

Nach Herzenslust raufen – aber mit Regeln

Jülicher Judoka gestalten den Sportunterricht an der GGS Welldorf. Kampfspiele und ein wenig Fallschule.

Welldorf. Mit Feuereifer waren die Schüler und Schülerinnen der Gemeinschaftsgrundschule Jülich-Ost in Welldorf bei der Sache. Sie hatten einen ganz besonderen Sportunterricht, denn Gertrud Jongedyk und Dr. Detlev Gotta vom Jülicher Judo Club waren bei ihnen zu Gast. In Zusammenarbeit mit Landesverbänden und den örtlichen Vereinen richtete der Deutsche Judo-Bund erstmals einen bundesweiten „Tag des Judo“ aus, und auch die Jülicher Judoka nutzten diese Gelegenheit, einmal ein wenig Werbung für ihren Sport zu machen.

Ganz neue Erfahrung

Die Schüler und Schülerinnen waren begeistert, durften sie doch endlich einmal nach Herzenslust raufen. Allerdings lernten sie schnell, dass es dabei besondere Regeln zu beachten gilt. Für die meisten von ihnen war es eine ganz neue Erfahrung, dass man kämpfen und trotzdem Freunde

sein kann. Erst einmal lernten sie die Werte, die beim Judo ganz hoch angesehen sind. Freundschaft, Ehrlichkeit, Hilfsbereitschaft, Höflichkeit, Mut und Respekt, aber auch Hilfsbereitschaft, Ernsthaftigkeit, Bescheidenheit und Selbstbewusstsein gehören dazu. In den kurzen Schnupperstunden beschränkten sich die beiden Judoka aber darauf, ihnen vor allem Respekt und Höflichkeit nahe zu bringen. Sie lernten, wie Judokämpfer sich begrüßen und dass man nur Spaß haben kann, wenn auch der andere mit Freude bei der Sache ist. Absichtlich wehtun, geht also gar nicht.

Und so begannen die Kinder mit kleinen, lustigen Aufwärmspielen, Koordinationsübungen, ein wenig Fallschule und Kampfspiele. Auch ein paar kleine Technikübungen wurden gemacht, und dann war die Sportstunde auch schon vorüber, und die nächste Klasse wollte mit den beiden Judoka Sport treiben. Neben den GGS Ost kam außerdem noch die Katholische

Grundschule in den Genuss des Schnuppertrainings-Tages. Auf großes Interesse war der Judo Club bei den Schulen gestoßen, doch

mehr Trainer und Ausbilder hatte der Club nicht zur Verfügung, um allen Wünschen nachzukommen. (Kr.)



Zum bundesweiten „Tag des Judo“ war der Jülicher Judo Club mit Gertrud Jongedyk und Detlev Gotta in der Gemeinschaftsgrundschule Welldorf vertreten. Foto: Kröl