



Diese Nachwuchsringer haben das Wieselabzeichen bereits erlangt: Urkunde, Medaille und Aufnäher sind der Lohn.

Fotos: DRB

Das Wieselabzeichen

BEMERKENSWERTE VIELFALT

Um Kindern einen zusätzlichen Anreiz zu geben, die Sportart Ringen zu erlernen, haben der Deutsche Ringer-Bund e. V. (DRB) und der Meyer & Meyer Verlag im Jahr 2014 das sogenannte „Wieselabzeichen“ eingeführt. In der *BETRIFFT SPORT* 4/2015 wurde dieses „Belohnungssystem“ bereits kurz vorgestellt. Für diese Ausgabe sprach Claudia Pauli ausführlich mit Lothar Ruch über das Wieselabzeichen. Lothar Ruch gehörte von 1979 bis 1985 dem Nationalkader Ringen griechisch-römischer Stil an und fungierte von 1985 bis 2002 als Bundestrainer. Seit 2009 ist er als Funktionstrainer im Deutschen Ringer-Bund Bildungsreferent (Leiter der Lehr- und Ausbildungskommission) und Wissenschaftskordinator.

Claudia Pauli: „Wie kam es eigentlich zur Einführung dieses Abzeichens?“

Lothar Ruch: „Das Wieselabzeichen ist im Zuge der Erstellung der Kinderbücher ‚Ich lerne Ringen‘ und ‚Ich trainiere Ringen‘ entstanden. Das Wiesel war als Leitfigur noch nicht im Zusammenhang mit Kinderbüchern besetzt, daher haben wir uns dafür entschieden. Es begleitet die

Leser gewissermaßen durch die Buchreihe. Während der Überlegungen zu den Büchern sind wir im Deutschen Ringer-Bund zu der Erkenntnis gekommen, dass es im DRB kein einheitliches Abzeichnungssystem bzw. keine anderen Anreize für Kinder gibt, über kleine Abzeichen ihren Lernfortschritt unter Beweis zu stellen. Da kamen wir auf die Idee, das Wieselabzeichen einzuführen.“

Claudia Pauli: „Worum handelt es sich beim Wieselabzeichen genau?“

Lothar Ruch: „Das Wieselabzeichen entspricht inhaltlich den beiden erwähnten Büchern ‚Ich lerne Ringen‘ und ‚Ich trainiere Ringen‘ – insbesondere ‚Ich lerne Ringen‘. Es wird vom Deutschen Ringer-Bund ausgegeben und richtet sich an Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren.“



ICH LERNE RINGEN / ICH TRAINIERE RINGEN



Die hier vorgestellten Bücher sind speziell für Kinder geschrieben – und zwar für all jene, die sich der Sportart Ringen verschrieben haben. Während sich „Ich lerne Ringen“ an Mädchen und Jungen richtet, die gerade erst mit dem Ringen begonnen haben, sind Zielgruppe von „Ich trainiere Ringen“ Heranwachsende, die bereits etliche Trainingsstunden und auch Turniere absolviert und das „Wieselabzeichen“ abgelegt haben.

In „Ich lerne Ringen“ findet der junge Leser zahlreiche ganz allgemeine Informationen über seine „neue Lieblingssportart“, er wird aber selbstverständlich auch in die Techniken – im Stand wie am Boden – sowie in Abläufe im Rahmen eines Wettkampfs eingeführt. Dies geschieht jeweils auf kindgerechte Weise – mit leicht verständlichen Erläuterungen sowie vielen Fotos und anschaulichen Abbildungen. Hinweise dazu, wie man „ein guter Ringer wird“ (Ziele setzen, erforderliche Fertigkeiten, Übungen zur Verbesserung von z. B. Kondition und Kraft etc.) und was man zum Ringen benötigt (Trikot, Schuhe, Trainingskleidung etc.), sowie Tipps für eine gesunde Lebensweise, Informationen zum „Wieselabzeichen“ und ein Quiz runden die Ausführungen ab.

