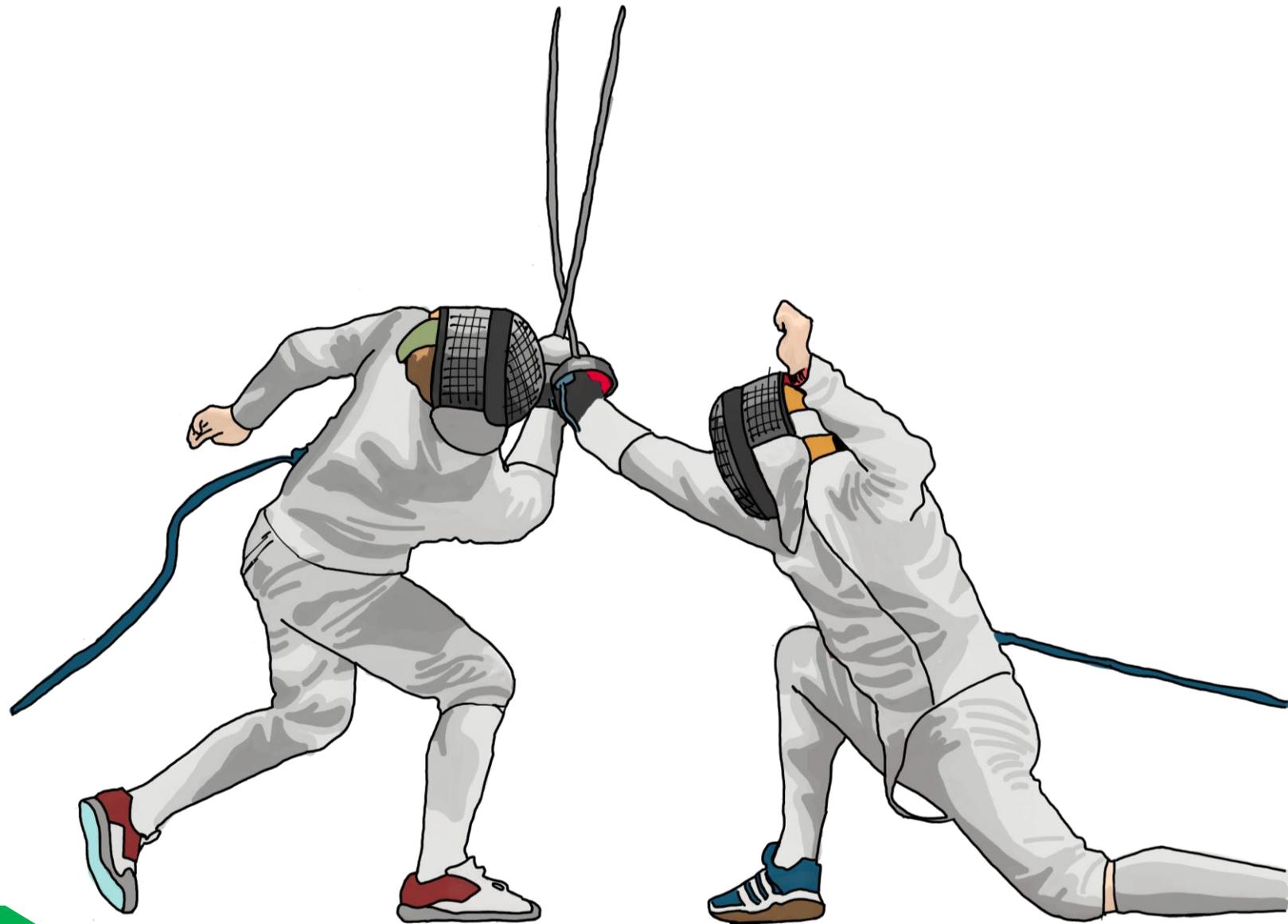




Fechten in der Schule - FidS

Bewegungsfeld 9

Ringen und Kämpfen -
Zweikampfformen mit Gerät





Impressum

Herausgeber

Rheinischer Fechter-Bund e.V.
Kleine Hertwichstr. 25
50733 Köln

Westfälischer Fechter-Bund e.V.
Hennewieger Weg 18
45721 Haltern am See

Verantwortlich

Christian Rieger (Präsident RFeB)
Marco Bez (Präsident WFB)
Dieter Schmitz (Vizepräsident Lehrwesen RFeB)
Henrik Müller (Vizepräsident Lehrwesen WFB)
Reka Szabo (Leitende Landestrainerin)

Redaktion

Max Noetzel
Christian Gerhardt

Bei dieser Handreichung handelt es sich um einen unveröffentlichten Handreichungsentwurf. Die Inhalte der Handreichung können sich bis zur Veröffentlichung verändern oder ablösen.

Die Konzeptionsentwicklung wird in enger Zusammenarbeit des Rheinischen Fechter-Bundes e.V. und des Westfälischen Fechter Bundes e.V. durchgeführt. Die Arbeitsgruppe Lehre, die in den Lehrressorts der beiden Verbände verankert ist, zeichnet sich für diese Handreichung verantwortlich.

Bielefeld, Mai 2022

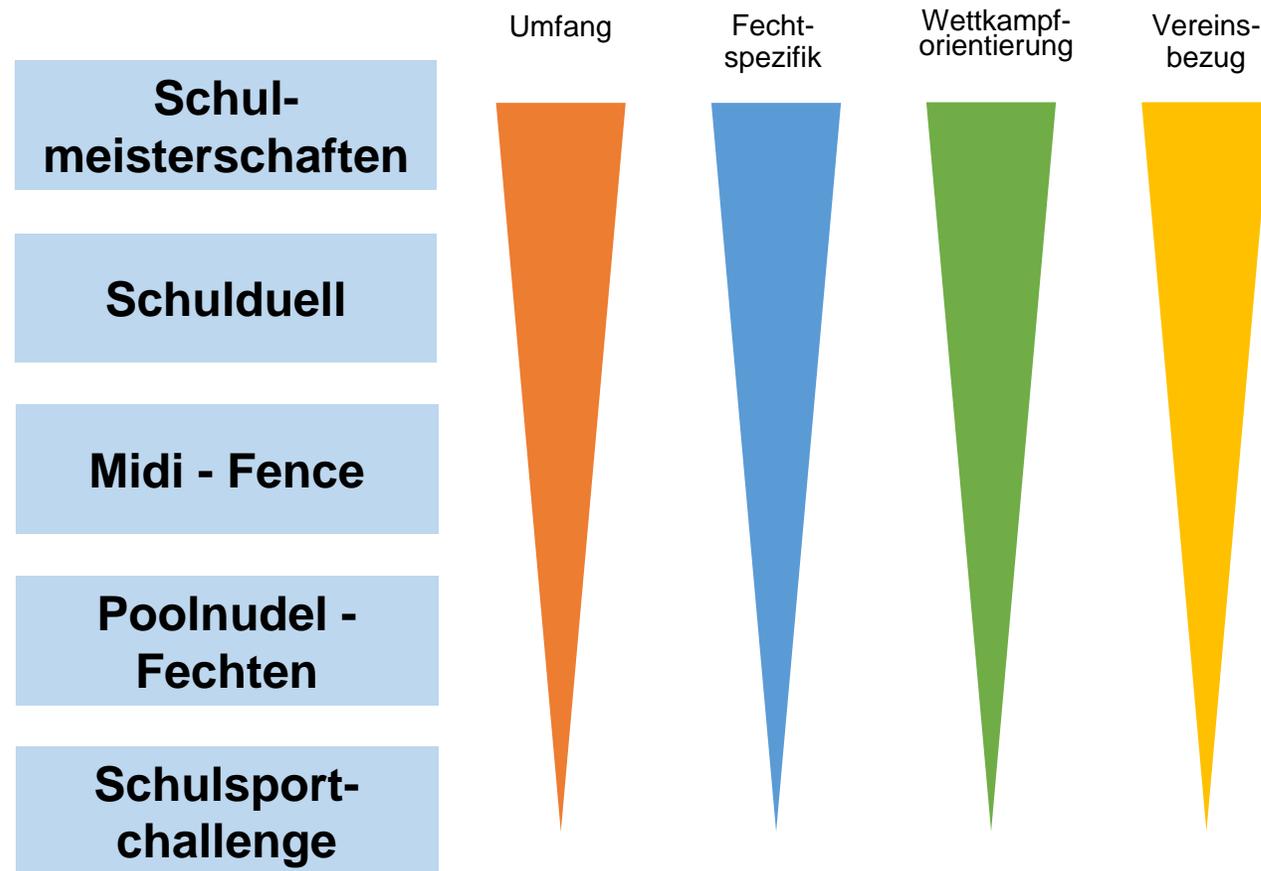


Inhaltsverzeichnis

- 1 Formate von Fechten in der Schule
- 2 Determinierung des Fechtsports und Ableitung
- 3 Übersicht über die Vereinfachungsebenen
- 4 Vereinfachung auf Materialebene
- 5 Vereinfachung auf Bewegungsebene
- 6 Vereinfachung auf Verhaltensebene
- 7 Vereinfachung auf Regelebene
- 8 Vermittlungsmethodik



1 Formate von Fechten in der Schule



Fechten NRW schlägt fünf Formate zur Umsetzung des Fechtsportes im Schulkontext vor. Diese ermöglichen eine schrittweise Annäherung und bauen in ihrem Umfang und Vereinsbezug, ihrer Fechtspezifik und Wettkampforientierung aufeinander auf.

