

Judoabteilung – SG Eltmann

Abteilungsleiter

Edgar Riedl
An den Wolfhecken 59
97499 Donnersdorf

Tel.: 09528 / 263 ; Email: Edgar.Riedl@judo-eltmann.de
Homepage: www.judo-eltmann.de



Liebe Eltern

Donnersdorf, im September 2007

Judo spielend lernen, ein Leitfaden für die Ausbildung der 5 bis 7 – Jährigen

Rangeln macht Spaß. Rangeln und Raufen sind Bestandteile der kindlichen Entwicklung. Die dabei entstehende Nähe ist für viele Kinder ein lustvolles Erlebnis und Abenteuer.

Das Programm „Judo spielend lernen“ wendet sich vor allem an die Zielgruppe der 5 – bis 7 – Jährigen. Kinderärzte und Therapeuten haben die positiven Wirkungen des Judos schon lange erkannt. Bereits 1998 forderte der bekannte Familientherapeut Jan – Uwe Rogge „Rangelzonen im Kindergarten“. Er sieht Judo neben der Ergotherapie als ein weiterführendes Angebot für Kinder und Jugendliche mit Problemen in der eigenen Körperwahrnehmung.. Judo bietet weitreichende kinästhetische und taktile Anreize. Aggressionen können in Rituale eingebunden sinnvoll ausgelebt werden. Deshalb wird Judo heute als geeignete Sportart für Vor – und Grundschulkindern gesehen.

- Judo kann helfen, die Koordination und das Körperempfinden zu verbessern und möglicherweise bestehende Bewegungsdefizite auszugleichen
- Judo fördert das Einfühlungsvermögen der Kinder und beugt damit Gewalthandlungen vor.
- Judo macht Werthaltungen wie Respekt, Standhaftigkeit, Mut usw. erfahrbar.

Judo bemüht sich in traditioneller Weise neben der Vermittlung von Judotechniken gleichzeitig um die Realisierung erzieherischer Grundsätze. Voraussetzung, dass diese Erziehungsziele erreicht werden, ist ein von pädagogischen Grundsätzen geleiteter Judounterricht.

Das vom Deutschen Judo Bund entwickelte Konzept „Judo spielend lernen“ möchte

- die kindliche Bewegungsfreude altersgemäß fördern und damit einen Beitrag zur Gesunderhaltung und Gesundheitsförderung von Kindern leisten.
- die motorische und koordinative Leistungsfähigkeit von Kindern gezielt fördern und damit einen Beitrag zur Unfallverhütung leisten.
- Kinder dazu anregen sich mit ihren eigenen Bewegungen und ihrem Körper auseinander zu setzen, dadurch das Selbstwertgefühl steigern und eine positive KörperEinstellung vermitteln.
- die soziale Kompetenz fördern, durch die Kooperation aber auch die Auseinandersetzung mit einem Übungspartner bzw. der Übungsgruppe.

Diese Förderung soll möglichst schon im Vorschulalter einsetzen, um Kindern in einer zunehmend eingegrenzten Bewegungswelt altersgerechte Angebote machen zu können. Judo ist eine technisch komplexe Sportart, die zielgerichtet erst ab etwa dem 7. Lebensjahr erlernt werden kann. Die erste Gürtelprüfung kann demzufolge erst ab dem vollendeten 7. Lebensjahr abgelegt werden.

Vorrangiges Ziel des Programms für 5 – 7 Jährige ist es deshalb, zum Judo hinzuführen, Judotechniken stehen zunächst noch im Hintergrund.

Die motorischen Förderschwerpunkte dieses Konzepts liegen in:

- den Grundfertigkeiten Laufen, Springen und Rollen,
- der Kräftigung der Rumpf und Stützmuskulatur,
- der Gleichgewichtsschulung und der Raum – Lage – Orientierung,
- der Rhythmusfähigkeit und
- in der Entwicklung des Bewegungsempfindens.

Mit freundlichen Grüßen