



DEUTSCHE  
FECHTSportJUGEND  
im Deutschen Fechter-Bund e.V.



# Ganztagskompass Fechten

Konzept zur Umsetzung von Fechten im Offenen Ganzttag





DEUTSCHE  
FECHTSportJUGEND  
im Deutschen Fechter-Bund e.V.

## **Herausgeber**

Deutsche FechtSportJugend im Deutschen Fechter-Bund e.V.

## **Autorinnen**

Anja Haberberger, Ylvi Schillinger (Referentin Ganzttag)

## **Auflage**

01/2026

## **Copyright**

© dfj

## **Kontakt**

Deutsche FechtSportJugend im Deutschen Fechter-Bund e.V.

Am Neuen Lindenhof 2

53117 Bonn

[info@fechtSportJugend.de](mailto:info@fechtSportJugend.de)

[www.fechten.org/jugend](http://www.fechten.org/jugend)

"Fechten für alle - Bewegung neu erleben" wurde im Rahmen der MOVE FOR ALL Kampagne der Deutschen SportJugend umgesetzt und vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen, und Jugend durch das Zukunftspaket für Bewegung, Kultur und Gesundheit gefördert.

# Präambel

Der offene Ganztag wird zunehmend zum zentralen Lebens- und Lernort für Kinder im Grundschulalter. Mit dem Ausbau der Ganztagsbetreuung entstehen neue Chancen für Kooperationen zwischen Schulen und Sportvereinen.

Der **Ganztagskompass Fechten** bietet einen konzeptionellen Rahmen, um Fechten als qualitätsvolles Bewegungsangebot im offenen Ganztag zu verankern. Er beschreibt Ziele, Werte und Rahmenbedingungen und zeigt auf, wie eine nachhaltige Zusammenarbeit zwischen Schule und Verein gelingen kann.

Fechten verbindet Bewegung, Konzentration und Fairness – und eröffnet Kindern neue Erfahrungsräume. Dieses Konzept schafft die Grundlage, diese Potenziale gemeinsam und langfristig zu nutzen.

# Inhaltsverzeichnis

Bewegung im Ganzttag - unsere Chance	5
Unser Weg und unsere Werte	6
Fechten im Fokus	7
So gelingt die Umsetzung	9
Rechtlicher Rahmen	14
Fechten erleben: Inhalte und Methoden	14
Beispiel für eine Fechteinheit (60 Minuten)	18
Projektbausteine und Nachhaltigkeit	19
Evaluation und Erfahrungsberichte	20
Fazit und Ausblick	22

# Bewegung im Ganzttag - unsere Chance

Mit dem **Ganztagsförderungsgesetz (GaFöG)** wurde der Rechtsanspruch auf ganztägige Bildung und Betreuung für Kinder im Grundschulalter beschlossen. Ab dem Schuljahr 2026/27 erhalten zunächst alle Kinder der ersten Klassenstufe diesen Anspruch; bis 2029/30 wird er auf die Klassen 1 bis 4 ausgeweitet. Damit schließt sich eine Betreuungslücke zwischen Kita und Grundschule. Künftig haben alle Grundschulkinder Anspruch auf Betreuung an fünf Tagen pro Woche, bis zu acht Stunden täglich – auch in den Ferien.

Die Umsetzung eröffnet Schulen und Trägern große Gestaltungsspielräume: Neben dem Unterricht gehören pädagogische und außerunterrichtliche Angebote zum Kern des Ganztags. **Sport** spielt hierbei eine zentrale Rolle, da er Bewegung, soziale Kompetenzen und Gemeinschaftserlebnisse miteinander verbindet.

Immer mehr Schulen arbeiten bereits mit Sportvereinen zusammen, um ihr Angebot zu erweitern. Dies ist eine zeitgemäße Antwort auf die veränderten Lebenswelten von Kindern, die zunehmend mehr Zeit in Bildungseinrichtungen verbringen. Sportliche Aktivitäten im Ganzttag ergänzen den Unterricht und leisten einen wichtigen Beitrag zur motorischen und sozialen Entwicklung – gerade in den Klassen 1 bis 4.

Hier setzt das Projekt **„Fechten im Ganzttag“** an: Es entwickelt ein praxisnahes Modell, wie Fechten in den offenen Ganzttag integriert werden kann – **niedrigschwellig, spielerisch und kindgerecht**. Erste Übungen sind ohne Ausrüstung möglich, sodass Kinder sofort aktiv werden können. Gleichzeitig werden sportliche wie auch soziale Kompetenzen gestärkt und neue Zugänge eröffnet – auch für Kinder, die bisher schwer Zugang zu Sportangeboten fanden.

Durch die Zusammenarbeit von Schulen, Vereinen, Fachverbänden und sozialen Einrichtungen entstehen nachhaltige Strukturen. Der Ganzttag wird so nicht nur durch ein attraktives Bewegungsangebot bereichert, sondern es entsteht auch eine Brücke zwischen Bildung und Vereinssport, die Teilhabe, Chancengerechtigkeit und Nachwuchsförderung langfristig stärkt.

# Unser Weg und unsere Werte

Mit dem Projekt „**Fechten im Ganzttag**“ wollen wir Kindern nicht nur eine neue Sportart nahebringen, sondern ihnen auch Erfahrungen vermitteln, die über Bewegung hinausgehen. Unser Weg besteht darin, Fechten **niedrigschwellig, spielerisch und wertorientiert** in den schulischen Alltag zu integrieren. Dabei steht im Mittelpunkt, dass alle Kinder unabhängig von Vorerfahrungen, Herkunft oder finanziellen Möglichkeiten teilnehmen können.

