

„Nicht mit mir!“

Gewaltpräventionskurse für Kinder und Jugendliche

„Nicht mit mir“ ist ein deutschlandweites **Präventions-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept** des Deutschen Ju-Jitsu Verbandes. Lizenzierte und fachkompetente Kursleiter/innen vermitteln das Konzept für Kinder und Jugendliche. „Nicht mit mir“ soll Kindern helfen, Gefahren zu vermeiden, gefährliche Situationen zu erkennen und sich im Notfall zur Wehr setzen zu können. Wir wollen mit unserem Kursangebot dazu beitragen, dass Kinder zu selbstbewussten starken Persönlichkeiten heranwachsen können. Sensibilisierung - sich mit dem Thema auf unterschiedlichen Ebenen auseinanderzusetzen, steht im Mittelpunkt unseres Konzeptes, das pädagogisch-sportwissenschaftlich begleitet wird.

Wie kann man sich auf eine Bedrohung oder eine gefährlich Situation vorbereiten? Leider gibt es kein Patentrezept. Es gibt keine Technik, die alle Probleme und Situationen löst. Das angebotene Baukastensystem bietet verschiedene Handlungsmöglichkeiten für unterschiedliche Situationen und basiert auf drei Grundelementen. Genutzt wird das sogenannte **"umgekehrte Ampelprinzip"**.

Gefahrenbewusstsein – Prävention

Selbstbehauptung

Körperliche Verteidigung



Die drei Farben geben die Stufen bzw. Handlungsalternativen wieder, die erlernt werden und später variabel verfügbar sein sollen. **Grün** beinhaltet den Bereich der Prävention, **Gelb** den Bereich der Selbstbehauptung und **Rot** den Bereich der Selbstverteidigung, der das zuletzt einzusetzende Mittel definiert. Im Idealfall sollte der rote Bereich nie betreten werden müssen.



Zielgruppe: Schulklassen vorrangig vom 1. - 4. Schuljahr

Zeitungfang: 6 Termine à 1,5 Stunden

Organisatorischer Rahmen:

- möglichst Sporthalle oder großer Raum
- Pausen unabhängig vom Klingeln
- Die Lehrkraft kann während des Trainings anwesend sein
- Das Training wird (bei Bedarf) von einer Trainerin und einem Trainer durchgeführt

Durchführung und Koordination:

Tom Ismer: Ju-Jutsu Verband Baden e.V.
Jugendsekretär im Deutschen Ju-Jutsu Verband e.V.
Trainer B DOSB
Kursleiter „Nicht-mit-mir!“
3. Dan Ju-Jutsu

Anmeldung: Anfragen und Anmeldungen richten Sie bitte per Mail an:

Prävention Rhein-Neckar e.V. info@praevention-rhein-neckar.de
Römerstraße 2-4
69115 Heidelberg
Tel. 0621/174-1240 und 0157/83588311

Sicheres Heidelberg e.V. info@sicherheit.de
Römerstraße 2-4
69115 Heidelberg
Tel. 0621/174-1244 und 0172/7618161

Fax: 0621/174-1247

Kosten: auf Anfrage

Leistungen: Arbeits- und Begleitheft, Teilnehmerurkunde, Aufkleber, Flyer, sämtliche Kursmaterialien werden gestellt wie bspw. Schlagpolster, Bruchtestbretter, Luftballons, Stifte, Papier, Wäscheklammern, usw.

Weitere Info: www.nicht-mit-mir.org
www.praevention-rhein-neckar.de
www.sicherheit.de