

# Nicht mit mir!

## Gewaltpräventions-, Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungs-Kurs für Kinder



Jeder Junge und jedes Mädchen kann sich verteidigen. Selbstverteidigung beginnt im Kopf und nicht bei den Techniken! Der Verein Polizei SV Augsburg e.V. bieten hierfür einen Kurs zum Thema „Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder“ an.

Der Kurs richtet sich an Kinder im Alter von ca. 8-12 Jahren.



Anhand des Ampelprinzips werden in Theorie und Praxis die Schwerpunkte Prävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung anschaulich vermittelt. Der Kurs hilft dabei Kinder vor Gewalt und Aggression zu schützen, indem sie lernen Gefahren zu erkennen und zu vermeiden, rechtzeitig Hilfe zu holen, ihren Standpunkt selbstsicher zu behaupten und sich mit Köpfchen und Selbstbewusstsein zu verteidigen.

### **Wichtige Kursinhalte:**

#### Prävention durch Information

Gefühle als Warnsignale, Nein sagen, gute und schlechte Geheimnisse, Erkennen möglicher gefährlicher Situationen, Schutz vor sexuellem Missbrauch

#### Selbstsicher durch angelerntes Verhalten

Einsatz von Körpersprache und Stimme, verletzungsfreies Fallen

#### Selbstbehauptung durch Selbstverteidigung

Abwehr von Distanzangriffen, Abwehr von Klammerangriffen (Grifflösen, Schwitzkasten), Selbstverteidigung in Verhältnismäßigkeit zum Angriff

Wir freuen uns auf Euch.

Mit sportliche Grüßen

Eure Judo-Abteilungen des PSV

## SV-Kurs: Nicht mit mir!

**Veranstalter:** Polizei SV Augsburg e.V.

**Datum/Zeit:** Sonntag, 13.10.2024, 10:00 – 14:00 Uhr

Wichtige Informationen für die Eltern: 13.10.2024, 10:00 – 10:15 Uhr. Um Anwesenheit eines Elternteils wird dringend gebeten!

**Ort:** Gögginger Straße 97, 86199 Augsburg

**Leitung/Referenten:** Florian Brandhuber (3. Dan Ju-Jutsu, Trainer C Ju-Jutsu, Trainer B Gewaltprävention, lizenzierte Kursleiter Frauen- und Kinderselbstverteidigung)

**Themen:** Gewaltprävention, Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Kinder

**Kosten:** 25€ bzw. 15€ für Mitglieder des Polizeisport-Vereins (Barzahlung vor Ort)

**Teilnahmeberechtigt / Hinweis:** Kinder von ca. 8-12 Jahren. Bequeme Sportbekleidung, Hallenschuhe und gute Laune mitbringen.

Es wird darum gebeten, dass die Kinder am Kurstag zu Hause einen Corona-Selbsttest durchführen.

**Meldung:** per Mail bis 06.10.2024 an [f\\_brandhuber@yahoo.de](mailto:f_brandhuber@yahoo.de) unter Angabe von Namen und Alter. Die Teilnehmerzahl ist limitiert. Es werden die Anmeldungen in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

