

# Ramadan und Sport

**Beitrag von „CDL“ vom 10. Mai 2019 13:12**

Persönlich und auf mich bezogen sehe ich das wie du Miss Jones, das ändert aber nichts daran, dass eben viele unsere SuS damit aufwachsen, dass Fasten eine Säule ihrer Religion und ihres Glaubens ist und es gerade bei Kindern oft besonders gelobt und belohnt wird, wenn diese einen ersten Fastentag schaffen. Damit lernen die Kinder von klein auf, dass das Fasten etwas Besonderes und Gutes ist und sie sich darüber positive Aufmerksamkeit ihrer direkten Bezugspersonen sichern können. Im Vergleich dazu ist es herzlich irrelevant, wie einzelne Lehrer das finden. Unverständnis verstärkt aber das Gefühl so wie man ist keinen Platz in der deutschen Mehrheitsgesellschaft zu haben.

Wer fasten möchte fastet eben. Sportunterricht oder Prüfungen sind legitime Gründe ggf.an dem jeweiligen Tag nicht zu fasten und dafür nachzufasten.

Halb off-topic, dennoch kann ich bei dem Thema eigentlich nur jedem ans Herz legen im Ramadan an einem öffentlichen Fastenbrechen (die gibt es eigentlich in allen größeren Orten deutschlandweit, sei es im Freien, in einer Moschee oder auch an einem städtischen Platz) teilzunehmen. Das ist eine sehr schöne Erfahrung bei der man sehr interessante Gespräche führen kann. Ich empfinde das jedes Jahr als sehr bereichernd und freue mich immer, weil es die eine Gelegenheit im Jahr ist viele muslimische Frauen und Familien die ich im Rahmen meiner früheren Arbeit kennenlernen durfte an einem Ort wiederzutreffen und mich mit ihnen auszutauschen. Wenn ihr von Nachbarn zum gemeinsamen Fastenbrechen eingeladen werdet: Gebt euch einen Ruck und nehmt daran teil. Es ist eine schöne Gelegenheit ins Gespräch zu kommen und ein sehr einfacher Weg Integration zu leben, indem man Anteil nimmt an dem, was für die Mitmenschen eine so zentrale Bedeutung hat. Pure Datteln- frisch oder getrocknet- sind übrigens ein spitzenmäßiges Gastgeschenk im Ramadan (falls ihr eingeladen werden solltet und euch fragt, was ihr mitbringen könntet). 😊