Der Einstieg erfolgt bewusst einfach: Schon mit wenigen Materialien und spielerischen Übungen können Kinder erste Erfahrungen sammeln. So entstehen sofortige Erfolgserlebnisse, die Neugier wecken und Motivation schaffen. Schritt für Schritt werden Bewegungen, Regeln und Techniken eingeführt, immer verbunden mit klaren Strukturen und Ritualen, die Sicherheit und Orientierung geben.

Fechten im Ganzttag ist weit mehr als reine Sportpraxis. **Fechten im Ganzttag vermittelt Werte**, die Kinder in Schule und Alltag stärken: Disziplin, um Verantwortung zu übernehmen und Regeln einzuhalten; Koordination, um den eigenen Körper bewusst wahrzunehmen und Beweglichkeit zu entwickeln; Fairplay, um im respektvollen Umgang miteinander Grenzen zu akzeptieren und Gemeinschaft zu erleben; sowie Konzentration, um Achtsamkeit zu üben und fokussiert handeln zu können.

Das Projekt orientiert sich am Fechtkompass des Deutschen Fechter-Bundes. Dieser versteht Fechten nicht allein als sportliche Technik, sondern als umfassende Persönlichkeitsbildung. Haltung, Beinarbeit, Regelkunde und Fairplay bilden die Basis. Im schulischen Ganzttag setzen wir diese Schwerpunkte altersgerecht um: Kinder erleben Bewegung, Respekt und Konzentration in spielerischer Form und schaffen damit Grundlagen, die bei Interesse in ein weiterführendes Vereinstraining und perspektivisch zur Turnierreifepfung überleiten können.

Unser Weg ist damit klar: **Wir eröffnen Kindern neue Bewegungswelten, stärken sie in ihrer Persönlichkeit und bauen Brücken zwischen Schule, Verein und Gemeinschaft.** So wird Fechten im Ganzttag zu einer Chance, die weit über den Sport hinauswirkt.

# Fechten im Fokus

## Fechten in der Gesellschaft

Fechten gehört zu den ältesten olympischen Sportarten und ist tief in der europäischen Kulturgeschichte verwurzelt. Trotz dieser langen Tradition nimmt Fechten in der heutigen Gesellschaft eine eher besondere Stellung ein: Im Vergleich zu den großen Mannschaftssportarten gilt es als „nicht typische Sportart“ und ist im Alltag vieler Kinder kaum präsent. Genau darin liegt jedoch ein besonderer Reiz. Fechten verbindet Schnelligkeit, Beweglichkeit und Reaktionsfähigkeit mit mentaler Stärke, Konzentration und taktischem Denken. Kinder erleben damit eine Sportart, die gleichermaßen Körper und Geist anspricht und ihnen neue Bewegungs- und Erfahrungswelten eröffnet. Gerade weil Fechten nicht alltäglich ist, weckt es Neugier, Motivation und Begeisterung. Gleichzeitig trägt es zur Vielfalt des Sportangebots bei und ermöglicht einen Zugang, der unabhängig von Geschlecht oder körperlichen Voraussetzungen allen offensteht.

## Fechten in der Schule

Für den Schulsport bietet Fechten vielfältige Chancen. Erste Erfahrungen lassen sich spielerisch und ohne großen materiellen Aufwand sammeln – beispielsweise mit Schaumstoffgeräten, Poolnudeln oder leichten Kunststoffwaffen. Dadurch können Kinder unmittelbar aktiv werden, ohne dass eine komplette Fechtausrüstung notwendig ist. Neben den motorischen Fähigkeiten wie Koordination, Gleichgewicht und Reaktionsvermögen werden insbesondere Konzentration, Disziplin und Fairness gefördert. Klare Regeln und respektvolles Miteinander sind im Fechten grundlegend und wirken positiv auf das soziale Lernen in der Schule.

Das Fechten kann als AGs, Bewegungsstunden, Projekttag oder im Rahmen einer Sportprojektwoche eingeführt werden. Gerade die Gleichstellung von Jungen und Mädchen macht es für den schulischen Kontext besonders geeignet. Zudem ermöglicht es Kindern, die in klassischen Mannschaftssportarten weniger Erfolgserlebnisse haben, neue Stärken zu entdecken.

## Fechten im Ganzttag und in Vereinen

Im Rahmen des offenen Ganztags bietet Fechten ideale Bedingungen für eine nachhaltige Umsetzung. Anders als im regulären Sportunterricht stehen hier längere Zeiträume zur Verfügung, die sowohl Technikvermittlung als auch spielerische Fechtförmlichkeiten ermöglichen. Durch die Kombination von Bewegungsübungen, taktischen Spielen und kleinen Wettkampfförmlichkeiten bleibt der Spaß im Vordergrund und das Interesse der Kinder wird langfristig gesichert.

Besondere Chancen entstehen in der Kooperation zwischen Schule und Verein. Während die Schule die organisatorische Plattform und den Zugang zu den Kindern bietet, bringen Vereine ihre fachliche Kompetenz, Trainerinnen und Trainer sowie Ausrüstung ein. Auf diese Weise können Kinder, die im Ganzttag erste Erfahrungen gesammelt haben, nahtlos in ein weiterführendes Training im Verein wechseln. Das unterstützt sowohl die Nachwuchsarbeit im Fechtssport als auch die Profilbildung der Schulen.

Fechten eignet sich zudem, um Kinder mit Konzentrationsschwierigkeiten oder besonderem Förderbedarf gezielt zu unterstützen, da es durch klare Regeln, ritualisierte Abläufe und eine hohe Anforderung an Aufmerksamkeit strukturiert und motivierend wirkt. Langfristig können auch schulinterne Vergleiche oder kleine Turniere angeboten werden, die zusätzliche Anreize schaffen und das Gemeinschaftsgefühl stärken.

