

Konzept Ringerverband Sachsen e.V.

**Kampfsport im Grundschulbereich als Möglichkeit zur Gewalt- und
Gesundheitsprävention**

**Entwicklungsanleitung für ein Ganztagsangebot bzw. eine Arbeitsgemeinschaft
im Hort in der Sportart Ringen**

von

Thiele, Sven

Leistungssportreferent RVS

November 2010

Inhaltsverzeichnis

1	Einführung und Zielstellung des Konzepts.....	3
2	Theoretische Grundpositionen.....	4
2.1	Anforderungsprofil Ringen.....	4
2.1.1	Koordinative Anforderungen Ringen.....	5
2.1.2	Psychologische Anforderungen Ringen.....	5
2.1.3	Konditionelle Anforderungen Ringen.....	5
2.2	Pädagogische Grundlagen.....	5
2.2.1	Erziehung.....	5
2.2.2	Pädagogische Grundhaltungen nach Rogers.....	6
2.2.3	Sozialisation und Umwelt.....	7
2.2.4	Lernen aus neurobiologischer Sicht.....	7
2.2.5	Entwicklungsphase im Grundschulalter.....	8
2.2.6	Pädagogische Werte und Gesundheitsprävention durch Kampfsport.....	9
3	Praktische Umsetzung anhand eines Fallbeispiels im Grundschulbereich.....	10
3.1	Bildungsplan.....	10
3.2	Schnittstellen zum Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG).....	11
3.3	Entwicklungsanleitung zu einem Ganztagsangebot (GTA) bzw. einer Arbeitsgemeinschaft (AG) im Hort.....	12
3.3.1	Zielgruppe unter Beachtung der motorischen Entwicklungsphasen.....	12
3.3.2	Zielentwicklung	13
3.3.3	Umfang des GTA bzw. der AG	13
3.3.4	Methodik der Vorgehensweise.....	13
3.3.5	Inhalte und Methoden des GTA bzw. der AG.....	14
3.3.6	Voraussetzungen zur Durchführung des Angebotes.....	14
3.3.7	Planung der benötigten Materialien.....	15
3.3.8	Kooperationspartner und Unterstützer.....	15
3.3.9	Fördermöglichkeiten und Finanzierung.....	15
4	Fazit und Schlussfolgerungen.....	16
5	Zusammenfassung.....	16
	Literaturverzeichnis.....	19
	Anlagen.....	21
	Thesenblatt	

1 Einführung und Zielstellung des Konzepts

Auf den Schulhöfen oder auf der Straße, da wo Kinder sich begegnen, kommt es immer mehr zu Gewalt. Ein faires Kräfteressen ist das bestimmt nicht. Es stellt sich die Frage, ob sich die Kinder und Jugendlichen bei diesen Auseinandersetzungen auch dessen bewusst sind? Dem Anderen wehzutun und es selber nicht einmal wahrzunehmen, das ist zunehmend der Alltag vieler Kinder (vgl. Türk & Türk 1997, S. 50).

Dass Kinder unterschiedlichen Alters das Bedürfnis haben, zu wetteifern und ihre Kräfte zu messen, gehört zum menschlichen Wesen und dessen Entwicklung. Für die psychische, soziale und körperliche Entwicklung sind solche Wettbewerbssituationen wichtig. Dies kann aber zu Problemen führen, wenn die Gelegenheiten fehlen, menschliche Aggressivität zu kanalisieren und in fairen Zweikämpfen auszutragen. Nun zeigt die lange Geschichte des Ringkampfes, dass dieser Sport einen bedeutsamen Beitrag zur Sozialisierung und Gesundheitsförderung leisten kann. Der Ringkampf ist wohl so alt wie die Menschheit selbst. In dem Bestreben, sich durch Raufen und Ringen für den Kampf gegen die Natur und Feinde zu rüsten, liegen die Wurzeln der Zweikampfsportart Ringen. Noch heute finden wir in allen Teilen der Erde solche ursprünglichen Formen des Ringkampfes. Beispiele dafür sind das Schwingen in der Schweiz, das Sumo in Japan oder auch der Adlerkampf in der Mongolei. Dass die Ringkampftradition viele Jahrtausende zurückgeht und in der Antike einen Höhepunkt erlebte, zeigt die überlieferte Äußerung von Platon. Nach der Legende wird von ihm der Erwerb hervorragender Körperqualitäten (Kraft, Gesundheit) durch das Ringen als so wertvoll angesehen, dass er Ringen für Jugendliche in den Gesetzen verankert wollte.

Das Ausleben und Beherrschen von Emotionen sind Lernprozesse, die auftreten können in Form von Angst, Siegeswillen, Freude oder auch Enttäuschung. Der Umgang damit und die Kunst, die Emotionen zunehmend zu beherrschen oder auch im richtigen Moment auszuleben, dies sind die Herausforderungen des Ringkampfes. Diese Emotionen gehören beim Kräfteressen ebenfalls dazu, wie die soziale Sorge um die körperliche Unversehrtheit des Partners. Fairness im Zweikampf und der sich daraus ergebende Respekt vor dem Partner sind Grundverhaltensweisen der Zweikampfsportart.

Beunruhigende Bilder beherrschen gegenwärtig die Medien. Politiker und besorgte Eltern mahnen vor zunehmender Gewaltbereitschaft und Aggressionen vieler Kinder und Jugendlicher (siehe Anlage 1). Das mediale Zeitalter lässt immer mehr Kinder ihre Freizeit vor dem Fernseher oder dem Computer verbringen. Gleichzeitig steigt die Zahl der übergewichtigen Kinder in Deutschland (siehe Anlage 2). Sechsjährige Kinder haben bereits Haltungsschwächen und Koordinationsstörungen (vgl. Sächsischer Bildungsplan 2007, S. 39). Ein gesundes

Ernährungsverhalten ist schon durch die Tatsache schwierig, dass Kinderlebensmittel oft zu viel Fett und Zucker enthalten. Nachfolgeerkrankungen des Herz- und Kreislaufsystems, Bluthochdruck und die rapide Zunahme des Diabetes vom Typ-2 schon bei Jugendlichen und die immensen Kosten für das Gesundheitssystem sind die Folgen. Zudem drohen schwere seelische Schäden und soziale Probleme, zum Beispiel bei der späteren Berufs- und Partnerwahl.

Dieses Konzept beschäftigt sich mit der Kampfsportart Ringen im Zusammenhang mit den Möglichkeiten der Gewaltprävention und den sogenannten Zivilisationskrankheiten verursacht durch Bewegungsmangel. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, welchen Beitrag der Ringkampf im Grundschulbereich leisten kann. Nach einem theoretischen Teil soll anhand eines Fallbeispiels im Grundschulbereich eine Entwicklungsanleitung bezüglich eines Ganztagsangebotes bzw. einer Arbeitsgemeinschaft dargestellt werden. Die Bewegungskompetenzen und das Gesundheitsverständnis sollen durch diese Entwicklungsanleitung gefördert werden. Insgesamt ist es das Ziel, bei Kindern durch Kampfsport ein intaktes Körperbewusstsein zu entwickeln. Das Konzept beinhaltet außerdem die Herausbildung von sozialen Kompetenzen.

2 Theoretische Grundpositionen

2.1 Anforderungsprofil Ringen

Ringen ist eine Zweikampfsportart mit direktem Körperkontakt. In diesem Wettstreit kann nur einer gewinnen. Der Kern dieser Sportart ist die Verbindung von einer präzisen Technik, einem ausreichenden Maß an Kraft und Ausdauer sowie einer hohen Bewegungsschnelligkeit, gepaart mit der nötigen Beweglichkeit. Dazu kommen noch starke psychische und taktische Komponenten. Aus diesen Eigenschaften das Optimum zu finden, ist das Ziel. Die renommiertesten Sportwissenschaftler und Autoren in der Sportart Ringen zeigen in ihren Strukturmodellen, welchen hohen Stellenwert die koordinativen, psychischen und konditionellen Anforderungen besitzen. Das sind auch die Komponenten, welche die Basis für eine weitere kontinuierliche, sportliche und persönliche Entwicklung legen. In der Bewegungsausbildung wird diesen Fähigkeiten eine hohe Aufmerksamkeit gewidmet und es wird ein breites Bewegungsprogramm zur Entwicklung von Wahrnehmungsfähigkeiten, körperlicher Kräftigung und psychischer Stabilisierung angelegt.

