Workshop hat allen gezeigt, wie wichtig es ist, eigenständig und mutig zu handeln, Grenzen zu setzen und gefährliche Situationen frühzeitig zu erkennen.



Mehr Infos unter:
<https://www.s-d-i.at/>