

## LIEBE LESERINNEN, LIEBE LESER,

Kämpfen im Sportunterricht? Dem scheinen auf den ersten Blick viele Vorbehalte entgegenzustehen. Doch was auf dem Pausenhof als unerwünschtes Sozialverhalten unterbunden wird, kann in der Sporthalle auf spielerische Art und Weise aufgegriffen werden.

Viele Kinder und Jugendliche haben das Bedürfnis, ihre Kräfte zu messen und sich in der körperlichen Auseinandersetzung mit anderen wahrzunehmen. Dafür bietet der Sportunterricht ein ideales Handlungsfeld. Regeln gemeinsam zu erarbeiten, auf deren Einhaltung zu achten und sich trotz Niederlage mit Respekt zu begegnen, sind hehre Ziele und oft keine Selbstverständlichkeit.

Dieses Heft möchte Sie dazu einladen, das Kämpfen in Ihrem Unterricht zum Gegenstand zu machen. Die Praxisbeiträge zeigen dabei das breite Spektrum zwischen traditionellen Kampfsportarten und freieren Kampfformen, die sich nicht an normierten Techniken orientieren.

Ob kleine Raufspiele oder Griffe und Würfe im Judo: Ist der Sicherheitsrahmen gesteckt, bieten sich zahlreiche Möglichkeiten, das Kämpfen unter pädagogischen Gesichtspunkten zum Thema zu machen. So können die Schülerinnen und Schüler auch ihre eigenen Kampfformen entdecken und in kleinen Wettkämpfen erproben. Sogar Fechten oder Leichtkontakt-Boxen finden unter fachgerechter Anleitung im Schulsport ihren Platz.

Neben dem praktischen Kartensatz für eine Stationsarbeit zum Kämpfen, bietet das Heft ein weiteres EXTRA zum Schwimmen. Mit Würfeln und vielfältigen Bewegungsaufgaben lässt sich das Bahnschwimmen einmal ganz anders gestalten.

Viel Freude bei der Umsetzung der einen oder anderen Idee in Ihrem Unterricht und faire Kämpfe wünscht

*Jana Schmutzler*



## 16

### Kämpfen in der Hauptschule

Dieses Vorhaben nimmt die Bedürfnisse der Jugendlichen in den Blick und stellt das Kämpfen mit seiner Handlungsdramatik in den Vordergrund

### Kämpfen wie die drei Musketiere

Ein Projekttag im Fechten kann das Repertoire des Schulsports um eine spannende und motivierende Sportart erweitern

## 24





# 27

## Fallen, Werfen, Kämpfen

Vom Gegeneinander zum Miteinander: Eine Unterrichtsreihe zum Kämpfen an der Berufsschule berücksichtigt die divergenten Voraussetzungen der jungen Erwachsenen

# 38

## Leichtkontakt-Boxen

Harte Schläge verboten! – Bei dieser Boxvariante können die Schülerinnen und Schüler nur mit Rücksichtnahme und sanften Treffern punkten



Fotos: Wolfgang Beudels, André Herz, Kay Herschelmann, Franziska Baumann

## ZUM THEMA

- 2 **Kämpfen und der Kampfsport**  
Uwe Mosebach

## PRAXIS

- SEKUNDARSTUFE
- 7 **Hilf mir, eine gute Kampftechnik zu entwickeln!**  
Uta Kaundinya/Sönke Götschenberg
- SEKUNDARSTUFE
- 10 **Unser eigener Zweikampf**  
Martina Ruffer
- SEKUNDARSTUFE
- 16 **Kämpfen in der Hauptschule**  
Tim Beer
- SEKUNDARSTUFE
- 19 **Der sanfte Weg**  
Jörg Eisenacher
- SEKUNDARSTUFE
- 24 **Kämpfen wie die drei Musketiere**  
Arno Müller
- SEKUNDARSTUFE
- 27 **Fallen, Werfen, Kämpfen**  
André Herz

## FORUM

- ZUM THEMA
- 35 **Pädagogisch-psychologische Aspekte des Kämpfens**  
Eberhard Loosch
- ZUR DISKUSSION
- 38 **Leichtkontakt-Boxen**  
Stefan Käser

## EXTRA

- Stationskarten zum Kämpfen**  
Tim Beer
- 44 **Aufgabenkarten zum Würfelschwimmen**  
Thomas Bauer/Jürgen Kittsteiner



## MAGAZIN

- 42 **Unterrichtsidee** Jürgen Kittsteiner/Thomas Bauer
- 52 **Methoden** Frank Achtergarde
- 55 **Rezension** Rainer Fischer
- 56 **Tipps zum Thema**
- 57 **Aktuelles**
- 53 **Impressum**

Herausgeber dieser Ausgabe: Uwe Mosebach