2.1.1 Koordinative Anforderungen Ringen

Die beherrschenden koordinativen Fähigkeiten im Ringen sind die Gleichgewichtsfähigkeit, die Umstellungsfähigkeit und die Orientierungsfähigkeit. Aufgrund der Offenheit einer Zweikampfsituation sind die Reaktions- und Antizipationsfähigkeit von zentraler Bedeutung, die wiederum an die für das Ringen spezifischen koordinativen Fähigkeiten gekoppelt sind (vgl. Peukert & Tünnemann 1995, S. 87).

2.1.2 Psychologische Anforderungen Ringen

Der Zweikampf im Ringen stellt die Kinder und Jugendlichen vor spezielle psychologische Herausforderungen, wie Risikobereitschaft und Steigerungsfähigkeit. Diese werden in dauerhaften Prozessen entwickelt. Für den Zweikampf entscheidende psychische Eigenschaften wie Zielstrebigkeit und Beharrlichkeit, Konzentrations- und Umstellungsfähigkeit sowie Entscheidungsfähigkeit und Risikobereitschaft werden ausgebildet (vgl. Peukert & Tünnemann 1995, S. 26).

2.1.3 Konditionelle Anforderungen Ringen

Das Bewegungssystem ist der unmittelbare Ansatzpunkt und dominierendes Mittel des Unterrichts. Die Vielfalt der Sportmotorik mit ihrer bewegungsbedingten adaptogenen Wirksamkeit ermöglicht ein grundlegendes und abstufbares Bewegungstraining. Es kommt zu einer Steigerung der Belastbarkeit des Stütz- und Bewegungssystems sowie zur Erhöhung der Leistungsfähigkeit der Funktionssysteme. Weiterhin entwickelt sich eine vielseitige Muskelkräftigung mit betonter Schnelligkeitsorientierung zur Steigerung der Belastbarkeit des Stütz- und Bewegungssystems. Die Grundlagenausdauer (aerobe Leistungsfähigkeit) wird kontinuierlich aufgebaut (vgl. Peukert & Tünnemann 1995, S. 152-153).

2.2 Pädagogische Grundlagen

2.2.1 Erziehung

„Erziehung ist ein soziales Handeln, welches bestimmte Lernprozesse bewusst und absichtlich herbeiführt und unterstützen will, um relativ dauerhafte Veränderung des Verhaltens und Erlebens, die bestimmten Erziehungszielen entsprechen, zu erreichen“ (Hobmaier 2008,

S.81). Erziehung gibt Hilfe und Unterstützung bei der beabsichtigten Enkulturation, Sozialisation und Personalisation. Erziehung ist eine Lernhilfe bei Lernprozessen, sie ist immer zielgerichtet. Erziehung ist soziale Interaktion und Kommunikation, gestaltet zwischenmenschliche Beziehungen sowie soziales Lernen (vgl. Hobmaier 2008, S. 82-90). Die Anregung aller Kräfte des Kindes wird als Tätigkeit des Kindes (Selbsttätigkeit) verstanden, in diesem Prozess unterstützt der Übungsleiter den Bildungsprozess. Der Übungsleiter ist Co- Konstrukteur der Entwicklung des Kindes. Das Kind konstruiert sich selbst. Deshalb kann Erziehung nur das Ziel haben, dass Kind in seinen Aneignungsprozessen zu unterstützen. Erziehung kann Bildungsprozesse nur ermöglichen, erweitern und unterstützen. „Erziehung kann die Umwelt gestalten und sie kann die Interaktion zwischen Erwachsenen und Kind gestalten“ (Laewen, Andres 2007, S.43)

Besondere Bedeutung haben in der Erziehung die Begriffe Anlage, Umwelt und Selbststeuerung. Unter Anlagen versteht man die genetische Ausstattung eines Lebewesens. Diese werden auch endogene Faktoren genannt, sie sind angeboren. Mit dem Begriff Umwelt sind die direkten und indirekten Einflüsse von außen gemeint. Die Umwelteinflüsse werden auch als exogene Faktoren bezeichnet. Autogene Faktoren sind die Prozesse der Selbststeuerung. Damit der individuelle Entwicklungsprozess erfolgreich verläuft, muss dem Erzieher klar sein, dass er den Charakter des zu Erziehenden nicht völlig ändern kann. Die Persönlichkeit setzt sich aus den endogenen Faktoren, den exogenen Faktoren und den autogenen Faktoren zusammen. Dies bedeutet, dass der Erzieher nur bei den exogenen Faktoren Einfluss nehmen kann. Wie hoch dieser Anteil ist, kann nicht genau bestimmt werden. Deshalb muss sich der Erzieher auch dem zu Erziehenden anpassen, damit eine partnerschaftliche Beziehung entsteht.

2.2.2 Pädagogische Grundhaltungen nach Rogers

Carl Rogers ist ein Vertreter der humanistischen Psychologie und Begründer der Gesprächstheorie. Er formulierte ein positives Menschenbild mit drei zentralen Variablen.

1. Die Akzeptanz (Wertschätzung) ist die positive Grundhaltung des Übungsleiters gegenüber dem zu Erziehenden. Der Begriff Akzeptanz beinhaltet solche Werte wie Achtung, Wärme und Rücksichtnahme gegenüber dem zu Erziehenden.
2. Die Empathie (Einfühlungsvermögen) ist das Einfühlen in eine andere Person. Es beinhaltet das Bemühen, die subjektive Welt des Gegenübers zu verstehen.
3. Die Kongruenz (Echtheit) ist die Übereinstimmung des Verhaltens des Übungsleiters mit seinen Einstellungen und Gefühlen.

Die Auffassung, Erziehung werde vor allem durch Strafe und Belohnung gesteuert, ist verfehlt und fördert den Einzelnen nicht optimal. In der humanistischen Psychologie spricht man deshalb nicht mehr von Erziehung, sondern von Begleitung. Das Kind oder der Jugendliche wird dahingehend unterstützt, seine Kompetenzen zu entfalten. Carl Rogers spricht vom „Begleiter“ als einem behutsamen, einfühlsamen, akzeptierenden Beobachter und Unterstützer. Dieses Erziehungsverhalten kann durch Selbsterfahrung, Selbstreflexion, Einstellungsänderung, Wissen und Kompetenzerweiterung gelernt werden. Der unlösbare Zusammenhang dieser drei Variablen zeigt sich darin, dass Akzeptanz und Einfühlung erst überzeugend wirken, wenn der Erzieher mit seiner ganzen Person dahintersteht. Das wirksamste Mittel der ist die Person des Übungsleiters selbst. Der Übungsleiter kann also nur die Werte glaubhaft vermitteln, die er selbst auch in seinen unwillkürlichen Äußerungen lebt (vgl. Jas-zus nach Rogers 2008, S. 72-74).

2.2.3 Sozialisation und Umwelt

Die Verwobenheit von biologischer Anlage und Umwelteinfluss zeigt sich dabei in der Wechselwirkung zwischen Sozialisation, Persönlichkeitsentwicklung und Sozialisationspraxis. Wie sehr das Bindungsverhalten von den Umweltbedingungen abhängig ist, zeigt die Redewendung von der „zweiten, soziokulturellen Geburt“ des Menschen. In der sozialen Interaktion werden die biologischen Anlagen, zu denen die Fähigkeit zur Erkenntnis gehört, sozial überformt und erhalten so eine spezifische Bedeutung. Manche Erbanlagen entfalten daher ihre Wirkung gar nicht, andere nur zu einem bestimmten Zeitpunkt im Leben, andere wiederum nur, wenn bestimmte Umweltbedingungen erfüllt sind. Gerade der Einfluss von Umweltbedingungen belegt, wie wichtig eine differenzierte Analyse von Sozialpraktiken ist. Nicht einzelne Akteure, sondern die Interaktionen zwischen den Akteuren bestimmen die Art der Umwelteinflüsse auf die Persönlichkeitsentwicklung, aber auch auf die sozialen Beziehungen (vgl. Grundmann 2006, S. 55-65).

