

De train-de-trainer bestaat uit

- 8 dagdelen van 4 uur
- Handboek met lesbeschrijving van de module 'Weerbaar'
- (Digitale) reader met achtergrondinformatie

Praktische informatie

- De training start in het najaar van 2014 of het voorjaar van 2015
- De 8dagdelen vinden om de week plaats van 15.30 tot 20.00 uur
- De training vindt plaats op verschillende scholen in Groningen/Friesland of Drenthe, afhankelijk van de deelnemende docenten
- Kosten: € 875,00 per persoon (3^e persoon van een school € 675,00)
Deze bedragen zijn exclusief 21 % BTW.
- Aanmelding voor 1 juni 2014

Subsidiemogelijkheid om kennis te maken met een training

Voor scholen die eerst willen kennismaken met een weerbaarheidstraining is er tot 25 april 2014 de mogelijkheid om financiële ondersteuning van het RIVM/Jeugdimpuls aan te vragen in het kader van de Gezonde School.

Op de site <http://www.gezondeschool.nl/ondersteuningsaanbod> kunt u meer informatie over de vergoedingen vinden, als ook het hele ondersteuningsaanbod.

Voor meer informatie en opgave

Marieke van Veen

www.wijsweerbaar.nl

postbus 60112, 9703 BC Groningen

tel: 050-5412999

mail: mvanveen@wijsweerbaar.nl



Train- de- trainer module 'Weerbaar'



Voor docenten Lichamelijke Opvoeding



Voortgezet Onderwijs



Groningen, Friesland, Drenthe



Fysieke en mentale weerbaarheid van
leerlingen vergroten



Train-de-trainer module 'weerbaar'

Leerlingenprogramma: 'Weerbaar'

Doel leerlingentraining

Het doel van de training is de weerbaarheid van jongeren te vergroten, zodat ze op een respectvolle manier voor de eigen grenzen op kunnen komen. Ze leren te handelen in lastige en/of bedreigende situaties. Ze leren verbaal voor zichzelf op te komen en zo nodig ook fysiek. Daarnaast is er aandacht voor het herkennen en respecteren van de grenzen van anderen. Ze leren hun zelfbeheersing bewaren en hoe ze rustig kunnen blijven in vervelende situaties. Ze krijgen meer zelfvertrouwen en voelen zich zekerder en veiliger. De training levert een bijdrage aan de openheid tussen leerlingen en een goede sfeer in de groep.

Onderwerpen die aan bod komen

- opkomen voor jezelf
- houding en uitstraling
- grenzen stellen en respecteren in contact met leeftijdsgenoten
- in actie komen, kracht ervaren (bij meisjesgroepen een accent)
- zelfbeheersing en agressie (bij jongensgroepen een accent)
- groepsdruk
- fysieke zelfverdediging
- risico's van moderne media
- pesten en plagen
- seksueel lastiggevallen worden door een bekende of onbekende
- hulp vragen en hulp geven

De trainingen bestaan uit 8 blokken en vinden plaats in het gymlokaal. De training wordt seksespecifiek aangeboden, omdat jongens en meisjes andere kwaliteiten en behoeftes hebben als het gaat om het vergroten van hun weerbaarheid. De opbouw van beide trainingen is daarom verschillend, evenals de accenten die gelegd worden.

Train-de-trainer

Doel van de train-de-trainer

Het doel van deze training is om docenten Lichamelijke Opvoeding genoeg kennis en vaardigheden aan te leren om het programma 'Weerbaar' zelfstandig aan te bieden aan leerlingen van klas 1 en 2. Zij beschikken na de training over voldoende inzicht in de mentale en fysieke werkvormen van het programma om deze op een kwalitatief goede manier aan te bieden. Tevens beschikken zij over voldoende fysieke vaardigheden.

Doelgroep

Docenten lichamelijke opvoeding binnen het voortgezet onderwijs. (Praktijkonderwijs, VMBO en HAVO/VWO).

Omschrijving train-de-trainer

De training aan L.O.- docenten bestaat uit 8 dagdelen van elk 4 ½ uur. Tijdens deze dagdelen oefenen de docenten met de fysieke technieken en de werkvormen die in de training 'Weerbaar' worden gebruikt. Deze werkvormen staan ook beschreven in het handboek, welke bij de training wordt uitgereikt.

Onderdelen in de scholing zijn:

- de opbouw en methodiek van de training
- sekse-specifiek werken
- groepsdruk
- seksueel grensoverschrijdend gedrag en seksuele intimidatie/misbruik
- handelen na vermoedens van misbruik
- gevaren van de nieuwe media
- fysieke technieken

De docenten ontvangen huiswerkopdrachten en geven verschillende lesonderdelen tijdens de bijeenkomsten. De training wordt afgesloten met een eindopdracht en een certificaat.