

Kursmöglichkeiten

Grundkurs:

- > Motto: „Starke Kinder schützen sich!“
- > Dauer: 6 Wochen je 2 Unterrichtsstunden, insgesamt 12 Unterrichtsstunden
- > Inhalte: Gewaltprävention, Selbstbehauptung, Deeskalation und Selbstverteidigung
- > Teilnehmeranzahl: 8 – 20 Kinder
- > Einsatz von Arbeits- und Begleitheft in Elternarbeit
- > Rollenspiele, Spiele aus dem Bereich Rangeln und Raufen, Teamspiele zur Förderung der sozialen Kompetenz

Aufbau- / Wiederholungskurs:

- > Dauer: 3 Wochen je 2 Unterrichtsstunden, insgesamt 6 Unterrichtsstunden
- > Inhalte: Auffrischung - Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung
- > Teilnehmeranzahl: 8 – 20 Kinder
- > Einsatz von Ganzkörperschutzanzug inklusive einem weiteren Kursleiter/in
- > Rollenspiele, Spiele aus dem Bereich Rangeln und Raufen, Teamspiele zur Förderung der sozialen Kompetenz
- > Eine Individuelle Kursgestaltung ist jederzeit möglich

Qualifikation der KursleiterIn

- > Lizenzierte Selbstverteidigungs-KursleiterIn des Projektes „Nicht-mit-mir! Starke Kinder schützen sich!“
- > Zusätzlich Trainererfahrung in Budo-sportarten und in der Regel Übungs- oder Jugendleiter/innen mit DOSB Lizenz, oft berufliche Fachqualifikationen wie bspw. Lehrer/innen, Polizeibeamte/innen, Vereinstrainer/innen, Sozialpädagogen/innen, etc.

Leistungen die im Kurs enthalten sind:

12 Unterrichtseinheiten zielgruppenorientiertes Training, sämtliche Materialien wie das Arbeits- und Begleitheft, Teilnahmeurkunden, Kopien, Bruchtestbretter, Elternbrief mit allen Kursinformationen

Weitere DVD und Literaturempfehlungen die käuflich erworben werden können finden Sie im Online Shop des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes e.V. unter der Rubrik „Nicht-mit-mir!": www.shop-djjv.net

Kontaktadressen

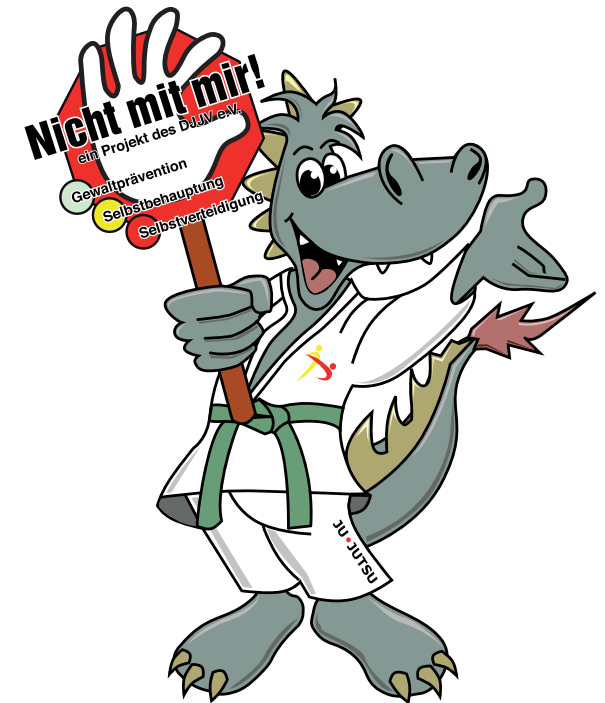
Auf der Webseite des Deutschen Ju-Jutsu Verbandes e.V. finden Sie eine Übersicht der Landesverbände mit den zuständigen Ansprechpartnern für Ihr Bundesland:
www.ju-jutsu.de/djjv/landesverbaende

Informationen erhalten Sie auch im:

Jugendsekretariat des DJJV e.V.

Hans-Thoma-Straße 19
76661 Philippsburg
Mobil: 0176 / 22940049
Email: jugend@djjv.de

Das Gewaltpräventionsprojekt „Nicht-mit-mir!“ der Jugend im DJJV e.V. ist ein Kooperationsprojekt mit der Deutschen Sportjugend (dsj) und wird vom Bundesministerium für Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) gefördert.



www.nicht-mit-mir.org

Starke Kinder schützen sich!