Die Schulsportchallenge ist ein Einstiegsformat zur Exploration verschiedener Sportarten, Poolnudel-Fechten und Midi-Fence stellen Ausrüstungskonzepte zur Umsetzung des Inhaltsfeldes Ringen und Kämpfen im Unterricht am Gegenstand des Fechtens dar. Das Schulduell bietet den Einstieg in den echten Fechtsport in Kooperation mit einem lokalen Verein und die Schulmeisterschaften den Einstieg in das fechterische Wettkampfwesen



1.1 Die Schulsportchallenge

Beschreibung des Formates

Die Schulsportchallenge ist ein Kooperationsformat zwischen den Fachverbänden der Sportarten

- Fechten
- Leichtathletik
- Kanu
- Schwimmen
- Tischtennis
- Turnen

Es handelt sich um einen sportartübergreifenden Stationsbetrieb mit Spiel- und Übungsformen in Abhängigkeit von verfügbarem Sportmaterial

Die Laufkarten und Urkunden zur Durchführung können über die Fachverbände bezogen werden.

swim pool LV RTB WTV WFB NRW
Schwimmverband NRW NORDRHEIN RHEINISCHER TURNERBUND WESTFÄLISCHER FECHTERBUND

Die Schulsport-Challenge 2020

Urkunde

_____ (Name)

aus der Klasse _____ (Klasse)

von der _____ (Schule)

hat erfolgreich an der Schulsport-Challenge 2020 teilgenommen.

Wir gratulieren recht herzlich zu der erfolgreichen Teilnahme in den Sportarten Schwimmen, Leichtathletik, Tischtennis, Turnen, Fechten und Kanu.

Ort, Datum _____ Lehrer*in _____ Stempel & Unterschrift _____





1.2 Poolnudel - Fechten

Beschreibung des Formates

Bei Poolnudel-Fechten handelt es sich um einen Umsetzungsvorschlag des Fechtportes in der Schule.

Es ermöglicht Fechten ohne Materialausgaben in der Schule. Damit wird ein neuer Zugang zum Inhaltsbereich Ringen und Kämpfen im Unterbereich ‚Kämpfen mit Gerät‘ ermöglicht. Die Poolnudeln bieten einen hohen Aufforderungscharakter für jüngere Schüler:innen.

Die Sicherheit wird durch das weiche Material gewährleistet, der Umgang mit dem Sicherheitserlass wird vereinfacht.





1.3 Midi - Fence

Beschreibung des Formates

Bei Midi-Fence handelt es sich um einen Umsetzungsvorschlag des Fechtportes in der Schule.

Es stellt eine Teilreduzierung des Sportfechtens dar und ist somit zwischen dem Poolnudel-Fechten und dem Sportfechten verortet.

Das Materialkonzept benötigt eine Plastikwaffe und eine Fechtmaske, es hat den Vorteil der präziseren Technikvermittlung. Das Material bietet einen hohen Aufforderungscharakter gegenüber Schüler:innen der Sekundarstufe 1.

Fechten NRW empfiehlt die Unterrichtsreihe in Leon Paul ‚Midi-Fence Buch‘:



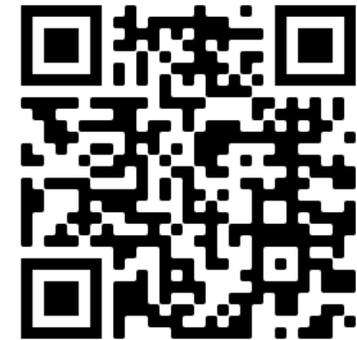


1.4 Schulduell

Beschreibung des Formates

Bei dem Schulduell handelt es sich um ein gemeinschaftliches Projekt von mehreren lokalen Schulen und einem Verein vor Ort. Ziel ist der Aufbau lokaler Netzwerke zu einer Verstetigung der Zusammenarbeit. In einer Kooperation wird eine wettkampforientierte Veranstaltung geplant. Sie stellt das Ziel der Ausbildungsblöcke aller teilnehmenden Schulen dar. Die Ausbildung wird in einer Fecht-AG an jeder Schule zur selben Zeit durchgeführt. Eine mögliche Abfolge ist hier dargestellt:

- | | |
|------------------|---|
| Einheit 1: | Vorstellung des Fechtsportes im Schulsport zur Akquise für die Fecht AG |
| Einheit 2 bis 7: | Ausbildung der Schüler:innen im Rahmen der AG |
| Einheit 8: | Mannschaftskampf in der Trainingsstätte des lokalen Fechtvereins |





1.5 Schulmeisterschaften

Beschreibung des Formates

Die Schulmeisterschaften sind in NRW ein etabliertes Format auf Landesebene. Hier können Schulmannschaften in der Wettkampfklasse II bei den Herren, Damen und im Mixed-Wettbewerb antreten. In der Wettkampfklasse IV wird ein Mixed-Wettbewerb angeboten, der Übergangsjahrgang ist in beiden Wettkampfklassen startberechtigt.

Zielsetzung in der weiteren Entwicklung des Formates ist die Umsetzung eines Bezirkswettbewerbs, durch die wachsende Überführung der Schulduell Teilnehmer:innen zu den Schulmeisterschaften.





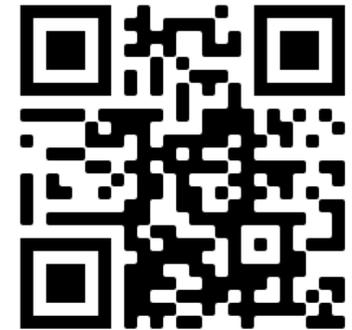
2 Determinierung des olympischen Sportfechtens

Die Ausübung des olympischen Sportfechtens kann in vier wesentlichen Veröffentlichungen nachvollzogen werden:

Der organisierte Fechtssport beschreibt in den **Wettkampffregeln der Fédération Internationale d'Esgrime (FIE)** die Umsetzung eines Gefechtes in den Disziplinen Degen, Florett und Säbel, sowie die Umsetzung von Turnieren vor.

Um auf diesen Turnieren erfolgreich zu agieren, entwickeln Fechtschulen vielfältige technische und taktische Fertigkeiten ab, die in ihren Variationen extrem umfangreich und ihrer Effektivität diskutabel sind. Der Deutsche Fechterbund e.V. strukturiert die Lösungsstrategien in den **Technischen Grundelementen (TGE)** und den **Strategischen Grundelementen (SGE)**.

Weiter setzt der Deutsche Fechterbund e.V. hohe Anforderungen an die Sicherheit des Fechtssportes durch die **Ausrüstungsvorschriften**.





