

Ju-Jutsu Selbstverteidigung im Schulsportunterricht

Schüler der Realschule Salzgitter-Bad erleben was stark und selbstsicher macht



Andreas Wagner bei der Erklärung und Durchführung einer Wurftechnik

Manchmal drehen Jugendliche ohne ersichtlichen Grund durch. Sie schlagen und prügeln wild aufeinander ein. Weg vom sinnlosen drauflos Prügeln, hin zur angemessenen Selbstbehauptung bzw. Selbstverteidigung war das Ziel von jeweils acht Unterrichtseinheiten im Rahmen des Schulsports der 7. Klassen der Realschule Salzgitter-Bad. Die fachlichen Inhalte gestaltete und vermittelte der Kinder- und Jugendtrainer des Ju-Jutsu-Vereins Salzgitter-Bad, Andreas Wagner.

Respektvoller Umgang miteinander, die Übernahme der Verantwortung für die Gesundheit des jeweiligen Trainingspartners, Selbstdisziplin und Fairness wurden von allen Teilnehmern ebenso eingefordert wie ein vernünftiger Umgangston. Beleidigungen, Schimpfwörter und Fäkalsprache war absolut verboten.

Der erfahrene Justizvollzugsbeamte Andreas Wagner, der vor allem lange Zeit im Jugendarrest tätig war, machte den Schülern und Schülerinnen sehr eindringlich klar, welche rechtlichen Konsequenzen übermäßige Härte und Körperverletzungen für den Täter haben können.

Viel Spaß hatten alle Beteiligten bei den für die meisten recht ungewohnten Übungen zur Förderung der Ausdauer, Beweglichkeit und Geschicklichkeit. Bei den vermittelten Selbstverteidigungstechniken war der Name Ju-Jutsu Programm. Ju-Jutsu bedeutet übersetzt so viel wie „sanfte Kunst“ und so vermittelte Wagner Techniken, mit denen die Schüler und Schülerinnen sich gegebenenfalls erfolgreich gegen Übergriffe zur Wehr setzen können, ohne dem Angreifer ernsthafte Verletzungen zuzufügen. Selbstverständlich mussten sich alle Schüler und Schülerinnen

zum Ende der Unterrichtseinheiten einem Leistungstest unterziehen, der bewertet wurde und dessen Ergebnis in die Schulsportnote einfließt. Hierbei zeigte sich, dass alle Kursteilnehmer in der Lage waren, die vermittelten Techniken gut bis sehr gut umzusetzen. Zum Abschluss des Unterrichts, hatten alle Schüler und Schülerinnen die Möglichkeit bei den verschiedensten Kampfspielen ordentlich Dampf abzulassen und ihr neu erworbenes Können auszutesten.

Der Ju-Jutsu-Verein Salzgitter-Bad bietet Seminare, Kurse und Unterrichtseinheiten zum Thema Gewaltprävention, Selbstverteidigung, Selbstschutz und Selbstbehauptung für alle Schulformen und Jahrgangsstufen nach Absprache an.

Lehrerfortbildungen und Grundlagenseminare für Lehrkräfte zu diesem Thema werden ebenfalls angeboten. Nähere Informationen erhalten Sie unter Tel. **05341 811197** bei Robert Ginsel oder unter **05341 941009** bei Andreas Wagner. Im Internet www.jjv-sz.de gibt es weitere Informationen zu den genannten Themenbereichen und dem gesamten Angebot des Vereins.