



FTEM Karate – Breitensport

Förderkonzept der Swiss Karate Federation

Leistungsvergleiche im Sport haben in unserer modernen Gesellschaft einen festen Platz eingenommen: Auf allen Kontinenten sind zahlreiche Nationen bestrebt, im internationalen Leistungsvergleich vertreten zu sein und mit guten Resultaten auf sich aufmerksam zu machen. Ausschlaggebend für die nationalen Wettkampfsysteme sind die Entwicklungen des olympischen Programms und die Wettkampfsysteme der internationalen Sportverbände. Innerhalb der internationalen Karate-Community hat dies zu Konflikten geführt: Die Entwicklungsschritte – realisiert durch die World Karate Federation (WKF) – zur Steigerung der physischen Leistungsanforderungen und der Zuschauerattraktivität haben in verschiedenen Stilgruppierungen heftige Kritik ausgelöst. Im Zentrum dieser Ablehnung steht die Befürchtung, dass wichtige überlieferte Werte, sowohl im technischen wie auch im pädagogischen Bereich, verloren gehen. Dieser Diskurs wird auch innerhalb der Swiss Karate Federation (SKF) geführt.

Die Implementierung von FTEM Schweiz in der Swiss Karate Federation (SKF) hat entscheidende Weichen für die Entwicklung des Verbandes gestellt. Mithilfe verschiedener SWOT-Analysen, Workshops und strategischen Sitzungen der Verbandsorgane wurden visionäre Richtziele festgelegt. Auch wenn sich das Entwicklungskonzept FTEM Karate (2021) primär mit Fördermassnahmen des Nachwuchs- und Leistungssports auseinandersetzt, dient das pädagogische Leitbild der Verbandsausbildung als allgemeine Orientierung und die Schnittstellen zwischen Breitensport und Leistungssport sind nicht nur strukturell-organisatorisch, sondern auch inhaltlich dargestellt (FTEM Karate, Kapitel 1.3.). Die Verbandsführung vertritt die Überzeugung, dass sie sich nicht von den internationalen Entwicklungstendenzen abschotten, sondern die Herausforderung annehmen und die Modernisierung des Karate mitgestalten will. Das vorliegende Konzept ist ein weiterer wichtiger Schritt, der dazu dient, sowohl die Aspekte der Bewegungslehre wie auch der Persönlichkeitsentwicklung ohne Qualitätsverlust in unserem Kulturraum weiterzuentwickeln. Neben dem Leistungssport ist auch der Breitensport eine wichtige Plattform, um innovative Karateprojekte zu realisieren. Das Förderkonzept für den Breitensport soll die Grundlage schaffen, damit die SKF künftig ihr Ausbildungs- und Fördersystem laufend aktualisieren und weiterentwickeln kann.

Projektteam Förderkonzept:

Autor*innen: Erik Golowin, Thomas Hertig, Michelle Saner, Olivia Derungs, Leo Chin

Redaktion: François Cuvit

Gestaltung, Grafiken: Marc Gilgen

Entwicklungsplan

- 1. Vision – zur führenden Plattform werden**
 - 1.1. Mission – ganzheitliches Ausbildungssystem realisieren**
 - 1.2. Idee – umfassendes Entwicklungskonzept umsetzen**
 - 1.3. Dachverband – Aufgabenbereiche ausbauen**
 - 1.4. Verbandsentwicklung – Kapazität vergrössern**

Konzeptinhalte

- 2. FTEM Karate – inhaltliche Richtziele**
 - 2.1. Karate – philosophischen Hintergrund aktualisieren**
 - 2.2. Training – zeitgemässes Ausbildungsverständnis schaffen**
 - 2.3. Stufenmodell – menschliches Potenzial erschliessen**
 - 2.4. Breitensportverständnis – karatespezifisch differenzieren**
 - 2.5. FTEM Karate – Sport**
 - 2.6. Karriereende – Fortführen der Entwicklung**

Verbandsprojekte

- 3. Entwicklung – Nachhaltigkeit sicherstellen**
 - 3.1. Kindersport – Potenzial nutzen**
 - 3.1.1. Einbettung – pädagogische Werte umsetzen**
 - 3.1.2. Projektziele – 6K-Events wiederbeleben**
 - 3.1.3. Projekthinhalte – Organisationsteam aufbauen**
 - 3.1.4. Nachhaltigkeit – regionale Verankerung festigen**
 - 3.1.5. Realisation – Revitalisierungsprojekt umsetzen**
 - 3.2. Konfliktfähigkeit – Selbstwirksamkeit verbessern**
 - 3.2.1. Ausbildung – Kompetenzen erweitern**
 - 3.2.2. Projekt – Aus- und Weiterbildung aufbauen**
 - 3.2.3. Psychologische Grundlagen – Hintergrundwissen integrieren**

3.2.4. Ausbildungsstruktur – Themen stufengerecht vernetzen

3.2.5. Ausbildende – Kriterien berücksichtigen

3.2.6. Realisation – Revitalisierungsprojekt umsetzen

3.3. Gesundheit – Geist und Körper harmonisieren

3.3.1. Kampfkunsttraining – Persönlichkeitsentwicklung unterstützen

3.3.2. Unterricht – Trainingsinhalte ganzheitlich vernetzen

3.3.3. Ausbildungsthemen – Entwicklung ergänzen

3.3.4. Ausbildung – Konzept entwickeln

3.3.5. Realisation – Umsetzungsphasen festlegen

3.4. FTEM Karate – Folgeprojekte planen

Entwicklungsplan

1. Vision – zur führenden Plattform werden

Zu einer führenden Plattform für Körperkultur, Leistungsentwicklung und Gesundheit werden. Auch im 21. Jahrhundert leisten Budo-Künste einen konstruktiven Beitrag für die Bewegungs- und Sportkultur unserer Gesellschaft.

Karatedo ist eine fernöstliche Kampfkunst und eine Methode der meditativen Körperkultur. Das Training schafft ein ganzheitliches Verständnis für den menschlichen Körper – seine Wirkung auf das Fühlen, Denken und Handeln. Unsere Potenziale erschliessen heisst, die Wechselwirkung von Körper und Psyche zu verstehen und zu nutzen.

1.1. Mission – ganzheitliches Ausbildungssystem realisieren

«Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung unterstützen, indem wir sie ausbilden, betreuen und begleiten.»

Unser Beitrag...

Die pädagogischen Werte des Karate in einer aktualisierten Form bewahren und eine innovative, zeitgemässe Förderung des Sports, der Selbstverteidigung und der Gesundheit verwirklichen.

Für unsere Mitglieder...

Ausbildungsangebote für alle zur Verfügung stellen, unabhängig von Alter, Geschlecht, Herkunft oder kulturellem Hintergrund: Im Zentrum stehen die Menschen und ihre Entwicklung!

Mit Engagement...

Menschen dabei unterstützen, ihre Potenziale zu erschliessen, sei es im Sport oder im Leben allgemein!

Dank Innovation...

Ein ganzheitliches Ausbildungs- und Fördersystem realisieren, das Menschen in ihrer persönlichen Entwicklung motiviert und anregt – sowohl im Training wie auch im sozialen Umfeld!

Mit wirkungsvollen Ansätzen...

Einen konstruktiven pädagogischen Beitrag für unsere Gesellschaft leisten: Ergänzend zur Trainings- und Bewegungslehre auch psychoedukatives Hintergrundwissen vermitteln.

Zwischen Tradition und Modernisierung...

Das Zusammenspiel von körperlichen und mentalen Trainingsformen ständig weiterentwickeln: Überliefertes Wissen, sportwissenschaftliche Erkenntnisse und psychologische Methoden ergänzen einander!

1.2. Idee – umfassendes Entwicklungskonzept umsetzen

Mit dem Aufbau von Jugend+Sport (J+S Karate), Erwachsenensport (esa), Kindersport (J+S Kindersport Karate) und den Leistungssportstrukturen (Swiss Olympics) konnte sich die SKF in den letzten Jahrzehnten zu einem modernen Landesverband entwickeln.

Im Rahmen von FTEM Schweiz sollen Nachwuchstalente gefunden und gefördert werden, die in ihrer Sportart über ein ausgeprägtes Leistungspotenzial verfügen. Diese Aufgabe stellt eine Herausforderung für die Swiss Karate Federation (SKF) dar, da sie traditionsgemäss ein Breitensportideal vertritt, das die Unterstützung des Menschen und die Entwicklung seiner Potenziale anstrebt – unabhängig vom Grad seiner Begabung, seinem Alter oder seinem Geschlecht.

Seit 2022 arbeitet die Verbandsführung gezielt daran, FTEM Karate in der SKF umzusetzen. Zusammen mit dem Führungsstab Leistungssport wurde ein Nachwuchskonzept entwickelt, das die inhaltlichen Schwerpunkte und die spezifischen Fördermassnahmen für Nachwuchsathletinnen und -athleten definiert. Von diesen Massnahmen sollen künftig auch Dojos profitieren, die keine gezielte Förderung des Wettkampfsports betreiben. Die Schnittstellen zwischen Breiten- und Leistungssport werden systematisch bewirtschaftet, so dass beidseitig ein Mehrwert geschöpft wird. In diesem Sinne ist das Breitensportkonzept als Ergänzung, Unterstützung und Weiterentwicklung von FTEM Karate zu verstehen.

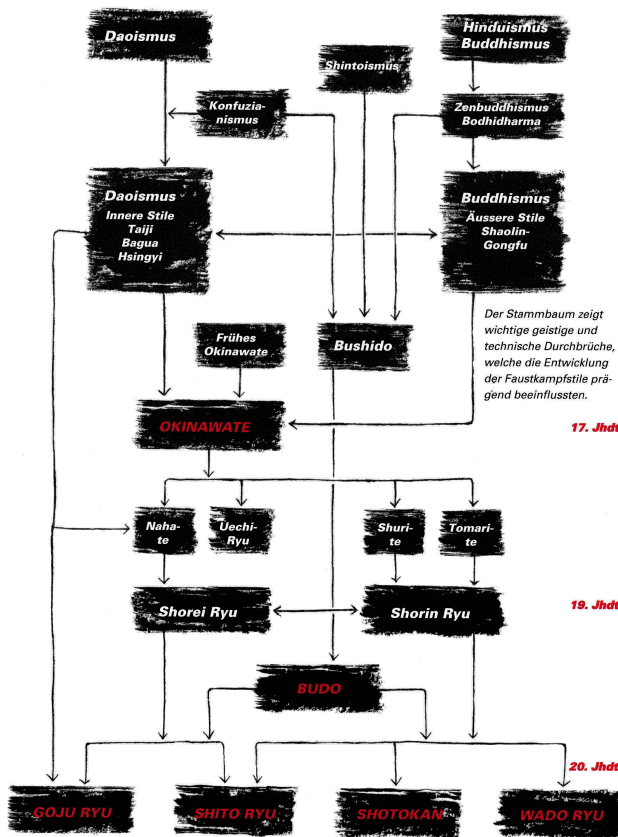
Das vorliegende Förderkonzept befasst sich mit den Verbandsanliegen im Bereich Breitensport. Die SKF will die Förderung dieses Bereichs systematisieren und die Verbindungen zwischen Breitensport und Leistungssport auf allen Stufen inhaltlich weiterentwickeln und koordinieren. Dabei gilt es, die pädagogischen und gesundheitlichen Werte des Karatedo in einer aktualisierten Form zu bewahren und eine innovative, zeitgemässe Förderung des Karatetrainings zu verwirklichen.