# So gelingt die Umsetzung

Damit „**Fechten im Ganztag**“ erfolgreich umgesetzt werden kann, braucht es klare Strukturen und einfache Abläufe. Ziel ist es, Schulen, Vereinen und Partnern eine Orientierung zu geben, die den Einstieg leicht macht und den Alltag entlastet.

## Organisation und Ablauf

Die Planung orientiert sich an klaren Schritten:

- **Absprache im Vorfeld:** Schule und Verein legen Inhalte, Zeiten und Rahmenbedingungen gemeinsam fest.
- **Anmeldung der Kinder:** läuft über die Schule, sodass alle die gleichen Zugangschancen haben.
- **Regelmäßige Durchführung:** meist als wöchentliche AG oder Bewegungsstunde (60–90 Minuten).
- **Verantwortlichkeiten:**
  - Schule: Organisation vor Ort, Raumplanung, Kommunikation mit Eltern
  - Verein/Verband: Trainer\*innen, Material, inhaltliche Konzeption
  - Projektleitung: Koordination, Qualitätssicherung, Evaluation
- **Evaluation:** Feedbackrunden mit Kindern, Lehrkräften und Trainer\*innen sichern die Qualität.

## Räume und Infrastruktur

Fechten braucht keine große Halle. Geeignet sind:

- Turnhallen, Mehrzweckräume oder sichere Freiflächen
- eine freie, hindernislose Fläche für Bewegungen
- Grundausstattung wie Markierungen, kleine Matten oder Stangen
- optional: bereitgestellte Materialsets (Plastikflorettps, Westen, Masken), die während der Projektphase an der Schule verbleiben und ausgeliehen werden können

## Sicherheit und Verantwortung

Die Sicherheit der Kinder steht bei allen Aktivitäten an erster Stelle. Der Einstieg erfolgt ausschließlich mit kindgerechten, risikoarmen Materialien. Trefferübungen werden zunächst mit weichen oder abgerundeten Geräten durchgeführt, um Verletzungsrisiken zu minimieren. Alle Übungen sind auf spielerische Annäherung ausgelegt, bevor später gezielte Partnerübungen oder kleine Gefechte stattfinden. Rituale wie der Fechtergruß vor und nach jeder Einheit unterstreichen den respektvollen Umgang miteinander und machen Fairplay erlebbar.

Darüber hinaus sollte großer Wert auf den **Kinderschutz** gelegt werden. Alle eingesetzten Trainer\*innen verfügen über ein erweitertes Führungszeugnis und sind in Fragen der Prävention und des sicheren Umgangs mit Kindern geschult. Klare Ansprechpersonen und transparente Meldewege stellen sicher, dass Kinder, Eltern und Schulen jederzeit Vertrauen in die Umsetzung haben.

Zum Sicherheitskonzept gehört ebenso ein verantwortungsvoller Umgang mit dem eingesetzten Material. Sämtliche Ausrüstungsgegenstände sollten sorgfältig behandelt, regelmäßig überprüft und sachgerecht aufbewahrt werden. Wird Material – beispielsweise über die dfj – ausgeliehen, ist darauf zu achten, dass dieses eindeutig gekennzeichnet, vollständig inventarisiert und pfleglich genutzt wird. Nach dem Einsatz sollten die Geräte kontrolliert und entsprechend der Herstellerempfehlungen gereinigt werden. Eine sichere und ordentliche Aufbewahrung stellt sicher, dass das Material langfristig einsatzfähig bleibt und alle Beteiligten unter sicheren sowie hygienischen Bedingungen trainieren können.

Durch diese Standards entsteht ein sicheres Umfeld, in dem Kinder Fechten angstfrei und mit Freude erleben können – mit klaren Regeln, verlässlichen Rahmenbedingungen und gut vorbereiteten Trainer\*innen.

## Zeitrahmen und Umsetzung

Die Einheiten sind flexibel, aber klar strukturiert:

- in der Regel wöchentliche Angebote von 60–90 Minuten
- alternativ Blockangebote oder Projektstage
- Ziel ist Kontinuität: Kinder sollen feste, wiederkehrende Bewegungszeiten im Alltag erleben

Die Pilotphase von „**Fechten im Ganztage – Bewegung neu erleben**“ umfasste sechs aufeinanderfolgende Wochen mit jeweils einer Einheit pro Woche. Jede Einheit dauerte zwischen 60 und 90 Minuten und ist in sich abgeschlossen gewesen, sodass die Kinder Schritt für Schritt an die Sportart herangeführt wurden.

Das Programm ist so aufgebaut, dass es **Kontinuität** bietet, aber gleichzeitig flexibel in den schulischen Alltag integriert werden kann. Schulen können die Einheiten im Rahmen von AGs, Bewegungsstunden oder Projekttagen einplanen – je nach organisatorischen Gegebenheiten.

## Ablauf der Pilotphase (Beispielplan)

- **Woche 1:** Spielerischer Einstieg, Grundlagen der Fechtstellung, erste einfache Bewegungsspiele.
- **Woche 2:** Einführung in die Beinarbeit (Vor- und Rückschritte), einfache Reaktionsspiele.
- **Woche 3:** Erste Angriffsbewegungen (Ausfallschritt, Stoß) und kleine Partnerübungen.
- **Woche 4:** Einführung in Verteidigungstechniken (Paraden, Ausweichbewegungen) und Anwendung in einfachen Duellen.
- **Woche 5:** Verbindung von Angriff und Verteidigung in spielerischen Gefechtsformen, Förderung von Konzentration und Fairplay.
- **Woche 6:** Abschlusseinheit mit kleinem Turniercharakter, Reflexionsrunde und Übergangsperspektiven (Verein, Anschlussangebote).

