



.....  
Vorname

**Kinder bis 10 Jahre**

(bitte kurzfassen; leserlich schreiben; notfalls Rückseite nutzen)

**Thema Körperbau**

- 1) Welcher Körperteil muss bei der Selbstverteidigung am meisten geschützt werden?  
a) die Füße    b) die Hände    c) der Kopf    c) der Bauch
- 2) Welcher Knochen hat (nach dem Zahnschmelz) die härteste Knochensubstanz?  
.....
- 3) Wie schon der Name sagt, besteht unsere Wirbelsäule aus übereinandergestapelten Wirbeln. Aber wie heißen die gummiartigen Puffer zwischen den Wirbeln?  
.....

**Thema Technik**

- 4) An welches Tier denkst Du sofort, wenn Dich jemand am Hals würgt und was musst Du dann tun?  
Ich denke an die ..... ;  
  
die Schultern ..... und das Kinn .....
- 5) Ein Freund schleicht sich von hinten an, umfasst Dich über den Armen und reißt Dich hoch. An welche Pflanze denkst Du sofort und was tust Du?  
.....
- 6) Erkläre den **Sturz seitwärts** so mit Deinen Worten, dass ein ganz neuer Anfänger ihn machen könnte. (auf Rückseite)
- 7) Kontaktangriff z.B. Handgelenkfassen: Wie lautet das allgemeine Vorgehen, wenn ich den Kontakt für eine Technik nutzen will?  
  
S..... – Sch..... – H.....

**Thema Verhalten**

- 8) Ein freundlicher Nachbar, den Peter (7) schon lange kennt, möchte ihm gern die 3 kleinen, niedlichen Welpen zeigen, die seine Pudel-Hündin vor einer Woche bekommen hat. Wie soll Peter sich verhalten? (Mit kurzer Begründung)  
.....  
.....
- 9) Warum sollst Du Fremde, die Dich ansprechen, **nicht** duzen?  
.....
- 10) Mich macht jemand blöd an und will Ärger. Wo beim ‚Ärgerer‘ schau ich hin und warum?  
a) Schulter    b) Haare    c) Augen    d) Füße    e) Hände    f) Gürtel  
  
weil .....