2.1 Vereinfachung des Sportfechtens zu ‚Fechten in der Schule‘ (FidS)

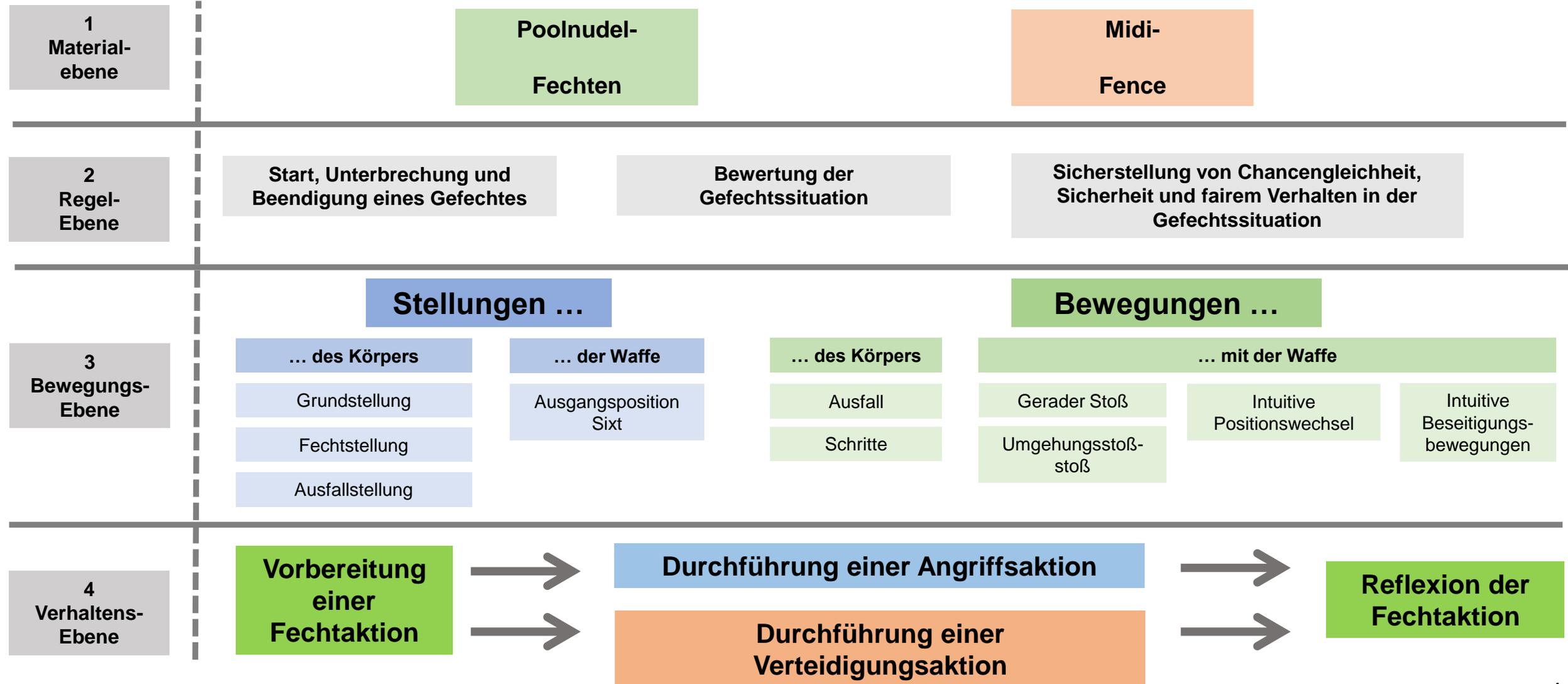
In der Schule kann die Vielzahl an Techniken, Taktiken und Wettkampfformen kaum stattfinden. Den Fechtsport nach Ausrüstungsvorschriften in der Schule ausüben ist nur in Kooperation mit lokalen Fechtvereinen möglich. Um den Kulturgegenstand des Fechtsportes im Schulkontext zu ermöglichen, werden das Sportfechten determinierenden Bereiche Ausrüstung, Wettkampffregeln, Technische Grundelemente und Strategische Grundelemente in vier Ebenen vereinfacht. Fechten NRW empfiehlt zunächst die vollständige Reduzierung des Fechtsportes. Bei Bedarf können die Vereinfachungen unabhängig voneinander reduziert werden.

1. Die **Materialebene** ermöglicht eine kostengünstige und mit dem Sicherheitserlass konforme Umsetzung des Fechtsportes in der Schule
- 2 Die **Regelebene** befähigt Schüler:innen, innerhalb von vereinfachten Fechtkonventionen ein Gefecht zu beginnen, zu unterbrechen, zu beenden, zu bewerten und dabei Chancengleichheit und Fairness sicherzustellen.
3. Die **Bewegungsebene** befähigt die Schüler:innen, sich gemäß der Fechtkonventionen zu bewegen und regelkonforme, gültige Treffer zu erzielen.
4. Die **Verhaltensebene** befähigt Schüler:innen, sich innerhalb eines Gefechtes effektiv zu verhalten und sich gegen ihre Gegner:innen durchzusetzen.



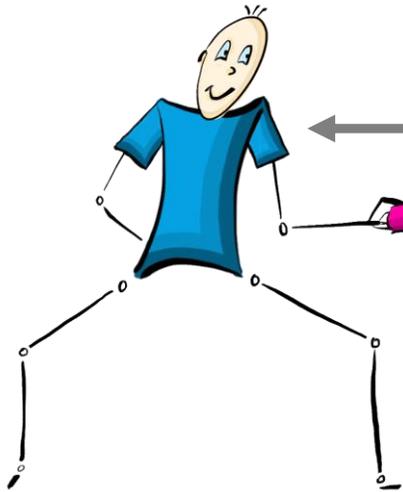


3 Übersicht über die Vereinfachungsebenen von FidS





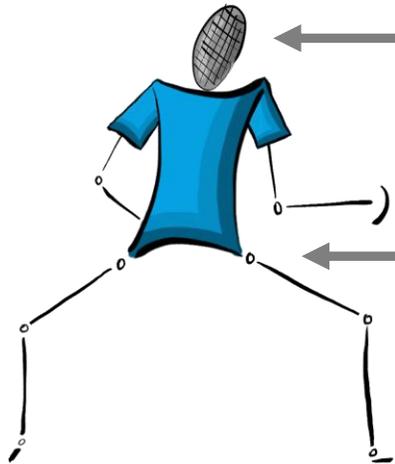
4 Materialkonzepte für FidS



Poolnudel-Fechten

Normale Sportbekleidung

Halbierte Poolnudeln



Midi-Fence

Plastik-Maske

Plastik-Waffe ggfs. mit
Trefferfeedback

Normale Sportbekleidung

Reduzierung des Sportfechtens

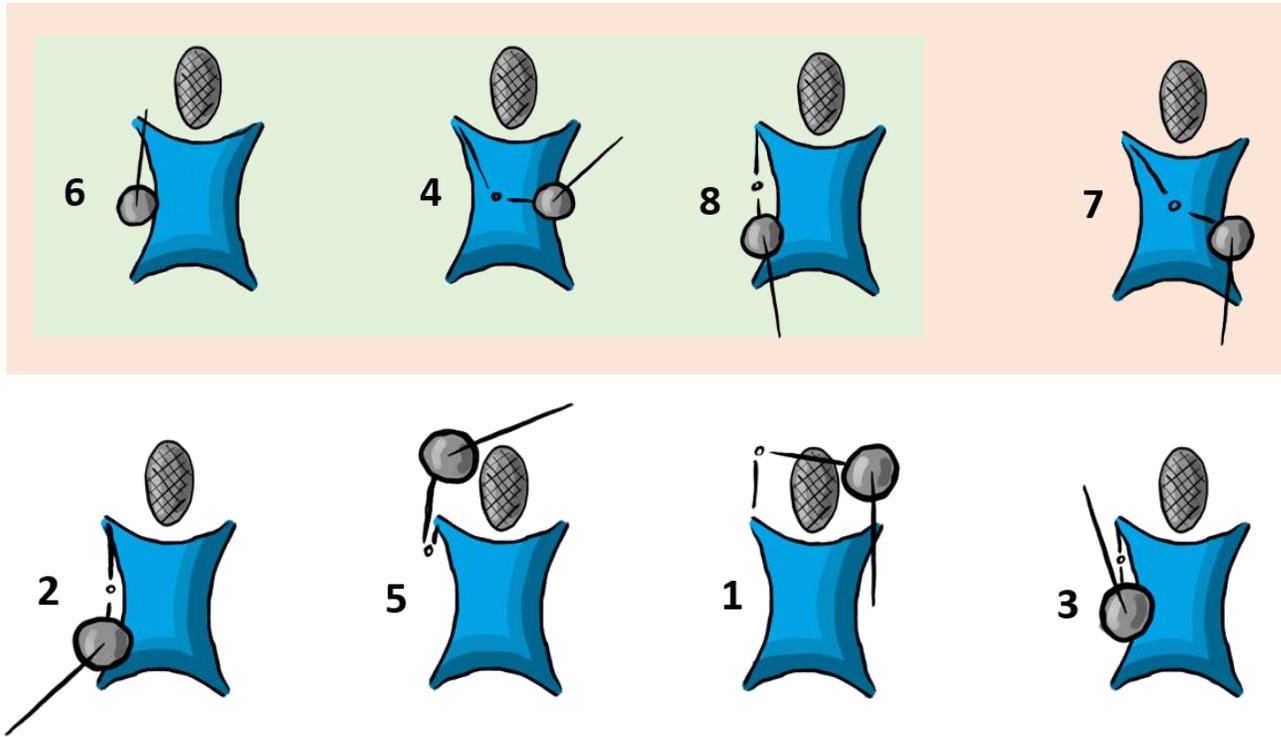
Die Reduzierung des Sportfechtens auf Materialebene kann in zwei Stufen erfolgen.

In der stark reduzierten Variante ‚Poolnudel-Fechten‘ sind lediglich halbierte Poolnudeln mit einer Länge von 70 bis 90 Zentimetern notwendig.

In der fechtssportnäheren Variante ‚Midi-Fence‘ sind Plastikmasken und Plastikwaffen eines zertifizierten Fechtausrüsters notwendig.