- FTEM Karate steht für die Gesamtvision der SKF.
- FTEM Karate umfasst den Leistungssport, den Breitensport und die Ausbildung.
- FTEM Karate will Menschen dabei unterstützen, ihre Potenziale zu erschliessen, sei es im Wettkampfkarate oder im Leben allgemein.

1.3. Dachverband – Aufgabenbereiche ausbauen

Karate ist heute eine international anerkannte Wettkampfform, geprägt vom Geist und der Kultur Ostasiens. Ursprünglich stammt die japanische Kampfkunst aus Okinawa. Anfangs des 20. Jahrhunderts entstanden in Japan aus den verschiedenen Okinawa-Stilen die vier grossen Karate-Stile Shotokan, Wado-Ryu, Shito-Ryu und Goju-Ryu. Alle vier Stilgruppen sind Mitglied der World Karate Federation (WKF). Innerhalb der Stilgruppen existieren verschiedene Überlieferungslinien, die als eigene internationale Verbände organisiert sind. Für Aussenstehende sind die nationalen und internationalen Organisationsstrukturen schwierig zu verstehen. Sie sind historisch gewachsen und die verschiedenen Netzwerke, Stil-Communities, nationalen Verbände, internationale Verbände und die WKF arbeiten heute in Strukturen zusammen, die sehr komplex sind.

Die Wurzeln der vier grossen Karate Stile



Die Swiss Karate Federation (SKF) besteht aus fünf Sektionen, die ursprünglich aus Stil-Gruppen entstanden sind. Heute sind nicht mehr alle Sektionen reine Stilgruppen, sondern es handelt sich teilweise um Organisationseinheiten, die wiederum aus Zusammenschlüssen verschiedener Untergruppen von Stilen bestehen. Die Verantwortungsbereiche zwischen den Sektionen und dem Dachverband waren bis jetzt folgendermassen aufgeteilt:

Sektionen:

Technische Ausbildung

Umsetzung des Graduierungssystems

Technisches Qualitätsmanagement

Organisation des Breitensports

Sektionskader zur Förderung der Athlet*innen im Breitensport

Durchführung von Turnieren im Schlüsselbereich F

SKF (Dachverband)

FTEM (Nachwuchsförderung/
Leistungssport/ Spitzensport)

J+S Karate (Leiteraus- und
weiterbildung)

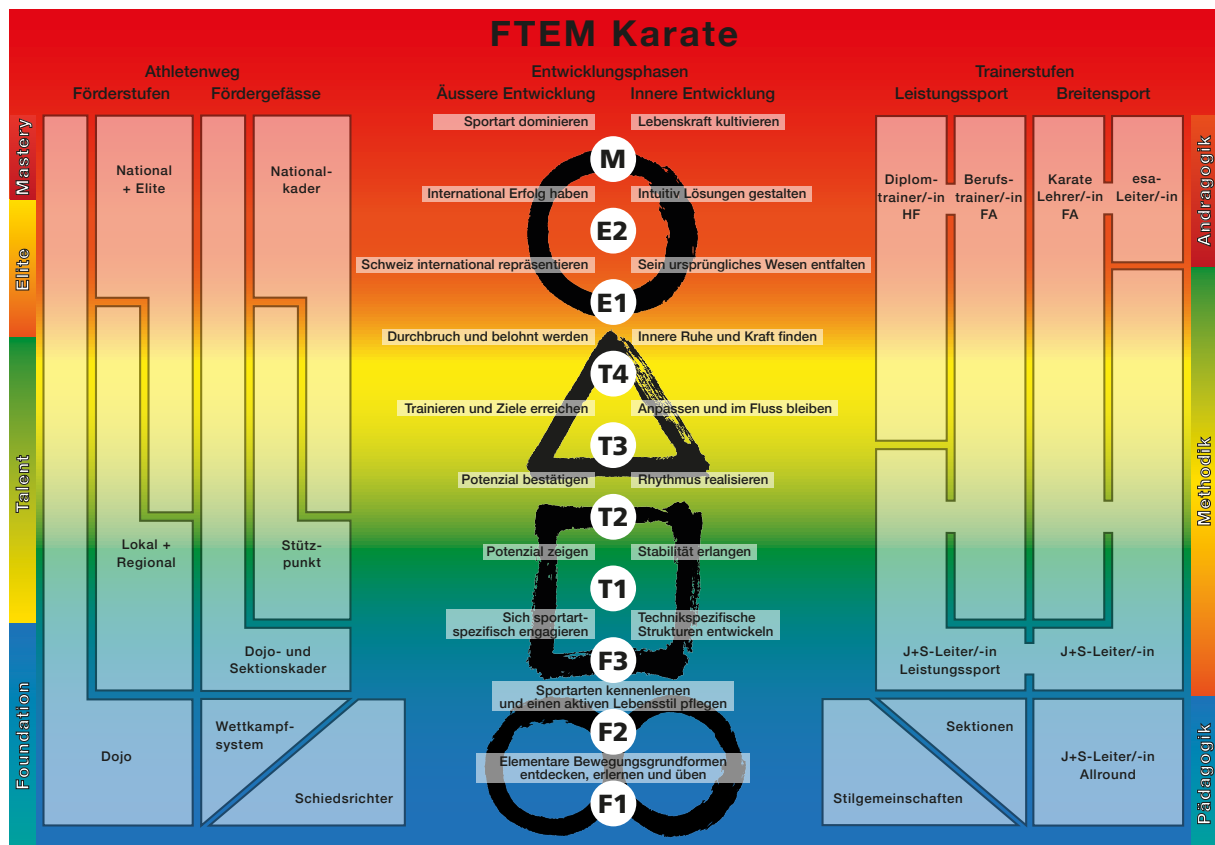
Kindersport (Ausbildung, 6K-Events)

esa
(Leiteraus- und Erwachsenen-sport)

Kaderbildung

Homologierung hoher Dan-Grade

Selektionsturniere und Schweizer-
meisterschaften



Unabhängig von der Stilzugehörigkeit gibt es im Karate zwei Wettkampfdisziplinen: Kumite (Zweikampf) und Kata (Form). Sie unterscheiden sich in ihren Erscheinungsformen und Handlungskompetenzen. Im Gegensatz zu Kumite ist Kata eine technisch-kompositorische Wettkampfdisziplin. Alle Stilgruppen praktizieren unterschiedliche Formen. Für die technische Innovation und Entwicklung spielen die Stilgruppen – neben den Wettkämpfen – nach wie vor eine zentrale Rolle. Diese geschichtliche und organisatorische Eigenheit ist unter den internationalen Sportverbänden ein einmaliges Phänomen. Einerseits ist diese Heterogenität ein Mehrwert, da die Diversität im Rahmen von menschlichen Beziehungen und dem interkulturellen Austausch gefördert wird. Andererseits ist sie eine grosse Herausforderung, wenn es um die inhaltliche und organisatorische Weiterentwicklung des Karate geht.

1.4. Verbandsentwicklung – Kapazität vergrössern

Mit dem Konzept zur Förderung des Breitensports baut die SKF (Dachverband) ihren Aufgabenbereich als Ausbildungsinstitution innerhalb des Verbandes aus. Die nationalen Standards werden weiterentwickelt und sektionsübergreifende Projektteams geschaffen, welche neue Dienstleistungsangebote für die Sektionen und die Dojos (Vereine) schaffen. Dies betrifft in erster Linie die Departemente Leitungssport, Sport und Ausbildung. Gleichzeitig erweitern sie die Zusammenarbeit mit den Technischen Kommissionen der Sektionen. Auf diese Weise sollen der Wissenstransfer optimiert, das Fachwissen verbessert und innovative Projekte gefördert werden.

Künftig soll zwischen dem Breitensport und dem Leistungssport eine Art duales Ausbildungs- und Fördersystem verwirklicht werden. Dieses gemeinsame Fördersystem hilft den

beteiligten Akteuren innerhalb der SKF, Kinder, Jugendliche und Erwachsene optimal auszubilden und zu betreuen. Die Entwicklungen, die mit der Implementierung von FTEM Karate in der SKF bereits in Gang gesetzt wurden, haben die Voraussetzungen geschaffen, um das ganze Ausbildungs- und Fördersystem des Verbandes zu aktualisieren und zu verbessern.

Damit die definierten Massnahmen in den Förder- und Entwicklungskonzepten (Förderkonzept Sport, FTEM Karate, Förderkonzept Breitensport) umgesetzt werden können, beschäftigt sich der Zentralvorstand seit zwei Jahren mit der Verbandsentwicklung. Da die finanziellen Ressourcen beschränkt sind, müssen vor allem die personellen und organisatorischen Kapazitäten vergrössert werden. Anlässlich der letzten Sitzung des Jahres (13. Dezember 2024) wird ein neues Führungsorganigramm verabschiedet, das diese Voraussetzungen schafft. Unter anderem wurden folgende Vorschläge erarbeitet, die zurzeit in den Sektionen diskutiert werden:

Einführung eines Beratungstabs

Er ist das Bindeglied zwischen strategischer und operativer Leitung. Seine Aufgabe ist vor allem die Koordination und Leitung von neuen Projekten.

Bildung eines Leitungsausschusses

Er setzt sich aus den Leiter*innen der Departemente zusammen. Die Führung liegt beim Geschäftsführer. Dieses Gremium ist verantwortlich für die operative Leitung des Verbandes (also auch für die Integration von Projekten, welche die Projektphasen abgeschlossen haben und fest in das Programm des Verbandes aufgenommen werden).

