

Harald Lange/Silke Sinning

Kämpfen, Ringen und Raufen

im Sportunterricht

4. Auflage



Harald Lange/Silke Sinning

Kämpfen, Ringen und Raufen im Sportunterricht

4. Auflage

Limpert Verlag Wiebelsheim

Inhalt

Kämpfen als Thema für den Sportunterricht – Eine sportpädagogische Annäherung	9
1. Perspektiven für die Erziehung und Bildung	9
Fragen an das Phänomen „Kämpfen“	9
Zur Unwägbarkeit einer Thematik	10
Zwielichtigkeit pädagogischer Bewertungen	11
Vom „Spiel“ zum „Ernst“ und dann wieder zurück?.....	11
Die Leichtigkeit des „Kinderspiels“ (..)	13
(..) als Orientierungsgröße für sportpädagogisches Handeln.....	14
2. Zum Sachaspekt: Was ist und bedeutet Kämpfen?.....	14
Sachliche Zugänge zum „Kämpfen“	14
Wettkämpfen: Spannungsgeber im Sport	15
Zum gewissen „um Etwas“ im Wettkämpfen	15
Bedingungen sportlicher „Wett-Kämpfe“	16
Zum „Kämpferischen“ im Spiel	16
Zweikämpfen im Sport	17
Zweikämpfen: Spannungsgeber im Sport	18
Aufgaben für den Lehrer	18
3. Einschlägige Lernmöglichkeiten.....	19
Bewegungsproblem: Die Widerständigkeit des Gegenüber einschätzen lernen	20
Zum Umgang mit eigenen Grenzen.....	20
Perspektive: Eigenverantwortete Risikobereitschaft zeigen können	21
„Urwüchsige Lust“	21
Kämpfen als Wagnis.....	22
Identitätsfindung und Körpererfahrung.....	22
Kontaktaufnahme und Kommunikationsanlass.....	23
Gewaltprävention.....	24
Praxisteil	25
A. Körperkontaktspiele	27
Begrüßungstanz	28
Händeschütteln	29
Baumstamm	30
Sitzkreis.....	31
Amöbenspiel.....	32
Vampirtanz	33
Gordischer Knoten.....	34
Blindenschlange	35
Orgelpfeifen.....	36
Gruppenaufstand	37
Hochhebespiel	38
Raufen mit der Stimme	39
Um den Ball drehen.....	40
Sanitäterfangen.....	41
Rückenticken	42

„Ein Hühnchen rupfen“	43
Katz und Maus.....	44
Lianenkampf.....	45
Namen rufen.....	46
Drei Arme – zwei Beine.....	47
Fangen mit Helfer – Standprobe.....	48
Mit Körperkontaktkarten den Partner suchen.....	49
Raupensalat	50
Spiralbahn.....	51
Zusammenkleben	52
Magnet.....	53
Familiensuche.....	54
Wir gehören zusammen	55
Dinosaurierei transportieren	56
Marionettentänzen	57

B. Partnerkämpfe	58
Farbe erkennen	59
Körperteile abklatschen	60
Zeitung-Fechten	61
Komm auf meine Seite.....	62
Steh auf – setz dich	63
Luftballonjagd	64
Sumokampf	65
Schatzinsel.....	66
Ziehen und Schieben.....	67
Rückenschieben.....	68
Parteibandziehen zu zweit.....	69
Krone.....	70
Hahnenkampf.....	71
Heb das Bein!.....	72
Störrischer Widder.....	73
Kissenfechten	74
Armdrücken	75
Keulen umwerfen	76
Medizinballziehen	77
Medizinball-Rugby	78
Der gehütete Schatz.....	79
Kaninchen in der Höhle.....	80
Ringeln	81
Sensibles Standhalten	82
Au Backe!.....	83
Spinnenrangeln	84
Hakelkampf	85
Auf den Po schubsen	86
Kampf um den Kniestand	87
Liegestützkampf.....	88
Krebskampf.....	89
Rückenringkampf	90

Füße grabtschen	91
Beinhakeln	92
Die Uhr	93
Kampf um das Tuch	94
Kampf um den Ball	95
Fuß-Tauziehen	96
Kanaldeckel-Treten	97
Füßchen treten	98
Hände treffen.....	99
Standhaft bleiben!.....	100
Affenschaukel.....	101
Hockkampf	102
Rodeo	103
Mausefalle	104
Umarmen und Umschlingen	105
Medizinball-Tauziehen.....	106
Klemmball wegschlagen	107
Ineinander verstrickt	108
Wegschleifen und heranklimmen	109
Schulterdrücken	110
Aufstehen – Untenbleiben	111
Mützen mopsen	112
Bleib auf dem Teppich.....	113
Hol dir den Schnatz	114

C. Gruppenkämpfe	115
Löwenspiel	116
Wäscheklammern klauen	117
Partnerschaftliches Storchenhüpfen.....	118
Auf die Matte ziehen	119
Indianer zähmen Wildpferde	120
Riesenkrake.....	121
Raufbasketball.....	122
Touch down Raufen.....	123
Burgball.....	124
Möhrenziehen.....	125
Ringender Kreis.....	126
Ausbrechen	127
Melonenrollen	128
Linienkämpfen.....	129
Reiter-Krabbel-Kampf	130
Reiter-Huckepack-Kampf.....	131
Diebe fangen.....	132
Schildkrötenjagd	133
Kämpfender Kreis.....	134
Kreis sprengen	135
Sockenraub	136
Schatzwache.....	137
Drei-Felder-Kampf	138

Kampf um den Kreis.....	139
Kämpfende Rugby-Reihe.....	140
Kokosnüsse klauen.....	141
Matten schieben.....	142
Mattenkampf.....	143
König entführen	144
Letzter an Bord	145
Storchennest.....	146
Erdbeben	147
Krabbelkampf	148
Die Piraten kommen	149
Tauziehen in der Gruppe	150
Überleben am Nordpol.....	151
Im Papierverbund schieben	152
Polonaisefangen.....	153
Hände am Ring abticken.....	154
Romeo und Julia	155
Platztausch	156
Luftballon hochhalten.....	157
Spinnengewusel	158
D. Partnerentspannung	159
Bierdeckel-Entspannung.....	160
Rückenpost	161
Pizzabäcker	162
Umrise	163
Stempelkissen	164
Rückenmassage mit Kleingeräten.....	165
Partner „beatmen“	166
Bärenmassage	167
Handtuchschwingen	168
Den Arm des Partners führen.....	169
Der Wohlfühlzirkel	170
Entspannungsschaukel	171
Autowaschanlage	172
Menschenrüttelbank	173
Wetterlage	174
Literaturverzeichnis	175