2.2.4 Lernen aus neurobiologischer Sicht

Das Lernen beginnt bereits vor der Geburt, weil das ungeborene Kind über seine Sinnesorgane auf Reize reagiert. Wachstum, Reifung, Entwicklung und Lernen passieren beim Säugling parallel. Zum Beispiel wachsen die Knochen, Muskeln und das Nervensystem beim Kind so, dass es mit etwa einem Jahr laufen kann. Die Möglichkeit, Laufen zu lernen, ist angeboren, danach kommt es darauf an, zur richtigen Zeit die richtigen Erfahrungen zu machen. Wie in fast allen Lernbereichen sind es die positiven Vorbilder, Hilfestellungen und die Entfal-

tungsmöglichkeiten, die notwendig sind. „Damit die Reifung angestoßen wird, bedarf es einiger entsprechender Erfahrungsperioden, sind diese Erfahrungen erst einmal gemacht und hat darauf hin die Entwicklung der betreffenden Gehirnareale einen Sprung gemacht, sind weitere entsprechende Erfahrungen um so eher möglich. Es liegt ein klassischer positiver Feedbackmechanismus vor“ (Spitzer 2006, S. 208). Bei dem Zusammenspiel zwischen Reifung und Lernen gibt es sogenannte kritische oder sensible Phasen. In diesen Zeitabschnitten müssen entsprechende Erfahrungen gemacht werden, damit bestimmte Fähigkeiten und Fertigkeiten erworben werden können. Werden die Erfahrungen nicht gemacht, können diese Fähigkeiten und Fertigkeiten nicht oder sehr schwer im späteren Leben erlernt werden. Bei der Geburt ist der Kopf eines Neugeborenen halb so groß wie der eines Erwachsenen; zahlenmäßig sind jedoch alle Neuronen vorhanden. Das Größenwachstum des Gehirns geht auf die Dickenzunahme der reifenden Fasern zurück, welches die schnellere Erregungsleitung ermöglicht. Die Leistungsfähigkeit des Gehirns nimmt während seiner Entwicklung zu. „Gerade weil das Gehirn reift und gleichzeitig lernt, ist gewährleistet, dass es in der richtigen Reihenfolge lernt. Dies wiederum gewährleistet, dass es überhaupt komplexe Zusammenhänge lernen kann und auch lernt“ (Spitzer 2006, S. 235). Die Zusammenhänge zwischen motorischen Lernprozessen und kognitiven sowie emotionalen Prozessen gelten als gesichert. Wer mit allen Sinnen lernt, begreift das fassbarer und stabiler als getrennt. Bewegung ist deshalb für eine ganzheitliche Entwicklung unabdingbar. Kampfsport bietet im Bereich der motorischen Entwicklung viele Lerngelegenheiten und die sensiblen Phasen werden effektiv genutzt.

2.2.5 Entwicklungsphase im Grundschulalter

Die körperliche Entwicklung im Grundschulalter ist maßgeblich geprägt von dem ersten Gestaltenwandel und der damit verbundenen Verunsicherung in den Bewegungsabläufen. Jedoch folgt eine zunehmende Harmonisierung der Bewegungsabläufe. Es dominiert die Freude an der Bewegung und an der Leistung. Bewegungsspiele werden beim Ausleben des Bewegungsbedürfnisses bevorzugt. Der Umgang mit Erwachsenen ist relativ konfliktfrei, da Normen und Regeln noch ohne Widerspruch akzeptiert werden. Die kognitive Entwicklung wird von Piaget als die Phase des konkret-operationalen Denkens bezeichnet. Das Kind ist nun zu mehreren Operationen fähig und kann allmählich logisch die Welt betrachten (vgl. Jaszus 2008, S. 289-290). Die Sprache erfährt zunehmend eine Differenzierung und Strukturierung. Im emotionalen Bereich bestimmen Erfolg und Misserfolg die Entwicklung des Selbstwertgefühls. Eine Frustrationstoleranz ist bereits gegeben, aber noch ist diese sehr instabil. Die Eltern haben als Vorbilder einen wesentlichen Einfluss.

2.2.6 Pädagogische Werte und Gesundheitsprävention durch Kampfsport

Einen Zweikampfsport zu betreiben, setzt erst einmal Verständigungsprozesse voraus. Mit den Sportlern der Trainingsgruppe in eine Interaktion zu treten und mit dem Gewichtsklassenpartner zu kommunizieren, sind Fähigkeiten und Kenntnisse, die im Gruppenprozess erworben werden. Im Trainingsprozess ist jeder Einzelne gefordert zu kooperieren und Rücksicht zu nehmen, denn beim Kampfsport ist man auf einen Partner angewiesen. Deshalb müssen sich die Sportler abstimmen und auch einmal etwas zulassen, damit der Partner ebenfalls üben kann. Die Ringer erlernen, ihre Kräfte maßvoll einzusetzen, denn nicht jede Übungseinheit ist eine Wettkampfsituation. Die unterschiedlichen Trainingsmittel und Übungsformen ermöglichen es den Ringern, ihr Verhaltensrepertoire zu erweitern. Durch unterschiedliche Verhaltenssituationen beim Spiel in der Gruppe, bei Partnerspielen ohne Kontakt, beim Techniktraining in Abstimmung mit dem Partner oder bei Zweikampfspielen finden immer soziale Adaptionenprozesse statt. Fürsorge für die Partnerin bzw. den Partner sind soziale Kompetenzen. Individualisten lernen, in einer Gruppe handlungsfähig zu sein. Außerdem gibt der Kampfsport Individualisten die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten zu bündeln und in kontrollierter und verantwortungsvoller Form beim Zweikampf einzusetzen. Der Kämpfer lernt, dass er keinen Mitmenschen nur aus Spaß schädigt. Der direkte Umgang mit dem Partner und der intensive Körperkontakt erfordern Fairness im Zweikampf. Vor allem das Respektieren des Partners und das Einhalten von Regeln kennzeichnen einen fairen Zweikampf. Sich den Herausforderungen eines Zweikampfes zu stellen, bringt unverwechselbare Erfahrungen mit sich (siehe Anlage 3). Die besondere Situation eines Wettkampfes, bei dem der Ringer auf sich allein gestellt auf der Matte steht und sich behaupten soll, der Umgang mit Siegen, aber auch mit Niederlagen fertig zu werden, lässt seine Persönlichkeit wachsen. Das Bewusstsein „stark“ zu sein, hebt das Selbstwertgefühl junger Menschen. Das Selbstvertrauen in die eigenen Fähigkeiten steigt durch Trainings- und Wettkampferfahrungen. Gleichzeitig werden die sozialen Kompetenzen gestärkt durch das Herausbilden eines Teamgeistes und damit einhergehend des Verantwortungsbewusstseins für andere. Gruppenprozesse veranlassen die Gruppenmitglieder, eine Rolle anzunehmen und durch Interaktion entsteht ein „Wir-Gefühl“. Diese Gruppenstärke bewirkt die Selbstständigkeit des Einzelnen. Jedes Gruppenmitglied bringt sich in die Gruppe ein und das gesamte Team wird leistungsfähiger (vgl. Thiele 2010, S. 247-248). Das gemeinsame Kämpfen zwischen Mädchen und Jungen trägt dazu bei, Berührungsängste und geschlechtsspezifische Stereotypen abzubauen (Landessportbund & Sportjugend NRW 2002, S. 8). Mädchen und Jungen erfahren beim Ringen die eigenen Körpergrenzen und sie erleben die eigenen Stärken. Dies lässt die Kinder und Jugendlichen auch in Alltagsituationen selbstbewusster werden und mit Stresssituationen besser umgehen. Vor allem der direkte Kontakt mit dem Partner leistet einen Beitrag zur Sicherheitserziehung und fördert die Empathie für die Mitmenschen. Die ganzheitli-

che Förderung von Persönlichkeit, sozialen Kompetenzen und psychomotorischen Fähigkeiten macht das Ringen und Kämpfen erzieherisch außergewöhnlich empfehlenswert. Der Ringkampfsport leistet damit einen Beitrag zur Entwicklungsförderung von Kindern und Jugendlichen (vgl. Aschebrock & Pack 2008, S. 12).

