

Gewaltpräventionskonzept „Nicht mit mir“ an der GS Wiepenkathen

Präambel (Einleitung)

Sich vor Gewalt zu schützen, stellt ein wichtiges Grundbedürfnis eines jeden Menschen dar.

Ein Bestandteil der Gewaltpräventionsarbeit an unserer Schule ist das Projekt „NICHT MIT MIR“, das in Kooperation mit dem deutschen Ju -Jutsu Verband durchgeführt wird und im deutschlandweiten, bundeseinheitlichen Präventions-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskonzept verankert ist.

Während des Kurses erfahren die Schüler*innen Gefahren zu vermeiden, gefährliche Situationen zu erkennen und sich im Notfall zur Wehr zu setzen. Wir wollen mit unserem Gewaltpräventionsprojekt dazu beitragen, dass die Kinder zu selbstbewussten starken Persönlichkeiten heranwachsen können.

Um einen gewaltfreien, friedlichen Ort zur Durchführung zu schaffen, bedarf es einer verlässlichen innerschulischen Organisation, einer guten Zusammenarbeit mit außerschulischen Institutionen und gut strukturierten pädagogischen Maßnahmen.

Ziele:

Das Kurssystem „NICHT MIT MIR“ stärkt individuelle Kompetenzen der Kinder. Ziele sind dabei, das Selbstbewusstsein zu stärken, Empathie zu entwickeln und Wissen zu vermitteln, um ein gewaltfreies Miteinander sowohl an unserer Schule als auch außerhalb des schulischen Umfeldes zu fördern. Die Trainer*innen dienen dabei als Vorbilder im Sinne einer „neuen Autorität“.

Inhalte des Kurssystems

Ju-Jutsu (Kampfsport) als Grundlage des „NICHT MIT MIR“ Systems eignet sich hervorragend, um eine Gruppe zu strukturieren. Es gibt feste Rituale beim Begrüßen und Verabschieden sowie strenge Regeln im Umgang miteinander.

Gleichzeitig ist Kampfsport besonders für Kinder attraktiv, sodass man mit erhöhtem Interesse und größerer Motivation bzw. Aufmerksamkeit rechnen kann. Dabei steht immer die friedliche Lösung im Vordergrund. Verteidigungstechniken sind das letzte Mittel.

Für gefährliche Situation oder eine Bedrohung gibt es kein Patentrezept. Es gibt nicht die eine Technik, die alle Probleme löst und in allen Situationen Anwendung finden kann. Es gibt nicht die Selbstverteidigungstechnik, die schmerzfrei einen Angriff beendet und den Angreifer bzw. die Angreiferin nebenbei „freundlich“ kampfunfähig macht. Der Baukasten mit den drei Stufen nach dem „umgekehrten Ampelprinzip“ soll verschiedene Handlungsmöglichkeiten für unterschiedliche Situationen bieten.

Ampelprinzip

Das Gewaltpräventionskonzept basiert auf den folgenden drei Grundelementen:

- Prävention
- Selbstbehauptung
- Selbstverteidigung

Prävention

- Allgemeine Informationen
- Aufklärung im Bereich sexualisierter Gewalt
- Rollenspiele und Verhaltenstraining
- Deeskalations- und Interventionstraining, Kommunikation
- Aufzeigen und Üben möglicher Verhaltensweisen
- Vermittlung sozialer Kompetenz
- Erkennen und Vermeiden von Gefahrensituationen und bedrohlichen Situationen
- Treffen von Sicherheitsvorkehrungen zur Vermeidung von Gewalt

Selbstbehauptung

- Erkennen und Nutzen eigener Stärken
- Steigerung des Selbstbewusstseins und des Selbstwertgefühls
- Spiele und Übungen zur Förderung der Gemeinschaft und der Kooperationsfähigkeit
- Spiele und Übungen zur Förderung der Selbstwahrnehmung und des Selbstbewusstseins
- Lernen, die eigene Stimme und effektive Körpersprache einzusetzen
- Einüben von Verhaltensweisen durch Rollenspiele