5.1 Bewegungsebene – Stellungen der Waffen



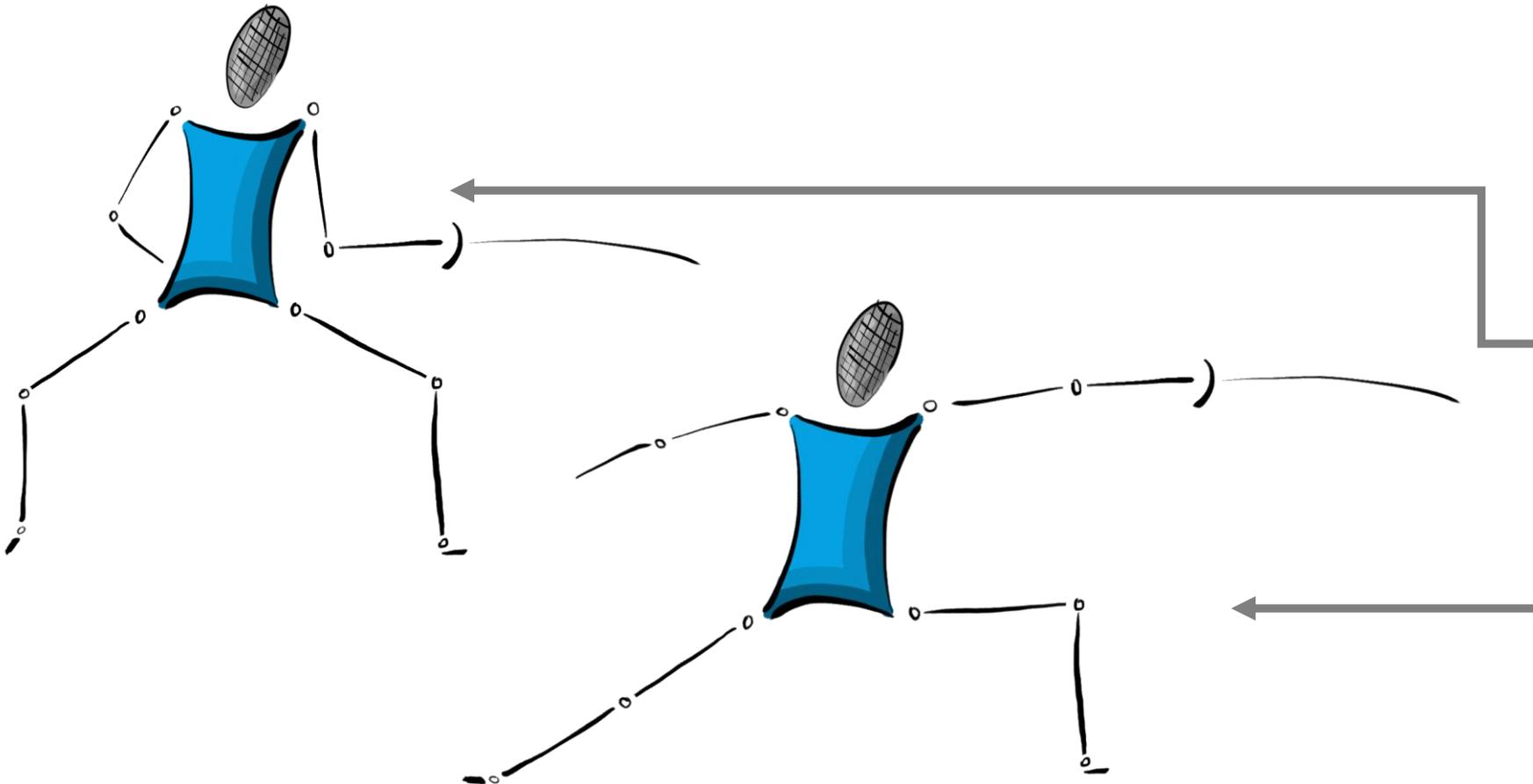
Die Stellungen der Waffe werden Positionen genannt. Im modernen Sportfechten werden acht verschiedene beschrieben. Alle verhindern Stöße auf die eigene Trefferfläche von unterschiedlichen Richtungen und ermöglichen unterschiedliche Stöße auf die gegnerische Trefferfläche. Die Ausgangsposition ist die 6.

Ausgangsposition (6)





5.2 Bewegungsebene – Fechtstellung und Ausfallstellung



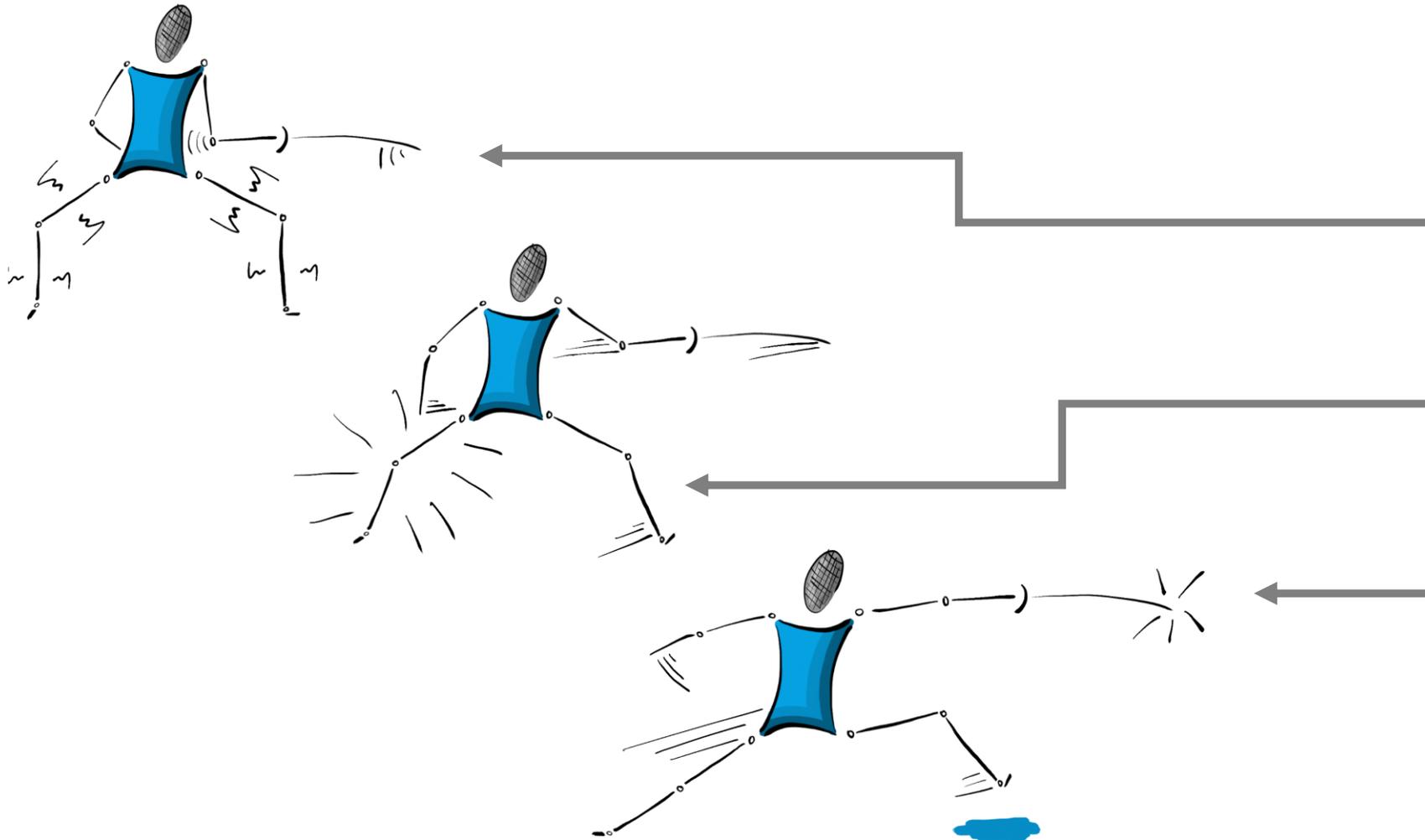
Die Stellungen sind flüchtige Körperstellungen im Fechtsport.

Die Fechtstellung ist die Ausgangsstellung aller Aktionen im Gefechtsverlauf und wird ständig wieder eingenommen.

Die Ausfallstellung ist die Endstellung des Ausfalls. Der häufigste Angriff im Sportfechten



5.3 Bewegungsebene – Ausfall



Der Ausfall ist der häufigste Angriff im Sportfechten.