3 Praktische Umsetzung anhand eines Fallbeispiels im Grundschulbereich

3.1 Bildungsplan

Der sächsische Bildungsplan ist für die tägliche Praxis von Pädagogen entwickelt worden. „Im Hinblick auf das Lernen in der Schule oder Universität folgt, dass es nicht darum gehen kann, stumpfsinnig Regeln auswendig zu lernen. Was Kinder brauchen, sind Beispiele, sehr viele Beispiele und, wenn möglich, die richtigen und guten Beispiele. Auf die Regel kommen sie dann schon selbst“ (Spitzer 2006, S. 78). Da Kinder heute unter sehr unterschiedlichen Bedingungen aufwachsen, ist es wichtig, dass sie in Kindertageseinrichtungen und im Hort Anerkennung und Lerngelegenheiten finden. In diesen Lebens- und Bildungsräumen haben die Kinder die Möglichkeit, aktiv ihren Tag zu gestalten und ihre individuellen Erfahrungen zu machen.

Der Bildungsplan trägt den Charakter von Richtungszielen, um pädagogische Fachkräfte zu leiten. Das Bindeglied für die Zusammenarbeit zwischen den Institutionen Familie, Kindertagesbetreuung und Schule ist der Bildungsplan. Eine Aufgabe von Übungsleitern ist die Beobachtung und Analyse von Bildungsprozessen sowie deren Dokumentation. Bei den Dokumentationsverfahren sind die Kinder mit einzubeziehen, um gemeinsame Erfahrungen zu reflektieren.

Der Bildungsplan beschreibt bewusst keine Kompetenzkataloge, die das Kind in einem bestimmten Alter erreicht haben sollte. Vielmehr ist der Bildungsplan darauf ausgerichtet, Themen der Kinder aufzugreifen und die entsprechende Lernumgebung zu schaffen. Pädagogische Fachkräfte werden im Bildungsplan dazu aufgefordert, zwischen der Kindertagespflege, Kindertageseinrichtungen und der Schule Brücken zu schlagen, um die sensiblen Übergänge zu meistern. Nach dem § 2 Abs. 2 des Sächsischen Gesetzes zur Förderung von Kindern in Tageseinrichtungen (SächsKitaG) dienen die Tageseinrichtungen dem ganzheitlichen Bildungs-, Erziehungs- und Betreuungsauftrag. Dazu gehören der Erwerb und die Förderung von sozialen Kompetenzen sowie die Ausbildung von geistigen und körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Insbesondere der Erwerb von Wissen und Können und die Gestaltung von Lernprozessen sind wichtige Richtungsziele. (vgl. Sächsischer Bildungsplan, S. 9-34) Im

Bildungsplan sind sechs verschiedene Bildungsbereiche formuliert. Diese stehen inhaltlich eng miteinander in Verbindung und können nicht losgelöst voneinander betrachtet werden. Die Bildungsbereiche umfassen die somatische, die soziale, die kommunikative, die ästhetische, die naturwissenschaftliche und die mathematische Bildung.

3.2 Schnittstellen zum Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG)

Das Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG) ist ein Teil des Achten Sozialgesetzbuches (SGB VIII). Die Inhalte bezüglich Sport und Jugendarbeit sind im § 11 des KJHG zu finden. In den Anfängersportgruppen erfolgt eine allgemeine, außerschulische Bildung in allen Bereichen des Umfeldes der Kinder und Jugendlichen mittels zwangloser, sportartübergreifender Angebote. Die Jugendarbeit erfolgt bei Sport, Spiel und Geselligkeit. Eine schulische Arbeitsgemeinschaft bzw. ein Ganztagsprojekt erfüllen diese Erfordernisse. Ein weiterer Schwerpunkt liegt im Bereich der Kinder- und Jugendberufshilfe. Im § 14 des KJHG sind die Anforderungen des erzieherischen Kinder- u. Jugendschutzes geregelt. Die sozialen Kompetenzen des Sportes sollen genutzt werden, um allgemeine Lebenskompetenzen zu entwickeln. Hierzu gehören die Übernahme von Verantwortung, die Entwicklung von Eigenverantwortlichkeit und die Kompetenz der eigenständigen sozialen Konfliktlösung. Des Weiteren sollen die Fähigkeiten und Fertigkeiten durch sportliche und sozialpädagogische Anleitung gefördert werden. Dadurch können die Kinder und Jugendlichen befähigt werden, sich vor gefährdenden Einflüssen zu schützen. Abstimmungen mit den Kooperationspartnern und Institutionen aus dem Umfeld der betreffenden Kinder und Jugendlichen sind Notwendigkeiten im Sinne einer positiven Entwicklung. Dazu gehören die Eltern, die Vertreter der Schule, die Übungsleiter des Sportvereins bzw. Arbeitsgemeinschaften und andere mitwirkende Fachkräfte. Die Aufgaben zur Förderung in Tageseinrichtungen sind im § 22 des KJHG beschrieben. In Tageseinrichtungen halten sich Kinder für einen Teil des Tages oder ganztägig auf. „Der Förderauftrag umfasst Erziehung, Bildung und Betreuung des Kindes und bezieht sich auf die soziale, emotionale, körperliche und geistige Entwicklung des Kindes“ (KJHG 2007, S. 78). Die Kinder sollen entsprechend ihrem Alter und Entwicklungsstand gefördert werden. Gleichzeitig schließt die Förderung die Vermittlung von Normen und Werten mit ein. Kindergärten und Horte sind Tageseinrichtungen und werden damit von der öffentlichen Jugendhilfe gefördert. Sportpädagogische Maßnahmen gehören somit zu den Aufgaben von Tageseinrichtungen. Vor allem durch spielerisch sportliche Bewegungen werden die körperlichen, emotionalen, sozialen und kognitiven Fähigkeiten entwickelt.

3.3 Entwicklungsanleitung zu einem Ganztagsangebot (GTA) bzw. einer Arbeitsgemeinschaft (AG) im Hort

Die folgende Entwicklungsanleitung kann direkt für die Praxis genutzt werden und beruht auf Erfahrungen und theoretischen Kenntnissen des Autors dieses Konzepts. Die Bewegungskompetenzen, welche in der Entwicklungsanleitung beschrieben werden, sind gesundheitsfördernd und wirken präventiv. Das Angebot gibt eine Hilfestellung, damit Kinder ihre individuellen Möglichkeiten selbst entdecken und selbst entwickeln. Übungsleiter können diesen Prozess aktiv unterstützen und den Bewegungsdrang der Kinder fördern.

3.3.1 Zielgruppe unter Beachtung der motorischen Entwicklungsphasen

Die Zielgruppe dieser Entwicklungsanleitung sind die Kinder des Hortes der Grundschule von der 1. bis 4. Klasse. Voraussetzungen dafür sind keine gegeben. Die Teilnahme beruht natürlich auf Freiwilligkeit.

Motorische Entwicklungsphasen im Vorschulalter (3-6/7 Jahre) :

Laut Schulgesetz können Kinder schon ab dem 5. Lebensjahr eingeschult werden, wenn sie in dem betreffenden Jahr noch 6 Jahre alt werden. In dieser Entwicklungsphase tritt ein stärkeres Längenwachstum der Gliedmaßen ein, mit einer gleichzeitigen Profilierung des Rumpfes. Die Balancierfähigkeit wird erworben und es können Kombinationen von gelernten Bewegungsformen ausgeführt werden. Parallel erfolgt eine Ausprägung der konditionellen Fähigkeiten.

Motorische Entwicklungsphasen im frühen Schulkindalter (8- 9/10 bzw. 10/11 Jahre):

In diesem Altersbereich kommt es zum 1. Gestaltwandel. Bei den Kindern tritt ein starkes Längenwachstum ein. In der optischen Wahrnehmung kommt es zu einer Disharmonie zwischen Rumpf und Gliedmaßen. In der Sportwissenschaft wird dieser Altersbereich als das erste goldene Lernalter bezeichnet. Dies bedeutet, dass Bewegungsabläufe außergewöhnlich leicht erlernt werden können.