Bildung von Projektteams

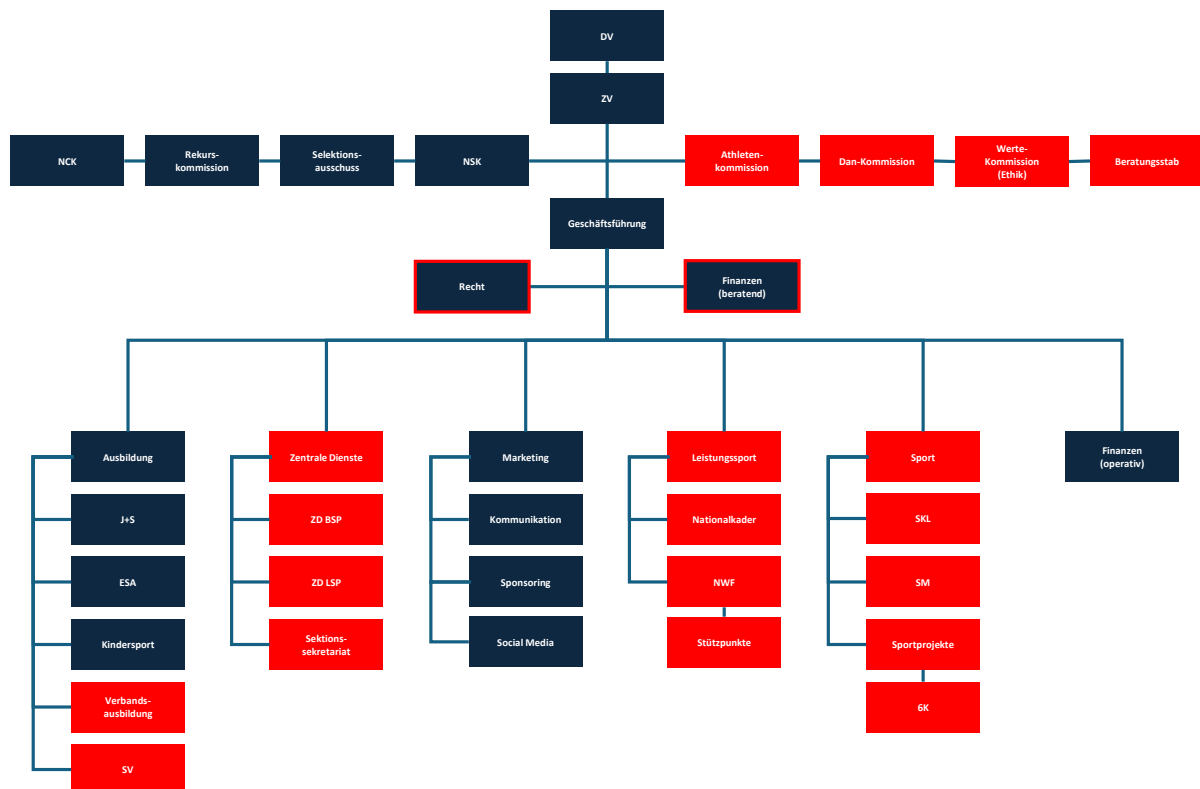
Sie dienen dazu, die verschiedenen Projekte zu planen und zu realisieren. Aktuell geht es um drei Grossprojekte (6K-Events, Ausbildung Selbstverteidigung, Ausbildung Gesundheit), die in diesem Konzept vorgestellt werden und die als Grundlage für Folgeprojekte dienen.

Vergrösserung des Departements Ausbildung

In der ersten Phase werden vor allem Ausbildungsprojekte realisiert. Aus ihnen werden dann Folgeprojekte entwickelt, die auch den Event-Bereich betreffen. Deshalb arbeiten in den verschiedenen Projektgruppen Personen, die nach Projektabschluss Funktionen im Departement Ausbildung übernehmen werden.

Administration als eigenes Departement organisieren

Die Umsetzung von Projekten erhöht den administrativen Aufwand. Deshalb soll die Administration ein eigenes Departement werden. Es hat die Aufgabe, die Zusammenarbeit mit den Geschäftsleitungen der Sektionen und den Projektleitungen zu optimieren.



Das Organigramm zeigt die erweiterten Führungsstrukturen der SKF. Die roten Elemente zeigen die beschriebenen Massnahmen der Verbandsentwicklung. Der Zentralvorstand hat sie an der Vorstandssitzung vom 13. Dezembers 2024 gutgeheissen (Beschlussprotokoll).

Konzeptinhalte

2. FTEM Karate – inhaltliche Richtziele

Die Ausbildungsverantwortlichen auf allen Stufen vertreten die Ansicht, dass die traditionelle philosophische Ausrichtung des Karatedo auch weiterhin Bestandteil des Unterrichts und der Organisation sein soll. Damit ebenfalls die Werte des Karatedo für künftige Generationen eine Bedeutung erhalten und gleichzeitig laufend neue Erkenntnisse der Bewegungs- und Trainingslehre in die Ausbildung integriert werden, führte eine Projektgruppe im Rahmen von FTEM Karate eine Analyse des Ist-Zustandes der Verbandsentwicklung durch. Sie wurde vom Zentralvorstand eingeleitet und erfolgte auf Ebene der Sektionen, des Ausbildungsteams und der National- und Stützpunkttrainer. Daraus wurden die folgenden Punkte als Absichtserklärungen festgehalten und werden in den verschiedenen Arbeitsgruppen mit konkreten Zielsetzungen weiterbearbeitet:

- Gesamtphilosophie des Verbandes entwickeln, die alle Departemente und Ressorts miteinbezieht
- Rahmentrainingspläne und Auswertungen für die Nachwuchsstufen systematisieren
- Breitensportangebote erweitern – auch auf Ebene Dachverband (Selbstverteidigung, Gesundheit, Kommunikation usw.)
- die pädagogische Betreuung von Athletinnen und Athleten im Verband intensivieren

- mehr Synergien zwischen Ausbildung und Förderstrukturen schaffen
- die Kommunikation innerhalb des Verbandes und zwischen den verschiedenen Funktionären verbessern
- die Funktion des Dojo im Rahmen der Förderstruktur sicherstellen
- Lösungen mit denjenigen Sektionen erarbeiten, die noch weniger im Förderungssystem integriert sind
- Ergänzen der Schiedsrichterausbildung für die Beurteilung der verschiedenen Nachwuchskategorien; Abgleich mit dem Bild der Trainer*innen zur Ermittlung des Ausprägungsgrades allgemeiner und spezieller Leistungsvoraussetzungen und spezifischer Leistungen

Seit 2022 arbeitet der Führungsstab der SKF daran, diese Themen schrittweise voranzutreiben. Es wurden etwa die Hälfte der geplanten Projekte initiiert. Ende dieses Jahres wird eine Standortbestimmung vorgenommen, um die nächsten Projektschritte zu planen. Die geplante Verbandsentwicklung soll die notwendigen Kapazitäten schaffen.

2.1. Karate – Philosophischer Hintergrund aktualisieren

Budo ist der Oberbegriff für japanische Kampfkünste, die sich mit der Entwicklung des Menschen im ganzheitlichen Sinne auseinandersetzen. Unter dem wachsenden Einfluss des Zen wurden die Budo-Künste zu einem Weg der Vervollkommnung im Sinne der Selbstschulung. Der Sinn liegt eher im «Tun» und im «Erleben» als im Ergebnis. Es geht also um einen Prozess, dessen Ergebnis offen und oft sogar nebensächlich ist. In der verhältnismässig friedlichen Zeit der Edo-Periode (1603 – 1868), als die Samurai kaum mehr Kriege führten, hatten sie Zeit, sich in den Kampfkünsten zu üben. So erhielt das Training zunehmend eine Bedeutung, die den Transfer des Gelernten in das tägliche Leben in den Vordergrund stellte: Do-Künste waren Methoden zur Selbstregulation und zur Selbstverwirklichung. Sie orientierten sich an Idealen, die sowohl aus Sicht des heutigen Leistungs- wie auch Breitensports relevant für die individuelle Entwicklung sind

Im Zusammenhang mit Kampfkünsten wird der Begriff Philosophie nicht gleich verwendet, wie in unserer westlichen Kultur. Einerseits wird darunter ethisches Verhalten verstanden, das als praktische Philosophie erklärt werden kann. Andererseits gehören Trainingsformen und Konzepte dazu, die Analogien zu Teilgebieten der Psychologie aufweisen. Eines dieser Teilgebiete ist die Entwicklungspsychologie. Sie beschreibt und erklärt zeitlich überdauernde, aufeinander aufbauende Veränderungen menschlichen Erlebens und Verhaltens über die gesamte Lebensspanne. Diese Veränderungen führen zu einer Zunahme oder Abnahme von Fähigkeiten. Die SKF hat ein karatespezifisches Phasenmodell entworfen, das fernöstliche Entwicklungsprinzipien mit dem Dreistufenmodell von Arturo Hotz harmonisiert. Jede dieser Stufen stellt eine Art Entscheidungspunkt der Entwicklung dar, mit der das Individuum sich aktiv auseinandersetzt.

Die Trainingsphilosophie der japanischen Kampfkünste ist zu einem grossen Teil in der buddhistischen Denkweise verwurzelt. «Shin, Gi, Tai», lautet einer der bekanntesten Leitgedanken dieser Kultur: Angestrebt wird ein ruhiges, offenes Herz («Shin»), perfekte Technik («Gi») und eine körperliche Höchstform («Tai»). Im neuen J+S Manual Karate werden diese drei Ausdrücke in Zusammenhang mit den Entwicklungsdimensionen erklärt. Sie symbolisieren das Ausbildungsverständnis des Karate:



Shin
Herz
Geist



Gi
Technik
Fähigkeit



Tai
Körper
Körperpflege

Shin – Herz, Geist

In Japan gilt das Herz als Quelle der Kraft und steht für die geistige Haltung eines Kampfkünstlers. Werte und Ziele sind für die Entwicklung der Persönlichkeit eine wichtige Voraussetzung. In der Auseinandersetzung mit der Trainingsgemeinschaft erfüllen sich die Teilnehmenden gemeinsam Bedürfnisse, leben Werte miteinander und entwickeln ihre innere Haltung.

Zwischenmenschliche Beziehungen helfen ihnen, den Wert des Trainings zu erfahren. Deshalb ist die Entwicklungsdimension «Kooperation» schon für den Schlüsselbereich F von zentraler Bedeutung.

Gi – Technik, Fähigkeit

Im Karate wird die Technik als Oberbegriff verstanden und nicht – wie teilweise in anderen Sportarten – als technisch-koordinative Fähigkeit auf der gleichen Ebene wie Kondition oder Taktik. Sie stellt die körperlich und psychisch bedingte, ganzheitliche Lösungsform einer Aufgabe dar. Sowohl im Kumite wie auch in der Kata ist das Timing der Gradmesser der technischen Gestaltung. Training, Prüfung oder Wettkampf sind eine ständige Suche nach der Harmonie zwischen den technischen, taktischen und psychischen Entwicklungsfaktoren.

Tai – Körper, Körperpflege

Der Körper ist der Aufenthaltsort des Geistes und sollte entsprechend gepflegt werden. Jede Bewegung im Karate ist ein Zusammenspiel mehrerer Rotationsbewegungen, mit denen wir die Kraft als Einheit in den Zielpunkt (Kime) führen. Um diesen komplexen Rotationsbewegungen und den erforderlichen Stabilisationskräften gerecht zu werden, braucht es ein karatespezifisches Verständnis der Entwicklungsdimension Athletik. Kraft soll unter dem Gesichtspunkt der

funktionellen Anpassung entwickelt werden. Die Bewegungen werden durch das rhythmische Wechselspiel von Spannung und Entspannung ausgeführt.

2.2. Training – Zeitgemässes Ausbildungsverständnis schaffen

Das Individuum verfügt über die Fähigkeit und Tendenz, psychisch zu reifen und sich weiterzuentwickeln. Das Graduierungssystem des Karate ist ein Konzept, das technische, methodische und pädagogische Elemente beinhaltet, welche diese Entwicklung im Rahmen eines lernfördernden Klimas unterstützen. Menschliches Wachsen zeigt sich im Bestreben, die eigene Persönlichkeit und das Verhältnis zum Leben immer wieder zu reorganisieren. Nach der Theorie von Carl Rogers, Mitbegründer der humanistischen Psychologie, sind die Selbstaktualisierungstendenz, die Selbsterhaltung und die Selbstverwirklichung die grundlegenden Motive des menschlichen Handelns. Bei dieser «Tendenz zur Entfaltung» oder dem «Drang zur Selbstverwirklichung» handelt es sich um den Hauptantrieb des Lebens und um das Phänomen, von dem Lernprozesse abhängen. Mit seinem Graduierungssystem beinhaltet das moderne Karate drei Teilsysteme, die sich gegenseitig ergänzen und als Gesamtheit das Anforderungsprofil und das Entwicklungsideal bilden:

Sport

Der Athletenweg von FTEM bezieht sich auf dieses Teilsystem. Die verschiedenen personalen Leistungsvoraussetzungen stellen Einflussgrössen dar, welche die Qualität der technischen Leistung bestimmen. In diesem Zusammenhang werden sie als Entwicklungsfaktoren bezeichnet. Im Rahmen von FTEM Karate (fitem-karate.ch) wird zwischen Breitensport, Leistungssport und Spitzensport unterschieden. Das karatespezifische Breitensportverständnis wird in Kapitel 2.4. erklärt.

