



Coronafechten Februar-2

Übungen zum Ausdrücken und Fitbleiben für die Fechterinnen und Fechter der Bambinigruppe und alle, die auch Lust dazu haben.

Hallo zusammen!

Ola meus queridos! (Portugiesisch)

Dajia hao! (Chinesisch)

Bonjour à tous! (Französisch)

Hello everybody! (Englisch)

Marhabaan jamieana! (Arabisch))

Vsem privet! (Russisch)

Sabhee ko namaskaar! (Hindi)

Es gibt ein sehr schönes Buch für Kinder und Erwachsene, das heißt: „**Wenn die Welt ein Dorf wäre...**“

Darin wird die Welt als kleines Dorf gezeigt, mit nur 100 Einwohnern. Das kann man sich gut vorstellen, oder?

Tatsächlich leben nämlich auf der Erde mehr als 7 Milliarden und 500 Millionen Menschen – das sind 7.500.000.000. Eine

Wahnsinnszahl!

Hundert Menschen können gut in einem Dorf leben. Man kann dort sehr viel von seinen Nachbarn lernen. Die Umstände, wie die Menschen in diesem Dorf leben, unterscheiden sich sehr voneinander. Das geht schon bei den Sprachen los. Es gibt fast 6.000 Sprachen in dem Weltdorf, aber fast die Hälfte der Einwohner spricht eine der Sprachen, in denen wir euch heute begrüßt haben. Eigentlich gibt es in dem Weltdorf kein Mangel an Nahrung. Wenn

alle Nahrungsmittel (erinnert ihr euch, was wir euch das letzte Mal darüber erzählt haben?) gleichmäßig aufgeteilt wären, hätte jeder genug zu essen. Aber sie sind nicht gleichmäßig aufgeteilt und es gibt Dorfbewohner, die Hunger haben.

Was für euch selbstverständlich und manchmal sogar lästig ist, nämlich zur Schule gehen zu können, ist für einige Kinder in dem Dorf nicht möglich. Sie müssen für ihre eigene Familie arbeiten: Im Haus oder auf dem Bauernhof. Manche Kinder sind auch Kinderarbeiter, die auf dem Feld und in der Fabrik arbeiten müssen und manchmal auch in Minen, was sehr gefährlich ist...

Wenn es so viele Unterschiede aber auch Gemeinsamkeiten gibt, wie ist es dann mit dem Sport? Was wäre, wenn wir Kinder aus unterschiedlichen Ländern beim gemeinsamen Training oder beim Wettkampf treffen würden, sozusagen in einem Fechtendorf? Was würden sie uns berichten, wie sie zum Fechten gekommen sind?

In Frankreich beispielsweise gehen die Kinder sehr lang zur Schule. Nur mittwochs geht der Unterricht bis 14:00 Uhr und dann ist Zeit für Sport, Musikunterricht und so weiter...

Vereinssport, so wie wir ihn bei uns in Deutschland kennen, gibt es da nicht so oft. Sportarten, wie Fechten lernen die Kinder oft in der Schule kennen. Wer gut ist, kann in einem Zentrum trainieren, davon gibt es eine ganze Menge in Frankreich.

Sportschulen an denen Kinder lernen und ihren Sport leistungsmäßig betreiben können, gibt es in vielen Ländern. Manche „Sporttalente“ kommen aus ärmeren Familien und da sind die Leute froh, wenn die Ausbildung ihrer Kinder vom Staat übernommen wird. In Ländern wie China geht es da



manchmal sehr hart zu. Die Kinder müssen sehr hart trainieren und Erfolg haben, um auf so einer Schule bleiben zu dürfen. Für Spiel und Spaß bleibt da wenig Zeit.

Aber natürlich haben sie genauso Träume wie ihr und der Sport hilft ihnen vielleicht dabei einige davon zu verwirklichen.

Früher kamen viele Weltmeister und Olympiasieger im Fechten aus Deutschland und vor allem aus Europa. Jetzt kommen sie genauso aus Afrika, Amerika und Asien und es ist toll zu sehen, wie sie bei Wettkämpfen miteinander fechten und sich verstehen und was sie durch den Sport alles gelernt haben und an andere weitergeben können.

Wiradech Kothny ist so ein Fechter: Er ist als Kind mit seiner Mutter aus Thailand nach Deutschland gekommen und hat hier Fechten gelernt. Bei den Olympischen Spielen in Sydney holte er im Säbelfechten die Bronzemedaille im Einzel und auch mit der Mannschaft. Bei der Siegerehrung im Mannschaftswettbewerb zog er den Ersatzmann **Eero Lehmann** mit auf das Podest und schenkte ihm seine Medaille (wir haben euch schon gesagt, dass der Ersatzmann genauso wichtig ist, wie die anderen Fechter in einem Fechtteam).

Später ist er zurück nach Thailand gegangen und hat viele tolle Sachen gemacht, beispielsweise beim Aufbau eines Fischerdorfes geholfen, das bei einem Tsunami völlig zerstört wurde. Er hat nicht vergessen, wie gut er es in Deutschland hatte und was er alles durch das Fechten gelernt hat. Heute ist er Trainer in Thailand und trainiert Kinder und Jugendliche.

„Fechten macht zu Freunden untereinander.“ Ihr werdet es sehen, wenn ihr irgendwann Wettkämpfe besucht oder auch einfach mit Kindern aus anderen Vereinen trainiert :-)

Jetzt verlassen wir unser (Fecht-) Weltdorf und kehren zurück ins verschneite Sachsen.

Bevor der Schnee wieder weg ist, tobt nochmal richtig darin herum!

Vielleicht so:

ÜBUNG 1:

Bewegt euch im Schnee und spürt seinen Widerstand.

ÜBUNG 2:

Verfolgt Spuren im Schnee.

ÜBUNG 3:

Baut kleine Hindernisse mit Schnee und überspringt diese.

ÜBUNG 4:

Stapft durch den Schnee und zeichnet dabei Muster (Figuren, Buchstaben, Zahlen, Wörter), die andere Personen erraten müssen.

ÜBUNG 5:

Versucht Fechtschritte im Schnee zu machen (ist im Tiefschnee sehr anstrengend).

ÜBUNG 6:

Rollt und dreht euch im Schnee und zeichnet im Liegen durch Bewegen der Arme und Beine einen Engel.

ÜBUNG 7:

Werft Schneebälle auf ein Ziel.

ÜBUNG 8:

Baut auf Zeit verschieden Objekte (Iglus, Schneemänner und – frauen).

ÜBUNG 9:

Spielt „Pistenmaschine“ und versucht gleichzeitig im Wettstreit mit einer anderen Person zwei vorher markierte Schneequadrate mit unberührtem Schnee flach zu walzen.

ÜBUNG 10:

Baut euch eine Bobbahn und versucht sie im Sitzen, auf dem Bauch liegend, kniend und stehend herunterzurutschen.

Wenn ihr wieder zuhause seid, macht es euch gemütlich! Vielleicht habt ihr noch Lust, eine Runde „**Stadt, Land, Fluss**“ zu spielen (Tabelle s.u.), immerhin würde das zu unserem Thema von heute passen.

Für den Start in die Schule wünschen wir euch alles Gute!

Liebe Grüße von Herrn Fehri, Josefine und Brigitte