Kämpfen als Thema für den Sportunterricht – Eine sportpädagogische Annäherung

Während der zurückliegenden Jahre hat die Sportpädagogik im Kämpfen ein neues Inhaltsfeld für den Sportunterricht entdeckt. Dort wird es unter der offenen Bezeichnung „Ringern und Raufen“ zum Thema eines sportartenübergreifenden Unterrichts gemacht und mit einer Reihe persönlichkeitsbildender und sozialisatorischer Wirkungshoffnungen kombiniert (siehe Abb. 1). Im Zuge der allgemein zu beobachtenden Abkehr vom Sportartendenken sind in diesem Zusammenhang allerdings keineswegs Lehrgänge, Übungs- und Trainingsformen der klassischen Kampfsportarten wie z. B. Judo, Karate, Ringen oder Boxen gemeint, sondern sportartübergreifende Aktivitäten, Aufgaben und Spiele, von denen man sich einschlägige Bildungs- und Erziehungswirkungen verspricht. In diesem Sinne lässt sich die Thematisierung des Kämpfens auch als Reaktion auf zahlreiche aktuelle, gesellschaftlich bedingte Problemlagen interpretieren.

Das Kämpfen soll (...)

- ⇒ der Aggressionsbewältigung
- ⇒ und der Gewaltprävention dienen.
- ⇒ Es soll Kinder „stark machen“, um sie vor Drogenmissbrauch zu schützen.
- ⇒ Kinder sollen über die Kampfschule von der Straße weg kommen und damit der Kriminalität fern bleiben.
- ⇒ Durch Kämpfen sollen sie motorisch geschickter, kräftiger und schlagfertiger werden.
- ⇒ Sie sollen Strategien entwickeln, so dass sie sich auch im „richtigen Leben“ durchsetzen und behaupten können.
- ⇒ Zu guter Letzt soll das Kämpfen Spaß machen und die Langeweile aus den Schulturnhallen vertreiben.

Abb. 1: Erwartungen und Wirkungshoffnungen zum Kämpfen.

Die Vielfalt an Wirkungshoffnungen legt es nahe, das vorliegende Buch zum „Kämpfen im Sportunterricht“ mit einem Theoriekapitel einzuleiten, in dem eine differenzierte sportpädagogische Auseinandersetzung und Diskussion mit den vermeintlichen Wirkungen erfolgt. Dies geschieht in drei Schritten und wird durchgängig mit methodischen Konsequenzen und Tipps für die Praxis aufgebrochen (Kästchen).

Im Anschluss an eine fragende Annäherung und pädagogische Auslegung des Phänomens „Kämpfen“ geht es im zweiten Schritt darum, den sachlichen Kern des Kämpfens herauszuarbeiten und im Spektrum des schulischen Sportunterrichts sowie der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen im Sportverein zu verorten. Daraus ergeben sich unmittelbar Perspektiven für schulische Bildungs- und Erziehungsprozesse, die in einem dritten Schritt bestimmt und hinsichtlich ihrer einschlägigen Lerngelegenheiten beleuchtet werden.

1. Perspektiven für die Erziehung und Bildung Fragen an das Phänomen „Kämpfen“

Wenn Kinder „kämpfen“, können Lehrende, die das verantworten wollen, ihre Wertungen in einem Spannungsfeld zwischen „gut“ und „böse“ vornehmen: Wie nahe liegt das Kämpfen am Thema Gewalt? Oder: Kann das Kämpfen der Kinder etwa ganz anders verstanden werden, d. h. verbergen sich vielleicht sogar pädagogische Chancen in diesem Tun? Für Letzteres ergeben sich vielversprechende Anhaltspunkte, wenn das Spielerische im Kämpfen der Kinder in den Blick genommen wird (vgl. Lange/Sinning 2003). Wie zeigt sich das Spielerische im Kämpfen? Woran genau kann das Spielerische festgemacht werden? Welche Qualitäten lassen sich da analysieren? Wann und warum „kippt ein Spiel um“ und wird zum Ernst? Wie lässt sich beispielsweise das Bauchkribbeln erklären, das

Kinder vor ihrem Kämpfen erleben? Steht das im Zusammenhang mit einer charakteristischen Lust am Kämpfen? Oder hat das etwas mit dem Eingehen besonderer Wagnisse zu tun? Was haben diese Erlebnisse mit den einschlägigen Körpererfahrungen, die man beim Kämpfen machen kann, zu tun? Wie genau stellt man sich auf seinen Kampfpartner ein? Liegt im Kämpfen nicht auch eine besondere Art der Kommunikation und des körperbezogenen Dialogisierens begründet? Wie genau keimt Interesse im und am Kämpfen auf? Steht dieses Interesse mit dem originären Bewegungsproblem in Verbindung? Welches sind charakteristische Bewegungsprobleme im Kämpfen? Und welche Möglichkeiten für die Inszenierung lassen sich daraus ableiten?

Zur Unwägbarkeit einer Thematik

Die bis hierher gestellten Fragen weisen unmissverständlich darauf hin: Beim Kämpfen handelt es sich in vielerlei Hinsicht um etwas höchst Unwägbares. So wissen die Kontrahenten und Zuschauer spannender Kämpfe nie so recht, wie ein Kampf ausgehen wird, wer den Platz als Gewinner oder als Verlierer verlassen muss. Kämpfe nehmen oft unvorhersehbare Wendungen, der Zufall und das Glück spielen zuweilen eine Rolle und plötzlich gelingt dem bis dahin ins Hintertreffen geratenen Kämpfer doch noch ein „lucky punch“, wie man im Boxen einen plötzlichen KO-Schlag nennt, und er verlässt den Ring als Sieger.