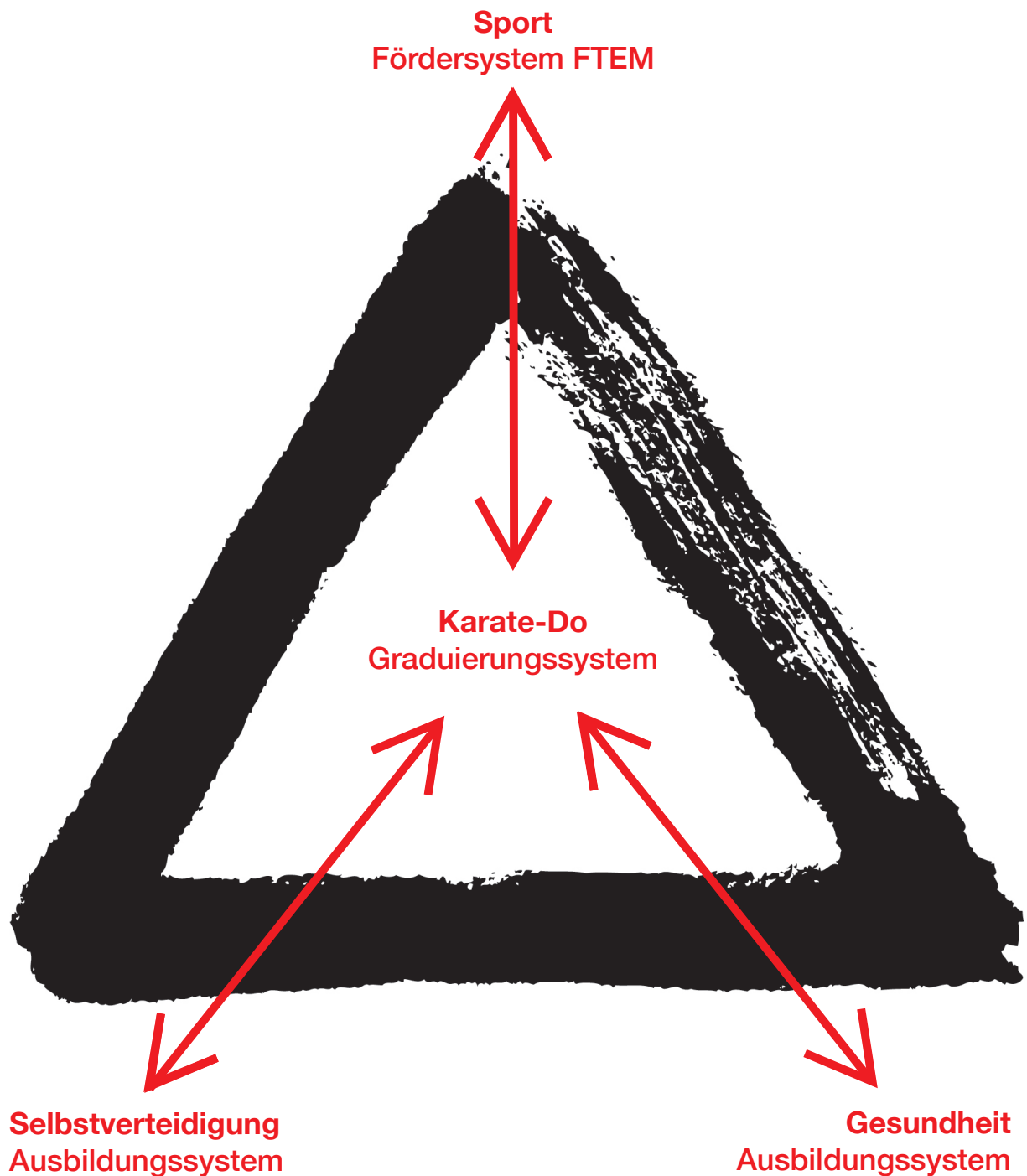
Selbstverteidigung

Ein glaubwürdiges, anwendungsorientiertes Techniktraining stärkt die Sicherheit. Sie ist Voraussetzung, um schwierige Konfliktsituationen mit Selbstvertrauen zu meistern und die Selbstwirksamkeit zu verbessern. Es gilt, die Fähigkeiten zu entwickeln, sich zu behaupten und lebenswichtige Grenzen zu setzen.

Gesundheit

Im Rahmen des Trainings und der Leistungsentwicklung hat dieses Thema eine präventionsorientierte Bedeutung. Doch Karate als Kampfkunst hat auch eine Wirkung im Bereich der psychischen Gesundheit. Qualitative Voraussetzungen wie die Atmung, das rhythmische Spannen und Entspannen der Muskultur oder die integrierte Haltungsschulung (körperlich und geistig) unterstützen die Fähigkeit der Selbstregulation und der Selbstwirksamkeit.

Jedes dieser drei Teilsysteme orientiert sich an Werten, Verhaltensstrategien und Methoden, die für die Entwicklung zielführend sind. Psychoedukatives Hintergrundwissen, technische und taktische Kompetenzen oder die methodische Struktur des Lernprozesses werden bereichsspezifisch vertieft. Diese Spezialisierungen bilden einen Mehrwert für das Graduierungssystem und erweitern die Kompetenzen von Auszubildenden. In allen drei Teilsystemen (Sport, Selbstverteidigung, Gesundheit) sollen Ausbildungen und Veranstaltungen realisiert werden, die bewährte Methoden und Innovation attraktiv miteinander verbinden.



Die Grafik zeigt die Inhalte des Karate. In den Ecken des Dreiecks sind die drei Teilsysteme dargestellt. Das Ziel des Konzepts besteht darin, das Hintergrundwissen und die Methodik dieser Teilsystem nach dem «State of the Art» zu erarbeiten. Zu jedem Teilsystem sollen spezifische Ausbildungen konzipiert und umgesetzt werden. Diese Teilspezialisierungen steigern die Ausbildungsqualität und Fördern die Kompetenzen der Leitenden. Gleichzeitig ermöglicht es den Dojos und den Sektionen, zusätzliche zielgruppenspezifische Angebote auf dem freien Markt anzubieten.



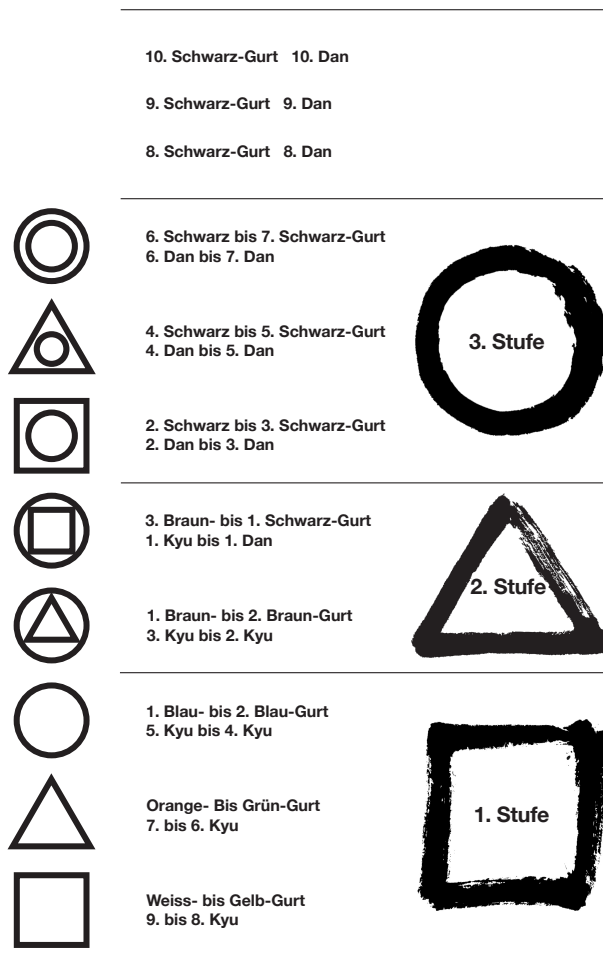
Die Überlieferung des Wissens geschieht in Form eines Graduierungssystems. Die drei thematischen Bereiche Kihon, Kata und Kumite, die alle einen methodischen Schwerpunkt auf die technische Entwicklung legen, bilden die Ausbildungsinhalte des Karate

2.3. Stufenmodell – menschliches Potenzial erschliessen

Sowohl im östlichen wie auch im westlichen Denken spielt die Zahl Drei eine wichtige Rolle. Sie drückt die Überwindung der Dualität aus und steht symbolisch für Einheit. Sie beschreibt das Ganzheitliche eines Entwicklungsprozesses. Das dreistufige methodische Prinzip der Budo-Künste heisst «Shu Ha Ri». Nach traditionellem Verständnis besteht der Fortschritt der Übenden einer Kampfkunst aus drei Entwicklungsphasen: «Shu» steht für die Präzision der technischen Form, «Ha» für die Entwicklung der eigenen Interpretation» und «Ri» für die freie Entfaltung seiner «ursprünglichen Persönlichkeit».

In der Psychologie und Pädagogik gibt es verschiedene Stufenmodelle. Bekannte Beispiele dafür sind das Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung von Erik Erikson oder Jean Piagets Theorie der kognitiven Entwicklung. Die SKF hat ein karatespezifisches

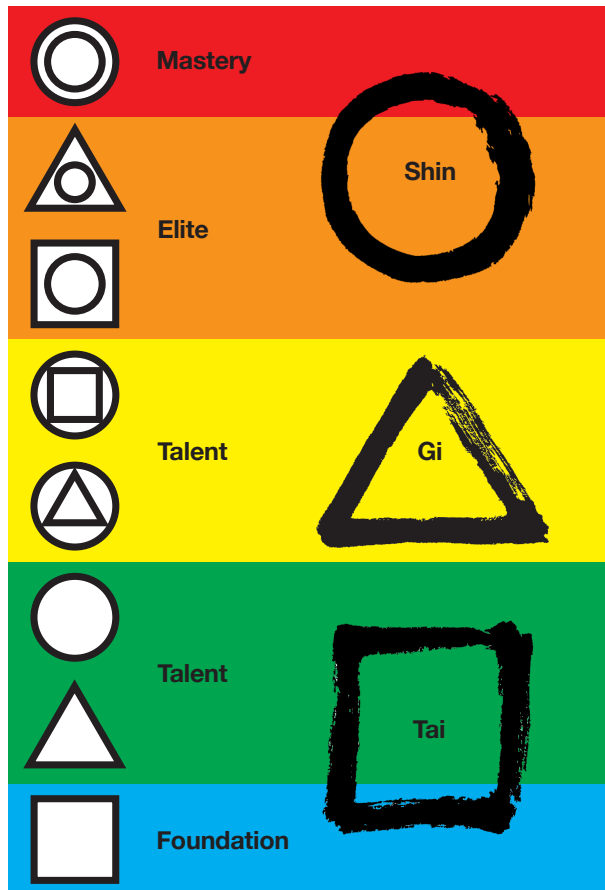
Phasenmodell entworfen. Es harmonisiert fernöstliche Konzepte der Entwicklungsprinzipien mit dem Dreistufenmodell von Arturo Hotz. Jede Phase stellt eine Art Entscheidungspunkt der Entwicklung dar, mit der das Individuum sich aktiv auseinandersetzt. Dabei kann es sich um eine Krise handeln, die es zu überwinden gilt. Die erfolgreiche Bewältigung einer Entwicklungsphase liegt in der Klärung dieser Auseinandersetzung mit sich selbst. Sie ist für die erfolgreiche Bewältigung der nächsten Phase nicht zwingend erforderlich, aber hilfreich. Die vorangegangenen bilden somit das Fundament der kommenden Phasen. Die angesammelten Erfahrungen werden genutzt, um die Problemstellungen in den folgenden Phasen zu lösen.



