

**TEAM
ACTIVITIES**

DIE MOBILE SPORTSCHULE
SPORT & GESUNDHEITSMANAGEMENT
DIE AKTIVE FERIENBETREUUNG

01-786 67 39
0650 786 67 39

A-1120 Wien, Stachegasse 17
info@teamactivities.at

www.teamactivities.at

„Cool sein – cool bleiben“

Deeskalationstraining – Umgang mit Konflikten



LIEBE SCHULLEITUNG,

in der heutigen Gesellschaft werden Themen wie Gesundheit, Eigenverantwortung, Selbstständigkeit sowie Freude am Lernen, um neue Kompetenzen zu erwerben, immer wichtiger!

Die „**Mobile Sportschule**“ bewegt Kinder und Jugendliche seit 1995 und fördert durch Sport- und Spielveranstaltungen neben der Bewegungsmotivation auch die sozialen Aspekte in der Peer-Group.

Für die Qualität der Leistungen sorgt ein professionelles Team von staatlich geprüften Trainern, Lehrwarten, Übungsleitern, dipl. Sportlehrern, Sportwissenschaftlern, Ernährungswissenschaftlern, Pädagogen und Psychologen sowie speziell ausgebildeten pädagogisch qualifizierten Personen nach den Richtlinien des Bundesministeriums für Familie und Jugend.

QUALITÄT IN DER BETREUUNG DURCH

+ **2016** Zuschlag im Vergabeverfahren Qualitätsgesicherte Angebote in der schulischen Gesundheitsförderung der **WGKK** für alle Wiener Schulen

+ **Seit 2013** auf der FamilyApp des **BM für Familie und Jugend** für qualifizierte Ferienanbieter

+ **Seit 2013** auf der Liste der **NÖGKK** der qualifizierten Ferienanbieter

+ **Seit 2013** auf der Liste der nationalen österreichischen Koordinierungsstelle für Vereinbarkeitsmaßnahmen familiärer Betreuungsaufgaben und Erwerbstätigkeit **Familie & Beruf Management GmbH**

+ **Seit 2011** Anbieter im Rahmen der Kinder Ferienaktion der **NÖ Bezirkshauptmannschaften**

+ **2009-2011** **Gesundheit Österreich GmbH Geschäftsbereich FGÖ (Fonds Gesundes Österreich)**, skillsUP- Kompetenzaktivierung und Gesundheitsförderung an der Berufsschule

+ **Seit 2009** auf der Liste des **BM für Familie und Jugend** als qualifizierter Anbieter von Schulungen zur päd. qualifizierten Person

+ **Seit 2009** auf der Liste des **BM für Finanzen** zur Anerkennung und Abschreibung der Kinderbetreuungskosten

+ **Seit 2009** Qualifizierter Ferienanbieter auf der Liste von **WienXtra**

PÄDAGOGISCHE ZIELE / SCHWERPUNKTE

- + motorische Entwicklung** als wesentliche Voraussetzung für **soziale, intellektuelle, und sprachliche Entwicklungsschritte**
- + Freude an Bewegung**, Selbsterfahrungs- und Bewegungsmöglichkeiten
- + Förderung kognitiver und motorischer Fertigkeiten** durch bessere Koordinationsfähigkeit
- + Kooperationsbereitschaft und Interaktionsfähigkeit**
- + Positive Auswirkungen** von Sport **auf Gesundheit**

Bei Interesse oder Rückfragen stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung.

„Cool sein – cool bleiben“

Deeskalationstraining – Umgang mit Konflikten

Beschreibung der Inhalte:

Wer Gewalt vermeiden, verhindern oder sogar deeskalieren will, muss zuerst genau wissen, worum es sich handelt, wo Ursachen zu suchen und zu finden sind, welche Wirkungen und Spuren Gewalt hinterlässt und woran man Gewalt, auch versteckte, heimliche Alltagsgewalt, erkennen kann. In einem zweiten Schritt werden Möglichkeiten zur Reaktion in Gewaltsituationen entwickelt und erprobt.

Dieses Präventionsprogramm zielt darauf ab, Kindern und Jugendlichen einen bewussten Zugang zu Handlungsabläufen und Risiken bei Provokationen, ungewollten körperlichen Begegnungen (versehentliches Anrennen) und gewalttätigen Vorfällen zu vermitteln und sie in die Lage versetzen, sich gar nicht erst in gewalttätige Auseinandersetzungen verwickeln zu lassen, zu verletzen, oder selbst Opfer zu werden.