Die Sachstruktur des Kämpfens ist immer auch durch den Zufall und durch Glück-/Pechsituationen gekennzeichnet. Achten Sie also bereits in der Planung des Unterrichts darauf, dass der Zufall im Verlauf der Spiele und Kämpfe eine Rolle spielen kann und bieten Sie den Schülern Gelegenheiten, diese Offenheit auch als solche wahrzunehmen, zu diskutieren und akzeptieren zu lernen (z. B. im Zuge von Gesprächsphasen).

Abb. 2: Zur Relevanz des Zufalls.

Ähnliches gilt für den Kanon möglicher Bewertungen, Ängste und Wirkungshoffnungen, die dem Kämpfen entgegen gebracht werden. Schließlich verhält es sich mit dem Kämpfen anders als mit der biologischen Anpassung an überschwellige Trainingsbelastungen. D. h. regelmäßiges Kämpfen führt nicht zwangsläufig zur Bildung mündiger, starker und selbstbewusster Persönlichkeiten. Anders herum gedacht aber auch nicht zur Förderung von Brutalität, Rohheit und Gewaltbereitschaft. Kurzum, beim Kämpfen handelt es sich zunächst einmal um Sport-, Spiel- und Bewegungshandlungen, die hinsichtlich ihrer persönlichkeitsbildenden Konsequenzen unzureichend dosierbar und deshalb in dieser Hinsicht offen sind.

In sportdidaktischer Hinsicht kann dieser offene Sachverhalt in der Metapher einer Waage treffend veranschaulicht und modelliert werden (vgl. Abb. 3). Die Waage pendelt dabei zwischen zwei Polen. Auf der einen Seite steht der Sportler (Kämpfer) mit all seinem Können und bisher gesammelten Bewegungserfahrungen. Auf der anderen Seite die jeweilige Sache (z. B. ein Ringkampf oder ein Zweikampf im Fußball) mit all den daran gebundenen, neuen Erfahrungsmöglichkeiten. Hinter diesem Neuen verbirgt sich für den Sportler etwas Reizvolles und zugleich Unwägbares, was sich in Hinblick auf die Metapher der Waage (Abb. 3) im unbestimmten Pendeln zwischen den beiden Polen zeigt. Dieses unbestimmte Pendeln zwischen dem „eigenen Können“ einerseits und dem „Reiz des Neuen“ andererseits wird von den Sportlern – anders als ein einseitiges Ausschlagen und Liegenbleiben der Waagschalen – als spannend und attraktiv erlebt.

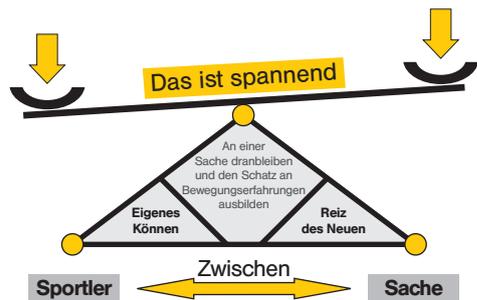


Abb. 3: Unwägbarkeit des Kämpfens.

Zwielichtigkeit pädagogischer Bewertungen

Die oben skizzierte Unwägbarkeit setzt sich in der pädagogischen Auslegung und Bewertung des Kämpfens fort. In diesem Sinne wird es von Erwachsenen mitunter als etwas Zwielichtiges empfunden, wenn Kinder mit- und gegeneinander kämpfen. Der erzieherisch bedeutsamen Perspektive des unmittelbaren Spürens und Bewirkens eigener Kräfte in Auseinandersetzung mit der Widerständigkeit eines Kampfparkers wird die Aussicht auf Prügelei, Gewalt und „blutig geschlagene Nasen“ gegenübergestellt. Angesichts dieser Ambivalenz mag als vorschnelle Konsequenz die Entscheidung reifen, diese Form der körperlichen Auseinandersetzung aus den Schulen und dem Sportunterricht zu verbannen. Das fand vielerorts auch lange Zeit statt, wobei sich seit einigen Jahren vor allem in Feldern, wie z. B. der Jugendsozialarbeit, Bewegungstherapie und der Sportpädagogik die Bemühungen verstärken, das Kämpfen aus dem „dunklen“ Randbereich herauszuholen.

Aufgrund der gegebenen Zwielichtigkeit fällt eine pädagogische Einordnung des Kämpfens nicht immer leicht, was man auch an der enormen Vielzahl der dem Kämpfen entgegengebrachten Erwartungen ablesen kann. Die hieraus zusammenzustellenden Listen positiver Erwartungshoffnungen (vgl. u. a. Gerr 1982; Beudels/ Anders 2001; 2003; Olivier 1995) sind mindestens ebenso lang wie die, auf denen die möglichen Ängste, Sorgen und Gefahren stehen könnten. Auch wenn der wirkliche Wert des Kämpfens angesichts dieser enormen Auslegungs- und Bedeutungsbreite nicht exakt bestimmt werden kann, so kann an dieser Stelle zumindest festgehalten werden, dass es sich beim Kämpfen um eine überaus intensive Praxis handelt, deren Betreiben Spuren zu hinterlassen vermag. Um welche Spuren und Wirkungen es sich letztlich handelt, liegt also nicht im Kämpfen an sich, sondern in der Art und Weise seiner Inszenierung. Die erhofften Wirkungen werden keineswegs im Sinne einer kampfbefogenen Rezeptologie auf den Weg gebracht, sondern lediglich mit Blick auf die Situation, die Voraussetzungen bei den Schülern und den konkreten sozialen und motorischen Anforderungen, die das Kämpfen an die

Schüler stellt, herausgefunden. Genau solche Zusammenhänge sollen im Folgenden weiter hinterfragt und vertieft werden.

Wenn nicht das Kämpfen an sich, sondern „nur“ die Art und Weise der Inszenierung erzieherische Spuren und bildende Wirkungen bei den Schülern zu hinterlassen vermögen, dann müssen wir unsere Aufmerksamkeit auf dramaturgische Elemente des Unterrichts richten. Z. B. auf:

- Das Schaffen einer angemessenen Unterrichts-atmosphäre
- Die Moderation der Spiele und Aufgaben durch den Lehrer
- Die Gespräche zwischen den Schülern
- Das Finden, Festlegen und Einhalten von Regeln

Abb. 4: Relevanz der Inszenierung.