Die Darstellung zeigt das Graduierungssystem als menschlichen Entwicklungsweg. Die drei Stufen werden mit den Begriffen «Shin (Geist), Gi (Technik), Tai (Körper)» symbolisiert. Die Unterteilung in acht Entwicklungsphasen ist eine fernöstliche Überlieferung. Sie zeigt die verschiedenen Entwicklungsakzente der Phasen. Es geht immer um die Wechselwirkung zwischen Körper und Psyche. Dank der Technik kann sie optimiert werden. Die Grafik fasst die Entwicklung der Persönlichkeit, der technischen Fertigkeiten und des Alters als ganzheitlichen Lebensweg zusammen.)

Das traditionelle Entwicklungsverständnis lässt sich nur teilweise auf den Athletenweg von FTEM übertragen. Doch auch in den Bereichen der Nachwuchsförderung und des Leistungssports ist das Zusammenspiel von Psyche und Körper relevant für die Leistungsentwicklung. Mithilfe verschiedener Trainingsformen wird die Synergie der Entwicklungsdimensionen (Athletik, Technik, Taktik, Psyche, Kooperation) zur zentralen

Aufgabenstellung auf sämtlichen Alters- und Lernstufen. Die SKF hat im Rahmen von FTEM Karate diejenigen inhaltlichen Elemente und strukturellen Eigenschaften des Graduierungssystems übernommen, die für die Förderung der Athletinnen und Athleten notwendig und nützlich sind. FTEM Karate ist ein Fördersystem, das traditionelle und moderne Trainingsmethoden miteinander verbindet.



FTEM Schweiz ist so konzipiert, dass die Inszenierungen des Breitensports dem Schlüsselbereich F zugeschrieben werden. Diese Struktur ist für Karate nur zum Teil anwendbar und muss deshalb sportartspezifisch differenziert werden. Die Ausbildungsschwerpunkte, die sich auf Selbstverteidigung oder Gesundheit beziehen, können nicht mit dem Athletenweg abgebildet werden. Deshalb hat die SKF den Entwicklungsweg für die zwei Teilsysteme Selbstverteidigung und Gesundheit modifiziert. Es werden zwei Ausbildungssysteme konzipiert, die sich ebenfalls am Phasenmodell des Karate orientieren, aber mit einer eigenen bereichsspezifischen Umsetzung arbeiten. Die Ausformulierungen der spezifischen Phasenmodelle sind Teil der Ausbildungskonzepte.

2.4. Breitensportverständnis – karatespezifisch differenzieren

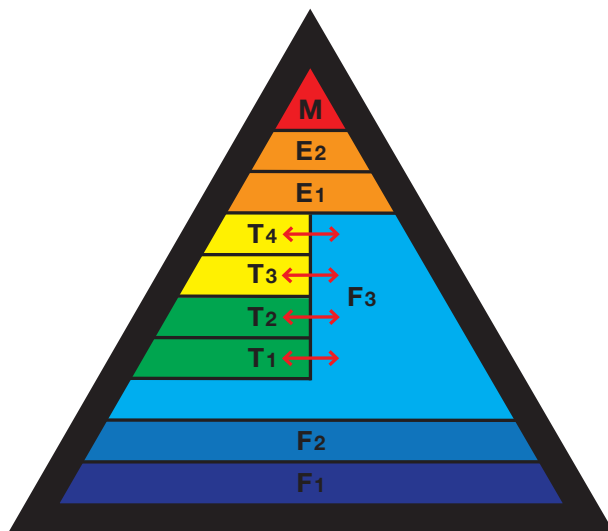
Karate als Breitensport umfasst alle drei Teilsysteme (Sport, Selbstverteidigung, Gesundheit). Will man im Rahmen der Ausbildung und Förderung diesen drei Teilsystem gerecht werden, ist es von Vorteil, sich mit allen drei Bereichen differenziert auseinanderzusetzen. Breitensport findet in allen statt. Motivation, Zielgruppen, methodische

Überlegungen und Dienstleistungsprodukte unterscheiden sich aber deutlich. Deshalb unterscheidet die SKF die drei Teilsystem:

FTEM Karate – Teilsystem Sport

Dieser Bereich entspricht dem Verständnis von FTEM Schweiz. Die Inszenierungen des Breitensports werden dem Schlüsselbereich F zugeordnet. Im F3 findet viel Leistungssport statt, aber ohne spezifische Förderung des Verbandes. Athlet*innen trainieren in den Dojos und Sektionskadern. Die Trainer*innen haben Zugriff auf das Nachwuchskonzept und die Rahmentrainingspläne und können an Weiterbildungen der Nationaltrainer teilnehmen. Im J+S Manual ist der QR-Code für das Nachwuchskonzept im Kapitel Good Practice integriert.

Partnerorganisationen: BASPO, Swiss Olympic, PluSport, WAKO, swisswushu

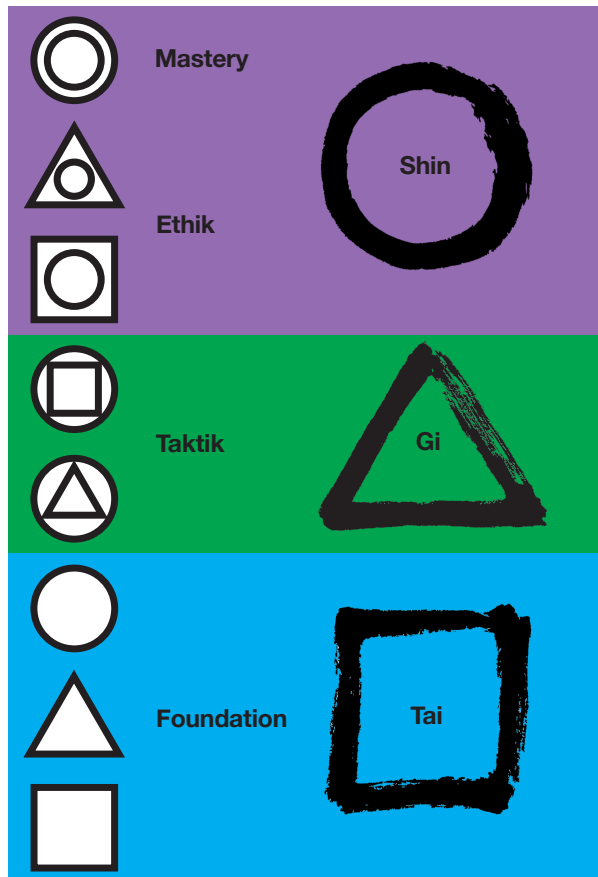


Der Breitensport findet vernetzt mit dem Leistungssport statt. Nach dem Fördermodell FTEM Karate arbeiten Athlet*innen aus dem Leistungs- und Breitensport in den Dojo-trainings, Stützpunkttrainings und Fördertrainings in den Sektionen zusammen und nehmen an den nationalen Wettkämpfen teil. Diese partielle Durchmischung ist Teil des Konzepts und ermöglicht eine bessere Bewirtschaftung der Schnittstellen.

FTEM Karate – Teilsystem Selbstverteidigung

Dieser Bereich wird im Departement Ausbildung eingegliedert. Organisatorisch wird er ebenfalls dem Schlüsselbereich F zugeordnet. Inhaltlich stimmt diese Zuordnung nur bedingt. Technisch bestehen grosse Unterschiede zwischen sportlichen Wettkämpfen und dem Einsatz des Karate im Eigenschutz. Deshalb hat die SKF einen Entwicklungsweg für die Selbstverteidigung modelliert. Er beinhaltet – analog dem Athletenweg – verschiedene Phasen, die von Foundation bis Mastery strukturiert sind.

Partnerorganisationen: Pallas, Krav Maga Self Protect Association, Schweizerischer Judo und Ju-Jitsu Verband

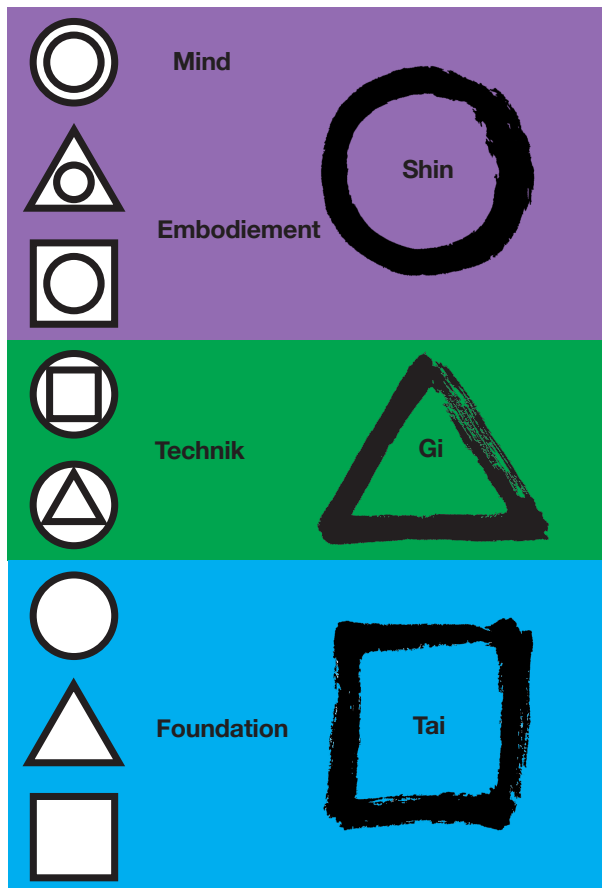


Für die verschiedenen Phasen wurden die Farben Blau, Grün und Violett gewählt. Alle drei Farben beinhalten Blau. In den fortgeschrittenen Phasen wurde noch Gelb oder Rot beigemischt. So wird symbolisch vermittelt, dass diese Ausbildung zwar zum Schlüsselbereich F gehört, aber mit einer eigenen Struktur zur Stufe Instruktor*in für Selbstverteidigung umgesetzt wird.

