

Ringen, Raufen, Kämpfen - Gemeinsam stark in der Schule

*Ein Projekt der Mobilen Jugendarbeit zur Gewaltprävention an Schulen in
Bergheim*



In der Schule begegnen Lehrerinnen und Lehrer einerseits immer wieder Kindern, die durch aggressives oder regelabweichendes Verhalten auffallen. Vielfach haben diese Kinder Schwierigkeiten, ihre Emotionen – vor allem negative Gefühle – adäquat auszudrücken und sich regelkonform zu verhalten.

Andererseits fallen manche Kinder durch eine ängstliche Zurückhaltung, mit wenig ausgeprägtem Selbstbewusstsein auf.

Ringen, Raufen und spielerisches Kämpfen gehört zu den ursprünglichen Bewegungsformen, die beispielsweise Geschwisterkinder schon von klein auf kennen. Unter Anleitung und in kontrollierten Rahmenbedingungen können diese im positiven Sinne im Schulalltag ihren Platz finden und pädagogisch genutzt werden.

Für Kinder und Jugendliche bedeutet Ringen, Raufen und Kämpfen vor allem eine spielerische, lustbetonte und mit viel Körperlichkeit verbundene Bewegungsweise.

„Das Bedürfnis nach körperlichem Kontakt über das Rangeln und Kämpfen auszuleben und Kräfte zu messen in spielerischem Wettstreit ist eine kindgemäße Handlungsform und hat als fester Bestandteil kindlicher und jugendlicher Sozialisation Bedeutung für die psychische, soziale und körperliche Entwicklung Heranwachsender.“ (Frommann 2006)

„Ringen, Raufen und Kämpfen“ in einem klar definierten Rahmen und nach klaren Regeln, greift eben diesen Gedanken auf.

- Kinder und Jugendliche besitzen eine natürliche Freude an der körperlichen Auseinandersetzung
- Kinder und Jugendliche wollen ihre Kräfte messen und ihren Körper spüren
- Kinder und Jugendliche wollen sich in Grenzsituationen begeben und diese meistern
- Kinder und Jugendliche wollen ihre Grenzen spüren und ausloten

Neben dem Aspekt der körperlichen Betätigung soll im Rahmen des Präventionsprojektes das Thema Gewalt im Schullalltag auch reflexiv behandelt werden. Hier wird besonders auf eine zielgruppengerechte Vermittlungsweise geachtet.

In den Unterrichtseinheiten sollen neben den Übungen zum Ringen, Raufen und Kämpfen auch solche zur Anregung der Selbstreflexion über das Thema „Gewalt in der Schule“ stattfinden.

Durch beispielsweise moderierte Gruppendiskussionen, kleine Rollenspiele und angeleitete Übungen zur Sensibilisierung für Themen wie körperliche, verbale und emotionale Gewalt, sowie Ausgrenzung und Mobbing sollen Schülerinnen und Schüler sich aktiv mit diesen Problematiken auseinandersetzen und eine bewusste Haltung entwickeln.

Projektziele:

Förderung der sozialen Kompetenz:

- Lernen, Grenzen zu setzen und Grenzen einzuhalten
- Lernen, Aggressionen zu steuern und sinnvoll damit umzugehen
- Emotionen erleben und ausleben
- Frustrationstoleranz steigern
- Selbstbeherrschung trainieren
- Selbstwertgefühl steigern
- Herausforderungen annehmen
- Sich als faire Teamplayer erleben
- Verantwortung für sich und seine Trainingspartner übernehmen
- Sich selbst als Teil einer Gruppe mit gemeinsamen Zielen erleben

Förderung der personalen Kompetenz

- Regeln vereinbaren und Regeln einhalten
- Fair sein
- Mit Sieg und Niederlage umgehen
- Kommunikationsfähigkeit fördern
- Wahrnehmungsfähigkeit fördern
- Konzentrationsfähigkeit fördern

Förderung kognitiver und motorischer Kompetenz

- Komplexe Bewegungsabläufe begreifen
- Koordination und Geschicklichkeit fördern
- Förderung von Kraftfähigkeit und Ausdauer

Förderung eines reflektierten Umgangs mit dem Thema Gewalt in der Schule

- Sensibilisierung für die verschiedenen Formen der Gewalt, die im Schulalltag auftreten können
- Sensibilisierung für Themen wie Mobbing und Ausgrenzung durch aktive, reflexionsfördernde Übungen
- Förderung des gewaltfreien Umgangs im Klassenverbund
- Förderung des Zusammenhaltes im Klassenverbund

Auszüge aus den Inhalten:

Rituale und Regeln einführen:

Rituale und Regeln stellen eine Hilfe für alle Beteiligten dar. Somit wird Sicherheit und Vertrauen geschaffen, um sich riskanteren und wagnisreichen Situationen stellen zu können. Soziales Verhalten aufgrund vereinbarter Regeln ist für jeden Schüler bindend und eine Voraussetzung für einen fairen und verantwortungsvollen Umgang miteinander.

Spiel- und Übungsformen ohne direkten Körperkontakt

Zunächst werden Übungen durchgeführt, die die Sinne ansprechen und Berührungssängste abbauen.

Spiel- und Übungsformen mit gesteigertem Körperkontakt:

Jeder Schüler entscheidet selbständig, wie stark er sich in die Gruppe einbringen möchte bzw. sich auf den Partner einlassen will (Lauf- oder Fangspiele).

Spiel- und Übungsformen mit direktem Körperkontakt:

Die Kinder treten in einen direkten körperlichen Kontakt miteinander (z.B. Schiebe- und Ziehwettkämpfe).

Spiel- und Übungsformen in unterschiedlichen sozialen Konstellationen:

Alle gegen alle, Zweikämpfe oder Team gegen Team sind unterschiedliche soziale Begegnungen mit jeweils eigenen Herausforderungen.

Vertrauensübungen:

Sie schaffen die Grundlage für eine vertrauensvolle und positive Grundstimmung innerhalb der Gruppe. Die Kinder werden sich zudem ihrer verantwortungsvollen Aufgabe bewusst.

Entspannungsübungen:

Durch entspannende Momente können Kinder wieder zur Ruhe kommen.

Reflexionsübungen, Gruppendiskussionen- und Rollenspiele

Zielgruppengerecht gestaltet und pädagogisch angeleitet sollen Schülerinnen und Schüler Gelegenheit bekommen, sich mit dem Thema „Gewalt in der Schule“ bewusst auseinandersetzen zu können.

Zielgruppe, und Rahmenbedingungen und Kosten:

Das Projekt richtet sich prinzipiell an Schülerinnen und Schüler der 6. Klasse im Klassenverbund, kann aber auch an ältere Jahrgänge angepasst werden. Das Projekt soll im Rahmen des Sportunterrichtes an Schulen angeboten werden. Projektdauer wird vorerst auf 6 Wochen mit einer Unterrichtseinheit (90 min. Sportunterricht) pro Woche angelegt.

Im ersten Durchlauf stellt der Judo Verein in Quadrath-Ichendorf Trainingsmatten für einen kleinen Kostenbeitrag zur Verfügung. Es entstehen keine weiteren Kosten, da das Projekt von der Mobilen Jugendarbeit der Stadt Bergheim selbst durchgeführt wird.