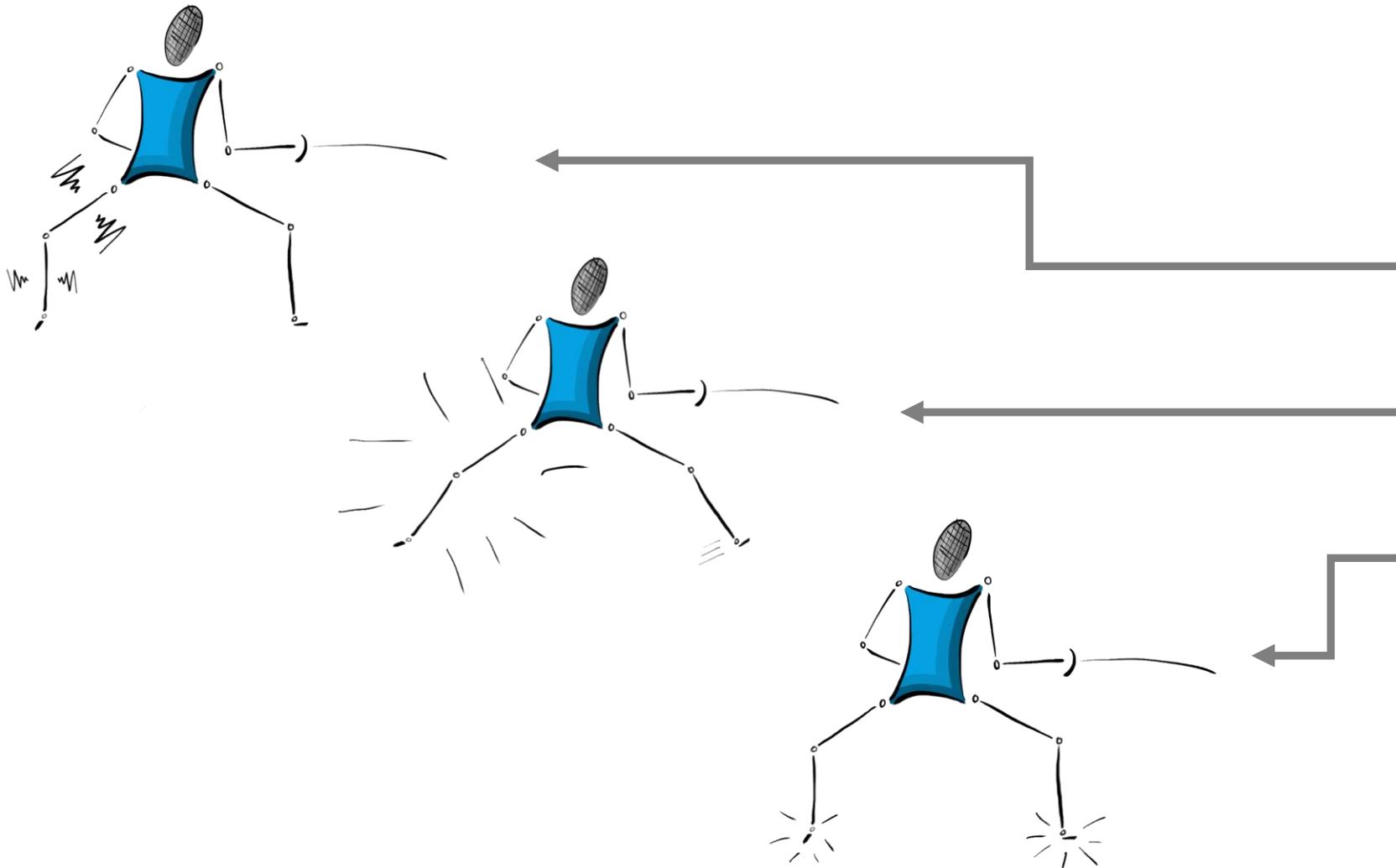
Er wird durch die Streckung des Waffenarmes in Richtung der Gegner:in begonnen...

...und resultiert in einem Sprung nach vorne in die Ausfallstellung...

...um die Gegner:in noch im Sprung mit der Spitze zu treffen.



5.4 Bewegungsebene – Schritt vorwärts



Mit Schritten bewegt man sich auf der Gefechtsbahn. Hierdurch wird der Abstand zur Gegner:in verringert und vergrößert.

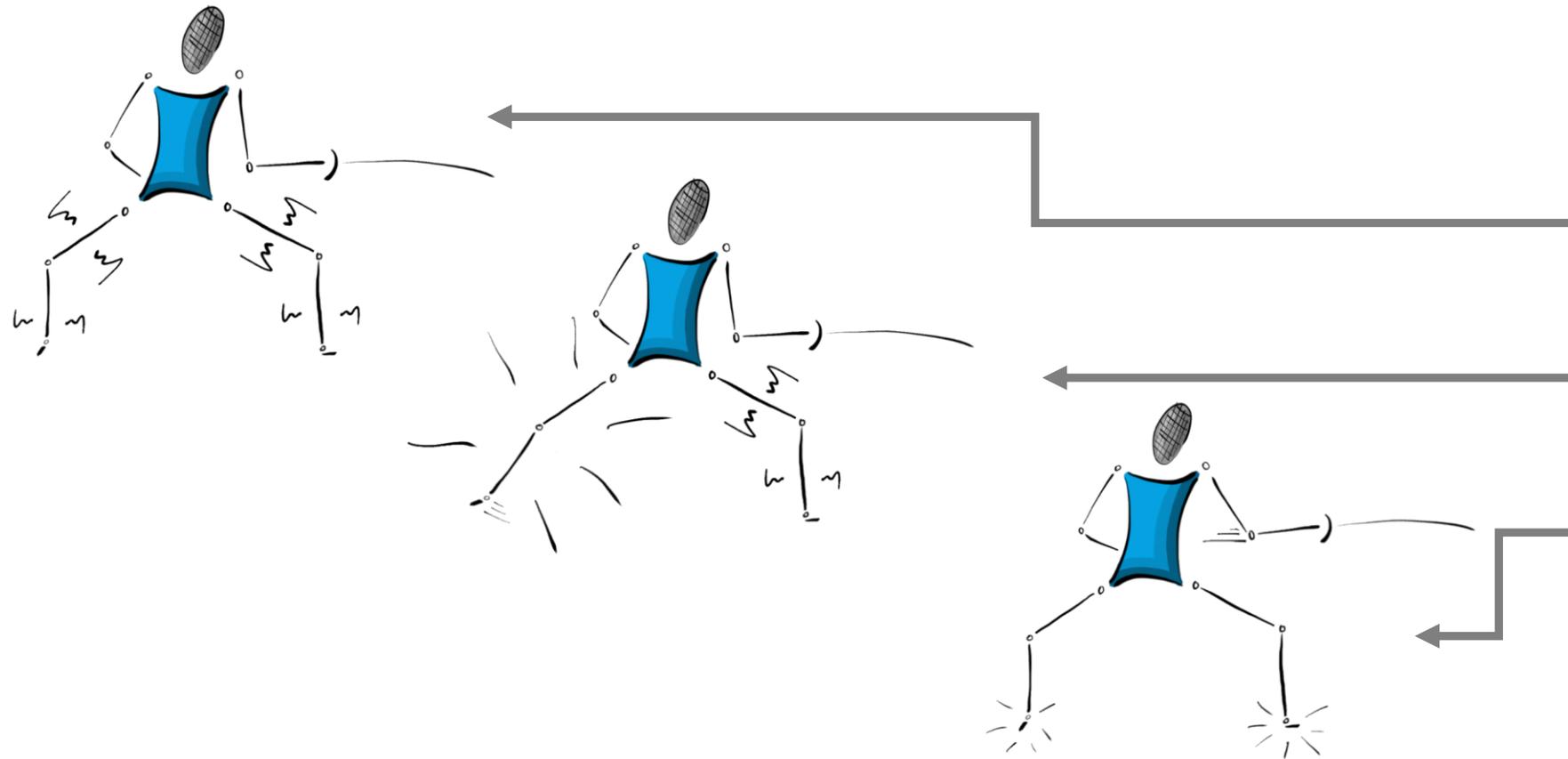
Ein effizienter Schritt vorwärts beginnt in Spannung ...

...unter vortriebswirksamen Abdruck durch das hintere Bein.

Ausgangs- und Endstellung zwischen Fechtschritten ist jeweils die Fechtstellung.



5.5 Bewegungsebene – Schritt rückwärts



Mit Schritten bewegt man sich auf der Gefechtsbahn. Hierdurch wird der Abstand zur Gegner:in verringert und vergrößert.