In diesem Programm erkennen die SchülerInnen, dass Gewalt, welcher Form auch immer, absolut negativ ist und es andere Möglichkeiten gibt, Konflikte beizulegen und den eigenen Standpunkt zu vertreten.

Um körperlichen Angriffen entgegenwirken zu können, werden in diesem Workshop auch Grundzüge der Selbstverteidigung vermittelt. Jede Einheit widmet sich einem Teilbereich der Selbstverteidigung und zielt darauf ab Basisfertigkeiten zu vermitteln, welche die Selbstsicherheit und das Selbstvertrauen der SchülerInnen stärken sollen!

„Cool sein – cool bleiben“

Deeskalationstraining – Umgang mit Konflikten

Aus pädagogischer Sicht werden primär folgende Ziele angestrebt:

- Erkennen der eigenen Fähigkeiten
- Stärkung des Vertrauens - sowohl in sich selbst als auch in die Klasse
- Erkennen, dass man nicht hilflos ist und auch Hilfe bekommt, wenn man nach dieser sucht
- Selbstwahrnehmung: „Ich werde gehört und mir wird zugehört“
- Erkennen was Gewalt ist und Umgang mit Gewalt
- Bewusst werden, dass Gewalt nicht mit Gewalt entgegengewirkt werden muss
- Festigung der Zugehörigkeit / des Zusammenhalts der Klasse
- Anregung der Kommunikation / Kooperation der SchülerInnen untereinander & der damit verbundenen Wertschätzung jedes Einzelnen
- Steigerung der Bewegungsfreude
- Anregung zur gemeinschaftlichen Reflexion – konstruktives Feedback geben und erhalten

Was ist eigentlich Gewalt?

Unter dem Begriff Gewalt werden Vorgänge verstanden, welche psychische oder / und physische Schädigungen verursachen können. Anpöbellungen, Rempeln, Mobbing, körperliche Übergriffe sind hier wichtige Schlagwörter. Im Prinzip kann unter Gewalt jede Aktion verstanden werden, welche einem Individuum passiert, diese Aktion nicht will und dennoch aufgezwungen bekommt!

Viele Menschen verstehen unter Gewalt rein physische Angriffe, allerdings stellen diese nur die Spitze des Eisbergs dar. Gewalt passiert oft im Verborgenen oder ist so getarnt, dass sie einem Außenstehenden gar nicht so leicht auffällt. Es beginnt schon im kleinen Rahmen, beispielsweise wenn man bei einem Spitznamen gerufen wird, den man eigentlich nicht möchte.

Sachen verstecken, ignorieren, Beschimpfungen... all diese Dinge können einen Menschen, vor allem junge Menschen sehr stark belasten. Früher oder später kann dies auch in Konflikten, auch körperlichen Übergriffen, enden. Frühzeitiges Erkennen verschiedener Warnsignale ist essentiell, wenn Gewalt vermieden werden soll!

Den SchülerInnen wird vermittelt, dass Gewalt in verschiedenen Formen existiert, und dass es auch andere Möglichkeiten gibt Konflikte beizulegen. Es ist hierbei entscheidend, dass die SchülerInnen erkennen, dass sie nicht nur mit physischer als auch mit psychischer Gewalteinwirkungen auf andere, große Schäden anrichten können.

Was ist Selbstverteidigung?

Gefährliche Situationen möglichst unbeschadet überstehen! Unter Selbstverteidigung sind alle Methoden zusammengefasst, welche einem Individuum helfen, den eigenen Körper zu schützen.

Darunter fallen:

- Körpersprache
- Selbstbewusstes Auftreten
- Sprache: Gebrauchen der Stimme, Deeskalation
- Fallschule
- Einfache aber wirkungsvolle Techniken um einen körperlichen Angriff abzuwehren

Neben den Fertigkeiten um sich selbst zu schützen, werden auch Strategien erarbeitet um sich, und eventuell andere Menschen, schnell in Sicherheit bringen zu können. Jeder nicht geführte Kampf ist ein gewonnener Kampf. Oftmals entsteht in einer realen Verteidigungssituation der fälschliche Gedanke, dass man sich jetzt beweisen und kämpfen muss. Dieser Gedankenansatz ist nicht korrekt! Möglichst unbeschadet aus der Situation entkommen ist das oberste Gebot. Weglaufen und um Hilfe rufen ist immer eine gute Methode.

