

„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 gefährliche 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: 7 Termine á 60 Minuten

Organisatorischer Rahmen:

- möglichst Sporthalle oder großer Raum
- Pausen unabhängig vom Klingeln
- Die Lehrkraft muss während des Trainings anwesend sein (Prävention sexualisierter Gewalt)
- 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 A DOSB / Kursleiter „Nicht-mit-mir!“
4. 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
Fax: 0621/174-1247

Sicheres Heidelberg e.V.

info@sicherheit.de

Römerstraße 2-4
69115 Heidelberg
Tel. 0621/174-1244 und 0172/7618161
Fax: 06221/174-1247

Kosten: 30,00€/ Kind

Kooperationspartner: Sicherheit in Mannheim e.V.

Leistungen: zielgruppenorientierte Arbeits- und Begleithefte, Teilnahmeurkunden, Aufkleber, sämtliche Kursmaterialien werden gestellt wie bspw. Schlagpolster, Luftballons, Stifte, Papier, Wäscheklammern, usw.

Weitere Info: www.nicht-mit-mir.org

www.praevention-rhein-neckar.de

www.sicherheit.de