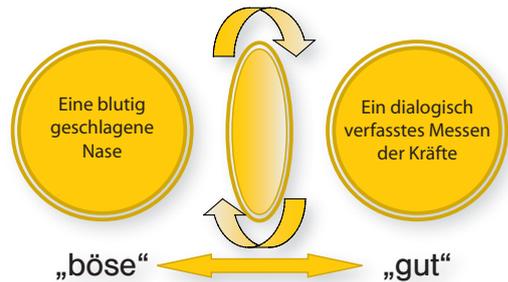


Abb. 5: Ambivalenz des Kämpfens.

Vom „Spiel“ zum „Ernst“ und dann wieder zurück?

Das spielerische Moment lässt sich zunächst an der oben skizzierten grundlegenden Ambivalenz des Kämpfens festmachen. Man kann das Kämpfen nämlich sowohl mit einer „blutig geschlagenen Nase“ als auch mit dem „dialogisch verfassten Messen der eigenen Kräfte im Vergleich zu denen eines Partners“ in Verbindung bringen. Viele Kampf-szenen würden deshalb auch aus pädagogischer Sicht negativ bewertet werden, während in anderen genau das Gegen-

teil, ein gewisser pädagogischer Wert, erkannt wird. Die hier verborgene Doppeldeutigkeit des Kämpfens garantiert für ein gewisses Maß an Unsicherheit, da sich die Grenzen des Kampfverlaufes im Vorhinein niemals exakt festlegen lassen.

Wenn Sie das Kämpfen zum Thema Ihres Unterrichts machen möchten, sollten Sie – gemeinsam mit den Schülern – ein der Sache angemessenes und verbindliches Regelwerk finden und festlegen. Dabei sind drei Regeln besonders wichtig:

1. Der Kampf beginnt erst dann, wenn beide Kämpfer signalisiert haben, dass sie für den Kampf bereit sind!
2. Ich darf meinem Partner niemals wehtun!
3. Wenn mein Partner STOPP ruft, dann wird der Kampf sofort beendet!

Abb. 6: Regeln finden.

Neben den grundlegenden Regeln zum Handlungsablauf beim Kämpfen (vgl. Abb. 6) sind zusätzlich noch weitere sicherheitsgebende Voraussetzungen zu erfüllen. So sollte zu Beginn einer Unterrichtsstunde zum Kämpfen darauf geachtet werden, dass jeglicher Schmuck abgelegt und auch die Schuhe ausgezogen werden müssen. Diese „Ordnungsregeln“ sollten unbedingt frühzeitig angekündigt werden, so dass bei den Kindern kein Unbehagen entsteht, wenn sie plötzlich die Schuhe ausziehen und barfuß oder in Socken gegeneinander kämpfen müssen. Eventuell sollte der Lehrende immer einige Ersatzsocken bereithalten, die sich die Kinder gegebenenfalls noch zusätzlich über ihre Socken ziehen können.

Auch wenn sich bestimmte Verlaufsmöglichkeiten (bzw. Auswüchse) mithilfe eines sicherheitsgebenden Regelwerks mehr oder weniger ausschließen lassen, bleiben viele Situationen,



Wenn mein Partner während des Kampfes „STOPP!“ ruft, muss der Kampf sofort unterbrochen werden!

Abb. 7: STOPP-Regel.

die die Kämpfenden während ihres Tuns erleben können, für mehrere, unterschiedliche Deutungen offen. Beispiele dieser Mehrdeutigkeiten und die dazugehörigen, von Kindern ausgehandelten bzw. entwickelten Lösungen können sehr gut im alltäglichen Spiel der Kinder beobachtet werden, wozu wir im Folgenden zwei Fallgeschichten geben wollen, die im Zuge einer ethnographischen Studie zum Spiel der Kinder erhoben wurden (vgl. Klenk 2003) und deren Hintergrund wir zwischen den beiden Polen „Spiel“ und „Ernst“ abstecken.

Zwei Mädchen auf dem Spielplatz

Auf einem Spielplatz befindet sich neben der Rutsche ein kleiner Balancierbalken. Ich beobachte zwei Mädchen, die jeweils an den beiden Enden des Balkens aufsteigen, anschließend bis in die Mitte des Balkens gehen und dort, scheinbar nach einem bestimmten Startzeichen, versuchen, sich gegenseitig herunterzuschubsen. Sie wiederholen das einige Male. Die beiden Mädchen haben ähnliche Staturen, und deshalb gewinnt mal die eine und mal die andere. Am Anfang gehen sie etwas zaghafter, vorsichtiger miteinander um, und zunehmend werden sie forscher bei ihrem „Kampfspiel“. Sobald eines der Mädchen unten ist, rennen sie schnell wieder an die Balkenenden und beginnen von neuem (vgl. Klenk 2003; Z.: 297-312).

Vier Jungen auf dem Schulhof

Ich beobachte weiterhin vier Jungen: zwei von ihnen hängen aneinander, der dritte versucht die beiden zu trennen und der vierte schaut dazwischen. Das „Aneinanderhängen“ ist so zu verstehen, dass der eine der beiden Jungen die Kapuze der Jacke des anderen festklammert. Der dritte Junge versucht wiederum, mit seiner Hand, welche er einsetzt, als wäre sie ein „Hackebeil“, diesen Klammergriff durchzuschlagen. Als er die beiden auseinander hat, stellt sich der vierte Junge zwischen sie. Sie lachen alle bei diesem Spiel, es wirkt jedoch so, als wäre die Gefahr groß, dass das Spiel „umkippt“ und zu Ernst, in Form von Aggressivität wird. Denn der eine Junge geht immer wieder, zwar lachend, aber trotzdem ziemlich rabiat auf den Jungen mit der Kapuze los und versucht, diese wieder zu erwischen. Die anderen beiden Jungen versuchen den Angegriffenen zu beschützen, welcher nicht besonders zufrieden wirkt (vgl. Klenk 2003, Z.: 668-679).

