

Judo lehrt den respektvollen Umgang

Wohlen Anstatt Turnkleider tragen die Viert- und Fünftklässler Kimonos. Seit letztem Oktober trainieren die Kinder der Primarschule im Sportunterricht Judo. Respekt und Vertrauen sollen so auf eine andere Weise gelernt werden.



Nina-Lou Frey

Kein Einzelfall

Auch in anderen Schulen ist Kampfsportunterricht als Gewaltprävention ein Thema. Im Schulhaus Dennigkofen in Ostermundigen etwa trainieren Erstklässler wöchentlich Skema. Diese Kampfkunst läuft unter dem Oberbegriff Kung-Fu. Das Unterrichtsklima sei zuvor sehr unruhig gewesen und es habe ein gewisses Gewaltpotenzial bestanden, sagt Schulleiter Björn Engler. Das habe sich durch die Skema-Lektionen verbessert. Erwin Sommer, Amtsvorsteher bei der kantonalen Erziehungsdirektion, erklärt: «Es gibt kein Patentrezept für ein gutes Unterrichtsklima.» Wenn Gewaltpotenzial da ist, plädiert Sommer bei jüngeren Kindern für präventive Massnahmen statt für Kampfsportunterricht. Eventuell müsse eine

Training auf farbigen Matten: Die Schule Hinterkappelen versucht, mit Judounterricht Reibereien unter den Kindern vorzubeugen. Bild: Stefan Anderegg

In der Turnhalle der Primarschule in Hinterkappelen ist es aussergewöhnlich still. 42 Kinder reihen sich in einer Linie auf. Sie tragen weisse Kimonos und sind barfuss. Nur der Judolehrer Dirk Radszat trägt einen schwarzen Gurt. Er geht auf die Knie, verbeugt sich und sagt dabei «rei», eine japanische Grussform. Die Fünftklässler imitieren das Begrüssungsritual.

Seit letztem Oktober läuft das Projekt, Judo während einer Sportlektion zu unterrichten. «Die beiden Parallelklassen hatten hin und wieder Streit, und es kam zu Raufereien», sagt Lehrerin Brigitte Wyss-Emch, die das Projekt initiiert hat. Auch in ihrer Klasse seien Raufereien vermehrt ein Problem gewesen. Da kam das Angebot der Stiftung Trako wie gerufen.

Seit 2011 organisiert Trako Judoprojekte an Schulen. Sergei Aschwanden, Judoka und Bronzemedallengewinner an den Olympischen Spielen 2008, hat die Stiftung ins Leben gerufen. «Als Kind war ich hyperaktiv und geriet in die eine und andere Schlägerei», sagt Aschwanden. Seine Eltern haben ihn deswegen ins Judo geschickt. «Dort lernte ich, mich zu kontrollieren», sagt er. Genau das ist das Ziel des Projektes: Gewaltprävention und Konfliktmanagement.

Schon weniger Streit

Der Judolehrer Dirk Radszat versammelt die Kinder um sich und beginnt von den Judowerten zu sprechen – Respekt, Wertschätzung, Vertrauen und Mut gehören dazu. «Indem wir uns nach jedem Kampf die Hände schütteln, zeigen wir Respekt gegenüber dem Partner und seiner Leistung», sagt Radszat. Dann fordert er einen Jungen auf, mit ihm eine Übung vorzuzeigen. «Wir müssen immer darauf achten,

Heilpädagogin oder ein Erziehungsberater beigezogen werden.

Artikel zum Thema

Pädagogisch wertvoller Kampfsport



Niederbipp Die Schüler besuchen jede Woche eine Lektion Judo. Das Angebot von Judoka Sergei Aschwanden ist beliebt. Sowohl bei den Kindern als auch bei den Lehrern. [Mehr...](#)
Deborah Rentsch. 30.01.2016

Ninjutsu – die Kampfkunst der Ninja

Bern Der japanische Kampfsport Ninjutsu soll dazu verhelfen, dass man sich in heiklen Situationen zu verteidigen weiss. In Bern wird dieser Sport derzeit von 15 Athleten ausgeübt. [Mehr...](#)
Von Annic Berset 30.03.2016

dass wir den Gegner nicht verletzen.» Der Junge legt sich auf den Boden, und Radszat macht eine spezielle Rolle über ihn. Am Schluss schlägt er mit der Hand auf die Matte. «Damit wird der Schwung abgefangen und der Rücken geschont.»

**Indem wir uns nach jedem
Kampf die Hände schütteln,
zeigen wir Respekt gegenüber
dem Partner und seiner
Leistung.**

Dirk Radszat, Judolehrer

«Hajime», sagt Radszat, und das Training ist eröffnet. Die Fünftklässler verteilen sich und üben die Form. «Ich lerne mich zu wehren, ohne dass ich sofort zuschlage», sagt Tiziano. «Ich kämpfe gerne», wirft Rubin dazwischen. «Es ist ein guter Ausgleich zum langweiligen Sitzen und Zuhören.» Elin, die in der Nähe steht, ist nicht genauso überzeugt: «Ich mag den normalen Sportunterricht lieber.»

Judolehrer Radszat lernte über seinen Sport, wie er anderen Menschen begegnet. «Judo ist eine Lebensschule», sagt er. Das A und O des Sports seien seine Werte und Regeln. Diese möchte er den Kindern mitgeben. Wyss-Emch baut sie im Unterricht ein, «ich merke schon jetzt, dass die Kinder anders miteinander umgehen». Die Raufereien seien weniger geworden, und die Kluft zwischen den zwei Parallelklassen habe sich geschlossen.

Nun die Gemeinde

Die Fünftklässler schlüpfen jede Woche und die Viertklässler alle vierzehn Tage in die Kimonos. Kimonos und Matten werden von der Stiftung gratis ausgeliehen, die Schule übernimmt zurzeit die Kosten für dieses Präventionsprojekt. Sie möchte das Projekt im nächsten Schuljahr weiterführen, kann aber die 6000 Franken künftig nicht mehr aus ihrem Fonds beisteuern. Stattdessen müsste die Gemeinde das Geld direkt investieren.

Ob dies gemacht wird, ist noch nicht klar, wie Gemeindepräsident Bänz Müller (SP) erklärt. Man warte nun auf einen Antrag des Schulleiters und werde diesen wohlwollend unterstützen. «Ich finde das Projekt toll und setze mich dafür ein, dass es weitergeführt werden kann», stellt Müller in Aussicht.

Ab in die Garderobe

Die Lektion ist bald um. Die Kinder versorgen die 170 Judomatten und stellen sich wieder in einer Linie auf. Sie verbeugen sich, schütteln Radszat und Wyss-Emch die Hand und düsen in die Garderobe. (Berner Zeitung)

Erstellt: 23.01.2017, 09:08 Uhr