„Ich trainiere Ringen“ baut auf den ersten Techniken der Grundausbildung im Standringen und Bodenringen auf. Das Autorenteam gibt zahlreiche Hinweise zur optimalen Ausführung und Anwendung bestimmter Techniken und erläutert u. a., wie sich die Leistungsentwicklung dokumentieren lässt. Ergänzend erfahren die Nachwuchsringer, wie sie im Kampf taktisch klug vor- und mit Wettkampfdruck umgehen. Allgemeine Informationen zum Ringen sowie Tipps für eine gesunde Ernährung und zur Wettkampfvorbereitung sind ebenfalls Inhalt dieser Publikation. „Begleitet“ werden die jungen Leser in beiden Büchern von Fritz, dem Wiesel – Namensgeber des „Wieselabzeichens“.

CP

Ich lerne Ringen

Katrin Barth & Lothar Ruch

Reihe: Ich lerne ... Ich trainiere ...

Meyer & Meyer Verlag, 2015

ISBN: 978-3-89899-919-9

Preis: 16,95 Euro

Ich trainiere Ringen

Katrin Barth & Lothar Ruch

Reihe: Ich lerne ... Ich trainiere ...

Meyer & Meyer Verlag, 2013

ISBN: 978-3-89899-787-4

Preis: 14,95 Euro



Die Fortbildungen zum Wieselabzeichen sind sehr praxisnah angelegt.

Das Wieselabzeichen gilt als Einstieg für die Jüngsten im DRB. Es stellt aber auch eine Möglichkeit für die Vereine dar, in Kooperation mit Schulen und in Schulprojekten das Interesse der Kinder an der Sportart Ringen zu wecken und den Kindern und Eltern, aber auch den Lehrkräften und anderen Pädagogen den Weg in den Ringerverein aufzuzeigen.“

Claudia Pauli: „Wie kann man das Wieselabzeichen erlangen?“

Lothar Ruch: „Der Erwerb des Wieselabzeichens des DRB wird in zwei Stufen unterteilt: Teil 1 ist das Wieselabzeichen-Grundlagen, Teil 2 ist das Wieselabzeichen-Techniken. Der Erwerb des Wieselabzeichens-Grundlagen ist die Voraussetzung für die zweite Stufe des Wieselabzeichens. Wichtig ist generell: Für die ersten Prüfungen zum Wieselabzeichen-Grundlagen oder

-Techniken sollten die Kinder über einen angemessenen Zeitraum diese Grundlagen und Techniken trainieren. Beispiele für die Ringer-Grundlagen werden im Fachbuch ‚Ich lerne Ringen‘ vorgestellt und – im Optimalfall – in einem Trainings- bzw. Schulhalbjahr geübt. Bei der Prüfung wird aus jedem vorgegebenen Bereich mindestens eine Übung demonstriert. Im Hinblick auf den Erwerb des Wieselabzeichens-

Techniken erlernen die Kinder mindestens zehn Stand- und fünf Boden-

techniken mit einer adäquaten kindgerechten Ausführung. Die Techniken sind ebenfalls aus dem Repertoire von ‚Ich lerne Ringen‘ auszuwählen. Bei der Prüfung, also bei der Abnahme des Wieselabzeichens-Techniken, werden die Techniken von den Kindern demonstriert. Die Techniken können für die Prüfung von den Kindern selbst ausgewählt werden.“

Das Wiesel führt als Leitfigur durch die Fachbuchreihe.