FTEM Karate – Teilsystem Gesundheit

Auch dieser Bereich wird im Departement Ausbildung eingegliedert und dem Schlüsselbereich F zugeordnet. Inhaltlich befasst er sich mit den gesundheitlichen Aspekten der Psyche, des Körpers, der Bewegungslehre und der Wechselwirkung zwischen Psyche und Körper. Somit beinhaltet dieses Teilsystem Informationen, die Bestandteil des Karate sind, aber in den anderen zwei nur ansatzweise oder gar nicht vermittelt werden. Mit diesen Inhalten werden – zusammen mit den zwei anderen Teilsystemen – alle Themen abgedeckt, die Bestandteil der Überlieferung des Karatedo sind.

Partnerorganisation: Institut für Selbstmanagement und Motivation (ISMZ)

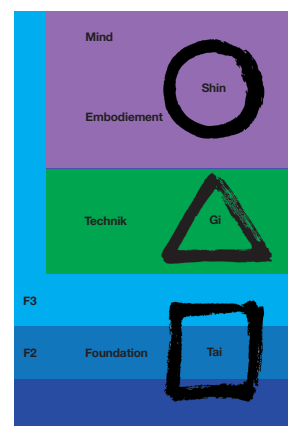
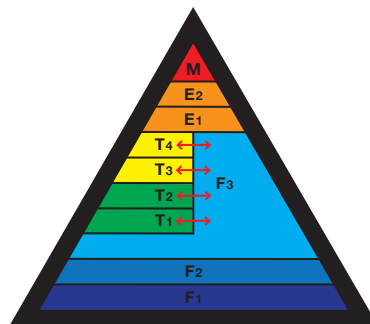
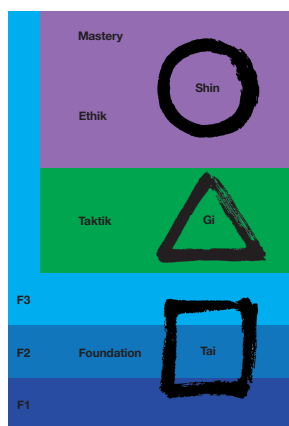


Die Farbsymbolik für den Entwicklungsweg ist die gleiche wie bei der Selbstverteidigung (Blau, Grün, Violett). Auch in diesem Bereich wird eine achtstufige Ausbildung zur Stufe Instruktor*in Gesundheitskarate realisiert.

	FTEM Schlagworte	Trainingsinhalte	Methodische Konzepte
F1	Freudvolles Entdecken, erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen	Sportartübergreifende Trainingsformen	Motorische Voraussetzungen
F2	Verschiedene Sport- arten kennen lernen und einen aktiven Lebens- stil pflegen	Sportartübergreifende und karatespezifische Trainingsformen	Koordinative Lernfähigkeit
F3	Sich karatespezifisch engagieren (mit/ohne Wettkampf)	Karatespezifische Trainingsformen	Technische Strukturen

Breitensportverständnis SKF

Selbstverteidigung	Sport	Gesundheit
---------------------------	--------------	-------------------



FTEM-Karate Selbstverteidigung Zielgruppen Allgemein: Menschen ab 18-65 Jahren Jugendliche ab ca. 13-17 Jahren Frauen und Mädchen ab ca. 13 Jahren Erwachsene ab 35-50 Jahren Körperlich beeinträchtigte Personen (z.B. Personen mit alten Rückenverletzungen, Rollstuhlfahrer*in)	FTEM-Karate Sport Zielgruppen Frühes Schulkindalter (5-9 Jahre) Spätes Schulkindalter (9-12 Jahre) Pubeszenz (11-15 Jahre) Adoleszenz (13-25 Jahre) Postadoleszenz (18-29 Jahre) Sämtliche Altersstufen esa Plusport, Para-Karate	FTEM-Karate Gesundheit Zielgruppen Postadoleszenz (18-29 Jahre) Sämtliche Altersstufen esa Menschen ohne Wett- kampfinteresse Interessierte an Emotionsregulation Interessierte Selbstmanagement Plusport, Para-Karate
---	---	--

2.5. FTEM Karate – Sport

Im Rahmen von FTEM Karate soll die Koordination und die Systematik der Sportförderung optimiert werden. Im Entwicklungskonzept FTEM Karate sind die konzeptionellen Grundlagen festgehalten, mit denen die SKF das Niveau im Leistungssport verbessern will. Ab der Phase F3 – vor allem aber im Schlüsselbereich T – findet die eigentliche Talentsuche und -förderung statt. In der Phase T1 erfolgt eine erste systematische Talentidentifikation und -selektion, die im Rahmen der Kooperation zwischen den Verantwortlichen der Dojos, der Stützpunkte und dem Chef Nachwuchsförderung realisiert wird. Die Gesamtleitung liegt beim Chef Leistungssport.

Ein zentrales Element im gesamten Selektionsverfahren ist die Talentsichtung Piste. In der Überprüfung durch das System des Talentsichtungstags werden aktuell die konditionell-energetischen und die technisch-koordinativen Fähigkeiten überprüft sowie weitere Parameter miteinbezogen. Das Beurteilungsverfahren ist Teil eines mehrdimensionalen Diagnostiksystems. Deshalb ist die Beurteilungskompetenz der Trainer*innen ein Schlüsselfaktor. Im Grundlagenkonzept «FTEM Karate – Entwicklungskonzept der Swiss Karate Federation» (2021) wird die Problematik von Talentprognosen diskutiert: Konzeptionell wichtige Persönlichkeitsmerkmale, Potenzialfaktoren und phasenbezogene Kriterien des Entwicklungsprozesses werden beschrieben und dienen als Orientierungsgrundlage im Dialog zwischen den Trainer*innen der verschiedenen Fördergefässe. Zugelassen sind alle Karatekas der jeweils definierten Jahrgänge, die aktiv an den Swiss Karate League- Wettkämpfen teilnehmen, von ihrem Umfeld unterstützt werden und Potenzial für eine Mitgliedschaft in einem Stützpunkt- oder Nationalmannschaftskader aufweisen.

Die Rahmenbedingungen für die Talentsichtung sind im «Reglement Talentsichtungstage» und im konzeptionellen Dokument «Talentsichtungsverfahren SKF» festgehalten. Grundsätzlich können Karatekas, die sich in der Entwicklungsphase F3 befinden, Zugang zu jeder T-Phase erhalten. Diese karatespezifische Anwendung des Übergangs von F3 zum Schlüsselbereich T ist im vorangehenden Kapitel «2.4. Breitensportverständnis – karatespezifisch differenzieren» grafisch dargestellt (Teilsystem Sport). Das Talentsichtungsverfahren wird mit dem folgenden Ablauf des Verfahrens organisiert:

Ablauf Piste SKF:

Anmeldung Vortestung

Die Vortestung ist für Athlet*innen, die nicht im Besitz einer regionalen Talentkarte sind, oder noch nie an einem Talentsichtungstag teilgenommen haben. Die Anmeldung erfolgt durch die Dojos an die Stützpunkte.

Phase 1, Vortestung

Erfolgt in den Stützpunkten.

Phase 2, Einschätzung

Die Stützpunktleitenden reichen die Bewertungen der Vortestung beim Chef Nachwuchsförderung ein.

Sichtungstag

Die Anmeldung erfolgt über die Stützpunkte. Athlet*innen, die zum ersten Mal mindestens eine regionale Talentkarte erreichen, treten in das Talentidentifikations- und Selektionssystem der SKF ein und verlassen den Schlüsselbereich F.

2.6. Karriereende – Fortführen der Entwicklung

Der Rücktritt aus dem Leistungs- oder Spitzensport ist ein entscheidender Moment in der Athletenkarriere. Ziel der SKF ist es, dass sich die zurücktretenden Athletinnen und Athleten – unabhängig ihres Alters oder ihres Leistungsniveaus – weiterhin als Mitglieder der Karate-Gemeinschaft fühlen. Es gilt, das Know-how der ehemaligen Leistungsträger auf verschiedenen Stufen des Verbandes konstruktiv einfließen zu lassen: Trainer*innen, Coach*innen, J+S Leiter*innen Leistungssport, J+S-Expert*innen, esa-Expert*innen, Sportartenlehrer*innen, Prüfungsexpert*innen, Vereinsleitende, Schiedsrichter*innen und Funktionär*innen auf Sektions- oder Verbandsebene. In der aktuellen Entwicklungsphase des Verbandes setzt die SKF auf Ausbildung und Betreuung. Mit diesen zwei inhaltlichen Schwerpunkten will sie die Zahl der Dropouts reduzieren.

FTEM Karate fördert inhaltlich diejenigen Bereiche, die während der Leistungssportentwicklung in den Hintergrund treten. Dazu gehören in erster Linie die Selbstverteidigung und die Gesundheit. Die Teilsysteme Selbstverteidigung und Gesundheit als Ausbildungssysteme zu entwickeln, ist deshalb ein zentrales Anliegen der SKF. Auch das Graduierungssystem, das sämtliche Entwicklungsphasen auf allen Gurtgrad-Stufen miteinschliesst, ist ein Kernangebot der Dienstleistungen der SKF und ermöglicht eine lebenslange Teilnahme an den Inszenierungen, die in der SKF im Bereich Breitensport stattfinden. Dojo-Leitende sollen künftig die Möglichkeiten haben, ihre Angebote zielgruppenspezifisch auszubauen. Damit ihre Dienstleistungen einem gewünschten Qualitätsstandard entsprechen, wird eine Verbandstrainer*innen-Ausbildung realisiert, die Schlüsselinhalte aus den verschiedenen Ausbildungsgefässen zusammenfasst (Kapitel 3.4. FTEM Karate – Folgeprojekte planen).

Bereich	Dienstleistungen	Realisation	Absicht / Ziele	Segmente
FTEM Karate Dachverband	Förderung der Stilgruppen		Internationale Netzwerke aufbauen und erweitern. Konzept zur Förderung der Stilgruppen und Sektionen verfassen und umsetzen.	F1- F3 J+S esa Funktionäre Nachwuchs
	Lehrpersonen und Funktionärskader ausbilden		Projekt Verbandstrainerausbildung. Neues Ausbildungskonzept weiterentwickeln und stufengerecht implementieren.	
	Qualitätskontrolle (Ausbildungs- und Fördersystem)		Nachwuchskonzept, Reorganisation Stützpunktsystem, Wissenstransfer vom Leistungssport zum Breitensport systematisieren.	
	Homologierungen Gurtgrade		Dan-Kommission: Stilübergreifende Kriterien für hohe Dan-Grade.	
	Wissenstransfer Partnerorganisationen		Kooperationsvereinbarungen mit Partnerorganisationen für die verschiedenen Bereiche.	
	Verbandsentwicklung/ Projekte		Erweiterung der Administration und Projekte der verschiedenen Bereiche aufeinander abstimmen.	
	Leitung der Teilsysteme Sport, Selbstverteidigung, Gesundheit		Projektteams bilden. Konzepte und Projektpläne realisieren.	
FTEM Karate Sport	Nachwuchs- und Leistungssportförderung		Nachwuchskonzept in den Stützpunkten und Sektionen implementieren. Breitensportförderung auf Stufe Dachverband entwickeln.	F1 – F3 (+T – M)
	6K-Events		Revitalisierungsprojekt 6K-Events realisieren. In den Regionen ausrollen.	
	Selektionsturniere 2.0		Konzept zur Steigerung der Attraktivität für Breitensportler*innen.	
	J+S Karate, esa		Neues J+S Ausbildungskonzept für alle Stufen und Zielgruppen weiterentwickeln.	
FTEM Karate Selbstverteidigung	Ausbildungssystem realisieren		Strukturen aufbauen, Expert*innen schulen, Leiterausbildung aufbauen. Revitalisierungsprojekt realisieren.	F1 – F3 Zielgruppen Selbstverteidigung
	Lehrmittel produzieren		Technische, psychoedukative, juristische und zielgruppenspezifische Inhalte integrieren.	
	Zusammenarbeit Partnerorganisationen SV		Weiterbildungsangebote von Partnerorganisationen ermöglichen.	
	SV-Projekte/Aus- und Weiterbildungen		Aus- und Weiterbildungsstruktur konzipieren und aufbauen. Kompetenzen der Dojo-Leitenden stärken, Dropouts verhindern.	
FTEM Karate Gesundheit	Ausbildungssystem realisieren		Konzept entwickeln, Strukturen aufbauen.	F1 – F3 Zielgruppen Gesundheit
	Wissenstransfer Medizin/Psychologie/Sport		Mit externem Partner*innen vernetzen.	
	Think-Tank Gesundheit		Projektteam von Fachpersonen gründen.	
	Gesundheitsprojekte/Aus- und Weiterbildungen		Leiterausbildung konzipieren und umsetzen. Kompetenzen der Dojo-Leitenden stärken, Dropouts verhindern.	

