



SOKO: ich und du

**Bewegungs- und Sozialkompetenztraining
für Schulen**



Was ist das Projekt SOKO?

- Interdisziplinäres Konzept durch Kooperation von Sozialpädagogen und Ergotherapeuten
- Bewegungs- und Sozialkompetenztraining für Schülerinnen und Schüler
- Ineinandergreifen von Bewegungserfahrung und sozialem Lernen
- 4. bis 6. Klasse der Grund- und Mittelschulen
- 10 Einheiten
- Verschiedene Methoden in jeder Einheit
- 90 Minuten pro Einheit
- Von 10 bis 15 Teilnehmer



Warum ist SOKO notwendig?

- Erhöhter Bedarf der Zielgruppe durch verschiedene Entwicklungsaufgaben
- Schulische Übergänge mit entsprechendem Druck
- Persönliche und körperliche Veränderungen
- Druck und Anspruch durch die Gesellschaft, zu integrierten, sozial angepassten Persönlichkeiten heranzuwachsen

Welche Ziele hat das Projekt SOKO?

Stärkung von Kernkompetenzen, wie:

- Körperwahrnehmung und Motorik
- Konzentration und Ausdauer
- Selbstwert- und Selbstbewusstsein
- Toleranz und Empathie
- Vertrauen in sich und in andere
- Umgang mit Misserfolg (Frustrationstoleranz) und gewaltfreie Kommunikation
- Körperliche und soziale Wahrnehmung und Skillentwicklung

Wie läuft SOKO ab?

Methoden

- Bewegungs-, Team-, Vertrauens- und Kommunikationsspiele
- Gespräche und Reflektion
- Bewegungs- und Sinneserfahrungen
- Übungen und Spiele für Kinder als Individuen und als Gruppenaufgabe

Aufbau

1. Anfangs- und Kennenlernphase (2 Einheiten)
2. Körperwahrnehmung und Motorik (2 Einheiten)
3. Stärkung der sozialen Wahrnehmung und der entsprechenden Kompetenzen (3 Einheiten)
4. Exkursion (1 Doppeleinheit)
5. Reflektion (1 Einheit)



Kontakt

Jugend- und Familienhilfepraxis Döpfer GmbH
Klosterstraße 25 · 92421 Schwandorf
(oder direkt im Büro Klosterstraße 20a,
gegenüber dem Hauptgebäude)

Telefon: (0 94 31) 5107-23

Telefax: (0 94 31) 5107-22

E-Mail: info@familienhilfe-schwandorf.de

In Kooperation mit:



Ergotherapie & Logopädie

Wirbelwind

Hochruckäcker 7
92449 Steinberg am See
Telefon: (09431) 79 92 52

Ergotherapie & Logopädie

Wirbelwind

Berghamer Straße 17
93149 Nittenau
Telefon: (09436) 30 14 50

www.praxis-wirbelwind.de

www.familienhilfe-schwandorf.de