Die Urkunde für das Wieselabzeichen-Grundlagen



Die Urkunde für das Wieselabzeichen-Techniken

Claudia Pauli: „Inwiefern werden die Kinder ‚belohnt‘, wenn sie das Wieselabzeichen abgelegt haben?“

Lothar Ruch: „Derjenige, der das Wieselabzeichen abgenommen hat, kann beim DRB-Generalsekretariat für die betreffenden Kinder eine Urkunde, eine kleine Medaille und einen Aufnäher anfordern. Die Kinder sind immer sehr stolz, wenn sie diese Auszeichnungen überreicht bekommen. Urkunde, Medaille und Aufnäher gibt es sowohl für Teil 1 des Wieselabzeichens als auch für Teil 2.“

Claudia Pauli: „Wer sich ein wenig näher mit dem Wieselabzeichen befasst, stellt schnell fest, dass die Sportart Ringen sehr vielfältig ist ...“

Lothar Ruch: „In der Tat! Sie legt gewissermaßen Grundlagen für alle anderen Sportarten. Das Wieselabzeichen hält

daher auch ein sehr großes Übungspertoire bereit, das sich auf alle motorischen Fähigkeiten bezieht, welche Kinder in dem betreffenden Alter gebrauchen können. Laufen, balancieren, fallen, rollen, wälzen, stützen, fassen, greifen, heben, tragen, ziehen und schieben sind nur einige Beispiele für Bereiche, die im Zusammenhang mit dem Wieselabzeichen-Grundlagen angesprochen werden. Gleichzeitig geht es z. B. um die Vermittlung von Werten – z. B. Achtung vor dem Partner/Gegner/der Gruppe – sowie um die Entwicklung von Selbstvertrauen. Dabei soll alles viel Spaß machen.“

Claudia Pauli: „Wer darf das Wieselabzeichen abnehmen?“

Lothar Ruch: „Die Berechtigung zur Abnahme des Wieselabzeichens besitzen alle aktiven Vereinstrainer mit einem Bildungsabschluss im Ringen. Sportlehrer

und andere Pädagogen können im Rahmen einer speziellen Fortbildung durch den DRB ein entsprechendes Zertifikat erwerben. Die Lehrkräfte sind derzeit allerdings noch auf die Abnahme des Wieselabzeichens-Grundlagen beschränkt. Um auch die Techniken anbieten zu können, ist eine Sonderausbildung erforderlich. Im Zusammenhang mit dem Wieselabzeichen-Techniken steht im Fokus, die Kooperation von Schulen mit Vereinen zu stärken, sodass dann Vereinstrainer zusammen mit den Lehrkräften im Unterricht oder in Arbeitsgemeinschaften für Teil 2 des Wieselabzeichens üben.“

Claudia Pauli: „Hatten im Jahr 2015 Lehrkräfte die Möglichkeit, die Lizenz zum Erwerb des Wieselabzeichens-Grundlagen zu erlangen?“

Lothar Ruch: „Wir haben z. B. im September an der Sportschule Hennef eine



Lothar Ruch (2. v. r.) zeigt den Teilnehmern an einer Fortbildung, wie man sich richtig abrollt.

15 Lerneinheiten umfassende Lehrer- und Trainerweiterbildung Ringen durchgeführt. Diese Weiterbildung war speziell für Lehrer, Pädagogen und Trainer vorgesehen, die in einem besonderen Schulprojekt bzw. in einem Projekt der Kooperation Schule und Ringerverein ein Sportangebot im Ringen organisieren möchten. Alle Teilnehmer haben eine Teilnehmerbescheinigung des Deutschen Ringer-Bundes, d. h., ein Zertifikat, erhalten und sind damit zur Abnahme des Wieselabzeichens Ringen für die Grundlagen befähigt. Sie können nun mit ihren Schülern das Wieselabzeichen-Grundlagen bestmöglich erarbeiten und das Abzeichen zudem abprüfen. In der Lehrerfortbildung bekommen die Teilnehmer selbstverständlich umfassendes Übungs- und Stundenmaterial an die Hand, um all die Bereiche, welche das Wieselabzeichen-Grundlagen abdeckt, berücksichtigen zu können.“

Claudia Pauli: „Wie fiel die Resonanz auf die Weiterbildung seitens der beteiligten Lehrkräfte aus?“

Lothar Ruch: „Die Resonanz auf die Weiterbildungsmaßnahme war super. Die



Der Ausweis für das Ringkampf-Abzeichen (RikA) kann bestellt werden, sobald die Prüfungen zum Wieselabzeichen-Grundlagen und -Techniken abgelegt wurden.