Vergleichbare Szenen entdeckt man jeden Tag in vielen verschiedenen Varianten, wobei das Spielerische am Kämpfen in der zuerst skizzierten Szene zum Vorschein kommt: Die beiden Mädchen versuchen auf dem Balancierbalken heraus zu finden, wo ihre Grenzen im Vergleich zur Geschicklichkeit und Stärke der Spielpartnerin liegen. Wenn sie für sich allein balancieren, finden sie das mitunter viel schneller heraus. Tun sie es jedoch zu zweit und gegeneinander, dann kommt eine gewisse Unwegsamkeit, nämlich die Kraft und Gewandtheit des Partners, hinzu. Genau darauf müssen sich die beiden Mädchen einstellen, was für sie sehr spannend und herausfordernd ist. Da mal die eine und beim nächsten Mal die andere der Kämpferinnen gewinnt, bleibt die Aufgabe interessant, weshalb die beiden Kinder nach jedem „Abwurf“ schnell zum Start zurück laufen und engagiert von Neuem beginnen. Im zweiten Beispiel ist das jedoch ganz anders. Hier sind die Chancen ungleich verteilt, denn das Ziehen an einer Jackenkapuze, die sich am Rücken des Gegenübers befindet, schafft andere Ausgangsbedingungen. Der Jun-

ge, an dessen Kapuze gezogen wird, ist eindeutig im Nachteil. Das Gleichgewicht der Kräfte ist also auf die Seite des „Ziehenden“ hin verschoben. Hier sind es nicht, wie bei den Mädchen, die körperlichen Kräfte, die in jedem einzelnen Kampf unausgeglichen sind, sondern die Bedingungen des Kampfes, die von vornherein immer zugunsten des Angreifers ausgelegt sind. Deshalb muss der angegriffene Junge die Aktionen des Angreifers regerecht erleiden, er bleibt dabei passiv und erlebt die Situation deshalb völlig anders als die beiden Mädchen, die sich bei jedem Kampf spielerisch miteinander verständigen. Weil der angegriffene Junge dies vermutlich nicht auf Dauer akzeptieren kann, ist die Gefahr groß, dass das Spiel umkippt und zum „Ernst“ wird (vgl. Klenk 2003).

In jedem Unterricht, in dem das Kämpfen zum Thema gemacht wird, besteht – ebenso wie im Alltag – die Gefahr, dass das Spiel zum Ernst umkippt!

Thematisieren Sie dieses Phänomen in einer der ersten Reflexionsphasen des Unterrichts und lassen Sie die Schüler Anhaltspunkte bestimmen bzw. kritische Situationen festhalten, in denen dieses Umkippen passiert.

Abb. 8: Die Gefahr des „Umkippens“ als Gegenstand der Reflexion.

Die Leichtigkeit des „Kinderspiels“ (...)

Die beiden Mädchen haben eindrucksvoll gezeigt, dass sich Kinder von ganz allein in ihre Spiele und Kämpfe vertiefen können, weil es ihnen gelingt, die Spannung ihres Bewegens in der Unwegsamkeit des Kämpfens zu finden. Genau diese Kompetenz sollte auch Sportpädagogen interessieren, denn das im Alltag beobachtbare Bewegungsverhalten der Kinder lässt den Schluss zu, dass sie die Kompetenz besitzen, ihren Bewegungsraum selbstbestimmt und verantwortungsvoll zu erweitern, indem sie mit ihren Bewegungen neugierig experimentieren

und mit den sich dabei ergebenden Freiheiten variations- und einfallreich spielen. In Hinblick auf das Thema „Kämpfen“ heißt das auch, dass sie sich auf die Interessen und Fähigkeiten der Kampfpartner einstellen können und dabei auch den Partner zum Zuge kommen lassen und ihm keinesfalls nur den eigenen Willen aufzwingen. Genau dann wäre das Spiel nämlich zu Ende bzw. es bestünde die Gefahr, dass es umkippt und zum „Ernst“ wird, was anhand des Beispiels mit den „Kapuzen ziehenden Jungen“ aufgezeigt wurde.

Im weiteren Verlauf der Unterrichtseinheit lassen sich möglicherweise auch Beispiele und Fallgeschichten zur Ambivalenz von „Spiel und Ernst“ aus dem Alltag der Kinder finden und sammeln. Sie könnten durchaus zum Gegenstand von Unterrichtsgesprächen gemacht werden.

Wie geht ihr im Alltag mit solchen Situationen um? Wer hat schon einmal eine gute Lösung für so eine Problemlage gefunden?

Abb. 9: Alltagserfahrungen zum Thema von Unterrichtsgesprächen machen.

(...) als Orientierungsgröße für sportpädagogisches Handeln

Wenn die soeben skizzierte Leichtigkeit im Kämpfen und Spielen als erste Orientierung für die Planung von Sportunterricht herangezogen werden soll, gilt es zunächst die zugrunde liegende Interessenlage der Schüler differenzierter herauszuarbeiten. Diese ist untrennbar an die originären Bewegungsprobleme des Kämpfens gebunden, die wir zum Abschluss dieses Theoriekapitels beleuchten möchten. Zuvor muss aber der Sachaspekt genauer in den Blick genommen werden, denn wir wollen schließlich herausfinden, wie die „Sache“ Kämpfen im Horizont der Kinder thematisiert werden kann. Angesichts der hier gegebenen Komplexität empfiehlt es sich bei dieser Analyse einen Fokus auf besonders auffällige Phänomene zu legen. Wir werden dies im Folgenden mit Blick auf das

Wettkämpfen und das Zweikämpfen tun und stecken damit einen Rahmen ab, der an vielen Stellen die Reichweite des „handgreiflichen“ Kämpfens übersteigt und weite Teile des Sporttreibens betrifft.