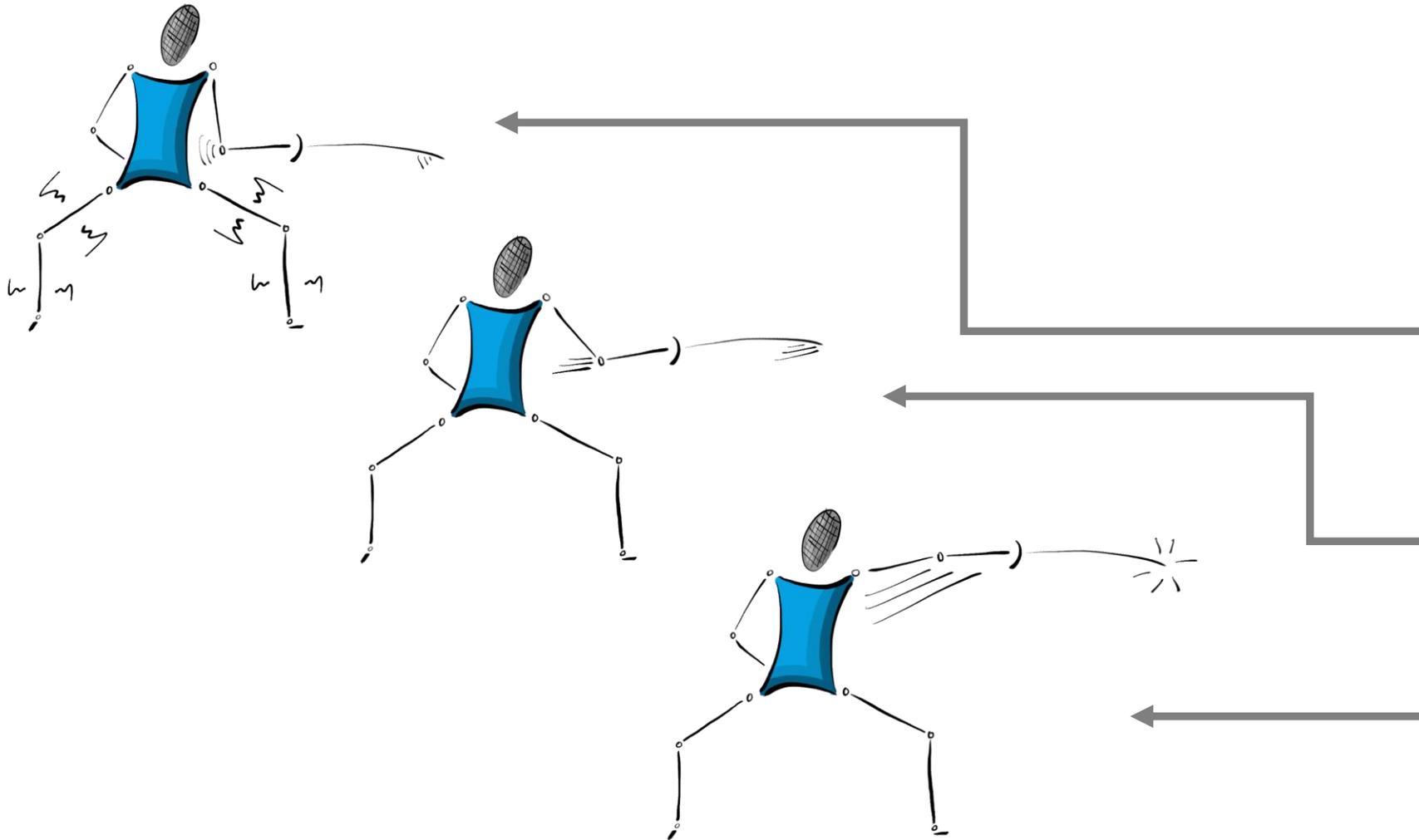
Ein effizienter Schritt rückwärts beginnt in Spannung...

...unter rücktriebswirksamen Abdruck durch das vordere Bein.

Ausgangs- und Endstellung zwischen Schritten ist jeweils die Fechtstellung.



5.6 Bewegungsebene – Gerader Stoß



Der gerade Stoß ist der einfachste Angriff im Fechten. Es handelt sich dabei um die isolierte, vollständige Streckung des Armes.

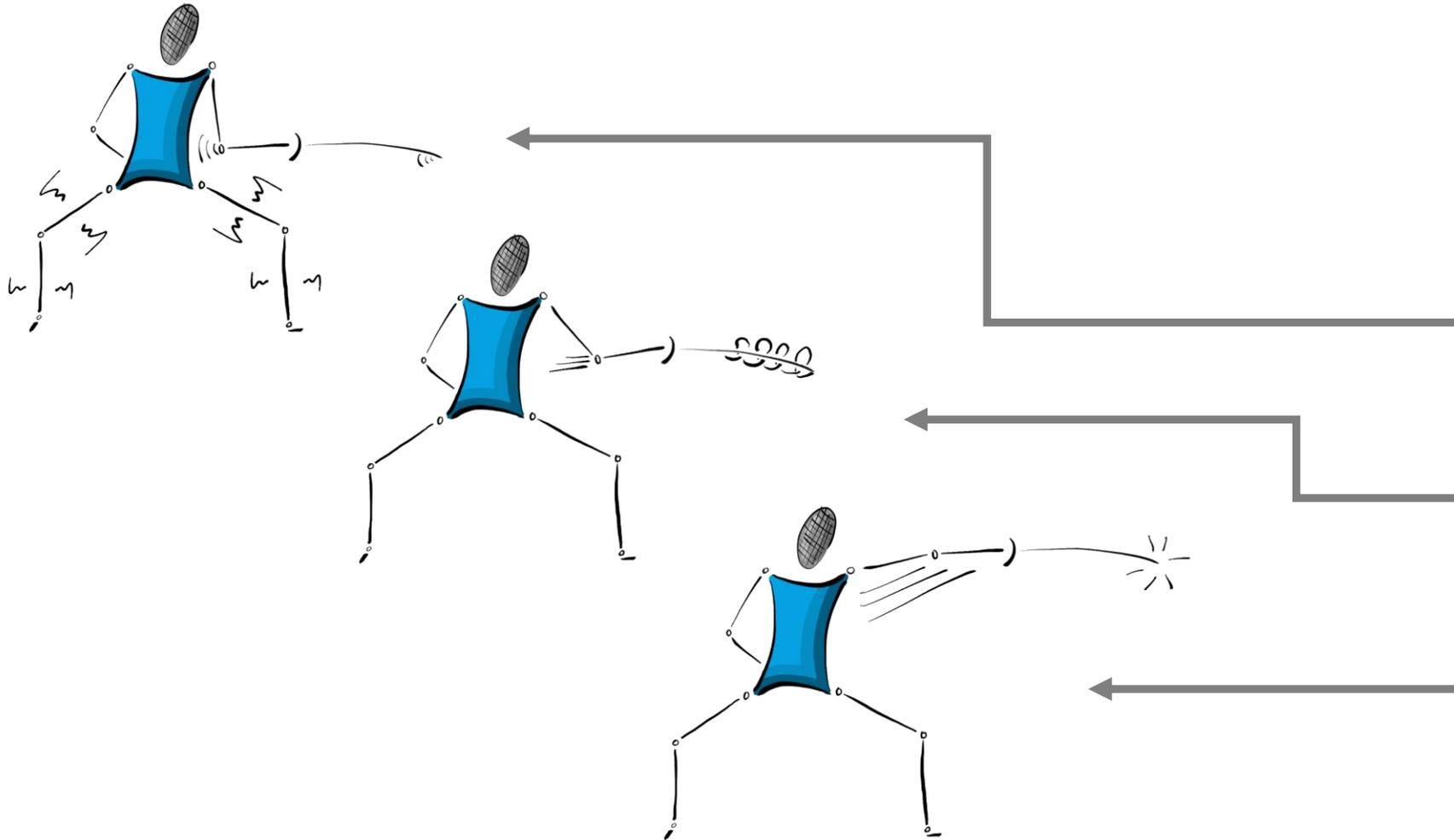
Ein effizienter gerader Stoß wird zunächst in Zeitlupe begonnen, um die Tarnung aufrecht zu erhalten...

...um dann größtmöglich beschleunigt zu werden.

Die Spitze muss dabei permanent kontrolliert werden, ansonsten verfällt der Stoß in einen unpräzisen Wurf.



5.7 Bewegungsebene – Umgehungsstoß



Der Umgehungsstoß wird genutzt, um die eigene Spitze kontrolliert um ein Hindernis, wie die gegnerische Klinge, zu bewegen.

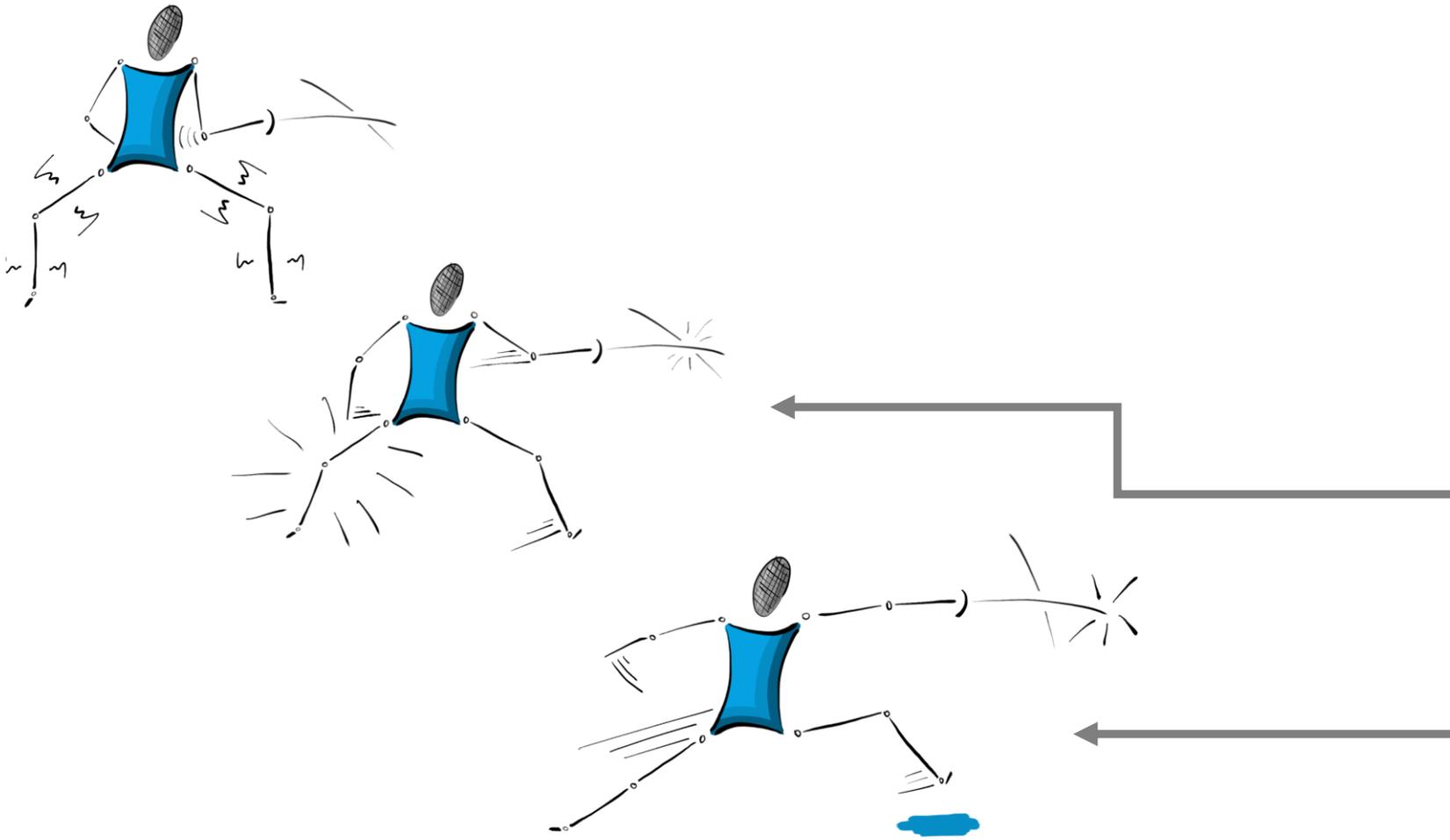
Die Spitze wird wie im geraden Stoß in Zeitlupe beschleunigt...

