

# EINFACH SICHER!

Intelligente Gewaltpräventionskurse für  
Schulen, Kinder- und Jugendeinrichtungen



Sicherheit • Selbstbewusstsein • Sozialkompetenz

## Sichere Schüler für eine sichere Zukunft



### Schule für das Leben

Sozialkompetenz ist neben Lesen, Schreiben und Rechnen das Wichtigste, was unsere Kinder in der Schule lernen müssen. Sie ist so wesentlich, dass sie in vielen Zeugnissen in den ersten Grundschuljahren an vorderster Stelle steht.

Die Voraussetzung für ein sozialkompetentes Verhalten ist Sicherheit. Nur wer sicher und selbstbewusst ist, kann auch eine umfassende Sozialkompetenz zeigen.

### EWTO-Gewaltprävention

Ein bedeutsamer Teil der Sozialkompetenz ist das richtige Verhalten in Konfliktsituationen. Wie schaffen wir es, dass unsere Kinder Konflikte friedlich

und selbstbewusst lösen und weder in eine Opfer- noch in die Täterrolle hineinwachsen? Hier setzt das Programm der EWTO-Gewaltprävention an. Wir kommen in die Schulen und Kitas und sorgen vor Ort mit unserem Unterricht präventiv und nachhaltig für Sicherheit.

**Die Kurse der EWTO-Gewaltprävention werden seit mehr als 25 Jahren mit sehr großem Erfolg flächendeckend in Deutschland, Österreich und der Schweiz durchgeführt.**

**Eine runde Sache –**  
unser Schutzschild  
für **Sicherheit und**  
**Sozialkompetenz**



Selbstbewusstsein  
lernen

## Maßgeschneiderte Kurse

Die Kurse der EWTO-Gewaltprävention werden individuell auf die einzelne Klasse oder Gruppe zugeschnitten. In einem Vorgespräch wird der jeweilige Bedarf ermittelt und dementsprechend werden die speziellen Kursinhalte zusammengestellt. Die Kurse dienen der Gewaltprävention und enthalten Maßnahmen zur Gefahrenerkennung und -einschätzung. Dazu zählen die Selbstbehauptung durch den Einsatz von Stimme, Blick, Mimik, Gestik und Haltung und einfache Selbstverteidigungstechniken, die ohne besondere Voraussetzungen schnell erlernbar sind.

## Module nach Wahl

Nach dem individuellen Bedarf werden die gewünschten Module wie z. B. „Faires Miteinander“, „Werte“, „Klassengemeinschaft“, „Anti-Mobbing“, „Neinsagen“, „Zivilcourage“ ergänzt. Durch die Anpassung der individuellen Kursinhalte und Lernziele wird der größtmögliche Erfolg für die jeweilige Klasse oder Gruppe erzielt.



## Ziele der EWTO- Gewaltprävention

### Anderen helfen



### Sicherheit

Die Schüler lernen ihre Stärken kennen und können mit einfachen Mitteln bei Bedarf ihre Grenzen ziehen, bewachen und verteidigen.

### Weder Opfer noch Täter werden

Durch das Selbstbehauptungstraining verbessern die Schüler ihre Ausstrahlung. Sie können Konflikte durch den Einsatz von Blick, Mimik, Gestik, Haltung und Stimme lösen und werden somit nicht zum Opfer oder Täter.

### Zivilcourage

Nachdem die Kinder und Jugendlichen gelernt haben, für ihre eigene Sicherheit zu sorgen, können sie auch für die Sicherheit anderer sorgen. Sie können Mitschülern helfen und beistehen, ohne sich dabei selbst zu gefährden.

### Selbstbewusstsein

Das neu gewonnene und gestärkte Selbstbewusstsein führt zu einem sicheren Auftreten und zu besseren Leistungen. Es wird den Schülern leichter fallen, zum Beispiel Aufgaben an der Tafel zu lösen oder Referate zu halten. Sie können sich später im Berufsleben besser präsentieren, was die Chancen auf einen attraktiven und sicheren Arbeitsplatz deutlich erhöht.

### Mit Sicherheit zur Sozialkompetenz

Sicherheit und Selbstbewusstsein bilden das Fundament für eine ausgeprägte soziale Kompetenz. Die Schüler finden ihren Platz in der Gruppe und erlangen ein neues Gemeinschaftsgefühl und mehr Teamfähigkeit.

### Faires Miteinander

Durch diese besondere Erlebnispädagogik mit einem sehr hohen Lernspaß wird das Miteinander gestärkt. Die Klassengemeinschaft und die Werte der Klasse werden in den Vordergrund gestellt. Es gibt keinen Raum mehr für Mobbing oder Gewalt.