2. Zum Sachaspekt: Was ist und bedeutet Kämpfen?

Sachliche Zugänge zum „Kämpfen“

Kinder kennen die sachliche Dimension des „Kämpfens“ aus verschiedenen Zusammenhängen. Sie werden beispielsweise durch die Medien beinahe rund um die Uhr mit Kampfszenen konfrontiert, sei es in Spiel- und Actionfilmen oder bei Trickfilmen wie z. B. „Tom und Jerry“. Darüber hinaus prägen die sportlichen Zweikämpfe der Erwachsenen das Sportprogramm der Fernsehsender, weshalb sie den Kindern ebenfalls bestens bekannt sind. Sie haben das Kämpfen aber auch schon in zahlreichen Situationen und Variationen am eigenen Leib erfahren und selbst an kleineren Handgemengen, Raufereien und Schubereien mehr oder weniger aktiv teilgenommen. Wenn man solche Szenen z. B. auf dem Schulhof oder auf der Straße beobachtet, fällt zumeist auf, dass es dort keineswegs immer um Gewalt und Aggression geht. Im Gegenteil, wie in Anlehnung an die Metapher einer Waage bereits gezeigt wurde, wird das Kämpfen von Kindern in der Regel als etwas Aufregendes erlebt. Der Verlauf und das Ergebnis bleiben zumeist ein Stückweit offen und genau in dieser Unsicherheit und Ungewissheit gründet letztlich das Herausfordernde am Kämpfen. Wer sich auf einen Kampf einlässt, der sucht Antworten auf Fragen, die zwar nicht immer existenzieller Natur, aber zumeist doch sehr wichtig sind. Beispielsweise: Wie stark und geschickt bin ich heute? Ist mein Kampfpartner stärker oder geschickter als ich? Was muss ich tun, damit er sich auf meinen Kampfstil einlässt? Gelingt es mir ihn zu foppen? Wie wechsle ich aus der Defensive in die Offensive? (...?). Antworten auf solche Fragen werden im Verlauf kindlicher Kämpfe immer wieder neu gefunden und die daran gebundene Offenheit und Ungewissheit erinnern an die Anforderungsstruktur des Spiels (vgl. Lange/Sinning 2003). Dieser besondere,

kämpferisch verspielte Moment geht weit über die Inhaltsdimension klassischer Kampfsportarten, wie z. B. Judo oder Boxen, hinaus und kennzeichnet weite Bereiche des Sporttreibens und des „Sich-Bewegens“ und wird vor allem in zwei Dimensionen sichtbar, die im Folgenden differenziert betrachtet werden sollen: Im Wettkampf und im Zweikampf (vgl. Abb. 10).

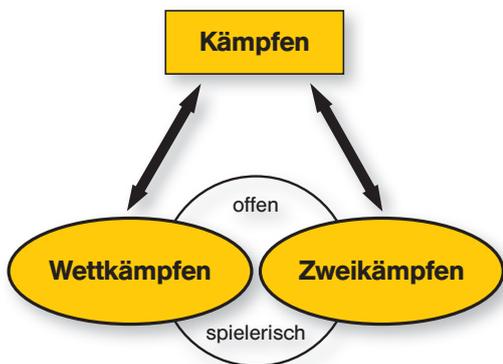


Abb. 10: Sachliche Dimensionen des Kämpfens.

Wettkämpfen: Spannungsgeber im Sport

Wer schon einmal einen Leichtathletik- oder Schwimmwettkampf bestritten, oder an einem Ligaspiel im Fuß- oder Handball teilgenommen hat, der weiß um die besondere Spannung des Wettkampfsports. Von der Wortbedeutung her gesehen geht es einerseits um eine kämpferische Auseinandersetzung mit einem oder mehreren Gegnern und andererseits deutet die Wortsilbe „wett“ darauf hin, dass man auf den Ausgang des Kampfes wetten können muss. Und Wetten sind nur dann sinnvoll, wenn der Ausgang offen bleibt und der Gewinner nicht schon im Vorhinein feststeht. Vor diesem Hintergrund lassen sich auch solche Gefühle erklären, wie sie Wettkämpfer aus dem Umfeld ihrer Startvorbereitungen (Kribbeln im Bauch) oder im Moment des Zieleinlaufes (aufkommende Euphorie) her kennen. In diesen Fällen setzen sie sich mit der Offenheit des Wettkampfausgangs auseinander. Sie wissen allerdings bis zu diesem Zeitpunkt lediglich um die Abläufe und Mühen ihrer Vorbereitung, sprich ihres Trainings. Das mag dem einen oder anderen die Sicherheit geben, die notwendig ist, wenn man sich einer

Prüfung oder einem Wettkampf (z. B. einem Marathonlauf) stellen möchte. Es reicht aber noch nicht aus, um ein Gefühl völliger Sicherheit zu vermitteln, denn in wirklichen Wettkämpfen bleibt immer etwas offen und unwägbar. Aus diesem Grund wird der Wettkampf vor allen von denjenigen als herausfordernd und attraktiv erlebt, die sich gern im Spannungsfeld zwischen Sicherheit und Freiheit bewegen, und deshalb in den Anforderungsstrukturen sportlicher Wettkämpfe ein spannendes Handlungsfeld für sich entdecken können.

Solange es gelingt, den Wechsel aus Spannung und Entspannung aufrecht zu erhalten, werden Wettkämpfe als etwas Attraktives erlebt. Sobald jedoch der Verlauf dieses Spannungsbogens von den Kindern antizipiert und weitgehend nachvollzogen werden kann, wird der Unterricht langweilig. Der Ausgang eines Spiels oder der Verlauf eines Kampfes müssen deshalb immer ein Stückweit offen bleiben. D.h. die Schüler müssen im wahrsten Sinne des Wortes darauf „wetten“ können. Aus diesem Grund empfiehlt es sich, die Anforderungsstruktur bekannter Spiele und Kämpfe immer wieder neu anzugehen und durch Variationen zu verändern.

Abb. 11: Auch in bekannten Aufgaben Spannungsbögen aufbauen.

Zum gewissen „um Etwas“ im Wettkämpfen

Mit Blick auf den schulischen Sportunterricht kann und muss der Bogen an dieser Stelle allerdings noch ein wenig weiter gespannt werden, denn das anregende Moment des Wettkampfgedankens geht deutlich über die Sphäre des Wettkampf- und Leistungssports hinaus und spiegelt sich in der gesamten Bewegungspraxis wieder. Im Sporttreiben von Kindern und Jugendlichen fallen dabei vor allem die Gegenstände bzw. die Bedeutungen auf, um die jeweils gekämpft wird. Es geht im Wettkämpfen immer „um etwas“ und diesem „Etwas“ kommt ein sehr hoher Stellenwert zu.