...während die Spitze dabei korkenzieherartig um das Hindernis herum bewegt wird.

Zum Treffer hin ist die Geschwindigkeit der Spitze maximal.



5.8 Bewegungsebene – (Intuitive) Beseitigungsbewegungen



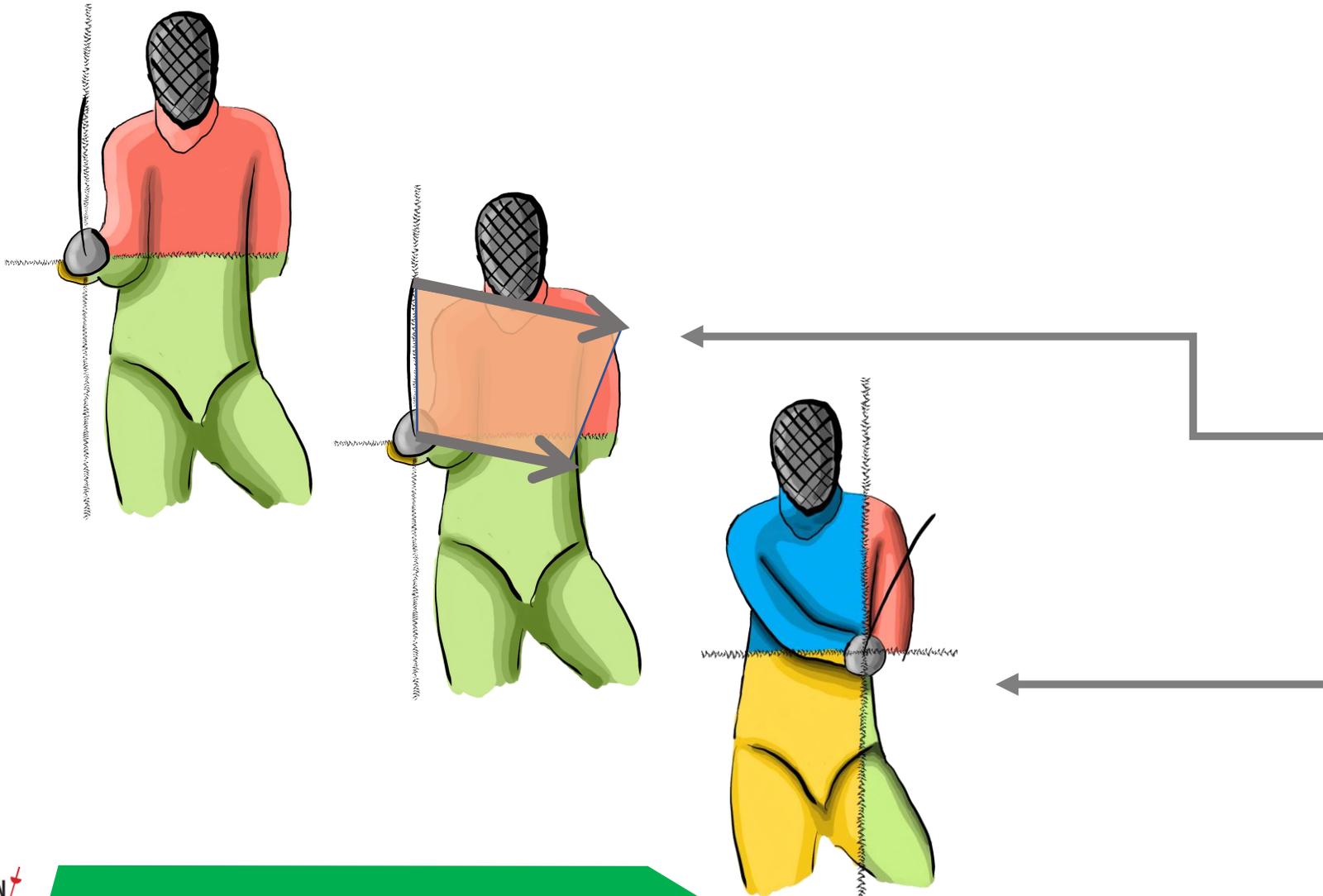
Beseitigungsbewegungen sind ein wichtiger Bestandteil des Sportfechtens. Ziel ist es, die Waffe der Gegner:in zu beseitigen.

Hierzu wird mit der Klinge gegen die Klinge der Gegner:in geschlagen, um die Waffe für eine kurze Zeitspanne unschädlich zu machen.

In dieser Zeitspanne kann sowohl offensiv wie defensiv agiert werden.



5.9 Bewegungsebene – (Intuitive) Positionswechsel



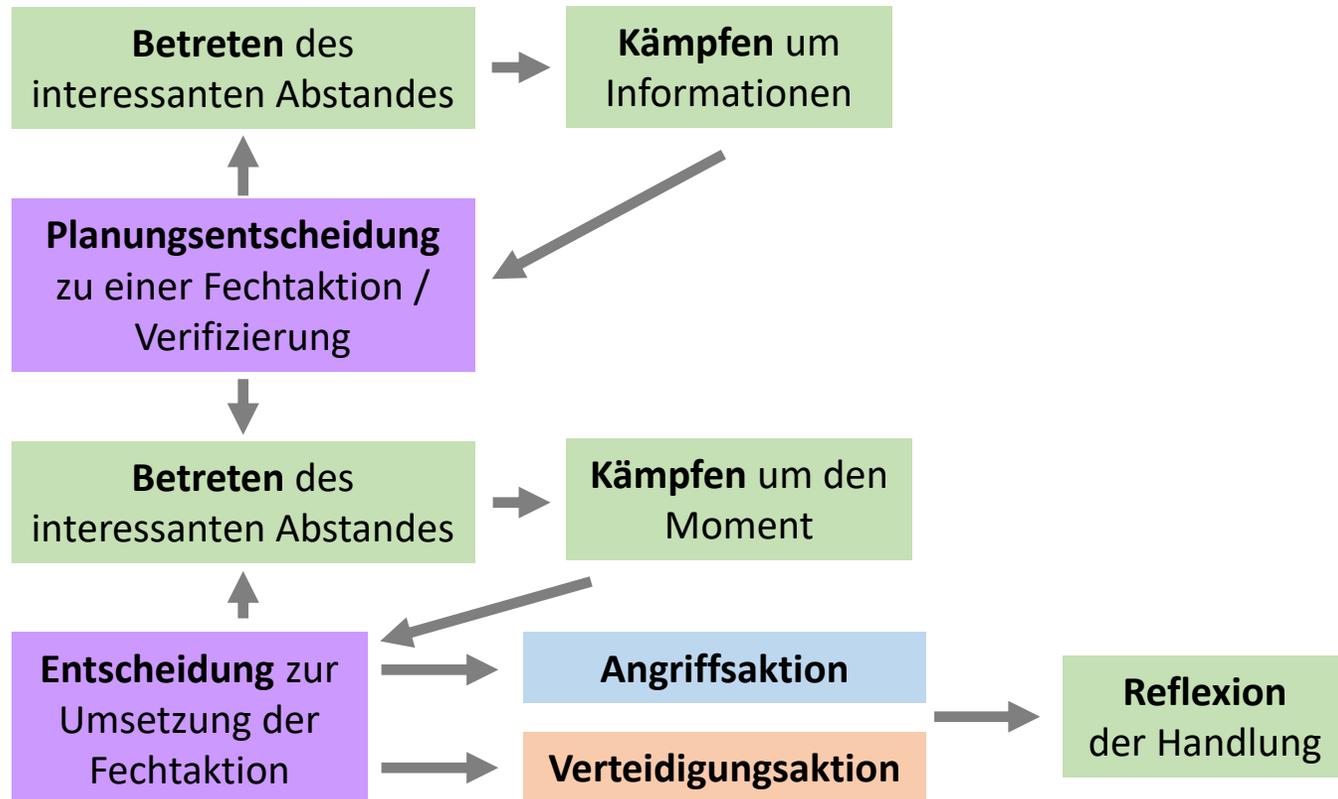
Positionswechsel dienen dazu, eigene offene Trefferflächen als Defensivaktion zu schützen, oder die Gegner:in in der Vorbereitung anders zu bedrohen

Hierzu wird die Position der Hand zusammen mit der Waffe verändert. Eine gegnerische Spitze im rot markierten Bereich wird zum Zeitpunkt des Positionswechsels zur Seite geschoben.