Allgemeine Informationen

Was ist Gewalt?

Gewalt ist eine destruktive, physische oder psychische (direkte oder indirekte) Handlung gegenüber Personen oder Sachen und geschieht gegen den Willen der betroffenen Person. Als Gewalt bezeichnet man somit die zielgerichtete und bewusste Schädigung einer Person oder Beschädigung von Sachen, die im Wesentlichen folgende Formen (Gewaltarten) hat:

- > **physische Gewalt:** die Schädigung und Verletzung eines anderen durch körperliche Kraft und Stärke (körperliche Gewalt)
- > **psychische Gewalt:** die Schädigung und Verletzung eines anderen durch Vorenthaltung von Zuwendungen und Vertrauen, durch seelisches Quälen und emotionales Erpressen
- > **verbale Gewalt:** die Schädigung und Verletzung eines anderen durch beleidigende, erniedrigende und entwürdigende Worte
- > **Vandalismus:** Beschädigung und Zerstörung von Gegenständen

Gewaltprävention:

Als Gewaltprävention bezeichnen wir alle institutionellen und personellen Maßnahmen, die der Entstehung von Gewalt vorbeugen, diese reduzieren oder abwehren.



Deeskalation: Möglichkeiten um in eskalierten Streitsituationen gezielt und mit situationsadäquatem Handlungsrepertoire körperliche, sowie verbale Auseinandersetzungen zu beenden.

Intervention: Möglichkeiten um Stresssituationen als Schlichter zu beenden.

Selbstbehauptung:

... ist die erfolgreiche Durchsetzung der eigenen Bedürfnisse, Wünsche und Rechte und die Demonstration eigener Stärke. Grenzen deutlich aufzeigen und auf deren Akzeptanz und Einhaltung zu beharren, sind wesentliche Elemente der Selbstbehauptung.

Selbstverteidigung:

... ist eine verhältnismäßige Reaktion mit körperlichen Mitteln auf einen ungerechtfertigten Angriff. Selbstverteidigung bedeutet in Notwehr zu handeln und alle notwendigen Mittel zu nutzen, um eine Situation schnell zu beenden, aus der für den Verteidiger körperliche oder seelische Verletzungen entstehen können.

Notwehr und Nothilfe: Der Begriff „Notwehr“ ist allgemein bekannt. Die Grundlagen des Notwehrrechts lassen sich auf zwei Gedanken zurückführen und erklären. Dies ist die:

- > Individualrechtliche Grundlage: Niemand muss sich gegen seinen Willen verletzen lassen!
- > Sozialrechtliche Grundlage: Das Recht braucht dem Unrecht nicht weichen!

Die restlichen Grundlagen und die entsprechenden Verhaltensweisen werden in den Kursen vermittelt.



Kursinhalte

Bei allen angebotenen Kursen sind folgende Inhalte Bestandteil:

Gewaltprävention durch:

- > Informieren und Aufklären
- > Rollenspiele und Verhaltenstraining
- > Deeskalations- und Interventionstraining
- > Verhaltensbeispiele geben und üben
- > Vermittlung von sozialer Kompetenz
- > Gefahrensituationen erkennen und vermeiden
- > Sicherheitsvorkehrungen treffen und dadurch Gewalt verhindern

Selbstbehauptungstraining:

- > eigene Stärken erkennen und nutzen
- > Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl steigern
- > die eigene Stimme einsetzen lernen
- > durch Rollenspiele verständlich vermitteln

Selbstverteidigung als letztes Mittel:

- > Erlernen und Entdecken von Verteidigungsmöglichkeiten
- > durch einfache effektive Techniken
- > Einsatz von Selbstverteidigungstechniken
- > Notwehrrecht und Nothilfe kennenlernen

Zielgruppen:

Wir bieten Kursmöglichkeiten für unterschiedliche Alters- und Zielgruppen. Thematiken werden altersgerecht und geschlechterspezifisch angegangen und vermittelt.

Wir bieten Kurse für:

- > Kinder im Kindergartenalter (Vorschulalter)
- > Kinder im Grundschulalter in gemischten Gruppen (Mädchen/Jungen)
- > Kurse für Mädchen und Jungen
- > Kurse für Mädchen und junge Frauen (ab 14 Jahren)
- > Kurse für aggressive Jugendliche (Deeskalationstraining)