Bei diesem „Etwas“ kann es sich um eine Wette handeln, also klassisch um den Sieg und damit um den Prestigegewinn. Es kann aber auch der Vergleich im Vordergrund stehen, d.h. es wird um bestimmte Rollen gekämpft, so dass der Jugendliche seine Stellung in der Gruppe festigen oder ausbauen kann. Schließlich geht es auch noch darum, die eigenen Leistungen zu überbieten, um die individuellen Grenzen zu erfahren (vgl. Abb. 12).

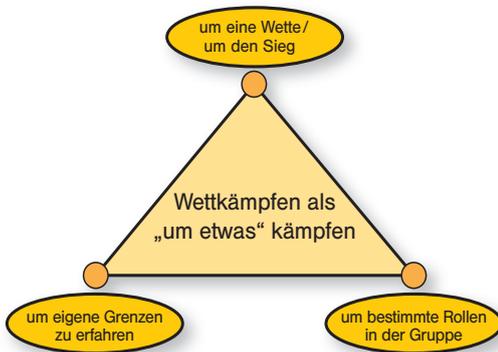


Abb. 12: Reiz des Wettkämpfens.

Vergewissern Sie sich als Lehrer und lassen Sie sich die Schüler darum vergewissern, um was gerade gekämpft wird.

Ist es wirklich für alle Beteiligten das gleiche? Oder verstehen sich die beiden Kampfpartner gerade miss, weil sie in derselben Kampfsituation um Verschiedenes kämpfen?

Abb. 13: Zum Vergewissern um das „Etwas“.

Bedingungen sportlicher „Wett-Kämpfe“

Das Gelingen von Wettkämpfen ist immer an bestimmte Bedingungen geknüpft. So ist beispielsweise die Leichtathletik durch klare Regeln und exakte Zeiten, Weiten oder Höhen charakterisiert. Außerdem sind die Ausgangsvoraussetzungen eindeutig und für alle gleich, so dass sich dadurch ganz genau und individuell feststellen lässt, wer der Beste bzw. Bessere ist. Der

Sieg wird entsprechend einer Person zugesprochen und die Reihenfolge der nachfolgenden Plätze sowie die damit verbundenen Leistungen zeigen den individuellen Leistungsstand auf und erlauben Rückschlüsse auf Leistungsunterschieden zwischen den beteiligten Sportlern. Aus einer Niederlage erfolgen somit offensichtliche Rückmeldungen, aus deren Analyse gegebenenfalls einschlägige Konsequenzen für den weiteren Verlauf von Lern- und Trainingsprozessen gezogen werden können. Wie vielseitig das Bedingungsgefüge eines Wettkampfes, z.B. in der Leichtathletik, sein kann, wird in Abb. 15 zusammengefasst.

Wenn die Grenzen der eigenen Leistungsfähigkeit klar und bekannt sind, kann man im weiteren Verlauf des Lern- und Übungsprozesses selbstständig und eigenverantwortlich am Verschieben dieser Grenzen arbeiten.

Aus diesem Grund ist es zuweilen sinnvoll, wenn die Schüler nach diversen Spielen und Aufgaben die einschlägigen Bedingungen, die dort jeweils von Bedeutung waren, herausarbeiten und die Differenz zu ihrem bisherigen Könnensstand bestimmen.

Abb. 14: Persönliche Grenzen herausfinden.

Zum „Kämpferischen“ im Spiel

Im Bereich der Mannschaftssportarten und Sportspiele sind solche individuellen Rückkopplungen nur bedingt möglich. Dort ist das Kind bzw. der Kämpfer Teil des mannschaftlichen Gefüges und kann auch nur so gut sein, wie es die Spielsituation, die Mitspieler und nicht zuletzt auch die gegnerische Mannschaft zulassen. Deshalb ist es auch entsprechend schwierig herauszufinden, wer denn nun in kämpferischer Hinsicht der Beste im Training oder im letzten Wettkampf gewesen ist und somit maßgeblich zum Erfolg der Mannschaft beigetragen hat. Trotzdem lassen sich auch in diesem komplexen Feld Anhaltspunkte für kriteriengeleitete Reflexionen heraus kristallisieren. Auch wenn sich die kämpferischen Leistungen der Spieler nicht in dersel-



Abb. 15: Bedingungen leichtathletischen Wettkämpfers.

ben Weise eindeutig messen lassen wie z. B. deren Fitnessstatus, so ist es für den Lehrenden (bzw. Trainer) als auch für die Mannschaft trotzdem wichtig, auch in diesem Bereich die individuellen Potenziale jedes Spielers zu bestimmen und im Training zu fördern, um sie letztlich im Gefüge der mannschaftlichen Leistung optimal einzubinden.

Zweikämpfen im Sport

Nachdem in den bis hierher skizzierten Ausführungen zum Wettkämpfen das Moment des „Wetten-Könnens“, also die an die Offenheit des Ausgangs und Verlaufs gebundene Spannung zum Thema gemacht wurde, soll der Fokus im Folgenden weitergehend konzentriert werden, indem wir uns dem Zweikämpfen im Sport widmen.

Im Wort Zweikampf steckt zum einen der Begriff des „Kampfes“, d.h. es geht um eine Auseinandersetzung. Zum anderen ist das Wort „zwei“ enthalten, welches verdeutlicht, dass es sich um eine direkte Herausforderung und Kontroverse mit einem Gegner handelt. Auch diese Grund-

situation kann für besondere Spannung im Sport garantieren, die von Zuschauern, Trainern, Lehrern und vor allem von den Zweikämpfern als anregend empfunden wird. Dabei muss – ähnlich wie beim Wettkämpfen – etwas dafür getan werden, um diese Attraktivität auch erleben zu können. An dieser Stelle kommt die Didaktik ins Spiel, denn im Folgenden wollen wir nachzeichnen, was das Attraktive im Zweikämpfen ist und welche Aufgaben sich für den Lehrer stellen, wenn er das zum Thema seines Unterrichts machen möchte.