Sollte es doch zu einer körperlichen Auseinandersetzung kommen sollte, und einem nichts übrig bleibt, so muss man sich wehren. Hier kommen einfache aber effektive Techniken aus verschiedenen Kampfsportarten und Kampfkünsten zum Einsatz, welche einen Angriff schnell und verhältnismäßig neutralisieren!

Selbstverteidigung ist im Gesetz unter dem Begriff der Notwehr definiert:

„§ 3 StGB Notwehr, StGB – Strafgesetzbuch, Berücksichtigter Stand der Gesetzgebung: 18.01.2018

(1) Nicht rechtswidrig handelt, wer sich nur der Verteidigung bedient, die notwendig ist, um einen gegenwärtigen oder unmittelbar drohenden rechtswidrigen Angriff auf Leben, Gesundheit, körperliche Unversehrtheit, sexuelle Integrität und Selbstbestimmung, Freiheit oder Vermögen von sich oder einem anderen abzuwehren“¹

¹ <https://www.jusline.at/gesetz/stgb/paragraf/3>

Sind Kampfsport und Selbstverteidigung dasselbe?

Nein!

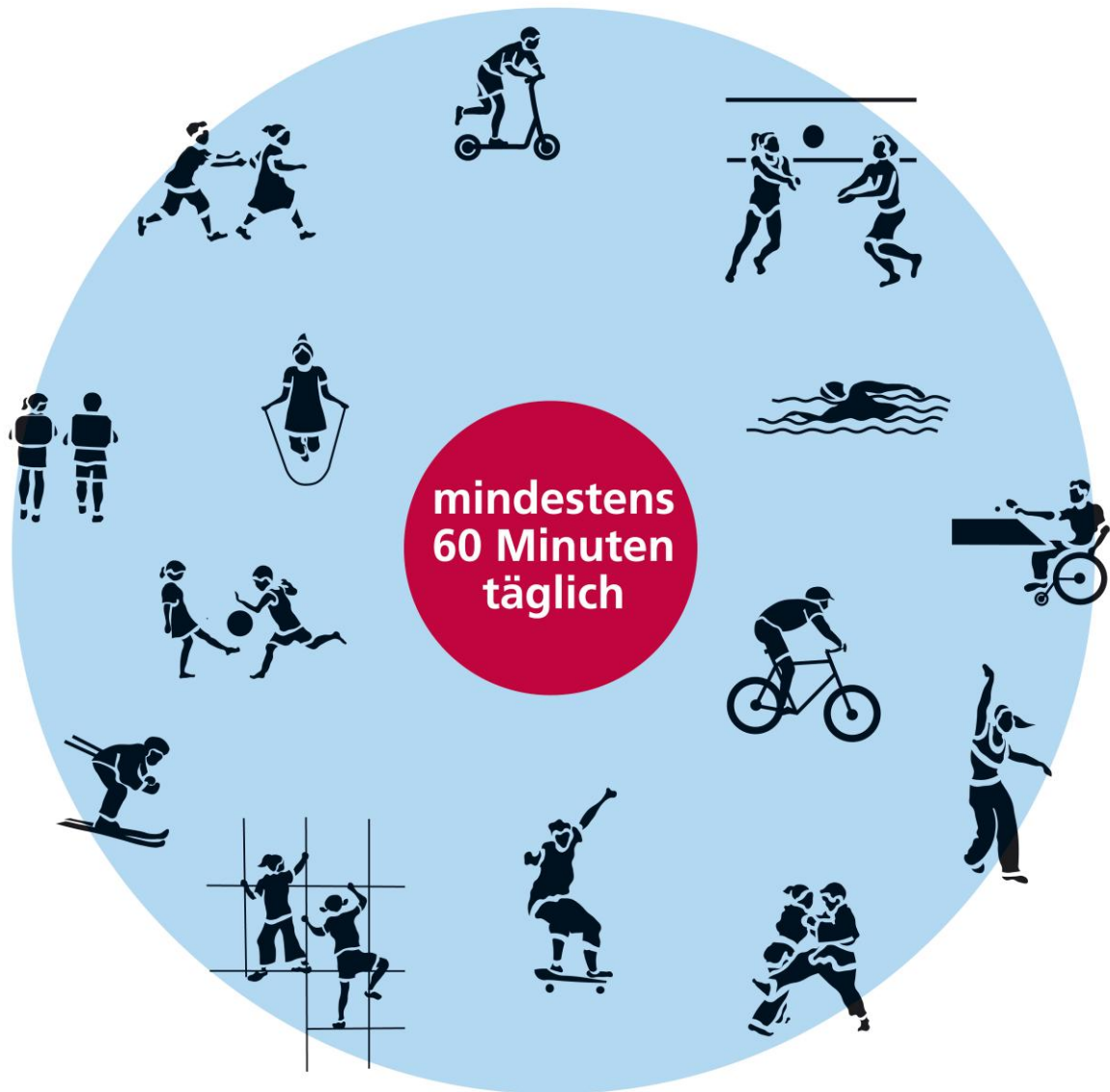
Während es in der Selbstverteidigung darum geht sich im Rahmen des Notwehrrechts gegen einen gegenwärtigen oder unmittelbar drohenden Angriff verhältnismäßig zu verteidigen und in Sicherheit zu bringen, so geht es im Kampfsport um einen sportlichen Zweikampf.