## Organisation und Verantwortung

- **Schule:** Planung der Räume, Kommunikation mit Eltern, organisatorische Unterstützung.
- **Verein/Verband:** Bereitstellung von Trainer\*innen, Materialien und methodischer Gestaltung.
- **Projektleitung:** Koordination, Qualitätssicherung, Evaluation nach Abschluss der Pilotphase.

## Ziel der Pilotphase

Die Pilotphase diente nicht nur dem ersten Kennenlernen der Sportart, sondern auch der Erprobung der organisatorischen Abläufe, der Sammlung praktischer Erfahrungen und der Evaluation des Angebots. Kinder, Lehrkräfte und Trainer\*innen hatten die Möglichkeit, Rückmeldungen zu geben, die in die Weiterentwicklung des Projekts eingeflossen sind. Gleichzeitig konnten die Kinder in kurzer Zeit die gesamte Bandbreite des Fechtens erleben – von Bewegungsspielen über technische Grundlagen bis hin zu ersten kleinen Gefechten.

## Finanzierung und Ressourcen

Die Finanzierung von „Fechten im Ganzttag – Bewegung neu erleben“ war im Rahmen des MOVE-Projekts verankert. Der entsprechende Projektantrag wurde gestellt und genehmigt, sodass die Durchführung vollständig abgesichert war.

Dank dieser Grundlage konnten Schulen und Kinder kostenfrei am Projekt teilnehmen. Materialien wie Masken, Westen, Handschuhe und Übungswaffen wurden zentral beschafft und während der gesamten Projektphase an den Schulen belassen. Dadurch entstanden weder für Eltern noch für Schulen zusätzliche Kosten, und alle Kinder hatten die gleichen Voraussetzungen.

Neben den materiellen Ressourcen stellte das MOVE-Projekt sicher, dass qualifizierte Trainer\*innen eingesetzt wurden, die sowohl fachlich als auch pädagogisch vorbereitet waren. Die Projektleitung übernahm die Koordination, Qualitätssicherung und Evaluation.

Durch diese solide Finanzierung konnte die Pilotphase reibungslos umgesetzt werden und diente als Modell für eine mögliche Ausweitung auf weitere Schulen.

## Kooperationen und Partnerpakete

Die nachhaltige Umsetzung von „Fechten im Ganzttag – Bewegung neu erleben“ gelingt nur durch starke Netzwerke. Schulen, Vereine, Fachverbände und soziale Einrichtungen arbeiten eng zusammen, um Kindern ein verlässliches und vielseitiges Angebot zu ermöglichen.

### Kooperationen

- **Schulen** stellen Räume, organisatorische Strukturen und die Anbindung an Kinder und Eltern bereit.
- **Fechtvereine** bringen ihr fachliches Know-how, qualifizierte Trainer\*innen und Materialien ein. Sie bilden die sportliche Basis und eröffnen den Kindern eine Perspektive für den Übergang in den Verein.
- **Landesfachverbände** unterstützen durch Schulungsangebote, Vernetzung und die Sicherstellung von Qualitätsstandards.
- **Soziale Einrichtungen und Netzwerke** tragen dazu bei, gezielt auch Kinder aus bildungsbenachteiligten Lebenslagen zu erreichen.

Diese Zusammenarbeit schafft Synergien: Schulen profitieren von attraktiven Bewegungsangeboten, Vereine gewinnen Zugang zu neuen Zielgruppen, und Kinder erleben eine Sportart, die sie sonst kaum kennenlernen würden.

## Partnerpakete

Um die Zusammenarbeit flexibel und bedarfsgerecht zu gestalten, sieht das Projekt verschiedene Partnerpakete vor:

1. **Materialpaket** – Bereitstellung von kindgerechter Fechttausrüstung (Plastikflorettps, Westen, Masken), die während der Pilotphase an der Schule verbleibt.
2. **Schulungspaket** – Einführungskurse für Lehrkräfte oder pädagogisches Personal, um Grundlagen des Projekts kennenzulernen und ggf. selbst kleine Einheiten anzuleiten.
3. **Kooperationspaket Schule–Verein** – feste Zusammenarbeit zwischen einer Schule und einem Fechtverein mit klar geregelten Verantwortlichkeiten.
4. **Pilotphase** – ein zeitlich begrenztes, begleitetes Modell mit 6 Einheiten, das eine erprobte und sichere Umsetzung gewährleistet.

Durch diese Pakete können unterschiedliche Schulen und Vereine nach ihren Ressourcen und Möglichkeiten eingebunden werden. So entsteht ein flexibles Modell, das sowohl in kleinen Grundschulen als auch in größeren Ganztagsstrukturen funktioniert.

Um die Zusammenarbeit klar und transparent zu gestalten, wird jede Kooperation in einer **kurzen schriftlichen Vereinbarung (Memorandum of Understanding, MoU)** festgehalten. Darin werden Aufgaben, Verantwortlichkeiten, Rahmenbedingungen und Kommunikationswege eindeutig geregelt. Dieses einfache Verfahren sorgt für Vertrauen, erleichtert die Abstimmung und legt die Grundlage für eine langfristige Zusammenarbeit zwischen Schule, Verein und Projektleitung.

# Rechtlicher Rahmen

Alle Angebote im Rahmen von „Fechten im Ganzttag“ erfolgen im Einklang mit den Vorgaben des Ganztagsförderungsgesetzes (GaFöG) sowie den Regelungen der jeweiligen Bundesländer. Haftungs- und Versicherungsfragen werden im Vorfeld zwischen Schule und Verein eindeutig geklärt. Trainer\*innen verfügen über gültige Lizenzen bzw. Qualifikationen, und die Einhaltung von Aufsichts- und Sicherheitsstandards ist selbstverständlich.