Die Tabelle fasst die Dienstleistungen der SKF zusammen und zeigt jeweils den Entwicklungsstand der Umsetzung. FTEM Karate – Selbstverteidigung befindet sich in der Projektphase und FTEM Karate – Gesundheit befindet sich in der Konzeptionierungsphase. Das Revitalisierungsprojekt «6K-Events», das Revitalisierungsprojekt «Selbstverteidigung

durch und mit Karate» und das Projekt «FTEM Karate – Gesundheit» werden im folgenden Teil «Verbandsprojekte» erklärt. Es handelt sich dabei um Teilprojekte des Breitensport-Förderkonzepts der SKF.

Die folgenden Links führen zu Webseiten und Dokumenten, die als Grundlage für die Zusammenarbeit zwischen den verschiedenen Akteur*innen im Breitensport und Leistungssport dienen.

Arbeitsunterlagen für Trainer*innen und Funktionär*innen:

FTEM Karate:

<https://www.ftem-karate.ch>

Kindersport Karate:

<https://kindersport-karate.ch>

Nachwuchskonzept Kumite:

jsle.ch/dvnrk

Jahresplanung Kata und Kumite:

<https://www.karate.ch/sport/kader-kata-und-kumite/team-kader/>

Rahmentrainingspläne:

<https://www.karate.ch/presse/presse-publikationen/einordnung-medailengewinner-stile/reglemente/>

Verbandsprojekte

3. Entwicklung – Nachhaltigkeit sicherstellen

Im Führungs- und Organisationsbereich der SKF findet aktuell ein intensiver Entwicklungsprozess statt, sowohl in strukturell-organisatorischer als auch in finanziell-strategischer Hinsicht. In einer ersten Phase werden drei Hauptprojekte priorisiert: Wiederbelebung der 6K-Events und Aufbau einer Selbstverteidigungs- und einer Gesundheitsausbildung. Alle drei Projekte dienen dazu, die Dienstleistungen des Breitensports zu verbessern. Gleichzeitig werden verschiedene Massnahmen eingeleitet, die als Vorarbeit und kleinere Teilprojekte für grössere strategische Folgeprojekte zu verstehen sind. Die Weiterentwicklung der 6K-Events und der Aufbau einer Selbstverteidigungsausbildung sind Revitalisierungsprojekte, die bis Mitte nächstes Jahr abgeschlossen werden. Der Aufbau einer Gesundheitsausbildung ist ein Verbandsprojekt, das nächstes Jahr in die Konzeptionierungsphase geht. Ziel ist es, 2026 mit den ersten Umsetzungsschritten zu beginnen. Die drei Hauptprojekte werden im Folgenden kurz vorgestellt. Für die zwei Revitalisierungsprojekte bestehen bereits umfangreiche inhaltliche Konzepte. Für die Gesundheitsausbildung bestehen die Kerninhalte, welche die Grundlage für die Konzeptionierung bilden werden.

Erstes Projekt

3.1. Kindersport – Potenzial nutzen

Im Rahmen von FTEM Karate soll die Koordination und die Systematik der Sportförderung optimiert werden. Im Entwicklungskonzept FTEM Karate sind die konzeptionellen Grundlagen festgehalten, mit denen die SKF das Niveau im Leistungssport verbessern will. Im Folgenden geht es darum, Breitensportangebote zu entwickeln und umzusetzen, mit denen die Verbreitung von Karate gefördert und die Zahl der Drop-outs reduziert werden kann. Der Kindersport erhält eine Schlüsselrolle. Im Ausbildungssystem der SKF ist er der jüngste Bereich und verfügt über ein grosses Potenzial, um neue Entwicklungen anzustossen. Folgende drei Punkte verdeutlichen die künftige Relevanz des Kindersports für den Verband:

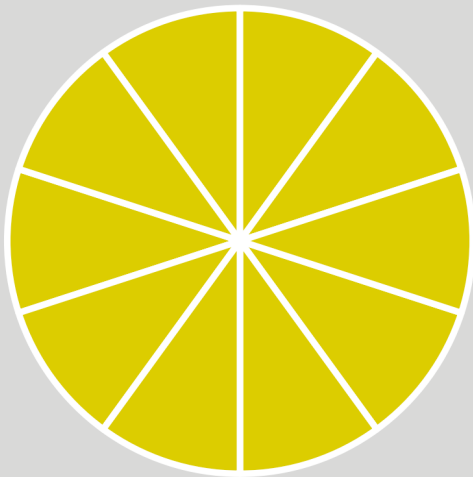
- Der Kindersport betrifft das Alterssegment, in dem der grösste Zuwachs an Neumitgliedern für Karate feststellbar ist (bezogen auf Schulen, die Kindersport-Angebote führen).
- Das internationale Leistungssportniveau ist in den letzten Jahren so stark gestiegen, dass die Leistungsspitze zunehmend aus Athleten besteht, die im Altersbereich des Kindersports mit Karate begonnen haben.
- In den Entwicklungsphasen des Kindersports können motivationale, soziale und motorische Akzente gesetzt werden, welche die Persönlichkeitsstruktur und die gesundheitlichen Voraussetzungen der Kinder nachhaltig prägen.

3.1.1. Einbettung – pädagogische Werte umsetzen

Im Rahmen von FTEM Karate wurden Massnahmen zur Organisations- und Personalentwicklung formuliert, welche die Zusammenarbeit der verschiedenen Akteure innerhalb der SKF erneuern und ihre Wirksamkeit steigern sollen. Auch wenn sich der Stellenwert des Kindersports in den neuen Strukturen des BASPO verändert hat, hat er – und haben somit die 6K-Events – eine Schlüsselrolle im Ausbildungssystem der SKF. Der Kindersport ist das jüngste Ressort und verfügt folglich über ein grosses Potenzial, um neue Entwicklungen anzustossen. Deshalb werden die 6K-Events zu einem zentralen Projekt der SKF. Sie werden künftig mit weiteren Projekten vernetzt, die im Rahmen des Breitensportkonzepts FTEM vorgesehen sind. Dazu gehören die Entwicklung einer «Smart Competition» für die älteren Generationen innerhalb des Erwachsenensports (esa) und die Steigerung der Attraktivität des Karate und die Erweiterung der pädagogischen Kompetenz von Leitenden im Rahmen des Jugend- und Kindersports.

Pädagogischer Nutzen für die Dojos (Basis): Mit den 6K-Events werden folgende Lehr- und Lernprozesse unterstützt:

- freudvolles Entdecken, Erlernen und Üben von elementaren Bewegungs- und Spielgrundformen
- verschiedene Sportarten kennenlernen und einen aktiven Lebensstil pflegen
- Freude an Regelspielen und Wettkämpfen entwickeln
- ein natürliches Verständnis für eine ethische Haltung erlangen
- dank Teamarbeit die sozialen Fähigkeiten fördern
- kooperative Beziehungsstrukturen erfahren
- Problemlösungsstrategien für neue taktische Herausforderungen erarbeiten



Bewegungsgrundformen

- 1 Laufen, Springen
- 2 Balancieren
- 3 Rollen, Drehen
- 4 Klettern, Stützen
- 5 Schaukeln, Schwingen
- 6 Rhythmisieren, Tanzen
- 7 Werfen, Fangen
- 8 Ringen, Raufen
- 9 Rutschen, Gleiten
- 10 Weitere Formen



Spielgrundformen

- 1 Freie Spiele
- 2 Reaktionsspiele
- 3 Stafettenspiele
- 4 Fang- und Versteckspiele
- 5 Kampfspiele
- 6 Wurfspiele
- 7 Passspiele
- 8 Torschusspiele
- 9 Rückschlagspiele
- 10 Weitere Formen

*Nach der Reformpädagogin Maria Montessori ist Spielen die Arbeit der Kinder. In diesem Sinne ist Spielen nicht nur ein schöner Zeitvertreib, sondern bedeutet Erforschen, Lernen, Experimentieren und Üben - pädagogisch angeleitete Arbeit an der eigenen Entwicklung. Im 6K-Event werden die Bewegungs- und Spielgrundformen der sportartübergreifenden Trainingsformen mit den karatespezifischen Wettkampfformen kombiniert. 6K steht für: Kraft, Kondition, Koordination, Kopf, Kata, Kumite. Auf diese Weise entwickeln Teilnehmende und Trainer*innen Freude und Motivation für die Trainingsinhalte des Schlüsselbereichs F.*

3.1.2. Projektziele – 6K-Events wiederbeleben

Das Kindersportkonzept der SKF definiert die Werte, die im Kindertraining vermittelt werden, harmonisiert die pädagogischen Inhalte des Karatetrainings mit den Richtlinien von FTEM Schweiz, dient dem inhaltlichen Konsens unter den Ausbildungsverantwortlichen der SKF und formuliert die konzeptionellen und organisatorischen Leitplanken für die 6K-Events. Mit dem Revitalisierungsprojekt «6K-Events» will die SKF folgende Ziele erreichen:

- **Bildung eines Organisationsteams**
Ein ausgebildetes Team initiiert die 6K-Events in verschiedenen Regionen der Schweiz und begleitet die lokalen Mitarbeiterteams so lange, bis sie selbst in der Lage sind, die Durchführung zu gewährleisten.
- **Entwicklung eines Manuals**
Das Organisationsteam entwickelt ein Manual mit innovativen, kindergerechten Wettkampfformen, die im Rahmen der Veranstaltungen variiert und in der Ausbildung als Trainingsformen verwendet werden können.
- **Kreieren eines Werbeprodukts**
Das Organisationsteam entwickelt aus dem 6K-Event heraus ein Eventangebot, das mit Kindern realisiert werden kann, die keine Karatekenntnisse haben.
- **Generieren von digitalen Organisationstools**
Das Organisationsteam entwickelt innerhalb der Website kindersport-karate.ch Organisationstools, die von allen Veranstaltern benutzt werden können.

