

M O N T A G

RINGEN UND RAUFEN

Dieser Kurs umfasst eine erste kämpferische Erziehung der Praktizierenden. Ausbildungsinhalte zielen auf einen fairen und disziplinierten Umgang miteinander, auf das Erlernen Sicherheit gewährender Bewegungsabläufe (z.B. Fallübungen, Ausweich- und Schutzbewegungen) sowie auf eine grundlegende körperliche Leistungsfähigkeit (Kondition, Koordination und Kraft) ab.

Trainiert wird meist in spielerischer Form in Partnerarbeit, wobei viele Aspekte des Kursinhalts an klassische Kampfsportarten u.a. Judo, Sambo, Ringen und Jiu Jitsu angelehnt sind. Die Techniken werden kindgerecht modifiziert. Schlagen und treten ist grundsätzlich untersagt, da ein Trainierender erst um die eigene Verletzlichkeit sowie die Verantwortung anderen gegenüber unterrichtet und aufgeklärt werden muss, um einen geeigneten Umgang mit solchen Kampftaktiken pflegen zu können. Gerade Kindern fällt so etwas erfahrungsgemäß schwerer. In erster Linie wird die Sensibilität der Kinder gefördert, um mittels Selbstkontrolle einen angemessenen und vorsichtigen Umgang der Kämpfer zu ermöglichen. Die Unversehrtheit der Trainierenden hat höchste Priorität. Durch den kontrollierten Körperkontakt wird ein partnerschaftliches miteinander kämpfen gefördert. Weiterführend sollen Qualifikationen wie Kritikfähigkeit, Selbstständigkeit, Fähigkeiten zur Konfliktlösung und Rücksichtnahme erworben werden, so dass ein sozial kompetentes Handeln der Kinder ermöglicht wird.

Kurs-Nr.: G30267
Zeit: montags, 14:30 – 15:15 Uhr
Ort: Sporthalle
Gemeinschaftsschule



Die Kurstrainer kommen von unserem Kooperationspartner Gestern-Heute-Morgen e.V. Pinneberg. Der gemeinnützige Verein zur Förderung und Integration von benachteiligten Kindern und Jugendlichen hat diverse Schulkooperationen im Kreis Pinneberg. Sportliche Aktivitäten fördern, Aggressionen abbauen, Selbstbewusstsein aufbauen, Respekt einfordern, dafür setzen sich die speziell ausgebildeten Trainer ein.