## Sicherheit nach Noten – das einzigartige Erfolgskonzept

Grenzen ziehen,  
behaupten und  
verteidigen



Die EWTO-Gewaltprävention enthält das einzigartige Konzept der „**Sicherheit nach Noten**“. Die komplexe Thematik der Selbstbehauptung und Selbstverteidigung wird mit Hilfe der klassischen Schulnoten **einfach** und **nachhaltig** vermittelt:

5 + 6

### **Absolute Passivität (Note 6) + Verhaltene Gegenwehr (Note 5):**

Wenn ein Schüler sich nicht auf eine Klassenarbeit vorbereitet hat, muss er mit der Note 5 (mangelhaft) oder gar mit der Note 6 (ungenügend) rechnen. Genauso verhält es sich in bedrohlichen Situationen. Wer sich darauf nicht vorbereitet hat, ist dem vermeintlich stärkeren Angreifer hilflos ausgeliefert.

4

### **Befreiende Selbstverteidigung (Note 4):**

Bei der Note 4 (ausreichend) geht es darum, einen bereits laufenden Angriff zu beenden. Die Schüler lernen sich aus bedrohlichen Griffen (Schwitzkasten, Würgen, Umklammern usw.) zu befreien.

3

### **Unterbindende Selbstverteidigung (Note 3):**

Besser ist es, wenn das Greifen, Würgen, Klammern, Schlagen usw. gar nicht erst zustande kommt. In der Note 3 (befriedigend) gilt es, dieses bereits im Ansatz zu verhindern.

2

### **Selbstbehauptung (Note 2):**

Noch besser ist es, wenn ein potenzieller Angreifer es gar nicht mehr versucht, einen Angriff zu starten. Die Note 2 (gut) steht für den Wechsel von der Selbstverteidigung zu Selbstbehauptung. Durch eine zielgerichtete Selbstbehauptung wird ein Angriff im Keim erstickt. Es entsteht kein Körperkontakt mehr und weder Verteidiger noch Angreifer werden verletzt.

1

### **Selbstbewusstsein und sichere Ausstrahlung (Note 1):**

Das Optimalziel ist die Note 1 (sehr gut). Durch das Erlernen der einzelnen Lösungswege steigert sich das Selbstbewusstsein der Schüler. Sie verlassen eine mögliche Opferrolle und strahlen Sicherheit aus. Die Kinder können sich behaupten, verteidigen und durch ihre sichere Ausstrahlung bedrohliche Situationen vermeiden. Sie können dann auch Zivilcourage zeigen und Schwächeren beistehen. Darüber hinaus wird das neu gewonnene Selbstbewusstsein in alle anderen Lebensbereiche übertragen. Die Schüler haben es leichter, gute Leistungen in der Schule zu erzielen und können sich in allen Lebensbereichen besser durchsetzen.

## Die **Kurse** der EWTO-Gewaltprävention



Die Kurse der EWTO-Gewaltprävention gibt es als **Tageskurse**, **Wochenkurse** sowie als **AGs** über 6 oder 12 Monate. Folgende Standardkurse bieten wir Ihnen an:

### **Basiskurs mit 4 Unterrichtsstunden**

Der Basiskurs ist ein Einstiegskurs, in dem die Selbstbehauptung und Selbstverteidigung mittels der Sicherheit nach Noten vermittelt werden. Dieser Kurs wird in der Regel vormittags mit 4 Unterrichtsstunden am Stück durchgeführt. Im Nachmittagsbereich oder für Kitas kann der Basiskurs auch mit 2 x 2 oder 4 x 1 Unterrichtsstunden auf 2 oder 4 Tage verteilt werden.

### **Erweiterter Basiskurs mit 6 Unterrichtsstunden**

Der erweiterte Basiskurs eignet sich sehr gut für einen Wander- oder Projekttag und läuft an einem Vormittag. Die Sicherheit nach Noten wird ausführlicher unterrichtet oder ein Modul nach Wahl wird ergänzt.

### **Grundkurs mit 8 Unterrichtsstunden**

Der Grundkurs mit 8 Unterrichtsstunden kann an zwei Tagen (2 x 4 Std.) oder vier Tagen (4 x 2 Std.) stattfinden. Die Inhalte werden vorher nach Bedarf abgestimmt.

### **Erweiterter Grundkurs mit 12 Unterrichtsstunden**

Der erweiterte Grundkurs ist ein spezieller Kurs für Grundschulen. An drei aufeinander folgenden Tagen werden die Selbstverteidigung, die Selbstbehauptung und das Verhalten bei einer Ansprache durch einen Autofahrer unterrichtet.

