



Einführungsreihe

J+S-Kids – Grundlagen Fechten

Autor

Jean-Marc Cagnet, Fachleiter J+S Fechten

Rahmenbedingungen

Alter	6 Jahre
Gruppengrösse	Je nach Lektion (für die Mehrheit der Lektionen 12-24)
Kursumgebung	Sporthalle
Sicherheitsaspekte	Der korrekte Umgang mit der Waffe soll ständig präsent sein und die Sicherheit jederzeit im Mittelpunkt stehen.
Anderes	Nie vermitteln, dass der Sport des Fechtens ein gefährlicher Sport ist. Dies ist nicht der Fall.

Lektionsübersicht

Nr.	Lektionstitel	Zielsetzung	Voraussetzungen	Niveau
1	Geschichtliches	Den Sport Fechten spielerisch entdecken	keine	einfach
2	„Der Meister hat gesagt“	Koordinationsübungen im Fechten in einer spielerischen Form	keine	einfach
3	Die richtige Stelle	Zu treffende Stellen	keine	mittel
4	Die Distanz	Annäherung an den Aspekt der Distanz im Fechten	keine	einfach
5	Der Vorteil	Integration der Aspekte des Angreifens und der Verteidigung	keine	mittel
6	Die Vorstellung	Die Kreativität der Kinder fördern, indem das Lernumfeld sehr offen gestaltet wird in einer Art Vorstellung	keine	einfach
7	Der Kampfgeist	Die Lektion soll in Annäherung an einen Wettkampf orientiert sein.	keine	mittel
8	Der Schiedsrichter	Der Schwerpunkt soll auf den spielerischen Aspekt des schiedsrichtern gelegt werden	keine	anspruchsvoll
9	Die Runden	Die Selbständigkeit der Kinder in ihrem Sport fördern	keine	mittel
10	Der Wettkampf	Entdecken einer Wettkampfform im Fechten	keine	mittel

Spielregeln

- Die Kommandos des Kampfes: „Auf die Plätze“, „fertig“, „los!“
- Kampf nach jedem Treffer stoppen
- Die Anzahl Punkte eines Kampfes jeweils vorgeben (Match auf 4, 5, 8, 10, 12, 15 Treffer, Anzahl nicht wichtig)
- Der Erste, der trifft, erhält den Punkt
- Alle Stellen des Körpers dürfen getroffen werden
- Die Fechter stehen sich immer gegenüber und kreuzen einander nie
- Die Kinder sollen lernen, sich gegenseitig zu schiedsrichtern
- Für jeden Kämpfer eine hintere Linie definieren, die nie mit beiden Füßen überschritten werden darf
- Die Fechter stellen sich vor dem Kampf jeweils ungefähr mit 2-m-Abstand auf
- Begrüssen vor und verabschieden nach jedem Match
- Die Maske ist während des gesamten Matches auf dem Kopf

Materialbedarf

- Ein paar Hallenturnschuhe
- Eine Jogginghose
- Eine Anfängerjacke aus Baumwolle
- Handschuhe (freiwillig), eine Maske und ein Beginner Florett

Tipps und Tricks

Nichts Spezielles, was nicht in den einzelnen Lektionen erwähnt ist.

Die Spitze der Waffe zeigt immer nach unten und die Maske bleibt nach Möglichkeit immer auf dem Kopf.

Die Kinder tendieren oft dazu, nach kurzer Zeit Zorro oder Dartagnan nachmachen zu wollen.