Im Sinne der natürlichen motorischen Entwicklung und der unterschiedlichen biologischen Entwicklung ist zu beachten, dass die Angebotsteilnehmer sehr individuell gefördert und gefordert werden müssen. Vergleiche untereinander sind daher mit Vorsicht zu betrachten. In den Mittelpunkt sollten die individuellen Verbesserungen gestellt werden.

3.3.2 Zielentwicklung

Das Ziel ist es, Mädchen und Jungen mit dem Angebot von Spiel, Bewegung, Selbstverteidigung und Ernährung anzusprechen. Die Förderung von eigenen Interessen, Neugier, Toleranz, Respekt, Durchhaltevermögen, einem positiven Selbstkonzept, Geschicklichkeit und dem Abbau des normalen Bewegungsdranges sind motorische und pädagogische Ziele. Jedes Kind soll sich nach seinen individuellen Möglichkeiten weiterentwickeln. Für eine ganzheitliche Entwicklung müssen Fragen, Themen oder Interessen der Kinder aufgegriffen und in das Bewegungsangebot integriert werden.

3.3.3 Umfang des Ganztagsangebot bzw. der Arbeitsgemeinschaft

Zeitraum:	Das gesamte Schuljahr
Angebotszeit:	2x wöchentlich 2 Unterrichtsstunden z.B. Montag und Donnerstag von 14.00 – 15.30 Uhr
Ort:	bevorzugt in der Turnhalle, Nutzung des Außengeländes möglich

3.3.4 Methodik der Vorgehensweise

Als Grundlage für eine strukturierte Vorgehensweise kann dieses Konzept verwendet werden. Danach sind Absprachen zwischen den Erziehern im Hort, den Lehrern der Grundschule und den Übungsleitern zu treffen. Die Hallenzeiten für die Turnhalle müssen von HortleiterIn bzw. SchulleiterIn organisiert werden. Informationen an die Eltern und Kinder können durch einen Aushang (siehe Anlage 4), Informationen beim Elternabend oder durch das persönliche Gespräch gegeben werden. Zum Einstieg in das Angebot kann eine Schulmeisterschaft im Ringen/Raufen durchgeführt werden. Bei dieser Gelegenheit können die Interessen der Kinder erfragt und aufgeschrieben werden. Zuerst ist eine Grobplanung zu den Inhalten des Angebots erforderlich. Bei der ersten Übungsstunde müssen die Kinder zusammen mit den Übungsleitern Verhaltensregeln aufstellen. Eine detaillierte Planung ist nach Absprache mit den Angebotsteilnehmern zu erstellen. Beim weiteren Vorgehen ist der individuelle Entwicklungsstand der einzelnen Teilnehmer zu berücksichtigen. Orientieren sollten sich die Übungsleiter an den Zielstellungen zur altersgerechten motorischen Entwicklung und Gesundheitsförderung.

3.3.5 Inhalte und Methoden des Ganztagsangebotes bzw. der Arbeitsgemeinschaft

Motorische Fähigkeiten können auf spielerische Weise entwickelt werden. Ein Bewegungsprogramm soll gemeinsam mit den Kindern bearbeitet und umgesetzt werden. Ballspiele, Mannschaftsspiele (Kooperation) und Wettbewerbsspiele müssen sinnvoll aufeinander aufbauen. Integriert werden sollen koordinative (Gleichgewichtsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit) und konditionelle (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) Herausforderungen. Wichtig ist, dass jeglicher Körperschmuck vor Beginn der Bewegungsstunde abgelegt wird. Durch das Einbeziehen von Körperkontaktspielen können durch den spielerischen Wettbewerb das Durchhaltevermögen, die Toleranz und der Respekt gegenüber anderen erprobt werden. Grenzen können dadurch nicht überschritten werden, da unmissverständliche Regeln den Umgang mit dem Partner klären. Es ist alles verboten, was weh tut! Respekt und Höflichkeit gegenüber dem Partner stehen im Vordergrund. Jeder hat das Recht, einen Kampf vorzeitig abubrechen. Soziale Kompetenzen können durch den sportlichen Wettbewerb entwickelt werden und das Kämpfen nach festen Regeln kann einen Beitrag zur Gewaltprävention leisten. „Gerade wenn man meint, dass die soziale Entwicklung in unserer Gesellschaft dahingehend tendiert, dass immer mehr jüngere Kinder zu größerer Gewaltbereitschaft neigen, ist es sinnvoll, den Kindern frühzeitig Anlässe zu bieten, in denen sie ihre Kräfte ausleben bzw. im Rahmen der sportiven Regelauslegung kanalisieren können“ (Lange, Sinning 2008, S. 24). Eine offene Kommunikation in Form von Gesprächsrunden soll das Wissen über eine gesunde Ernährung vertiefen und an Beispielen veranschaulichen. Außerdem werden in diesen Gesprächsrunden die Fragen, Themen und Interessen der Kinder besprochen sowie in die nächste Projektstunde integriert. Zu empfehlen sind ebenfalls Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale, da diese Sicherheit und Orientierung geben (siehe Anlage 5).

Für eine ganzheitliche Entwicklung werden mathematische Themen, zum Beispiel die Lage im Raum oder kleine Rechenaufgaben, in die Übungsstunden integriert. Einfache Biomechanische Zusammenhänge über den Menschen und das Sportmaterial soll besprochen werden. Rhythmusgefühl und musikalische Kompetenzen werden durch das Arbeiten mit CD-Playern und einfachen Instrumenten angesprochen.

3.3.6 Voraussetzungen zur Durchführung des Angebots

Für die fachgerechte Durchführung der Bewegungsstunden sind der Abschluss als „Staatlich anerkannter Erzieher“ zu empfehlen und die Übungsleiter C- Lizenz des DOSB notwendig. Von großem Nutzen, aber nicht zwingend erforderlich, sind Erfahrungen im Kampfsport.

3.3.7 Planung der benötigten Materialien

- 8x8 m Ringermatte oder 32 Turnmatten, 1x Schaumstoffmatte
- Bälle (Volleybälle, Fußbälle, Basketbälle), CD- Payer, Tamburin, Springseile, Turnbänke, Kegel, Medizinbälle, Materialien nach den Interessen der Kinder
- Anschauungsmaterial/Nahrungsmittel für eine gesunde Ernährung

3.3.8 Kooperationspartner und Unterstützer

Als Kooperationspartner und Unterstützer des Ganztagsangebotes bzw. der Arbeitsgemeinschaft im Hort können das Jugendamt, die Stadt bzw. Kommune, Kranken- und Gesundheitskassen, Sportvereine oder Lebensmittelverkaufsketten geworben werden. Dafür bedarf es eines persönlichen Engagements des Übungsleiters und der Erarbeitung von Netzwerken.

3.3.9 Fördermöglichkeiten und Finanzierung

Der Freistaat Sachsen gewährt Zuwendungen für den Ausbau von Ganztagsangeboten in den Schulen. Die Zuwendungen erfolgen auf der Grundlage der Förderrichtlinie des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus zum Ausbau von Ganztagsangeboten und entsprechend der allgemeinen haushaltsrechtlichen Bestimmungen, insbesondere der §§ 23 und 44 der Haushaltsordnung des Freistaates Sachsen (Sächsische Haushaltsordnung- SäHO). Förderfähig sind Ganztagsangebote im Rahmen einer von der jeweiligen Schule erarbeiteten pädagogischen Gesamtkonzeption. Die schulspezifische Gesamtkonzeption berücksichtigt das Kernelement der Rhythmisierung, d.h. die ausgewogene Gestaltung des gesamten Schultages und des Unterrichts, sowie Maßnahmen, Projekte und Arbeitsgemeinschaften, die mit den Zielen des jeweiligen Schulprogramms übereinstimmen. Die zusätzlichen Lernangebote müssen in das Gesamtkonzept der Schulen eingearbeitet sein. Zuwendungsempfänger sind Schulträger von Grundschulen, Mittelschulen, Förderschulen und Gymnasien (Sekundarstufe I und II) in öffentlicher oder privater Trägerschaft. Zuwendungsfähige Ausgaben sind Personalkosten, Honorare und Sachkosten. Die Bewilligungsbehörde ist die Sächsische Bildungsagentur (SBA) mit der jeweils zuständigen Regionalstelle (vgl. FRL GTA S. 2-3).

