19.12.2017

*Liebe Eltern,*

*wir möchten Ihnen heute gerne ein Angebot für einen Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs nach dem „Nicht-mit-mir!“-Prinzip des Deutschen Ju-Jutsu-Verbandes weiterleiten. Dies ist keine Schulveranstaltung, aber wir stellen gerne einen Raum dafür bereit. Der Elternbeirat ist informiert und einverstanden.*

Sehr geehrte Eltern

Gerne würden wir Ihr grundsätzliches Interesse anhand der bereits feststehenden organisatorischen Rahmenbedingungen abfragen.

Organisatorisches:

Die Kursdurchführung erfolgt dienstags an 4 Nachmittagen (90 Minuten) ab 14:30 Uhr (Termine voraussichtlich ab Juli 2017). Wegen des Übertritts würden in diesem Schuljahr zunächst die 4. Klassen bevorzugt eingeplant. Die Kursdurchführung für die übrigen Klassen erfolgt dann nach den Sommerferien.

Vorab informieren die Kursleiter im Rahmen eines Elterninformationsabends alle interessierten Eltern zu Inhalten, Methodik und Organisation.

Kosten: 40 EUR/Kind (inkl. Material) + anteilige Hallennutzungsgebühr (steht noch nicht fest).

Kursleiter: Tanja & Uwe Wolff – Lizenzierte Kursleiter „Nicht-mit-mir!“ und „Frauen-Selbst-Sicherheit“ Deutscher Ju-Jutsu-Verband e.V. (DJJV)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_✂

**Rückmeldung „Nicht mit mir!“**

Unser Kind hätte Interesse und würde an einem „Nicht-mit-mir!“-Kurs teilnehmen.

□ ja □ nein

Name, Vorname (Kind): \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ort, Datum Unterschrift

**„Nicht mit mir!“ Starke Kinder schützen sich!**

Sich vor Gewalt zu schützen stellt ein wichtiges Grundbedürfnis und eine zunehmende Herausforderung in der Entwicklung der Kinder dar. Die Formen der Gewalt, denen Kinder ausgesetzt sind, sind ganz unterschiedlich: mal ist es körperliche Gewalt, mal psychische Gewalt. Auch offene oder verdeckte sexuelle Gewalt darf nicht tabuisiert werden. Die „Täter“ können aus dem eigenen Umfeld kommen oder Fremde sein. Es können Gleichaltrige, ältere Jugendliche oder Erwachsene sein.

Starke Kinder sollen lernen Gefahren zu erkennen, rechtzeitig Hilfe zu holen und sich mit Köpfchen und Selbstbewusstsein zu verteidigen – immer in dem Bewusstsein, dass es 100%ige Sicherheit nicht geben kann.



Das Projekt „Nicht-mit-mir!“ ist das durch den Deutschen Ju-Jutsu Verband e.V. initiierte, deutschlandweite, bundeseinheitliche Präventions-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept für Kinder und Jugendliche, das auf Aktualität und Nachhaltigkeit ausgelegt ist. Ausgezeichnet wurde es unter anderem vom Bündnis für Demokratie und Toleranz (Bundesinnenministerium) als Preisträger 2013. Im Unterschied zu den meisten Selbstverteidigungskursen für Kinder stehen hier nicht so sehr die Techniken im Vordergrund, sondern die psychische Vorbereitung auf eine bedrohliche Situation.

**Die Kursinhalte im Überblick:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Prävention*** durch Informieren und Aufklären
* (gefährliche Situationen erkennen und vermeiden)
* Verhaltenstraining und Rollenspiele zur Gefahrenvermeidung
* Deeskalation- und Interventionstraining
* soziale Kompetenzen lernen
* sexualisierte Gewalt erkennen
 | **Selbstbehauptung*** Steigerung des Selbstwertgefühls
* eigene Stärken verstärken – eigene Schwächen abschwächen
* den Einsatz der eigenen Stimme lernen
* das Selbstwertgefühl steigern, Zivilcourage kennenlernen
* (Helfen und Hilfe holen)
 | **Selbstverteidigung*** als letztes Mittel
* den Einsatz effektiver Selbstverteidigungstechniken erlernen und entdecken
* Notwehr- und Nothilfemöglichkeiten kennenlernen
* Differenzierungsfähigkeit (Notwehr – Rache)
* Ernstfalltechnik-Peergrouptechnik
 |

Erstellt von Tanja & Uwe Wolff | www.ichverteidigemich.de