Ein weiterer zentraler Aspekt ist der **Datenschutz (DSGVO)**. Foto- und Videoaufnahmen von Kindern erfolgen ausschließlich nach schriftlicher Einwilligung der Sorgeberechtigten. Rückmeldungen und Befragungen werden anonymisiert ausgewertet, personenbezogene Daten werden ausschließlich projektbezogen genutzt und zeitlich befristet gespeichert.

Darüber hinaus verpflichten sich alle beteiligten Trainer\*innen und Kooperationspartner\*innen zu einem verantwortungsvollen Umgang mit den anvertrauten Kindern und Jugendlichen. Hierzu zählen die Beachtung des Kinderschutzkodex, transparente Kommunikationswege sowie die Benennung klarer Ansprechpersonen.

Durch diese Rahmenbedingungen entsteht für Schulen, Eltern und Kinder ein hohes Maß an Verlässlichkeit und Sicherheit – eine wichtige Grundlage, um Vertrauen aufzubauen und das Projekt nachhaltig im Ganzttag zu verankern.

## Fechten erleben: Inhalte und Methoden

### Sicherheit und Regeln in den ersten Stunden

Die ersten Begegnungen mit dem Fechten stehen ganz im Zeichen von Sicherheit und gegenseitigem Respekt. Bevor es an praktische Übungen geht, lernen die Kinder grundlegende Regeln kennen: Waffen werden immer mit der Spitze nach unten gehalten, solange nicht aktiv gefochten wird, Treffer gehören zum Sport und dürfen nicht persönlich genommen werden, und hartes oder unfaires Verhalten hat keinen Platz. Rituale wie der Fechtergruß vor und nach jedem Gefecht machen Respekt sichtbar und schaffen eine wertschätzende Atmosphäre.

## Spielerischer Einstieg

Der Zugang zum Fechten erfolgt über spielerische Elemente, die Bewegungsfreude mit fechtsspezifischen Grundlagen verbinden. Durch Fangspiele in Fechtstellung, Ballonduelle oder kleine Staffelspiele mit Ausfallschritt und Fechtsschritten lernen die Kinder auf natürliche Weise Koordination, Reaktion und Balance. So sammeln sie erste Erfahrungen mit den typischen Bewegungsformen des Fechtens und erleben schnelle Erfolgserlebnisse, die Neugier und Motivation wecken.

Das Training folgt dem Prinzip „Schritt für Schritt“: Zunächst werden die Grundlagen erlernt, auf denen im weiteren Verlauf systematisch aufgebaut wird. Dabei ist wichtig, dass die Kinder verstehen, dass man Fechten nicht von heute auf morgen perfekt beherrscht. Bestimmte Bewegungsabläufe müssen oft wiederholt, verfeinert und optimiert werden. Durch dieses Dranbleiben entwickeln die Kinder nicht nur Technik, sondern auch Durchhaltevermögen und Selbstvertrauen.

Im Mittelpunkt steht dabei stets die Freude an der Bewegung. Entscheidend ist, dass die Kinder Spaß haben, an sich wachsen und sich in einem geschützten Rahmen positiv weiterentwickeln können.

## Sportartspezifische Grundlagen

Nach und nach werden zentrale Grundlagen eingeführt: die Fechtstellung mit korrekter Fußstellung und stabiler Balance, Vorwärts- und Rückwärtsschritte als Basis der Beinarbeit sowie der Ausfallschritt als wichtige Bewegungsform. Stoß- und Hiebbewegungen gehören ebenfalls zu den ersten Schritten, da sie den Kindern zeigen, wie Treffer im Fechten erzielt werden können. Durch die Verbindung dieser Elemente in kleinen Spielsituationen wachsen die Kinder Schritt für Schritt in die Sportart hinein.

Ein wichtiger Teil des Fechtens ist das Wiederholen von Bewegungsabläufen. Nur durch regelmäßiges Üben lassen sich die Techniken sicher anwenden. So lernen die Kinder nicht nur Bewegungen, sondern auch Durchhaltevermögen, Geduld und Konzentration – wichtige Kompetenzen, die auch außerhalb des Sports von großer Bedeutung sind.

Dabei steht nicht im Vordergrund, dass die Kinder ein perfektes Gefecht bestreiten können, sondern dass sie die Grundlagen kennen, verstehen und anwenden. Schnelle Erfolgserlebnisse sorgen dafür, dass Motivation und Spaß erhalten bleiben.

Darüber hinaus lernen die Kinder im Fechten Werte wie Fairness, Respekt und Regelbewusstsein kennen. Partnerübungen und Spiele fördern zudem das Gemeinschaftsgefühl, auch wenn Fechten eigentlich ein Einzelsport ist. So verbindet das Projekt körperliche Bewegung mit taktischem Denken, Koordination und sozialem Lernen – eine ganzheitliche Förderung, die Kinder langfristig stärkt.

## Vokabular und Regeln

Fechten hat eine eigene Sprache, die die Kinder von Anfang an kennenlernen. Kommandos wie „Prêts – Allez“ strukturieren die Übungen, während Begriffe wie Angriff, Parade oder Trefferfläche dabei helfen, Techniken zu verstehen und präzise zu benennen. Diese sprachliche Begleitung gibt den Stunden Klarheit, erleichtert das gemeinsame Lernen und macht die Kinder Schritt für Schritt mit der Sportart vertraut.

