

## Selbstverteidigungs-Lehrgang am 09.02.2009 in der Hauptschule-Möhnetal

Von *Natale Murrone*  
*TuS 45. Warstein e.V.*

Der erste „Selbstbehauptungskurs & Selbstverteidigungskurs“ für die Schüler der Jahrgangsstufe 9 mit Herrn Panknin und insg. 28 Kindern, hat in der Hauptschule-Belecke stattgefunden. Unter der Anleitung des erfahrenen Trainers des TuS-45 Warsteins, Herrn Murrone, haben sich die Jugendlichen mit Situationen, die ihnen bedrohlich erscheinen, auseinandergesetzt: Wie schaffe ich es, aggressive Situationen schneller und besser einzuschätzen, diesen adäquat zu begegnen, sie evtl. zu entschärfen? Wie trete ich diesen selbstbewusst entgegen? Wie kann ich mich legal zur Wehr setzen? Diese aktuellen und drängenden Fragen standen im Mittelpunkt der Maßnahme zur Gewaltprävention. Am Ende dieses Unterrichts, waren sich alle einig, dass neben dem Spaßfaktor auch viel Neues gelernt worden sei. Ziel ist es, diesen Kurs in den folgenden Jahrgangsstufen weiterzuführen.

Aufgrund seiner vielfältigen geistigen und vor allem körperlichen Anforderungen dient Taekwondo im besonderen Maße der Gesundheitsentwicklung. Unter pädagogischer Ausrichtung fördert Taekwondo im Schulsport neben der physischen Ausbildung auch eine besondere innere Haltung: Selbstdisziplin und Selbstvertrauen, Einschätzung und Respekt vor der eigenen Verletzbarkeit und der des anderen, Verantwortungsbewusstsein, Fairness und Aggressionskontrolle.