4 Fazit und Schlussfolgerungen

Ess- und Bewegungsverhalten sind zentrale Elemente für unsere Gesundheit (siehe Anlage 6). Ihre Prägung beginnt früh im Leben. Übergewicht entsteht aus einem komplexen Zusammenspiel von Veranlagung, Verhalten und Umweltbedingungen. Primärprävention bei Kindern beginnt bereits in der Schwangerschaft. Ein bewusster Umgang mit den Einflussfaktoren für eine gesunde Entwicklung der Kinder ist vordringlich. Maßnahmen auf individueller Ebene sind durch geeignete Maßnahmen auf gesellschaftlicher Ebene zu ergänzen. Dazu gehören Angebote in der Schule und im Hort. Kampfsport ist ein geeignetes sportliches Angebot, um motorische Fähigkeiten, Gesundheitsbewusstsein, soziale Kompetenzen und Selbstkompetenzen zu entwickeln. Die körperliche Bewegung ist die Voraussetzung für das „Begreifen“ der Umwelt. Die Bewegung des Kindes einzuschränken bedeutet, das Wohlbefinden und die Gesundheit des Kindes zu gefährden. Aus dem Blickwinkel der gesundheitlichen Förderung ist die komplexe Kräftigung des Halte- und Stützapparates durch den Ganzkörpersport für Kinder und Jugendliche von höchster Bedeutung. Mädchen und Jungen lernen, ihren eigenen Körper zu akzeptieren und daraus entwickelt sich ein höheres Selbstwertgefühl. Zweikämpfe fördern zudem die Wahrnehmungs-, Gleichgewichts-, Anpassungs-, Differenzierungs-, Orientierungs-, Reaktions- und Kopplungsfähigkeit. Kinder und Jugendliche sind dadurch in der Lage, Gefahren, beispielsweise im Straßenverkehr, besser wahrzunehmen und gegebenenfalls darauf zu reagieren. Die breite koordinative Ausbildung bringt ihnen Bewegungssicherheit. Die konditionellen Fähigkeiten Kraft, insbesondere Schnellkraft und Kraftausdauer, sowie die Schnelligkeit, hier besonders die Reaktionsschnelligkeit, werden durch Ringen und Kämpfen ebenfalls gefördert und legen wichtige Grundlagen in der motorischen Entwicklung von Kindern. Für den Sport im Grundschulbereich sind die gegebenen Anregungen und Methoden absolut zu verwenden. Der Kampfsport wird oftmals noch unterschätzt oder als zu schwierig angesehen. Hierfür müssen gut ausgebildete Übungsleiter und Fachlehrer gezielte Hilfestellungen zur Etablierung des Kampfsportes geben.

5 Zusammenfassung

Im ersten Kapitel werden die entwicklungsbedingten menschlichen Bedürfnisse nach Wettbewerbssituationen und der Abbau von Aggressivität geschildert. Der Kampfsport und im Speziellen der Ringkampf wird vom Autor als geeignete sportliche Tätigkeit angesehen, welche einen bedeutsamen Beitrag zur Sozialisierung und Gesundheitsförderung leisten kann. Als Probleme werden die zunehmende Gewaltbereitschaft von Kindern und Jugendlichen und die gleichzeitige Zunahme von übergewichtigen Kindern in Deutschland durch Bewegungsmangel geschildert (siehe Anlage 7). Die Folgen sind nachkommende Erkrankun-

gen, z. B. des Herz- und Kreislaufsystems, Haltungsschwächen und Koordinationsstörungen (vgl. Sächsischer Bildungsplan 2007, S. 39). In den Zielstellungen der Facharbeit werden die Möglichkeiten der Gewalt- und Gesundheitsprävention durch den Ringkampfsport im Grundschulbereich dargestellt. Zudem wird eine Entwicklungsanleitung bezüglich eines Ganztagsangebotes bzw. einer Arbeitsgemeinschaft als Ziel definiert.

Im zweiten Kapitel wird der theoretische Hintergrund thematisiert. In der Sportart Ringen zeigen die Strukturmodelle welchen hohen Stellenwert die koordinativen, die psychischen und die konditionellen Anforderungen besitzen. Diese Fähigkeiten und Fertigkeiten werden in Bewegungsprogrammen zur Entwicklung von Wahrnehmungsfähigkeiten, körperlicher Kräftigung und psychischer Stabilisierung angelegt. Der Beitrag der Erziehungsarbeit zur Enkulturation, Sozialisation und Personalisation wird nachgewiesen. Im Vordergrund der sozialpädagogischen Arbeit steht dabei das Erziehungsverhalten nach Rogers mit seinen drei zentralen Variablen: Akzeptanz (Wertschätzung), Empathie (Einfühlungsvermögen) und Kongruenz (Echtheit). Des Weiteren wird in diesem Kapitel erläutert, dass die Sozialisation und Persönlichkeitsentwicklung auf der Wechselwirkung von biologischen Anlagen und Umwelteinflüssen basiert. Neurobiologische Untersuchungen haben gezeigt, dass die komplexen Zusammenhänge von Wachstum, Reifung, Entwicklung und Lernen in der sogenannten sensiblen Phase geschehen. Für eine ganzheitliche Entwicklung sind deshalb kognitive, motorische und emotionale Erfahrungen bedeutsam. Außerdem werden die pädagogische Werte und die Gesundheitsprävention durch Kampfsport gekennzeichnet. Bei Zweikampfspielen finden immer soziale Adaptionsprozesse durch das Respektieren des Partners und das Einhalten von Regeln statt. Der Ringkampfsport leistet einen Beitrag zur Sicherheitserziehung, zur ganzheitlichen Förderung der jungen Persönlichkeiten und ihrer sozialen Kompetenzen sowie zur Entwicklung von psychomotorischen Fähigkeiten.

Im dritten Kapitel wird an einem Fallbeispiel im Grundschulbereich die praktische Umsetzung geschildert. Im Bildungsplan sind sechs verschiedene Bildungsbereiche formuliert. Nach dem § 2 Abs. 2 des Sächsischen Gesetzes zur Förderung von Kindern in Tageseinrichtungen (SächsKitaG) dienen die Tageseinrichtungen dem ganzheitlichen Bildungs-, Erziehungs- und Betreuungsauftrag. Dazu gehören der Erwerb und die Förderung von sozialen Kompetenzen sowie die Ausbildung von geistigen und körperlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten. Ebenfalls wird die Verbindung zum Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG) hergestellt. Bezüge zu sportpädagogischen Maßnahmen und zur außerschulischen Bildung sind in dem § 11, § 14 und § 22 des KJHG beschrieben. In der Entwicklungsanleitung zu einem Ganztagsangebot bzw. einer Arbeitsgemeinschaft im Hort wird ein Konzept zur Durchführung vorgestellt. Im vierten Kapitel wird ein Fazit mit den entsprechenden Schlussfolgerungen gezogen. Ein bewusster Umgang mit den Einflussfaktoren auf die gesunde Entwicklung der Kinder ist vor-

dringlich. Maßnahmen auf individueller Ebene sind durch geeignete Maßnahmen auf gesellschaftlicher Ebene zu ergänzen. Dazu gehören Angebote in der Schule und im Hort. Kampfsport ist ein geeignetes sportliches Angebot, um motorische Fähigkeiten, Gesundheitsbewusstsein, soziale Kompetenzen und Selbstkompetenzen zu entwickeln.

Im vierten Kapitel wird ein Fazit gezogen und Schlussfolgerungen für die Praxis getroffen. Es wird herausgearbeitet, dass der Kampfsport ein geeignetes sportliches Angebot ist, um motorische Fähigkeiten, Gesundheitsbewusstsein, soziale Kompetenzen und Selbstkompetenzen zu entwickeln.