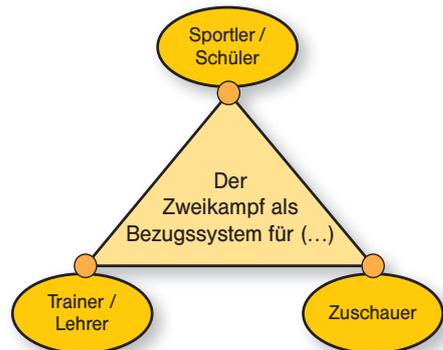


Abb. 16: Unterschiedliche Perspektiven des Zweikämpfers.

Begrüßungstanz

Aufbau/ Organisation:

Die gesamte Halle dient als Tanzraum. Es wird Musik gespielt.

Aufgabe:

Die Kinder tanzen kreuz und quer durch die Halle. Sobald die Musik angehalten wird, begrüßen sie den Tänzer, der ihnen gerade am nächsten steht.

Mit dem Anhalten der Musik nennt der Spielleiter einen Körperteil (z.B. Hand, Po, Ellenbogen, usw.), mit dem sich die beiden Tänzer zur Begrüßung berühren.

Nachdem die Begrüßung erfolgt ist, spielt die Musik weiter.

Variationen/ eigene Ideen:

- Je nach Gruppengröße kann das Spielfeld verkleinert werden, z. B. auf die Grenzen des Kampffeldes (Matten).
- Die Kinder können ihre eigene Musik mit in den Sportunterricht bringen.



Händeschütteln

Aufbau / Organisation:

Die gesamte Halle dient als Lauf- bzw. Spielfeld. Alle Teilnehmer laufen ohne Vorgaben durcheinander.

Aufgabe:

Die Teilnehmer laufen kreuz und quer über die Matten bzw. durch die Halle und schütteln sich abwechselnd links und rechts unter Nennung ihres Vornamens die Hände.

Variationen / eigene Ideen:

- Je nach Gruppengröße kann das Spielfeld verkleinert werden, z. B. auf die Grenzen des Kampffeldes (Matten).
- Zur Begrüßung kann mit jedem Händeschütteln eine Verbeugung integriert werden.



Baumstamm

Aufbau/Organisation:

Es werden Dreiergruppen gebildet, die sich einen freien Platz in der Halle suchen.

Aufgabe:

Ein Kind steht steif wie ein Baum zwischen den beiden anderen Kindern, die sich den „Baum“ durch sanftes Anstupsen einander zupendeln. Wichtig bei der Einführung ist ein zunächst ganz sanftes und vorsichtiges Bewegen des „Baumes“ mit geringer Amplitude.

Variationen/eigene Ideen:

- Die Amplituden des Baumstammpendelns werden von den Teilnehmern situativ verändert (zu Beginn langsam vergrößert und später variiert). Wichtig dabei ist, dass sich der „Baumstamm“ sicher fühlen kann.
- Die Gruppen können vergrößert werden, so dass sich mehrere Kinder einen Baumstamm zupendeln.
- Wer kann im Laufe der Übung die Augen schließen?



Sitzkreis

Aufbau / Organisation:

Alle Kinder spielen gemeinsam und legen in der Hallenmitte eine Mattenfläche aus.

Aufgabe:

Alle Kinder stellen sich hintereinander in einem Kreis auf und legen die Hände auf die Schultern des Vordermannes. Dann werden 2 bis 3 kleine Schritte in Richtung Kreismitte gemacht, so dass alle ganz eng zusammen stehen. Auf ein Zeichen hin setzen sich alle auf die Oberschenkel des Hintermanns und die gesamte Gruppe versucht, diese Stellung so lange wie möglich zu halten.

Variationen / eigene Ideen:

- Zwei Gruppen treten gegeneinander an. Wer hält am längsten den Sitzkreis?
- Es wird Musik gespielt und bei Musikstopp ruft der Spielleiter eine Zahl, die größer als 4 ist. Die entsprechende Anzahl von Kindern findet sich und versucht, einen Sitzkreis zu bilden. Setzt die Musik wieder ein, dann lösen sie ihren Sitzkreis auf und laufen weiter.
- Kann die Gruppe auf Kommando der Lehrkraft vorwärts gehen?





„Kämpfen, Ringen und Raufen“ erlebt im Sportunterricht eine Konjunktur – nicht nur im Rahmen von Kampfsportarten, sondern insbesondere als ein pädagogisch einsetzbares und motorisch vielfältiges Bewegungsfeld, bei dem die Schüler spielerisch lernen können, ihre Kräfte miteinander zu messen und sich zu respektieren.

Hierzu finden Lehrer und Übungsleiter in diesem Buch 144 Spiele und Bewegungsaufgaben. Die Spiele und Aufgaben sind nach den Kategorien „Körperkontaktspiele“, „Partnerkämpfe“, „Gruppenkämpfe“ und „Partnerentspannung“ aufgeteilt und können somit zur Einstimmung, als Schwerpunkt und als Ausklang einer Sportstunde eingesetzt werden.

Alle Spiele und Aufgaben sind einprägsam bebildert, so dass sich ihr Ablauf leicht nachvollziehen lässt. Ein Praxisbuch zum Einsatz in Schule und Verein.

Dr. Harald Lange ist Professor für Sportwissenschaft an der Universität Würzburg. Zu seinen Arbeitsschwerpunkten zählen sportpädagogische, didaktische, bewegungswissenschaftliche Fragestellungen. Außerdem liegt sein Forschungsschwerpunkt in der Fanforschung. Er gründete ein Bewegungslabor an der Universität Würzburg und ist Autor zahlreicher fachdidaktischer Aufsätze.

Dr. Silke Sinning ist Professorin für Sportwissenschaft an der Universität Koblenz-Landau. Ihre Arbeitsschwerpunkte liegen im Bereich der Sport- und Bewegungspädagogik sowie im Feld der Spieltheorie. Weitere Forschungsschwerpunkte liegen im Bereich Mentoring im Sport und der Genderforschung. Außerdem bearbeitet sie sportpädagogische und -soziologische Fragen im Kontext des E-Sports.



ISBN 978-3-7853-1974-1
Best.-Nr. 343-01974

www.limpert.de