

Stopp heißt Stopp!

Schulkonzept in Anlehnung an das NIMI-Konzept des DJJV e.V.

Gewaltprävention durch Selbstverteidigung

Angebot – Aufbau – Inhalte

1. Zielgruppen
 - Kinder (bis ca. 12 Jahre)
 - Jugendliche (bis ca. 19 Jahre)
 - Erwachsene
 - Frauen-SV (ab ca. 13 Jahren)
2. Art der Anwendung des Gewaltpräventionsprojektes
 - Auf die Gruppen (Frequenz, Alter) angepasstes zeitliches Projekt
 - Langzeitprojekt (Halbjahr)
 - Kurzzeitprojekt (Bsp. 2UE)
 - Durch die Sportart Ju-Jutsu
 - moderne allumfassende Selbstverteidigung. Opferschutz
 - abweichend durch traditionellen Kampfsport mit Regeln und Riten
3. Themenliste
 - Zusätzliche Themen die je nach Adressatengruppe in den Verlaufsplan eingefügt werden
4. NIMI- Konzept des DJJV e.V.
 - Grundkonzept des DJJV
 - Hierzu exemplarisch der Verlaufsplan (siehe Anhang)
5. SV im Kontext zur Anatomie
 - Durch den Erwerb anatomischen Wissens innerhalb der Selbstverteidigung wird die Wahrnehmung und die Achtung der körperlichen Unversehrtheit verbessert. Anatomie und situatives Training soll positiven Einfluss auf empathisches Verhalten bewirken.
6. Juristische Beratung
 - Innerhalb des Konzeptes wichtige rechtliche Grundlagen
 - Außerhalb Rechtsberatung in Schulangelegenheiten möglich (Elternabende, Konferenzen etc.)
7. Anhang
 - NIMI-Grundkonzept des DJJV e.V.
 - Literaturtipp: Stopp heißt Stopp von K. Köhler (hier nur Frauen-SV)

3. Themenliste des Schulkonzeptes

Themenliste bei Langzeitprojekt Stopp heißt Stopp

Definitionen:

- Erwartungen der Adressaten
- Vorstellung Kampfsport – wer macht was
- Definition Kampfsport und Selbstverteidigung
 - Kampfsport = beinhaltet Regeln
 - SV = Angreifer-Verteidiger Interaktion, handelt nach StGb 32
- Das Konzept und die Bedeutung von „Stopp heißt Stopp“

Ampelprinzip:

- ist das taktisches Vorgehen und beschreibt Formen der Auseinandersetzung
 - Konfliktvermeidung
 - z.B. Rettungsinseln
 - Selbstbehauptung
 - z.B. Regeln der verbalen Auseinandersetzung
 - Selbstverteidigung
 - geschulte Automatismen körperlicher Verteidigung

Gewalt:

- Definition von Gewalt
 - Beginnt verbal
- Mobbing und Strategien dagegen (Marvin Story)
 - Antrieb und Mittel
 - Folge: Implosion-Explosion
- Kinderfänger und Strategien dagegen (Timon Story)
 - Überlegener Gegner
 - Glaubhaft als Helfer
- Geschlechter-Differenz bei Gewaltausübung
 - Jungen (Batman, Stärke, Erscheinung Darth)
 - Mädchen (Style, Stimme)
 - Differenzen in Gewichtung und Wahrnehmung
 - Unterschiede im Verhalten Gleichaltriger
 - Evolution, ihre Rollenverteilung, sehr lustiger Bezug zu Klasse, die fremden Raum betritt (Beobachtung)

Kalte Dusche:

- Schüler wissen und Schüler reden über Themen, aber wenden sie nicht an
 - Umweltschutz (Müll Party)
 - Integration (Klaus)

Warme Dusche:

- Gerechtigkeitsprinzip z.T. ehrlicher als Erwachsene
 - Gut
 - Zu viel

Kritik an Erwachsenen:

- z.B. ihr Unverständnis des Racheprinzips jüngerer Schüler beim Zeckspiel

Integration

- Herkunft?
- Kultur?
- Glaube?
- Kleidung/Aussehen?
- Hobbys?

Gruppen- und Klassenstruktur

- Gemeinschaftsgefühl? Zusammenhalt? Heterogenität?

Anatomie

- Vitalzonen
- Körperwaffen

Geheimnisse der SV

- Körperspannungsübungen, Atmung,..., Explosivität

Täter- und Opferprofil

- Herleitung des Verhaltens mit Beispielen aus der Tierwelt und unseren Vorfahren (Kragenechse, Brüllaffe)
- Urinstinkte (Rollenverteilung)
- Merkmale von Tätern und Opfern
 - Körpersprache (Mimik und Gestik)
 - Theater des Verteidigers (Signale)

Kämpfen nach Regeln

- Regeln werden angepasst
- mit Schützern, Schlagpolstern und Waffen

Rangeln und Raufen

- aus dem Schullehrplan
- Tipps für die Lehrer

Kämpfen ohne Regeln

- in Anlehnung an die Selbstverteidigung
 - Selbstregulierung, Selbstdisziplin, soziale, anatomische und moralische Einstellung zwingend erforderlich!

Praxis zu o.g. (Angr./Vert.; Vitalzonen; Körperwaffen; Körperspannung...)

- Fingerstich / Kehlkopfgrube
- Lowkick / Muskelaufbau, Hämatom
- Stoppfußstoß /Kniegelenk, Bänder
- Fauststoß / Plexus

warme Dusche

- Lob und Anerkennung seitens der Kursleitung

Situatives Training

- Darstellung von Gewaltsituationen

Waffen

- Waffengesetz

Klassengespräch

- Mediation
- Werte der Schüler
- Reflektion über eigenes und beobachtetes Verhalten

Die oben genannten Themen werden je nach Zielgruppe und Umfeldbedingungen entsprechend angepasst und gewichtet.

4. NIMI- Grundkonzept des DJIV e.V.

- Exemplarischer Verlaufsplan des NIMI-Konzeptes für Kinder (siehe Anhang)

5. SV im Kontext zur Anatomie

- Durch den Erwerb anatomischen Wissens, wird die Selbstverteidigung und die Achtung der körperlichen Unversehrtheit verbessert.
 - Bsp.: Technik → Stoppfußstoß: Fußstoß zum Kniegelenk
 - Was passiert im Knie?
 - Bsp.: Würgen: Verteidigung und Schutz
 - Wirkung der Technik durch den Angreifer oder Verteidiger auf die Luft- bzw. Blutzufuhr

6. Rechtsberatung

- innerhalb des Konzeptes
 - Wichtigste rechtliche Grundlagen:
 - Definition des §32 bis §34 StGb
- außerhalb des Konzeptes
 - Rechtsberatung in Schulangelegenheiten möglich
 - Konferenzen
 - Elternabende

7. Ziele

- Primäres Ziel ist es, dass die Teilnehmer die Körperwahrnehmung verbessern und Handlungsstrukturen bezüglich Gefahren verbessern.
- Die Teilnehmer können die Themen des Konzeptes im Alltag erkennen und anwenden.

Kontakt, direkt: 030/37002328, mobil: 01795418776

Mail: stefan.frommann@freenet.de

Konzept von Stefan Frommann, Kampfsportschule Budo Club Berlin, 2017, Copyright