Lehrkräfte haben viele gute Rückmeldungen gegeben. Was uns derzeit noch fehlt, ist ein Netzwerk zu den Lehrern, um das Wieselabzeichen und unsere Weiterbildungsmaßnahmen noch bekannter zu machen. Angedacht ist z. B., Multiplikatoren in den verschiedenen Bundesländern einzusetzen, die das Ganze in ihrem jeweiligen Bundesland mit den Lehrern erarbeiten.

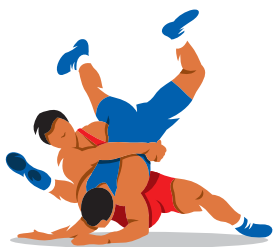
Das Wieselabzeichen gibt es ja noch gar nicht lange, es steckt sozusagen noch ein wenig in den ‚Kinderschuhen‘: Wir haben 2014 damit angefangen und die grundlegenden Bedingungen dafür geschaffen. Seitdem läuft es peu à peu an.“

Claudia Pauli: „Wird es auch im nächsten Jahr entsprechende Weiterbildungen für Lehrkräfte geben, die sich für das Wieselabzeichen interessieren?“

Lothar Ruch: „Ja, auch 2016 werden wir Weiterbildungen dieser Art anbieten. Auf der Homepage des DRB unter www.ringen.de werden zu gegebener Zeit die entsprechenden Kurse ausgeschrieben. Die ersten zum Thema ‚Wieselabzeichen‘ mit einer Zertifizierung gibt es im Frühjahr bzw. Herbst 2016.“

Claudia Pauli: „Wird nachgehalten, wie viele Wieselabzeichen vergeben wurden?“

Lothar Ruch: „Ja, wir registrieren jede Urkunde, die wir ausgeben. Haben die Kinder die Prüfungen zu beiden Teilen des Wieselabzeichens bestanden, können sie einen Ausweis für das Ringkampf-Abzeichen (RikA) bestellen. In diesem Ausweis wird bereits die Eintragung der Prüfung des Wieselabzeichens-Grundlagen und -Techniken vorgenommen. Die Heranwachsenden sollen dadurch motiviert werden, in einem Ringerverein die weiteren Prüfungen des RikA zu erarbeiten und Mitglied in einem Ringerverein zu werden. Seitens der Landesfachverbände im Deutschen Ringer-Bund werden die



Ansprechpartner bei Fragen rund um das Wieselabzeichen ist:
Lothar Ruch, Leiter der Lehr- und Ausbildungskommission im Deutschen Ringer-Bund, E-Mail: lothar.ruch@t-online.de

Kinderbücher ‚Ich lerne Ringen‘ und ‚Ich trainiere Ringen‘ sehr gut angenommen, die Kinder in die Grundlagen des Wieselabzeichens eingeführt und natürlich auch die Prüfungen abgenommen.“

Claudia Pauli: „Wird das Wieselabzeichen üblicherweise gruppenweise abgenommen oder einzeln?“

Lothar Ruch: „Meistens sind es Gruppen von Kindern, die das Wieselabzeichen ablegen. 2015 gab es in den Landesverbänden auch schon mehrere größere Aktionen, in deren Rahmen die Prüfungen zum Wieselabzeichen absolviert werden konnten. Z. B. hat das Saarland ein Wieselprojekt gestartet, bei dem rund 150 Kinder an zwei Wochenenden für das Wieselabzeichen geübt haben. Das Ganze war sozusagen eventartig angelegt – mit der Prüfung am Schluss. Auch in Bayern gab es eine große Aktion, genauso in Nordrhein-Westfalen.“

Claudia Pauli: „Noch einmal zurück zu den eingangs von Ihnen erwähnten Fachbüchern: Mit welchem Ziel wurden diese einst eingeführt?“