Das Erlernen der richtigen Begriffe hat zudem einen nachhaltigen Wert: Kinder, die Gefallen am Fechten finden und die Sportart später intensiver ausüben möchten, verfügen dadurch bereits über ein wichtiges Grundwissen. Die Fachsprache sowie die Materialien der Sportart zu kennen, ist ein zentraler Bestandteil, um sich im Fechten zurechtzufinden und die eigenen Fähigkeiten weiterzuentwickeln.

Ein weiterer Bestandteil des Projekts ist es, den Kindern ein allgemeines Verständnis für die ganze Sportart Fechten zu vermitteln. Dazu gehört auch, dass sie alle drei Waffen – Säbel, Degen und Florett – kennenlernen und erfahren, was jede einzelne ausmacht und voneinander unterscheidet.

Die Regeln des Fechtens können anfangs komplex erscheinen, doch wenn sie spielerisch und schrittweise vermittelt werden, sind sie auch für Grundschulkinder gut verständlich. Dieses Wissen hilft den Kindern wiederum, eigene Gefechte besser nachzuvollziehen und zu verstehen, wie sie selbst Treffer erzielen können.

## Materialien und Ausrüstung

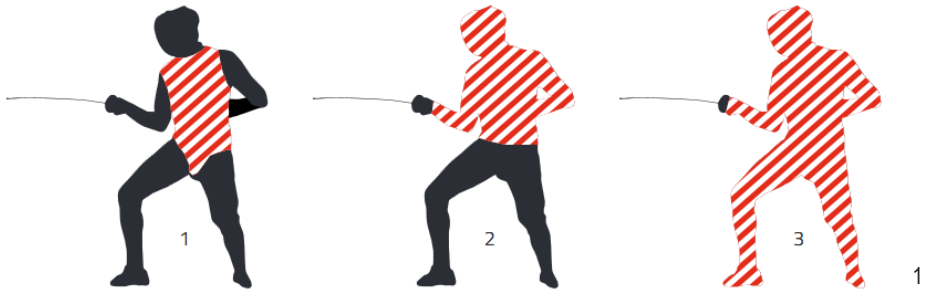
Der Materialeinsatz richtet sich nach Alter und Erfahrungsstand. Zu Beginn reichen einfache Hilfsmittel wie Kunststoffstäbe und Kunststoffmasken, die sichere und spielerische Lernbedingungen ermöglichen. Mit wachsender Erfahrung kommen klassische Fechtmaterialien wie Maske, Jacke, Handschuh und Waffe hinzu. Auch Fechtbahnen können flexibel durch Markierungen im Raum improvisiert werden.

Darüber hinaus stehen **Stationskarten** zur Verfügung, die verschiedene Lernmöglichkeiten eröffnen und den Kindern eine klare Orientierung bei Übungen und Spielen geben. So können sie eigenständig oder in Kleingruppen an unterschiedlichen Bewegungsaufgaben arbeiten und ihre Fähigkeiten schrittweise erweitern.

Als zusätzliche Motivation erhält jedes teilnehmende Kind ein **Malbuch**, das spielerisch Inhalte aus der Welt des Fechtens vermittelt. Über Bilder, Rätsel und kleine Aufgaben können die Kinder das Gelernte kreativ nachbereiten und vertiefen. Das Malbuch wird so zu einer Brücke zwischen Praxis und Reflexion und unterstützt zugleich die nachhaltige Verankerung der Inhalte.

## Einführung in die drei Waffen

Das Projekt gibt auch einen ersten Einblick in die drei olympischen Waffen. Das Florett vermittelt vor allem technisches Verständnis, da nur der Rumpf als Trefferfläche zählt. Der Degen eröffnet taktische Vielfalt, weil der gesamte Körper gültig ist. Der Säbel schließlich ist besonders dynamisch: Hier sind Hiebe erlaubt, und der gesamte Oberkörper inklusive Arme und Kopf ist Trefferfläche. Die Unterschiede werden kindgerecht und vereinfacht dargestellt, sodass die Kinder die Vielfalt der Sportart erleben, ohne überfordert zu werden.



## Aufbau einer Fechtinheit

Eine Fechtinheit im schulischen Rahmen ist abwechslungsreich gestaltet und folgt einem klaren Aufbau. Sie beginnt mit einem Aufwärmen und spielerischen Übungen zur Förderung von Teamgeist und Bewegungsfreude. Darauf folgen grundlegende Elemente der Beinarbeit und Bewegungsabläufe, die die Basis für das Fechten schaffen. Im Anschluss stehen fechtbezogene Spiele und Partnerübungen im Mittelpunkt, bei denen erste Angriffs- und Verteidigungsformen sowie Stoß- und Hiebtechniken ausprobiert werden können. Den Abschluss bilden Auslaufen und Dehnübungen, die Verletzungen vorbeugen und der Stunde einen positiven Ausklang geben.

Die Trainer\*innen oder pädagogischen Fachkräfte, die die AG oder Bewegungsstunden durchführen, erhalten vorab von uns Materialien und Anleitungen, an denen sie sich orientieren können. Gleichzeitig bleibt Raum für eigene Ideen, Erfahrungen und Schwerpunkte, die in die Einheiten eingebracht werden dürfen. Jede Gruppe ist anders – deshalb werden die Inhalte individuell an die Kinder angepasst: Es wird geschaut, welche Grundlagen noch geübt werden müssen, was bereits gut funktioniert und wo neue Herausforderungen sinnvoll sind. So bleibt jede Einheit flexibel, lebendig und auf die Bedürfnisse der Kinder zugeschnitten.