Im fünften Kapitel wird der Inhalt des Konzepts zusammengefasst. Der Autor beschreibt die wichtigsten Zielstellungen und Erkenntnisse des Konzepts.

Literaturverzeichnis

Aschebrock, Heinz/ Pack, Rolf-Peter (Hrsg.): Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport. Aachen 2008.

Beudels, Wolfgang/ Anders, Wolfgang: Wo rohe Kräfte sinnlos walten. Handbuch zum Ringen, Rangeln und Raufen in der Pädagogik und Therapie. Dortmund 2001.

Bucher, Walter (Hrsg.): 999 Spiel- und Übungsformen im Ringen, Raufen und Kämpfen. Schorndorf 2008.

Bundesministerium für Familien, Senioren, Frauen und Jugend (Hrsg.): Kinder- und Jugendhilfe. Achtes Gesetzbuch. Berlin 2007.

Deutscher Ringer-Bund e.V. (Hrsg.): Handbuch 1999. Niedernberg 1999.

Förderrichtlinie des Sächsischen Staatsministeriums für Kultus zum Ausbau von Ganztagsangeboten (FRL GTA), Az: 6503.10/117/, Vom 22. Mai 2007.

Gain, Walter/Hartmann, Jürgen/Tünnemann, Harold: Ringen. Berlin 1980.

Gesundheitsberichterstattung des Bundes. Online im WWW unter URL: <http://www.gbe-bund.de> [04.10.2010].

Grundmann, Matthias: Sozialisation. Konstanz 2006.

Gruppe, Ommo/Krüger, Michael: Einführung in die Sportpädagogik. Schorndorf 3. Aufl. 2007.

Hobmair, Hermann (Hrsg.): Pädagogik. Troisdorf 4. Aufl. 2008.

Jaszus, Rainer (Hrsg.): Sozialpädagogische Lernfelder für Erzieherinnen. Stuttgart 2008.

Laewen, Hans-Joachim/Andres, Beate (Hrsg.): Forscher, Künstler, Konstrukteure. Werkstattbuch zum Bildungsauftrag von Kindereinrichtungen. Berlin 2002.

Landessportbund/Sportjugend NRW (Hrsg.): Ringen und Kämpfen –Zweikampfsport. Duisburg 2002.

Lange, Harald/Sinning, Silke: Kämpfen, Ringen und Raufen im Sportunterricht. Wiebelsheim 2. Aufl. 2009.

Martin, Dietrich/Nicolaus, Jürgen/Ostrowski, Christine/Rost, Klaus: Handbuch Kinder- und Jugendtraining. Schorndorf 1999.

Martin, Dietrich/Carl, Klaus/ Lehnertz, Klaus: Handbuch Trainingslehre. Schorndorf 3. Aufl. 2001.

Peukert, Erich/Tünnemann, Harold: Ringen. Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport. Leipzig 1995.

Rast, Dieter: Ringen. Die Grundlagen des freien Stils. Berlin 8. Aufl. 2007.

Rogers, Carl: Die klientenzentrierte Gesprächstherapie. Frankfurt 1986.

Röthig, Peter/Prohl, Robert (Hrsg.): Sportwissenschaftliches Lexikon. Schorndorf 7., überarb. Aufl. 2003.

Ruch, Lothar: Ringen. Rahmentrainingskonzeption für Kinder und Jugendliche im Leistungssport. Wiebelsheim 2. Auflage 2002.

Sächsisches Staatsministerium für Soziales (Hrsg.): Der Sächsische Bildungsplan. Der Leitfaden für pädagogische Fachkräfte. Dresden 2007.

Schabel, Günter/Harre, Hans-Dietrich/Krug, Jürgen: Trainingslehre Trainingswissenschaft. Leistung Training Wettkampf. Aachen 2008.

Spitzer, Manfred: Lernen. Heidelberg 2006

Thiele, Sven: Ringen – Zweikämpfe pädagogisch nutzen. In: Kämpfen – lernen als Gelegenheit zur Gewaltprävention?!, Lange, Harald/Leffler, Thomas (Hrsg.), Baltmannsweiler (2010) 243-261.

Türk, Andreas/ Türk, Tilo: Ringen in der Schule? Erziehendes Lernen beim Rangeln, Kämpfen und Ringen in der Schule. In: Körpererziehung. Das Fachmagazin für Sportlehrerinnen und Sportlehrer. Heft 2, 47 (1997) 50-59.

Anlagen

Anlagenverzeichnis

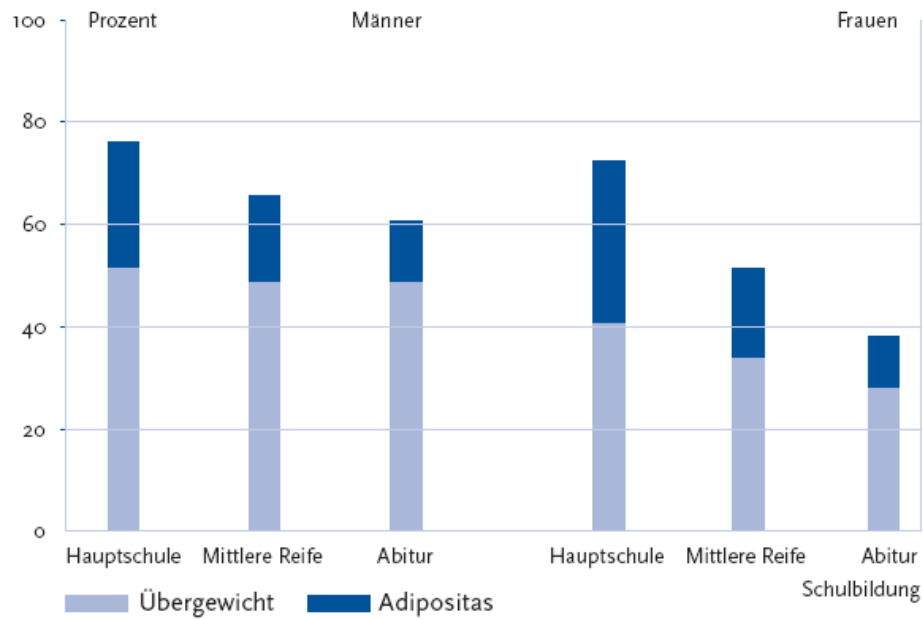
Anlage 1:	Beispiel Kriminalstatistik Polizeipräsidium Unterfranken	21
Anlage 2:	Problem Übergewicht und Adipositas: Grafik Gesundheitsberichterstattung des Bundes.....	22
Anlage 3:	Schaubild von Prof. Dr. Harald Lange –„Kämpfen-lernen“ als Bildungsthema.....	22
Anlage 4:	Beispiel für einen Informationsaushang über „Kampfsport und Spiele im Hort“.....	23
Anlage 5:	Beispiel für die 1. Übungsstunde „Kampfsport und Spiele im Hort“.....	24
Anlage 6:	Mindestens ein Stunde Sport täglich für eine gesunde Entwicklung.....	25
Anlage 7:	Sporttreiben von Kindern und Jugendlichen: Grafik Gesundheitsberichterstattung des Bundes.....	25

Gewaltkriminalität in Unterfranken (Bayern)

 Polizeipräsidium Unterfranken „Hitliste“ der Straftaten			
	<u>Kinder</u>	<u>Jugendliche</u>	<u>Heranwachsende</u>
1.	Diebstahl	Diebstahl	Körperverletzung
2.	Ladendiebstahl	Körperverletzung	Diebstahl
3.	Sachbeschädigung	Ladendiebstahl	Rauschgiftdelikte
4.	Körperverletzung	Sachbeschädigung	Sachbeschädigung

