

Rots & Water

8-12 jaar

✓ Zelfbeheersing

✓ Zelfreflectie

✓ Zelfvertrouwen

De training

De Rots & Watertraining is een actieve training met uitdagende fysieke oefeningen. Een rots staat voor de kracht in jezelf en je eigen weg gaan. Water staat voor hoe je in verbinding staat met je omgeving. Door actief bezig te zijn, ervaren de kinderen direct het effect van hun houding en handelen. Er wordt gewerkt aan het vergroten van sociale vaardigheden, weerbaarheid en samenwerking.

De drie bouwstenen van de training zijn:

- Zelfbeheersing
- Zelfreflectie
- Zelfvertrouwen

Voor wie?

De training is bedoeld voor kinderen in de leeftijd van 8 t/m 12 jaar. Ouders en verzorgers worden bij de training betrokken zodat zij ook thuis hun kind kunnen ondersteunen.

Doelen

- Het eigen gedrag beter leren begrijpen en sturen
- Eigen grenzen leren kennen
- Vergroten van de concentratie en focus
- Bewustwording van eigen emoties
- Leren omgaan met spanning en spannende situaties

Meer informatie & aanmelden

Aanmelden kan via de OK-coach op de basisschool van je kind of via medewerkers van Sociaal Wijkteam Dordrecht. Het e-mailadres is groepswerk@swtdordrecht.nl. De training start bij voldoende aanmeldingen.

Meer informatie over het Sociaal Wijkteam Dordrecht vind je op: www.swtdordrecht.nl.



Voorafgaand aan de training vindt er een intakegesprek plaats met je zoon of dochter en jou als ouder/verzorger. Tijdens dit intakegesprek geven de trainers meer uitleg over de training en gaan zij in gesprek met het kind. Belangrijk is dat het kind zelf gemotiveerd is voor de training en aan de slag wil gaan om andere patronen te leren. Het kan zijn dat tijdens het intakegesprek blijkt dat de training niet aansluit bij de behoeften van het kind. Er wordt dan samen gekeken naar een andere mogelijkheid voor ondersteuning.

Je wordt telefonisch benaderd om een intakegesprek in te plannen.

Aanmelden & meer informatie via de OK-coach op school