<sup>1</sup> Trefferflächen; Prüfungsheft Turnierreifeprüfung Theoretischer Teil, Deutscher Fechter-Bund e.V., Seite 5

# Beispiel für eine Fechteinheit (60 Minuten)

Eine typische Fechteinheit im Ganztag beginnt mit einem **gemeinsamen Ankommen und Aufwärmen**. In den ersten zehn Minuten stehen einfache Bewegungsspiele im Vordergrund, die den Kreislauf aktivieren und spielerisch in die Fechtstellung überleiten. Fangspiele mit Richtungswechseln oder kleine Staffelübungen machen die Kinder locker und bereiten sie auf die spezifischen Bewegungen vor.

Im nächsten Schritt folgen etwa **15 Minuten grundlegende Beinarbeit**. Die Kinder lernen Vorwärts- und Rückwärtsschritte, üben die stabile Fechtstellung und kombinieren diese Bewegungen mit kleinen Spielen. Ziel ist es, Balance, Koordination und Beweglichkeit zu entwickeln.

Darauf aufbauend werden **erste Techniken des Angriffs und der Verteidigung** eingeführt. In Partnerübungen üben die Kinder einfache Stöße oder Hiebe mit Kunststoffwaffen. Parallel lernen sie, mit Paraden oder Ausweichbewegungen zu reagieren. Dieser Abschnitt dauert rund 20 Minuten und wird immer wieder spielerisch aufgelockert, etwa durch kleine Duelle, in denen nur bestimmte Bewegungen erlaubt sind.

Die letzten 10–15 Minuten sind dem **spielerischen Gefecht** gewidmet. In vereinfachten Duellen wenden die Kinder das Gelernte an, wobei Sicherheit und Fairness im Vordergrund stehen. Rituale wie der Fechtergruß vor und nach dem Gefecht unterstreichen den respektvollen Umgang.

Zum Abschluss wird die Stunde mit einem **gemeinsamen Auslaufen und Dehnen** abgerundet. In einer kurzen Reflexionsrunde dürfen die Kinder erzählen, was ihnen gefallen hat oder welche Bewegung besonders spannend war. So endet jede Einheit positiv und gibt den Trainer:innen wertvolles Feedback.

Zeit	Inhalt	Ziel
0 - 10 Min	Aufwärmen & Bewegungsspiele	Aktivierung, Spaß, erste Schritte in Fechtstellung
10 - 15 Min	Beinarbeit	Koordination, Balance, Beweglichkeit
25 - 45 Min	Partnerübungen (Angriff/Parade)	Einführung in Technik, Reaktion, Fairplay
45 - 55 Min	Spielerisches Gefecht	Anwendung des Gelernten, Sicherheit & Respekt
55 - 60 Min	Auslaufen, Dehnen, Reflektion	Verletzungsprävention, Feedback, positiver Abschluss

# Projektbausteine und Nachhaltigkeit

Das Projekt „**Fechten im Ganzttag**“ versteht sich nicht nur als kurzfristiges Angebot, sondern als Ausgangspunkt für eine langfristige Verankerung von Bewegung, Fairness und Gemeinschaft im schulischen Alltag. Damit das gelingt, wird das Programm durch verschiedene Bausteine ergänzt, die die Nachhaltigkeit sichern und die Wirkung über die eigentliche Unterrichtseinheit hinaus verlängern.

## Projektbausteine in der Schule

An vielen Schulen entsteht aus den regelmäßigen Einheiten schnell eine größere Dynamik. Fechten kann Teil von **Sportprojektwochen**, **Schulfesten** oder **Präsentationstagen** werden. Solche Veranstaltungen machen die Sportart sichtbar und geben den Kindern Erfolge, die über die AG hinauswirken. Besonders **kleine schulinterne Fechtturniere** schaffen zusätzliche Anreize, fördern die Motivation und stärken das Gemeinschaftsgefühl.

Darüber hinaus können **Kooperationen mit Vereinen** sowie Präsentationen im öffentlichen Rahmen – etwa bei Stadtteilstesten oder Aktionstagen – eingebaut werden. So wird die Sportart nachhaltig verankert und den Schülerinnen und Schülern gleichzeitig ein leichter Zugang zum weiterführenden Fechttraining im Verein eröffnet.

## Kooperationen mit Vereinen

Ein zentrales Element für die Nachhaltigkeit ist die enge **Kooperation zwischen Schulen und Fechtvereinen**. Die Schulen stellen die organisatorische Plattform und den Zugang zu den Kindern bereit, während die Vereine Expertise, Trainer\*innen und Ausrüstung einbringen. So entsteht eine Brücke: Kinder können ihre ersten Erfahrungen aus dem Ganzttag nahtlos in ein weiterführendes Vereinstraining überführen. Damit wird nicht nur die Nachwuchsarbeit im Fechtsport gestärkt, sondern auch das Profil der Schulen bereichert.

## Präsenz in der Öffentlichkeit

Neben dem schulischen Kontext kann das Projekt auch im öffentlichen Raum sichtbar werden. Präsentationen bei Stadtteilstesten, sportlichen Aktionstagen oder Kooperationen mit sozialen Einrichtungen eröffnen neue Zugänge. Flyer, Poster, Sticker oder Malbücher unterstützen die Kommunikation und helfen, das Projekt in der Schulgemeinschaft wie auch in der Öffentlichkeit zu verankern.

# Nachhaltigkeit sichern

Nachhaltigkeit bedeutet:

- Kinder erleben Fechten nicht nur als kurze Episode, sondern als festen Bestandteil ihres Alltags.
- Schulen erhalten Materialien und Konzepte, die sie eigenständig weiterführen können.
- Vereine gewinnen neue Mitglieder und stärken ihre Rolle in der lokalen Bildungslandschaft.
- Werte wie Fairness, Konzentration und Disziplin bleiben nicht abstrakt, sondern werden durch regelmäßige Rituale und Erlebnisse gelebt.