Kampfsport, welcher Art und Stilrichtung auch immer, ist darauf ausgelegt sich auf sportlicher Ebene zu messen. Regeln und technische Einschränkungen sorgen dafür, dass sich die Athleten möglichst nicht gegenseitig verletzen. Weiters gibt es Kampfrichter die für einen fairen Kampf Sorge tragen.

In der Selbstverteidigung gibt es diese Regeln leider nicht. Ein Angreifer hat nur das Ziel den anderen zu berauben, zu verletzen oder Ähnliches.

Selbstverteidigung bedient sich in der körperlichen Anwendung verschiedener Kampfsporttechniken, welche in modifizierter Form dazu dienen einen Angriff möglichst schnell und verhältnismäßig neutralisieren zu können.

Bewegungsempfehlungen für Kinder und Jugendliche



Empfohlen werden **vielfältige** Bewegungsformen.

Spätestens nach einer Stunde Sitzen sollen Kinder
und Jugendliche sich wieder bewegen.

Quelle: Fond Gesundes Österreich

Gewaltprävention und Konfliktlösung – Was kann ich tun?

Um Gewalt entgegenwirken zu können und Konflikte beizulegen, ist gute Kommunikation Voraussetzung!

Wenn es einen Konflikt zwischen zwei oder mehreren Beteiligten gibt, ist als erstes wichtig abzuklären, was genau los ist, und was diesen Konflikt verursacht hat oder haben könnte. Hierbei muss darauf geachtet werden, dass jede/r Einzelne zu Wort kommt! Sobald der Grund des Konflikts erfasst werden konnte, kann gemeinsam an möglichen Lösungen gearbeitet werden.

Es ist wichtig klar zu kommunizieren, dass Gewalt absolut keine Lösung ist und auch kein Mittel um sich Gehör zu verschaffen. Aktives Zuhören ist hier das Maß aller Dinge! Jede/r Beteiligte muss das Gefühl haben gehört zu werden und dass dessen / deren Meinung zur Situation auch gefragt ist!

Für Eltern:

- Regelmäßige Gespräche über das Tagesgeschehen in der Schule
- Aktives Zuhören wenn Kinder und Jugendliche über ihre Probleme sprechen
- Hilfestellung bei Problemen geben
- Feste Verhaltensregeln für beide Seiten festlegen
- Bei Kindern die von der Schule abgeholt werden: Genaue Festlegung von wem das Kind abgeholt werden darf!
- Kommunikation zwischen den Eltern der Klassengemeinschaft in der Schule
- Regelmäßige Kommunikation zwischen Eltern und LehrerInnen bzw. FreizeitpädagogInnen (Sprechstunden nutzen!)
- Vorbildwirkung wahrnehmen!

LIEBE SCHULLEITUNG,

in der heutigen Gesellschaft werden Themen wie **Gesundheit, Eigenverantwortung, Selbstständigkeit sowie Freude am Lernen, um neue Kompetenzen zu erwerben**, immer wichtiger!

Die „**Mobile Sportschule**“ bewegt Kinder und Jugendliche seit **1995** und fördert durch Sport- und Spielveranstaltungen neben der Bewegungsmotivation auch die sozialen Aspekte in der Peer-Group.

Für die Qualität der Leistungen sorgt ein professionelles Team von staatlich geprüften Trainern, Lehrwarten, Übungsleitern, dipl. Sportlehrern, Sportwissenschaftlern, Ernährungswissenschaftlern, Pädagogen und Psychologen sowie speziell ausgebildeten pädagogisch qualifizierten Personen nach den Richtlinien des Bundesministeriums für Familie und Jugend.

