

# Sport- und Boxpädagogik

## im Schulsport

Körperliche Bewegung ist eine wichtige Grundlage zum Erwachsen werden in unserer leistungsorientierten Gesellschaft.

Der Entdeckungs- und Bewegungsdrang der Kinder und Jugendlichen wird genutzt, um die Möglichkeiten und Grenzen des eigenen Körpers und des Partners kennen und schätzen zu lernen. Spielerisch werden einfache Boxelemente vermittelt und die Teilnehmer können sich an klaren Verhaltensregeln orientieren.

Das Schulsportprogramm ist in einzelne Lernschritte unterteilt, die systematisch aufgebaut sind und altersgemäß vermittelt werden.

Die Ziele, Inhalte und Methoden des Trainings orientieren sich an den Fähigkeiten und Fertigkeiten der Kinder, an ihren psychologischen, physischen und motorischen Entwicklungsmomenten.

### Ziele

- Steigerung der körperlichen und seelischen Ausdauer
- Verbessertes Sozialverhalten gegenüber Mitmenschen
- Respekt und Akzeptanz anderer
- Selbstvertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit
- Positiver Einfluss auf die Persönlichkeitsbildung
- Erfolgserlebnisse und Leistungsnachweis

### Gruppe

Es können geschlechtsgemischte Klassen teilnehmen, die Teilnehmerzahl ist nicht begrenzt.

### Dauer

Für diesen umfangreichen Sportunterricht werden 2 Schulstunden pro Woche benötigt. Einsetzbar wäre dies z. B. im Rahmen eines mehrwöchigen / mehrmonatigen Sportprojekts oder fest eingeplant im Schulstundenplan.