



La Defensa Psicológica.

Estimadas familias:

Nos ponemos en contacto con vosotros para informaros y presentaros una nueva actividad que ha sido ofertada al centro y que creemos, tanto el equipo Directivo, el Gabinete Psicológico y la Asociación de Madres y Padres, muy interesante para el buen desarrollo de nuestros hijos.



El proyecto **“SISTEMA DE AUTODEFENSA INFANTIL”** va dirigido a facilitar a los niños/as y a sus padres una herramienta de prevención.

El sistema persigue fomentar la Resiliencia, dotarles de estrategias adecuadas para enfrentarse a las adversidades y salir fortalecidos de ellas.

Con este método pretendemos reforzar y fortalecer aspectos tan importantes como el autocontrol, la empatía, la autoestima, la humildad, necesarios todos ellos para construir una actitud psicológica positiva que les permita saber defenderse de las agresiones físicas y psicológicas a las que están expuestos.



El curso se compone de clases semanales teórico- prácticas (una por semana), dirigidas a mejorar su inteligencia emocional (reconocer emociones y aprender a controlarlas y canalizarlas) y a la vez aprenderán técnicas de autodefensa reales y de fácil asimilación y formas de relajarse.

Los grupos son reducidos (10 niños), cerrados y mixtos. Las edades a las que va dirigido son las comprendidas entre los seis y los doce años. Dividiéndose a su vez en dos intervalos, de 6 a 8 ó 9 y de 8 ó 9 a 12. Así mismo es necesaria la implicación y participación de los padres para el desarrollo correcto de las actividades, con el objetivo de buscar una conexión con sus hijos y un conocimiento mutuo.



El curso de Autodefensa, es perfectamente compatible y complementario con cualquier actividad que se desarrolle de forma habitual (Fútbol, Judo, Kárate, Ballet, Música, etc.....).

Los cursos se desarrollarán los días asignados por el centro, dependiendo de la disponibilidad, entre el lunes y viernes, de las 12:30 horas a las 13:30 horas o de 17:00 horas a 18:00 horas.

El precio de los cursos es de 30 euros mensuales, durante los meses de Octubre a Mayo.

SE CONVOCA A TODAS LAS FAMILIAS INTERESADAS A LA REUNION INFORMATIVA QUE TENDRÁ LUGAR EN EL COLEGIO EL PROXIMO DÍA 2 DE OCTUBRE A LAS 11:30 HORAS.

¡¡¡ TE ESPERAMOS!!!!

ORGANIZA:

- SISTEMA DE AUTODEFENSA INFANTIL Y BETERA FIGHT CLUB, EN COLABORACION CON LA ASOCIACION DE MADRES Y PADRES DEL COLEGIO NATIVIDAD.

PERSONAS RESPONSABLES:

- Santiago Montañana y Michal Adamzack.