Selbstverteidigung

- Kennenlernen von Notwehrrecht und Nothilfe
- Bedeutung und Umsetzung von Distanzen
- Helfen und Hilfe holen ohne Selbstgefährdung
- Selbstverteidigung als letztes Mittel
- Erlernen und Entdecken von Verteidigungsmöglichkeiten, z. B. Einsatz von Selbstverteidigungstechniken, Abwehr von Schlägen, Befreiungen aus Handgelenkfassen

Verlauf einer Stunde:

Beginn:

- Begrüßung durch ein festes Ritual
- Theoretischer Teil zu einem bestimmten Thema
- Kleine Situationsspiele

Praktischer Teil orientiert an den theoretischen Inhalten des Ampelprinzips:

- Aufwärmen durch gemeinsames Spielen
- Zusammenarbeit fördern, Spaß am Spiel
- Aufmerksamkeit, Wahrnehmung, Reaktion, Umgang miteinander
- Selbstbehauptungstraining

- Stimme, Körperhaltung
- Selbstverteidigungstraining

Abschluss:

- Abschlussritual
- Tai-Chi – Atemübung
- Verabschiedung

Durchführung im Jahresverlauf

Zeitplanung:

- Grundkurs: 4 x 2 Stunden im 3. Jahrgang
- Aufbaukurs: 2 x 2 Stunden im 4. Jahrgang

Grundkurs:

1. Tag: Thema: Formen der Gewalt, Abstand halten, Befreiungen
2. Tag: Thema: Distanzen kennen, sich schützen und wehren können
3. Tag: Thema: Vertrauen (Wem kann ich vertrauen? Wo finde ich Hilfe?),
Rettungsinseln
4. Tag: Thema: Wiederholung, Rollenspiele zu den Themen

Es wird ein Begleitheft zu den Kursinhalten des Projektes „NICHT MIT MIR“ an die Kinder verteilt. Diese Inhalte können mit den Eltern und/oder den Lehrkräften wiederholt und intensiviert werden.

Zum Abschluss bekommen alle Schüler*innen eine Teilnehmerurkunde, die die Teilnahme am Gewaltpräventions-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungskurs bestätigt.

Aufbaukurs/Auffrischung:

1. Tag: Thema: Wiederholung der Gewaltformen, Stimmübung, sich schützen
2. Tag: Thema: Fluchtwege finden, sich verteidigen

Zur Erinnerung bekommen die Schüler*innen ein Handout mit abgebildeten Fotos und angewendeten Techniken.

Rahmenbedingungen:

- Kooperation mit Sportverein
- Frühzeitige Planung der Kurstage in der Jahresplanung
- Planung und Reflexion der Inhalte
- Information des Kollegiums
- Nutzung einer Turnhalle
- Begleitung durch eine zweite (weibliche) Trainerin/evtl. Schulsozialarbeiterin
- Begleitung durch Klassenlehrer/in
- Evtl. Einwilligung der Eltern für Bildaufnahmen
- Vorstellung des Konzeptes auf einem Elternabend

Kooperation – Schule und Verein im Ganztag

Unser Ganztagsbereich ist ein Lebens-, Bildungs- und Bewegungsort, an dem die Perspektiven und Bedürfnisse der Kinder berücksichtigt werden. Kinder brauchen sowohl Freiräume als auch angeleitete Angebote und Bewegungseinheiten für ihre persönliche Entfaltung.

Die Sportart Ju-Jutsu, die im deutschen Ju-Jutsu Verband e.V. repräsentiert wird, kann nicht nur im sportlichen Bereich das Ganztagsangebot der Schulen bereichern, sondern insbesondere auch im Bereich der Persönlichkeitsentwicklung positiv mitgestalten.

Das AG Angebot Ju-Jutsu findet jeden Donnerstag unter der Anleitung von Herr Woyth statt und ermöglicht vielen Kindern Teilhabechancen im Rahmen der Ganztagsbetreuung. Die Kinder lernen hier eine Kampfsportart und eine Alternative zum Schulsport kennen, stärken das soziale Miteinander und wenden Sport als Motivation am Lernort an.

Die wichtigsten Verknüpfungspunkte an unserer Schule sind:

- Das Gewaltpräventionsprojekt durch Selbstbehauptung und Selbstverteidigung: „NICHT MIT MIR“
- Bildungsbereich Sport
- AG Angebot Ju-Jutsu im Ganztag