Lothar Ruch: „Mit den Büchern der Fachbuchreihe ‚Ich lerne Ringen‘ und ‚Ich trainiere Ringen‘ wollen die Autoren den Trainern bzw. Lehrern von Kindern und Jugendlichen Anregungen geben, wie sie die neuen, speziell dafür geschriebenen Lern- und Trainingsbücher in ihre Arbeit einbeziehen und den Heranwachsenden dabei helfen können, Üben und Trainieren zu lernen. Der Grundgedanke besteht darin, dass Lernen und Trainieren im Ringen zielgerichtete und aktive Auseinandersetzungen mit der Sportart und sich selbst sind. Diese Bücher können vom Übungsleiter oder Trainer als direkte Arbeitshilfe verwendet und effektiv für die eigene Arbeit genutzt werden.“

Claudia Pauli: „Vielen Dank für das ausführliche Gespräch!“



Lothar Ruch (ganz rechts) mit den Teilnehmern an einer Fortbildung



TIPP Weitere Informationen zum Wieselabzeichen finden Sie auf der Homepage des Deutschen Ringer-Bundes (DRB) unter www.ringen.de (Rubrik „Bereiche“, Unterrubrik „Coaches Corner“).



RANGEL- UND RAUFSPIELE



Kräftemessen zählt zu den Grundbedürfnissen von Kindern im Grundschulalter. Daher ist es verständlich, dass Jungen, aber auch Mädchen, gerne miteinander rangeln bzw. sich mit anderen raufen. Beides ist für die Entwicklung und Sozialisation der

Heranwachsenden von großer Bedeutung – allerdings nur, solange dies fair geschieht und entsprechend auch Verletzungen ausgeschlossen sind. Wie Autorin Ina Thieme in ihrer Einleitung schreibt, erhält das Kräftemessen bei Rangel- und Raufspielen „einen Rahmen durch feste Regeln, die von allen Beteiligten verstanden und eingehalten werden sollen“. Die in der hier vorgestellten Publikation beschriebenen Rangel- und Raufspiele dienen jedoch nicht allein der Befriedigung des Bedürfnisses nach Kräftemessen, sondern sie tragen auch zur Stärkung der in den Lehrplänen geforderten Kompetenzen der Kinder bei. Indem Ina Thieme in „Rangel- und Raufspiele“ einen Bezug zur Sportart Ringen herstellt, werden – so die Autorin in ihrem Vorwort – zugleich „Brücken zum außerschulischen Sport und zur Zusammenarbeit mit Vereinen aufgebaut“.

Die Unterrichtsreihe setzt sich aus acht Bausteinen zusammen, welche die Kinder sukzessive zum fairen Rangeln und Raufen führen. In einem ersten Schritt geht es für die Mädchen und Jungen darum, den eigenen Körper und die eigenen Kräfte zu spüren. Die Bausteine 2 und 3 stehen unter der Überschrift „Das Miteinander schafft Vertrauen“ bzw. „Unsere Rangeregeln“. Anschließend thematisiert Ina Thieme das „Rangeln mit einem Partner“, das „Rangeln um ein Objekt“ und das „Rangeln um einen Raum“. Abgerundet werden die Ausführungen durch Anregungen für ein „Rangelturnier mit verschiedenen Partnern“ bzw. zum „Rangeln in der Pause, beim Schulfest“. Zu jeder Unterrichtseinheit werden u. a. das damit verbundene Ziel, grundlegende Regeln, die Anwendungssituation, das dafür benötigte Material, ein „Einstiegsritual“ und eine Reflexionsphase ausführlich beschrieben. Dabei ermöglichen etliche Kopiervorlagen eine schnelle Umsetzung der Erläuterungen. Generell gilt: Im Zusammenhang mit allen Unterrichtseinheiten muss stets im Auge behalten werden, was die Kinder letztlich können sollen.

CP

Rangel- und Raufspiele
zum fairen Kräftemessen

Ina Thieme

Reihe: Sportarten Grundschule

Cornelsen Schulverlage 2015

ISBN: 978-3-589-15666-5

Preis: 14,99 Euro