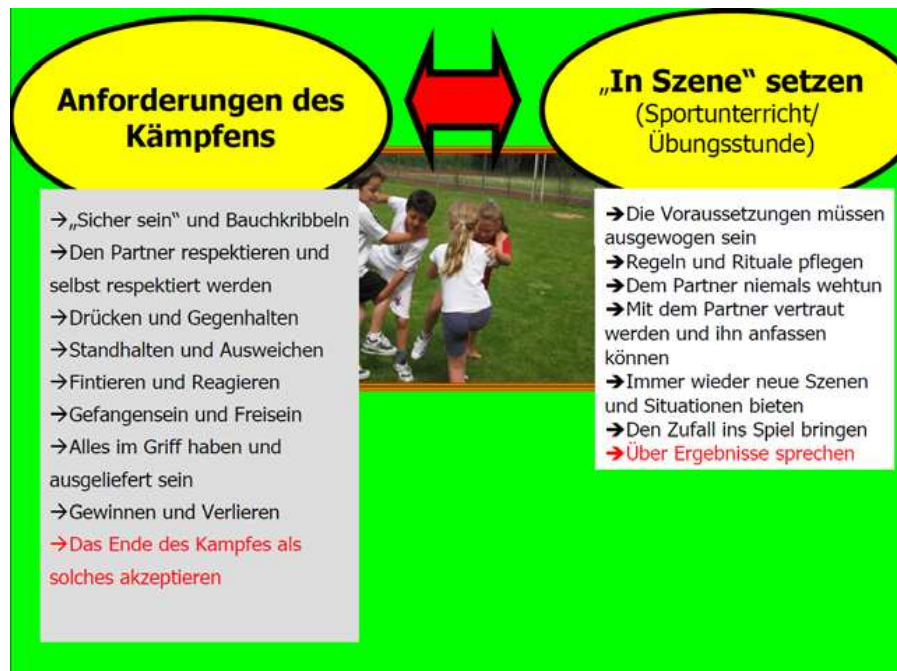
Anlage 1: Beispiel Kriminalstatistik Polizeipräsidium Unterfranken (Aschaffenburg)
(Kriminalrat Markus Schlemmer)

Übergewicht und Adipositas bei Schülern in Deutschland



Anlage 2: Problem Übergewicht und Adipositas: Grafik Gesundheitsberichterstattung des Bundes (Statistisches Bundesamt)

Besondere Erfahrungen durch Kämpfen



Anlage 3: Schaubild von Prof. Dr. Harald Lange – „Kämpfen-lernen“ als Bildungsthema (Lange, Sinning 2008, S.25)

Anmeldung für das Angebot: Kampfsport und Spiele im Hort

Wann: Montag und Donnerstag von 14.00-15.30 Uhr

Wo: Turnhalle

Wer: Max Mustermann

Qualifikation: Übungsleiter C- Lizenz

Inhalte:

- Ringen/Raufen: Übungen mit und ohne Körperkontakt / kleine Kampfspiele
- Spiele: Ballspiele, Mannschaftsspiele und Wettbewerbsspiele, Fangspiele etc.
- Koordinative Herausforderungen und Schnelligkeit
- Gesprächsrunden, die Fragen, Themen und Interessen der Kinder berücksichtigen

Anmeldung:

Mein/Unser Kind nimmt am Angebot regelmäßig teil.

Unterschrift der Eltern

Anlage 4: Beispiel für einen Informationsaushang über „Kampfsport und Spiele im Hort“

Beispiel für die 1. Bewegungsstunde „Kampfsport und Spiele im Hort „

Daum:

Inhalt:

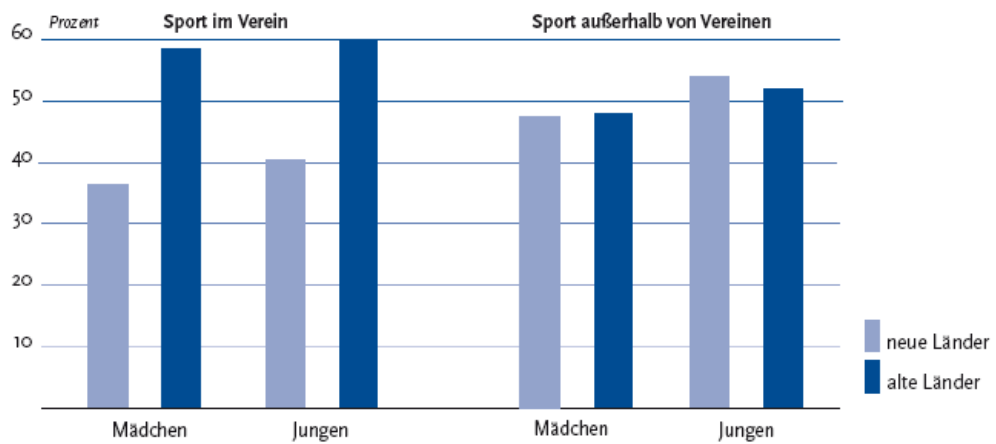
- Begrüßung
 - Bekanntgabe der Regeln (z.B. Stopp-Regel)
 - Unterbreitung der Angebote (z. B. Spiel nach Wahl)
- Erwärmungsspiele
 - Kinder rennen durcheinander und begrüßen sich per Handschlag
- Spiele
 - Feuer, Wasser, Sturm
 - Kettenhasche
 - Staffelspiele
- Ringen und Raufen
 - Vorbereitungsübungen (Ziehen, Schieben)
 - Sumo- Kampf auf der Weichbodenmatte
 - Teamwettbewerbe
 - Mannschaftsschiebung
 - Gedränge
 - Letzter an Bord
 - „Dauersteher“ Gleichgewichtsübung (im Stand, ausgestreckte Arme, Hände berühren sich, Schieben und ausweichen)
 - „Kampf im Hockstand“ Gleichgewichtsübung
 - „Zweibein“ Koordination (Gegenseitig Fuß und Hand fassen)
 - „Tauziehen im Gleichgewicht“ Gleichgewichtsübung + Taktik (auf einer umgedrehten Bank)
 - Kampf um den Medizinball
- Entspannung
- Auswertung im Gespräch und Verabschiedung

Empfohlene tägliche sportliche Aktivitäten



Anlage 6: Mindestens ein Stunde Sport täglich für eine gesunde Entwicklung

Statistik: Anteil der Kinder und Jugendlichen, die mindestens einmal pro Woche Sport treiben



Anlage 7: Sporttreiben von Kindern und Jugendlichen: Grafik
Gesundheitsberichterstattung des Bundes (Statistisches Bundesamt)

Thesenblatt

Thema des Konzepts:

Kampfsport im Grundschulbereich als Möglichkeit zur Gewalt- und Gesundheitsprävention

- Entwicklungsanleitung für ein Ganztagsangebot bzw. eine Arbeitsgemeinschaft im Hort in der Sportart Ringen

Thiele, Sven

Leistungssportreferent Ringerverband Sachsen e.V.

1. Die Schaffung von Wettbewerbssituationen und der Abbau von Aggressivität sind entwicklungsbedingte menschliche Bedürfnisse.
2. Probleme bereiten in Deutschland die zunehmende Gewaltbereitschaft von Kindern und Jugendlichen und die gleichzeitige Zunahme von übergewichtigen Kindern, hervorgerufen durch Bewegungsmangel.
3. Die ganzheitliche Förderung von Persönlichkeit, sozialen Kompetenzen und psychomotorischen Fähigkeiten macht das Ringen und Kämpfen erzieherisch außergewöhnlich empfehlenswert.
4. Im Vordergrund der sozialpädagogischen Arbeit steht das Erziehungsverhalten nach Rogers mit seinen drei zentralen Variablen: Akzeptanz, Empathie und Kongruenz.
5. Nach neurobiologischen Untersuchungen sind für eine ganzheitliche Entwicklung kognitive, motorische und emotionale Erfahrungen bedeutsam.
6. Eine Entwicklungsanleitung (Konzept) zu einem Ganztagsangebot bzw. einer Arbeitsgemeinschaft für Kampfsport im Hort wird durch den Bildungsplan und das Kinder- und Jugendhilfegesetz (KJHG) unterstützt.
7. Kampfsport im Grundschulbereich ist ein geeignetes sportliches Angebot, um motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten, Gesundheitsbewusstsein, soziale Kompetenzen und Selbstkompetenzen zu entwickeln und leistet damit einen bedeutsamen Beitrag zur Gewalt- und Gesundheitsprävention.