

„Kung Fu ist eine großartige Form der Gewaltprävention“ Kampfkunst-AG an der Grundschule Powe

Walter Schmidt ist Sportler und sportbegeistert durch und durch. Er ist erfahrener Jugend-Vereins-Trainer mit der C-Fußball-Lizenz und er trainiert und lehrt seit mehr als 50 Jahren Kampfsport und Kampfkünste. Und er mag es, sein Wissen und seine Leidenschaft an die Jugend weiterzugeben.

Als pädagogischer Mitarbeiter an der Grundschule Powe bietet er unter anderem die AG „Kung Fu -

Selbstverteidigung für Kinder“ an.

„Aus meinen langjährigen Erfahrungen als Trainer bin ich der Überzeugung, dass gerade die asiatischen Kampfkünste gut dazu geeignet sind, Kindern und Heranwachsenden eine Lebensphilosophie mitzugeben, von der sie in vielfältiger Weise profitieren können“, sagt Schmidt. Ein zentraler Trainingsschwerpunkt ist nämlich, Aggressionen kontrollieren und kanalisieren zu können und zu lernen, die eigenen Emotionen besser zu verstehen. Oberstes Gebot der Kung Fu-AG ist auch das strikte Einhalten von Regeln. Dazu gehört etwa, das Erlernte grundsätzlich nicht außerhalb des Trainings einzusetzen, wenn, dann nur zur Selbstverteidigung. Dabei soll natürlich nicht provoziert werden, um in diese Situation zu kommen. „Es gilt immer die Weisheit 'Der Klügere gibt nach'", sagt Schmidt. Und wer nicht bereit sei, sich an die Regeln zu halten, der werde vom Training ausgeschlossen. „Das ist aber in all den Jahren der Kung Fu-AG an der Grundschule Powe noch nicht vorgekommen“, bestätigt er.

Ansprechpartner für Redaktionen:

Dirk Meyer, -Pressesprecher-
Tel. : 05406 5 05 – 22, Mobil: 01512 7022663
Fax : 05406 5 05 – 39, Mail: presse@belm.de
Internet: www.belm.de

Während seiner Trainingsstunden fordert er auch von den kleineren Kindern Disziplin. Beginn ist immer mit einem kurzen Gesprächskreis, dann folgen Atem- und Lockerungsübungen. Hierbei besteht Trainer Schmidt auch auf die nötige Ruhe bei den Kids. Wer stört, bekommt die Gelbe Karte, wer zweimal stört, muss vorübergehend auf die Bank. Bei den anschließenden Übungen von Hand- und Fußtechniken und den kurzen kontaktfreien Kampftrainings darf es dann etwas „wuseliger“ zugehen.

„Viele Kinder sind immer wieder überrascht und auch begeistert, wenn sie erfahren wie wertvoll es sein kann, seinen Körper wahrzunehmen, und welche positiven Auswirkungen diszipliniertes und konzentriertes trainieren von anspruchsvollen Techniken auf ihren Alltag haben kann“, macht Walter Schmidt deutlich. Und wer die Trainingsstunden der Kung Fu-AG beobachtet, sieht auch, dass die Kinder Freude an der Bewegung haben und offenbar auch kein Problem mit Regeln und Disziplin haben. Schmidt: „Ich denke, Kung Fu für Kinder ist eine großartige Form der Gewaltprävention“.

Auch Kinder, die tiefer in diese Sportart einsteigen möchten, werden von Schmidt gefördert. Einmal im Halbjahr können die Kids nämlich sogar ganz offizielle Gurtprüfungen im Kung Fu ablegen und somit später im Vereinssport schnell Fuß fassen.

Vorschlag für die BU „PM Kung Fu-AG GS Powe-1“:

Konzentration und Körperspannung: Wenn Trainer Walter Schmidt in der Kung Fu-AG der Grundschule Powe die Trainingsanweisungen gibt, hören die Schülerinnen und Schüler aufmerksam zu. Fotos: Gemeinde Belm/D. Meyer

Vorschlag für die BU „PM Kung Fu-AG GS Powe-2“:

Auch die jüngsten Kung Fu-Sportler an der Grundschule Powe können im kontaktfreien Kampftraining in ihrer AG schon zeigen, was sie gelernt haben.