Positionswechsel bringen neue offene Trefferflächen hervor.



6 Verhaltensebene – Fließdiagramm eines Treffers



Um im Sportfechten erfolgreich zu sein, ist ein bewusstes, planvolles und reflektiertes Verhalten notwendig.

In der ersten Phase betritt die Fechter:in den für eine Fechtaktion interessanten Abstand und testet die Gegner:in aus, indem Sie um Informationen kämpft. Auf Basis diese Informationen wird ein Plan entworfen.

In der zweiten Phase wird der interessante Abstand betreten, um den Moment zur Umsetzung des Planes zu erkämpfen. Der Entscheidung zur Umsetzung folgt dann eine Angriffs- oder Verteidigungsaktion.

Nach der Fechtaktion wird die Handlung bewertet, um für den nächsten Planungsprozess bessere Entscheidungen treffen zu können.



7 Regelebene

Start eines Gefechtes

1. Die Fechter:innen stellen sich an die Startlinie auf
2. Begrüßungsritual
3. Signalworte zum Start eines Gefechtes:

„Stellung“ (Die Arme Schräg nach unten ausgestreckt, Hände gespreizt, Handflächen nach unten zeigend),

„Fertig“ (Die Hände nach innen drehen),

„Los“ (Die Hände auf 10 Zentimeter Abstand zusammenführen)

Unterbrechung eines Gefechtes

1. Signalwort **„Halt“** (Heben einer Hand)
2. Erläuterung des Sachverhaltes (Treffer werten oder Unterbrechung aufgrund von Sicherheit / Fairness etc.)

Wiederaufnahme eines Gefechtes ohne Trefferwertung

1. Signalwort **„Spitze frei“** (Hand gestreckt mit dem Daumen nach vorne halten, an dem Ort der Unterbrechung)
2. Fechter:innen stellen sich so auf, dass die Spitzen frei sind, sich also die Waffen der Fechter:innen in Fechtstellung nicht überkreuzen aus Sicht der Kampfrichter:in

Beendigung eines Gefechtes

1. Bei letztem Gewerteten Treffer zurück an die Startlinie, Verkündung der Sieger:in
2. Abgrüßungsritual



7 Regelebene

Bewertung einer Gefechtssituation

1. Eine Fechter:in trifft alleine → Punkt für diese Fechter:in wird gegeben
2. Eine Fechter:in und die Gegner:in treffen → Beide bekommen einen Punkt
3. Es ist nicht klar wer getroffen hat → keinen Treffer werten, keinen Punkt vergeben

Trefferflächen

1. In der Disziplin Degen ist der gesamte Körper Trefferfläche
2. In der Schule mit dem Trainingsmittel der Poolnudel empfiehlt es sich die Trefferfläche einzugrenzen und den Kopf herauszunehmen

Art und Weise des Treffers

1. Der Treffer ist durch eine Stoßbewegung, nicht durch eine Schlagbewegung zu erzielen
2. Ein Treffer sollte klar sein. Ein Indikator für einen klaren Treffer ist die Biegung der Klinge und der Faltenwurf der Kleidung

Regeln für den Ablauf offener Degengefechte

1. Ein Gefecht kann auf 5, 10 und 15 Treffer gehen
2. Ein Gefecht geht nie unentschieden aus. Bei einem Gefechtsstand von 4 zu 4 auf 5 Treffer wird ein Doppeltreffer annulliert und mit ‚Spitze frei‘ weitergefochten
3. Gefechte sind je 5 Treffer auf 3 Minuten zu fechten. Bei einem 15 Treffer-Gefecht werden 3 mal 3 Minuten mit dazwischen liegenden pausen gefochten
4. Der Gefechtsraum ist auf einen langen Korridor von maximal 15 Metern Länge und 2 Metern Breit zu begrenzen



7 Regelebene

Sicherstellung von Sicherheit

1. Bei Gefechten mit der Poolnudel muss die Gefechtsbahn dauerhaft frei sein von anderen unbeteiligten Personen oder Gegenständen
2. Bei anderen Trainingsmitteln als Poolnudeln ist auf die Ausrüstungsbestimmungen des Deutschen Fechter-Bundes sowie den Sicherheitserlass Schulsport NRW zu achten

Sicherstellung von fairem Verhalten

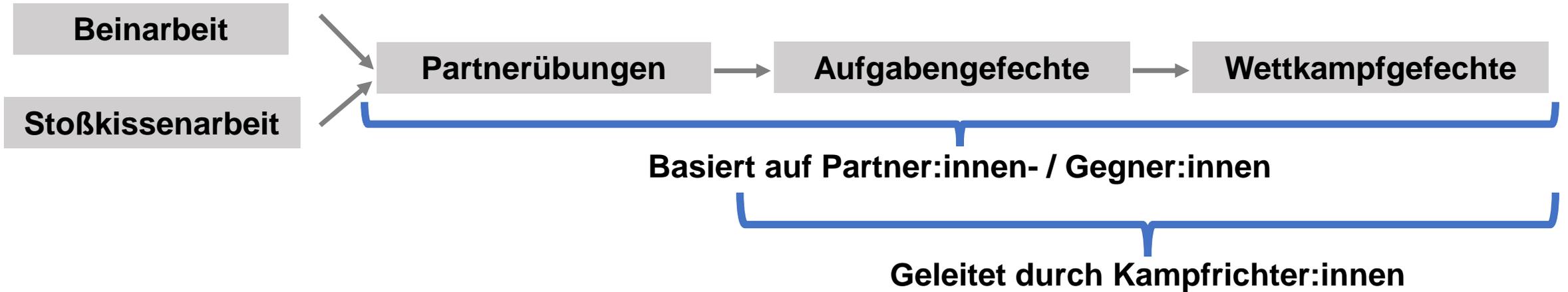
1. Als Fechter:in im Gefecht ist es untersagt zu reden
2. Die Rituale zur Begrüßung und Abgrüßung, sowie zum Start und zur Beendigung des Gefechtes sind einzuhalten
3. Die Kampfrichter:in hat das letzte Wort und ist das Gesetz an der Bahn
4. Wenn der Kampfrichter:in Befangenheit bescheinigt wird, können zwei **neutrale** Seitenkampfrichter:innen eingesetzt werden. Der Wertungsablauf ist hierbei strikt einzuhalten:
 1. Bei einem Treffer fällt zunächst der Hauptkampfrichter eine Entscheidung. **Bis dahin haben die Seitenkampfrichter kein Rederecht**
 2. Jetzt können die Seitenkampfrichter **lediglich Einspruch erheben**
 3. Erheben beide Seitenkampfrichter einstimmig Einspruch und sind sich in der Bewertung einig, kommt es zu der **Überstimmung des Hauptkampfrichters**. **WICHTIG: ES kommt zu keiner Diskussion!**

Sicherstellung von Chancengleichheit

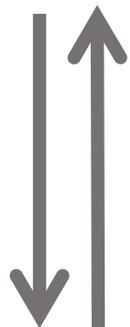
1. Die Waffen sollten gleichlang sein
2. Bei einer Entwaffnung wird ein Treffer der deutlich danach erzielt wurde annulliert
3. Wenn eine Fechter:in bei einem gewerteten Treffer entwaffnet wird, zählt der Treffer und wird gewertet



8 Vermittlungsmethodik



Verschiedene Gegner:innentypen in Übungs- und Gefechtsformen:



- | | | | |
|----|-------------------|-------------|-----------|
| 1. | Die passive | | Gegner:in |
| 2. | Die eingeschränkt | reagierende | Gegner:in |
| 3. | Die umfassend | reagierende | Gegner:in |
| 4. | Die eingeschränkt | agierende | Gegner:in |
| 5. | Die umfassend | agierende | Gegner:in |

