

---

Autor/in: Keim / Walter / Mörsch  
Titel: Kampfkunst als Ventil für Aggressivität und Gewalt.  
Körpertraining für Schüler/innen und Lehrer/innen  
Quelle: Kooperationstagung der ajs und GEW am 25.10.2005 in Stuttgart

Am Dienstag, 25.10.2005, haben Eugen Keim, Präventor bei der 5. BPA Böblingen, Jens Walter, Zugführer EZ 511 und Angelika Mörsch, Lehrerin und Fachberaterin für BWL und Sport an der Gottlieb-Daimler-Schule I in Sindelfingen, zwei Workshops zu dem Thema "Möglichkeiten der Präventionsarbeit an Schulen - Ventil für Gewalt und Aggressionen durch Zusatzsport Kampfkunst Ju-Jitsu" durchgeführt

Teilnehmerkreis waren Lehrerinnen und Lehrer, Sozialpädagoginnen und Sozialpädagogen, sowie Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter aus dem gesamten Landesgebiet Baden-Württemberg.

Bei diesen Workshops wurde den Teilnehmerinnen und Teilnehmern aufgezeigt, wie mit Schülerinnen und Schülern das Projekt "Aggressions- und Gewaltabbau durch Zusatzsport" durchgeführt wird. Hierbei schlüpfen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Workshops in die Rollen der Schülerinnen und Schüler.

Mit viel Begeisterung und Spaß waren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bei der Sache. Spielerisch wurden sie an die fünf Elemente von Ju-Jitsu (sanfte Kunst) herangeführt:

1. Wind = "Siegen durch Nachgeben"
2. Erde = sicherer, fester Stand, Verbindung zum Boden, seinen Standpunkt haben
3. Himmel = aufrecht durchs Leben gehen
4. Feuer = mit Leidenschaft und Begeisterung die Dinge tun (seinen Beruf ausüben), aber auch schocken
5. Wasser = fließen, in Bewegung bleiben

Vor allem sollten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihren eigenen Körper wahrnehmen und spüren, um ein besseres Körpergefühl zu erhalten.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer empfanden die Workshops als sehr praxisnah, da sie gleich einen Eindruck gewinnen konnten, wie der Unterricht mit Schülerinnen und Schülern abläuft.