So entsteht ein Angebot, das über den unmittelbaren Projektrahmen hinaus Bestand hat und die Grundlage für eine **dauerhafte Zusammenarbeit von Schule, Verein und Verband** bildet.

## Evaluation und Erfahrungsberichte

Damit „**Fechten im Ganzttag**“ dauerhaft wirksam bleibt, braucht es eine kontinuierliche Evaluation. Sie stellt sicher, dass die Inhalte kindgerecht umgesetzt werden, die Ziele erreicht werden und das Projekt laufend verbessert werden kann.

### Erfolgskriterien

Erfolg zeigt sich nicht allein an der Anzahl teilnehmender Kinder, sondern vor allem an ihrer Erfahrung. Zu den zentralen Kriterien gehören:

- **Begeisterung der Kinder:** Freude an Bewegung, Motivation zur regelmäßigen Teilnahme.
- **Vermittlung von Werten:** Wahrnehmung von Fairness, Respekt, Konzentration im Schulalltag.
- **Zugangsgerechtigkeit:** Teilnahme unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Vorerfahrung oder finanziellen Möglichkeiten.
- **Nachhaltigkeit:** Übergänge in Vereinsangebote, Fortführung an den Schulen über die Pilotphase hinaus.
- **Schulische Wirkung:** Einbindung in den Ganzttag, positive Rückmeldungen von Lehrkräften und Eltern.

## Dokumentation und Auswertung

Jede Projektphase wird dokumentiert. Dazu gehören:

- **Teilnehmendenzahlen** und Anwesenheitslisten,
- **Feedbackbögen** für Kinder, Lehrkräfte und Trainer\*innen,
- **Beobachtungen** zur Entwicklung von Bewegungs- und Sozialkompetenzen,
- **Fotos, Berichte und Erfahrungsnotizen**, die Erlebnisse und Fortschritte festhalten.

Die Rückmeldungen werden gesammelt, ausgewertet und in die Weiterentwicklung des Projekts integriert. So entsteht ein Kreislauf, der Qualität und Nachhaltigkeit sichert.

Für die Evaluation nutzen wir einfache, altersgerechte Instrumente. Dazu gehören Feedbackbögen mit Smileys für die Kinder, Kurzfragebögen für Lehrkräfte und Trainer\*innen sowie Anwesenheitslisten zur Dokumentation. Diese Rückmeldungen geben uns wertvolle Hinweise, wie das Projekt laufend verbessert werden kann. Ergänzend werden Beobachtungsnotizen und kurze Erfahrungsberichte gesammelt, die qualitative Einblicke ermöglichen.

### Erfahrungsberichte

Ein besonderer Wert liegt auf persönlichen Stimmen. Kinder berichten von ihren Erlebnissen, Lehrkräfte schildern Beobachtungen im Schulalltag und Trainer\*innen teilen ihre fachliche Sicht. Diese Erfahrungsberichte geben dem Projekt ein Gesicht und machen seine Wirkung anschaulich – für die Schulen, die Vereine und mögliche Förderpartner.

# Fazit und Ausblick

Mit „**Fechten im Ganzttag – Bewegung neu erleben**“ entsteht ein Projekt, das weit über eine sportliche Aktivität hinausgeht. Es verbindet eine traditionsreiche, olympische Sportart mit den aktuellen Anforderungen von Schule, Ganztagsbetreuung und moderner Pädagogik. Kinder lernen eine neue Bewegungswelt kennen, in der Konzentration, Fairness, Disziplin und Gemeinschaft genauso wichtig sind wie Schnelligkeit und Technik.

Der besondere Wert liegt in der Niedrigschwelligkeit des Angebots: Schon mit einfachen Materialien können Kinder aktiv werden, unabhängig von Herkunft oder finanziellen Möglichkeiten. So wird Fechten zu einem Sport für alle – und zu einer Chance, Teilhabe und Chancengerechtigkeit im Ganzttag konkret zu leben.

Durch die enge Zusammenarbeit von Schulen, Vereinen und Fachverbänden entstehen Strukturen, die auch über die Projektlaufzeit hinaus Bestand haben können. Kinder erhalten einen motivierenden Zugang zum Sport, Schulen ein innovatives Bewegungsangebot, und Vereine die Möglichkeit, Nachwuchs zu gewinnen und ihre Rolle in der Bildungslandschaft zu stärken.

Der projektbezogene Ansatz bot die Möglichkeit, wertvolle Erfahrungen zu sammeln, Rückmeldungen aus der Praxis aufzunehmen und das Angebot kontinuierlich weiterzuentwickeln. Auf dieser Grundlage konnte ein tragfähiges Modell entstehen, das flexibel an unterschiedliche schulische Rahmenbedingungen angepasst werden kann. Mit Blick auf das Ganztagsförderungsgesetz und die kommenden Jahre eröffnet sich damit die Perspektive, Fechten nachhaltig im Ganzttag zu verankern und das Konzept schrittweise auf weitere Standorte und Kontexte zu übertragen.

**Fechten im Ganzttag steht damit für mehr als Sport:** Es ist ein Beitrag zu Bildung, Persönlichkeitsentwicklung und Gemeinschaft. Ein Projekt, das Kindern neue Wege eröffnet, Schulen bereichert und Vereine stärkt – und das zeigt, wie sehr Bewegung das Leben von Kindern positiv prägen kann.





DEUTSCHE  
FECHTSportJUGEND



im Deutschen Fechter-Bund e.V.

Gefördert durch das

**MOVE**

**ZUKUNFTS-  
PAKET**