

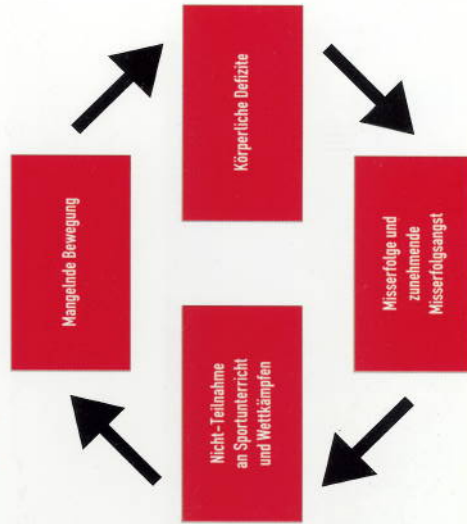
Kinder und Jugendliche leiden in unserer heutigen Gesellschaft an Bewegungsmangel und körperlichen Defiziten. Waren 1986 noch 16% der Kinder förderungsbedürftig, so stieg diese Zahl bis 1995 auf 47% an. Jeder zehnte Schüler der zweiten Klasse galt im Schuljahr 1999/2000 bereits als übergewichtig. Trends, die sich weiter fortsetzen werden.

Über 47% der Kinder waren 1995 gesundheitlich förderungsbedürftig!

(Rusch/Irrgang)

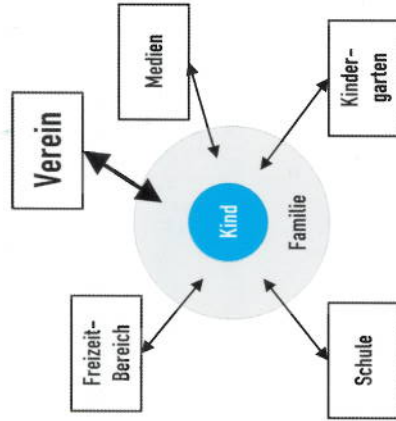
Schulsport allein kann die fehlende Bewegung nicht ausgleichen, zudem meist lediglich 2 Stunden in der Woche Sport getrieben wird. Für die Kinder hat das verheerende Nachteile: Die fehlende Leistungsfähigkeit führt zu Hänseleien durch andere, dies wiederum zu Misserfolgsgangst und dabei zu weiteren Misserfolgen, zu schlechterer Leistung und im Extremfall zu einer dauernden Störung in der Persönlichkeitsentwicklung. Schon Platon wusste: "In einem gesunden Körper steckt ein gesunder Geist."

Teufelskreis aus Bewegungsmangel, Hänselei und Bewegungsgangst:



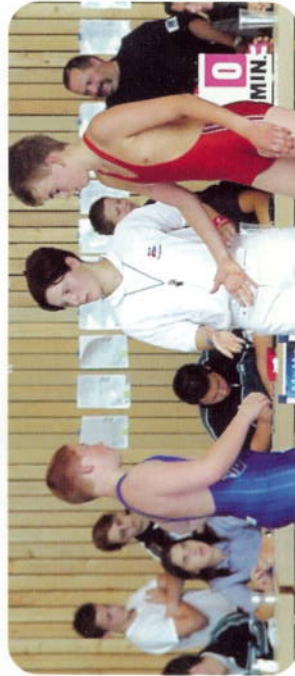
Ringkampf ist eine Möglichkeit, dem Trend entgegen zu wirken. Kinder haben im Ringen die Möglichkeit, ihrem Spieltrieb nachzugehen und sich unter Aufsicht zu balgen und zu raufen. Sie lernen dabei, ihren Körper zu beherrschen und gut mit ihm umzugehen. Eine positive Folge: Verbesserte Beweglichkeit, Koordination und körperliche Leistungsfähigkeit. Dies äußert sich im täglichen Leben: Die Kinder sind kürzer krank, verletzen sich deutlich weniger und lernen z.B., den Aufprall bei Stürzen abzufangen.

Der Körper wird „wie nebenbei“ trainiert:



Einflussbereiche auf die motorische Entwicklung des Kindes (verändert nach Stübing 1981)

Ringern ist mehr als nur ein Sport. Im Verein finden sich Kinder und Jugendliche zusammen und bilden eine Einheit, in der Spiel und Spaß ebenso wichtig sind wie Training und Erfolg. So wird der Körper wie nebenbei von oben bis unten gekräftigt und trainiert und dem Kind wird die Gelegenheit gegeben, seine Persönlichkeit auf der Grundlage der sportlichen Fairneß zu entwickeln.



Was Mediziner über das Ringen sagen:

"Das Kindes- und Jugendalter als günstiges motorisches Lernalter sollte besondere Beachtung für das Erlernen vielzähliger Bewegungsformen finden."

Dr. Gudrun Fröhner, Institut für angewandte Trainingswissenschaften (IAT) Leipzig



"Durch das Ringen, insbesondere die Grundschule des Ringens, wird die gesamte Muskulatur des Körpers angesprochen und entwickelt. Hierbei ist vor allem eine gleichmäßige Belastung und somit Entwicklung aller Muskelgruppen gewährleistet. Das Erlernen von komplexen Bewegungsabläufen und Bewegungsmustern fördert zusätzlich die komplexe Denkweise und damit entsprechend das Gehirn."

In Anbetracht der Tatsachen sind der Ringkampf und ähnliche Sportarten für Kinder und Jugendliche sehr wichtig und empfehlenswert."

Dr. Klaus Johann
Leitender Oberarzt
Orthopädische Klinik Saarlouis

