

Respekt, Disziplin, Fairness und das Einhalten von Regeln

„Regeln beim Boxen – Gesetze im Leben“, Schnuppertraining der Box-AG

Am 04. September fand in unserer Schule das Schnuppertraining der neuen Box-AG statt. Geleitet wurde es von dem externen Team „Boxen macht Schule e.V.“, das die Veranstaltung mit dem besonderen Leitsatz "Regeln beim Boxen - Gesetze im Leben" eröffnete.

Dieser Satz ist mehr als nur ein Motto, er ist einer der zentralen Leitsätze der neuen Box-AG. Damit wird deutlich, dass der Boxsport nicht nur körperliche Fitness, Technik und Ausdauer vermittelt, sondern auch grundlegende Werte: Respekt, Disziplin, Fairness und das Einhalten von Regeln.

Spielregeln des Zusammenlebens fördert Gewaltprävention

Genauso wie beim Boxen Regeln entscheidend sind, braucht es auch im Alltag „Spielregeln des Zusammenlebens“. Wer diese achtet, kann Konflikte vermeiden – ein wichtiges Element der Gewaltprävention.

Unsere Schülerinnen und Schüler erhielten spielerisch und technisch erste Einblicke ins Boxen. Anfangs waren manche noch unsicher, doch schnell war die Begeisterung groß. Besonders erfreulich: Es nahmen 25 Mädchen und Jungen aus verschiedenen Schulformen teil – und alle hatten sichtbar Spaß."

Boxen stärkt auch den Charakter

Das Schnuppertraining hat gezeigt, dass Boxen nicht nur den Körper stärkt, sondern auch den Charakter.

Wir freuen uns auf die kommenden Trainingseinheiten in der neuen Box-AG, die am 16.9. beginnt! 🥊

Informationen zum Projekt Gewaltprävention und Integration "Boxen macht Schule":

<https://www.boxen-macht-schule.de>