

Förderungsempfänger Ev. Kirchengemeinde Spellen- Friedrichsfeld Jugendarbeit Wilhelmstr. 34 46562 Voerde	Datum: 14.12.2021 Ansprechpartner/in: Andrea Lantermann Tel.-Durchwahl/Fax: 0281 4 10 19
Stadt Voerde (Niederrhein) Der Bürgermeister - Amt für Schulen, Soziales u. Jugend - Rathausplatz 20 46562 Voerde	Kontakt: Frau Weiß Tel: 02855 / 80 - 342 Fax: 02855 / 80 - 342

Projektantrag

Titel des Projektes: Selbstbehauptung für Jugendliche
<u>Zielsetzung:</u> <ul style="list-style-type: none"> - „stark machen/ Nein-Sagen“ - Körperwahrnehmung fördern - Bewusst eigene Körpersprache und die Körpersprache anderer wahrnehmen - eigene Stärken und Grenzen erkennen - Selbstbewusstsein stärken - Gemeinschaft erleben - Persönlichkeitsbildung - Aktives auseinandersetzen mit eigenem Rollenverständnis - Möglichkeiten entwickeln, Frustration sozial verträglich abzubauen - Kennenlernen und Anwenden von anti-mobbing-tools - Förderung des Sozialverhaltens/ soziale Interaktion - Spaß an Bewegung und Körperlichkeit (zurück)gewinnen, insbesondere Pandemie-bedingte Defizite ausgleichen - das Betreuer-Team befähigen, einfache Übungen zum Frustrationsabbau der Jugendlichen auch nach dem Projekt anleiten zu können
Zielgruppe (Alter, Geschlecht): Mädchen und Jungen im Alter von 11- 16Jahren, plus Betreuerteam der OT

Kooperationsprojekt mit:

Ort und Zeitraum der Durchführung des Projektes:

Friedrichsfeld, Frühjahr 2022

Voraussichtliche Teilnehmerzahl:

12- 14 Mädchen und Jungen, plus 4 Betreuer

Kosten- und Finanzierungsplan

Ausgaben

Einnahmen

Honorarkosten 450€

Material 170,00 €

Gesamtausgaben:
440,00 €

15 Euro pro Teilnehmer

Gesamteinnahmen: 180 €

Beantragte Fördersumme: 440,00 €

Inhaltsbeschreibung

An 5 Terminen a 1,5 Stunden sollen die Jugendlichen erleben, wie sie sich selbst und ihren Körper verteidigen und sich somit selbst behaupten können. Dabei geht es nicht nur um die körperlichen Fähigkeiten, sondern auch um die bewusste Wahrnehmung ihres Körpers und ihrer Kontaktgrenzen. Was mag ich und was nicht? Wo ist meine Grenze erreicht und wie kann ich mich abgrenzen? Außerdem probieren sich die Jugendlichen aus und entwickeln Strategien, wie sie Konflikte gewaltfrei lösen können. Gemeinschaftlich können die Teilnehmer erleben, wie sie ihre Ziele erreichen und so ihr Selbstbewusstsein stärken. Dieses geschieht in praktischen Übungen und mit Selbstverteidigungsstrategien. Jugendliche in diesem Alter brauchen die Möglichkeit, frei und ohne Leistungsdruck handeln zu können. Das Projekt bietet den Jugendlichen dazu den notwendigen Rahmen. Außerdem setzen sie sich mit ihrer Persönlichkeit und ihrer Rolle im sozialen Gefüge aktiv auseinander und haben die Möglichkeit, eventuell pandemiebedingte Rückstände im sozialen, aber auch im Fitnessbereich aufzuholen. Ein wichtiger Aspekt des Konzeptes der Übungsleiterin besteht darin, dass auch Betreuer der OT involviert sind, um ein nachhaltiges Umsetzen und Wirken des Projektes zu ermöglichen.

Voerde, den 14.12.20221

Jugendbüro der Ev. KGM Spellen-Friedrichsfeld

Andrea Lantermann,
gemeindliche Jugendreferentin,
Leitung OT Friedrichsfeld