### **Kompaktkurs mit 16 oder 20 Unterrichtsstunden**

Der Kompaktkurs läuft in der Regel an 4 oder 5 Tagen im Rahmen einer Projektwoche. Im Nachmittagsbereich und für Kindergärten kann der Kompaktkurs auch an 8 oder 10 Tagen mit jeweils 2 Unterrichtsstunden stattfinden.

### **AG mit 40 oder 80 Unterrichtsstunden**

Im Rahmen der Nachmittagsbetreuung können auch AGs über ein Schulhalbjahr oder ein ganzes Schuljahr angeboten werden.

### **Auffrischkurs mit 3 Unterrichtsstunden**

Zur Sicherung und Steigerung der Fähigkeiten empfehlen wir bei den Basis-, Grund- und Kompaktkursen nach sechs bis zwölf Monaten einen Auffrischkurs.

Die **Konditionen für die einzelnen Kurse** entnehmen Sie der beiliegenden **Übersicht**

## Die **Module** der EWTO-Gewalt- prävention



### **Sicherheit nach Noten**

Mittels der „Sicherheit nach Noten“ werden die Selbstverteidigung und Selbstbehauptung nachhaltig gelehrt und das Selbstbewusstsein gesteigert.

**Die Sicherheit nach Noten ist die Grundlage aller Kurse und beansprucht mindestens 4 Unterrichtsstunden.**

### **Klassengemeinschaft und faires Miteinander**

Das Bewusstsein für ein faires Miteinander und eine gesunde Klassengemeinschaft werden mit viel Spaß spielerisch durch abwechslungsreiche Übungen gestärkt.

**(2–6 Unterrichtsstunden)**

### **Wertevermittlung**

Werte wie Fleiß, Hilfsbereitschaft, Kritikfähigkeit, Ehrlichkeit, Zuverlässigkeit, Eigenverantwortung usw. werden zusammen gesammelt und erklärt. Durch verschiedene Übungen werden die wichtigsten gemeinsamen Werte für die Gruppe ermittelt und vereinbart.

**(2–4 Unterrichtsstunden)**

### **Anti-Mobbing**

Was ist Mobbing und wie fühlt es sich an, gemobbt zu werden? Verschiedene Übungen und Spiele bieten den Schülern Möglichkeiten, gemeinsame Maßnahmen gegen das Mobbing zu finden. Daraus resultiert ein gemeinsamer Anti-Mobbing-Vertrag.

**(2–6 Unterrichtsstunden)**

### **Zivilcourage**

Die Schüler lernen, wie sie anderen Menschen helfen können, ohne sich selbst zu gefährden. Sie erkennen, dass Zivilcourage vor, während und nach einer Aktion gezeigt werden kann.

**(2–4 Unterrichtsstunden)**

### **Ansprache durch einen Erwachsenen**

Wie verhalten sich unsere Kinder, wenn sie ein Erwachsener aus dem Auto oder auf dem Spielplatz anspricht? Dieses wichtige Thema wird kindgerecht und angstfrei vorbereitet und dann direkt draußen am Auto eingeübt, damit sich die Kinder in gefährlichen Situationen automatisch richtig verhalten.

**(4–6 Unterrichtsstunden)**

### **Schutz vor Missbrauch**

Den Kindern wird bewusst gemacht, dass ihr Körper ihnen gehört. Sie entscheiden selbstbewusst, wem sie welche Nähe zugestehen. Sie lernen den Unterschied zwischen guten und schlechten Geheimnissen.

**(2–4 Unterrichtsstunden)**

### **Nein sagen**

„Nein!“, ist ein vollständiger Aussagesatz und muss nicht begründet werden. Die Schüler lernen, klare Grenzen zu ziehen und eindrucksvoll nein zu sagen. Sie können auch sicher und selbstbewusst nein zu negativen Angeboten wie Rauchen, Alkohol, Drogen usw. sagen.

**(2–4 Unterrichtsstunden)**



# Sicherheit durch Qualität

**EWTO**   
**GEWALTPRÄVENTION**



Die EWTO-Gewaltprävention ist ein Teil der **Europäischen WingTsun Organisation (EWTO)**, dem **größten Selbstbehauptungs- und Selbstverteidigungsverband Europas**.

Mit mehr als **600 Filialen in Deutschland**, Österreich und der Schweiz zählt die EWTO-Gewaltprävention zu den größten und erfolgreichsten Anbietern für Gewaltprävention in Europa.

**Wir bieten Ihnen zur weiteren Information an:**

- ▶ **Eine persönliche Beratung**
- ▶ **Eine kostenfreie Programmvorstellung vor Ort**
- ▶ **Einen kostenfreien Musterkurs (Zwei Unterrichtsstunden)**
- ▶ **Unseren Internetauftritt: [www.ewto-gewaltpraevention.de](http://www.ewto-gewaltpraevention.de)**

Ihr regionaler Ansprechpartner: