



Ausbildung zur Übungsleiterin /Kursleiterin für Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen, gefördert durch das Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter NRW 2017

Termine und Orte:

- | | |
|-----------------------------|---------------------------------------|
| 1. Folge: 13.05.2017 | Sport- und Seminarcenter Radevormwald |
| 2. Folge: 09.-11.06.2017 | Sport- und Seminarcenter Radevormwald |
| 3. Folge: 30.06.-02.07.2017 | Sport- und Tagungszentrum Hachen |
| 4. Folge: 08.-10.09.2017 | Sport- und Seminarcenter Radevormwald |
| 5. Folge: 29.09.-01.10.2017 | Sport- und Tagungszentrum Hachen |
| 6. Folge: 10.-12.11. 2017 | Sport- und Seminarcenter Radevormwald |
| 7. Folge: 24.-26.11.2017 | Sportschule Wedau Duisburg |

Ziele / Inhalte:

In dieser Ausbildung werden Übungsleiterinnen, Trainerinnen und Fachkräfte qualifiziert, einen Kurs bzw. ein Vereinsangebot eigenständig vorzubereiten und durchzuführen. Im Vordergrund steht bei dieser Ausbildung der Gesamtbereich der Selbstbehauptung, ergänzt durch Selbstverteidigungsmöglichkeiten und –techniken.

Inhalte der Ausbildung:

- Selbstbehauptung (Übungen, Spiele, Gespräche)
- Rollenspiele (Analysen von Alltagssituationen)
- Gewalt gegen Mädchen und Frauen
- Alltägliche Grenzüberschreitung
- Täter/in- / Opfer-Struktur
- Juristische Aspekte
- Selbstverteidigung in Theorie und Praxis
- Umsetzung in Kursen, z.B. innerhalb der Sportvereine

Beschreibung:

Die Ausbildung verfolgt einen ganzheitlichen und frauenparteilichen Ansatz, d.h., dass Mädchen und Frauen in ihren körperlichen, geistigen und psychischen Dimensionen wahrgenommen und verstanden werden. Bei der Selbstbehauptung werden die Schwerpunkte auf die mentale und psychische Stärkung ihres Selbstbewusstseins gesetzt, während in der Selbstverteidigung die körperliche Auseinandersetzung im Vordergrund steht. Ganzheitlichkeit bedeutet in diesem Zusammenhang, dass Selbstverteidigungstechniken nur wirksam eingesetzt werden können, wenn im Rahmen der Selbstbehauptung der Wille zur Verteidigung manifestiert wurde.

Das Ziel der Ausbildung ist, den teilnehmenden Frauen ihre individuelle Situation erfahrbar zu machen und gemeinsam Maßnahmen und Möglichkeiten zu entwickeln, ihre durch die gesellschaftlichen Strukturen eingeschränkten Lebensräume zu erweitern. Dabei wird die Wahrnehmung und Durchsetzungsfähigkeit entwickelt, die es möglich macht, sich Meinungen, Einstellungen und reale Orte zurückzugewinnen, die aus Angst vor Konflikten, Aggressionen und unbekanntem Gefahren gemieden wurden.

Gleichzeitig werden die Teilnehmerinnen befähigt, das für sie selbst neu erworbene Wissen an die Zielgruppen weiterzugeben und sie bei der Entwicklung eigener Perspektiven anzuleiten und zu unterstützen.

Teilnahmegebühr: 506,- € (incl. Unterbringung und Verpflegung)

Dorota Sahle
Landessportbund Nordrhein-Westfalen e.V.
Bildung und Mitarbeiterentwicklung
Friedrich-Alfred-Straße 25
47055 Duisburg
Tel. 0203 7381-847
Fax 0203 7381-868
E-Mail: Dorota.Sahle@lsb-nrw.de
Internet: <http://www.lsb-nrw.de>