3.1.3. Projektinhalte – Organisationsteam aufbauen

Die Organisation der 6K-Events ist sehr komplex und benötigt ein präzise koordiniertes Zusammenspiel der laufenden digitalen Verarbeitung der Wettkampfdaten und der Betreuungsarbeit der zahlreichen Helferinnen und Helfer. Neben den zwei sportartspezifischen Wettkampfdisziplinen werden vier sportartübergreifende Kategorien durchgeführt. Der Zeitplan sollte während des ganzen Events eingehalten werden, damit die Organisation realisiert werden kann. Jugendliche, die dem zugelassenen Alter entwachsen sind, erhalten die Gelegenheit, in die Aufgabe eines Schiedsrichters eingeführt zu werden. Um die Komplexität der Veranstaltung erfolgreich zu bewältigen, sind im Rahmen des Projekts folgende Massnahmen geplant:

- Rekrutierung und Ausbildung eines Organisationsteams (pädagogisch, methodisch und organisatorisch)
- praktische Schulung mithilfe eines Muster-Events
- Durchführung von drei Events in verschiedenen Regionen der Schweiz
- Evaluation und Weiterentwicklung des Event-Konzepts
- Die Mitglieder des Organisationsteams übernehmen die Organisationsleitung, die Ressortleiterin Kindersport übernimmt die Rolle eines Coachs.
- Erweiterung des Konzepts auf Kinder, die noch kein oder kaum Karate betreiben
- Erarbeitung von Planungsvorlagen für lokale und regionale Organisatoren des Events

3.1.4. Nachhaltigkeit – regionale Verankerung festigen

Die Nachhaltigkeit des Projekts wird durch die Verbindung dreier verschiedener Wirkungsbereiche sichergestellt.

- **Regionale Verankerung**

Ziel des Projekts ist es, dass die regionalen Organisationsteams nach der Projektphase den Event selbst organisieren können. Sie werden dann nur noch punktuell vom zentralen Organisationsteam unterstützt. Im Kern stehen die Motivation und Förderung der Kinder. Integriert und in ihren Betreuungsaufgaben geschult werden auch Kindersportleiter, Schulleiter, Schiedsrichter, Coaches und Eltern. Während des ganzen Wettkampfs stehen das Lachen und die Freude im Vordergrund. Die Kinder sind immer in Bewegung, und es entstehen keine langen Wartezeiten wie bei herkömmlichen Karate- Wettkämpfen. Zusammengefasst soll beim 6-K-Event das J+S-Kindersport-Motto «Lachen, Lernen, Leisten» innerhalb eines Karate- Anlasses umgesetzt werden.

- **Strategische Bedeutung**

Ab 2019 wurde das Projekt Kindersport innerhalb der Verbandsorganisation in ein erweitertes und selbständig funktionierendes Ressort überführt. Ressortleiterin wurde Olivia Derungs Risch, Begründerin der 6K-Events. Sie wird den organisatorischen Teil der Ausbildung leiten und in einer zweiten Phase das Coaching der Mitglieder des Organisationsteams übernehmen. Zusammen mit Erik Golowin, Zentralpräsident und Departementsleiter Ausbildung, wird sie die Entwicklung der Events überwachen, bis sie im Veranstaltungskalender des Verbands ähnlich verankert sind, wie die Selektionsturniere. Visionäres Ziel des Projektes ist es, dass der Kindersport neben J+S und esa zur dritten treibenden Innovationskraft in der Ausbildungsstruktur der SKF wird und in diesem Zusammenhang massgebliche Impulse für die Umsetzung und Weiterentwicklung von FTEM Karate liefert.

- **Vernetzung mit dem Ausbildungssystem**

Olivia Derungs Risch, Ressortleiterin Kindersport, ist auch Expertin J+S und arbeitet eng mit Thomas Hertig zusammen, dem ehemaligen Ausbildungsverantwortlichen J+S Karate und künftigen Departementsleiter Ausbildung. In einer gemeinsamen, Ressort übergreifenden Steuerungsgruppe werden die MF-Themen geplant und realisiert. In diesem Zusammenhang werden neue Übungsreihen, Wettkampfformen oder pädagogische Ausbildungsschwerpunkte festgelegt und stufengerecht in die Ausbildung integriert. Regelmässig wiederkehrend werden die Inhalte der 6K-Events überarbeitet und den Leitenden an den Weiterbildungen vermittelt. So sind die Kindersportevents ein Element im Rahmen der Ausbildungsstrukturen, das als Plattform für innovative Prozesse zur Wertevermittlung, zur Entwicklung von stufengerechten Spielformen oder zur Potenzialbeurteilung im ganzheitlichen Sinne wird. Mit dieser Vernetzung mit dem gesamten Ausbildungs- und Leistungssystem der SKF wird die Nachhaltigkeit der Events sichergestellt.

3.1.5. Realisation – Revitalisierungsprojekt umsetzen

Im September 2016 wurde in Berikon unter der Leitung von Olivia Derungs und Thomas Risch zum ersten Mal ein Kindersport-Event durchgeführt, der Workshops und spielerische Wettkampfformen zu einem Erlebnistag verband. Für die SKF war der Event ein Pilotversuch, der ausgewertet und anschliessend in weiteren Regionen geplant und durchgeführt wurde. Weitere Veranstalter hatten sich für die Durchführung solcher Events zur Verfügung gestellt. Sie wurden organisatorisch und inhaltlich geschult und bei der Durchführung begleitet. Informationen über die verschiedenen Events (Erneuerungen, Daten, Anmeldeverfahren) sind auf kindersport-karate.ch zu finden.

Heute blicken die zwei auf mehrere Jahre Erfahrungen mit den 6K-Events zurück und haben sowohl die Inhalte wie auch die organisatorischen Abläufe laufend verbessert. Diese Erfahrungen bilden die Grundlage für das Projekt und sollen den lokalen Organisatoren zur Verfügung gestellt werden. Das Projektteam wurde bereits rekrutiert und ist daran, die Planungsschritte und Lehrmittelgrundlagen zu erarbeiten.

Projektteam:

Olivia Derungs Risch, Ressortleiterin Kindersport, Entwicklerin 6K-Events, Leitung Karateschule Keiko Kan, J+S Expertein, Kinderanwältin

Sie ist verantwortlich für die Weiterentwicklung und Koordination der 6K-Events. Nach der Konsolidierungsphase des Revitalisierungsprojekts wird sie die Leitung von Folgeprojekten übernehmen und die Zusammenarbeit mit anderen Sportverbänden und Institutionen organisieren. Innerhalb des Departements Ausbildung ist sie mitverantwortlich für die Auswahl von Ausbildungsthemen und deren Umsetzung in der Weiterbildung.

Weitere Mitglieder des Projektteams:

Abläufe: Thomas Risch, Entwickler 6K-Event, J+S-Leiter, Team-Manager Bereich IT-Security

Spiele/Wettkampfformen: Julia Eglin, seit dem ersten 6K-Event als Teilnehmerin und inzwischen als Helferin mit dabei, J+S-Leiterin, studiert Biomedical Engineering an der ETH Zürich

Homepage: Silvio Lombardi, seit dem ersten 6K-Event als Teilnehmer und inzwischen als Helfer mit dabei, angehender J+S-Leiter, Fahrradmechaniker EFZ, Berufsmaturität Technik

Küche/Kiosk: Flurina Risch, seit dem ersten 6K-Event als Teilnehmerin und inzwischen als Helferin mit dabei, im 1. Lehrjahr als Hotelkommunikations-Fachfrau

Zeitplan (gemäss Vereinbarung Revitalisierungsprojekt):

1. Phase: 1. Juni 2024 – 30. September 2024

- Konzeption, Rekrutierung
- Erarbeitung Lehrmittel
- Anschaffung Eventmaterial

2. Phase: 1. Oktober 2024 – 31. Dezember 2024

- Produktion Lehrmittel
- Ausbildung Organisatoren
- Zwischenevaluation

3. Phase: 1. Januar 2025 – 31. März 2025

- Produktion Lehrmittel

4. Phase: 1. April 2025 – 31. Mai 2025

- Schlussevaluation

Zweites Projekt

3.2. Konfliktfähigkeit – Selbstwirksamkeit verbessern

Gewalt in modernen Gesellschaften ist ein widersprüchliches Phänomen. Sogenannt zivilisierte Länder erwecken den Anschein, dass sie nach innen gewaltfrei sind. Dies wird als Unterschied zu vormodernen oder nichtmodernen Gesellschaften angesehen. Andererseits erleben wir in den Medien Horrorszenarien einer allgegenwärtigen Gewalt: Terrorismus, Kriege oder Auseinandersetzungen zwischen Organisationen des organisierten Verbrechens. Jugendgewalt, rechte Gewalt, Gewalt in den Medien, Gewalt in der Schule, Gewalt in der Familie, Bandengewalt - alles verdichtet sich zu einem düsteren Bild des Zerfalls der Gesellschaft. Wir leben in einem Spannungsfeld zwischen Ausblendung der Gewalt einerseits und Dramatisierung andererseits. Beiden Sichtweisen – Ausblendung und Dramatisierung – ist gemeinsam, dass Gewalt als Synonym für Bedrohung, Zerfall und Auflösung der Gesellschaft betrachtet wird: Entweder bricht sie als Barbarei von aussen in die Gesellschaft herein, oder sie löst – als Krankheit der modernen Gesellschaft – diese von innen, aus ihrer Mitte heraus auf. Eine solche Perspektive bietet keinen geeigneten Ausgangspunkt, um einen realistischen, angemessenen Umgang mit dem Phänomen der «Gewalt» zu entwickeln.

Seit jüngster Zeit wird auch das Phänomen der psychischen Gewalt vermehrt diskutiert. Immer noch findet diese weder gesellschaftlich noch gesetzlich ausreichend Beachtung. Menschen, die ausschliesslich von psychischer Gewalt betroffen sind, bekommen nicht die gleichen Hilfeleistungen wie Opfer physischer oder sexualisierter Gewalt. Mit dem Ethik-Statut von Swiss Olympic und der Meldestelle Swiss Sport Integrity (SSI) wird u.a. versucht, auch Instrumente gegen die psychische Gewalt im Sport zu etablieren. Solche Massnahmen zielen langfristig darauf ab, eine juristische Gleichstellung mit der physischen Gewalt zu erreichen. Psychische Gewalt ist schwer fassbar. Die Verletzungen sind nicht sichtbar. Es gibt keine körperlichen Spuren, dafür leidet die Seele der Betroffenen umso mehr.

Die Kriminalitätsrate ist in den letzten Jahren in Europa deutlich angestiegen. Übergriffe auf friedliche Mitglieder der Gesellschaft nehmen zu. Die Erfahrung zeigt, dass bei physischer und sexualisierter Gewalt in den meisten Fällen auch psychische mit im Spiel ist. Sie ist eine Form von Beziehungsgewalt, die ohne Schläge "auskommt". Es geht um Macht, Kontrolle oder um gewalttätige Strategien zur Erfüllung eigener Bedürfnisse. Es herrscht ein gesellschaftliches Klima, das von einer Grundstimmung der Angst mitgeprägt ist. Manche Ängste sind real und lassen sich nicht «weg reden». Wer sich in einer entsprechenden Situation befindet, wird durch Angst zu vorsichtigem und vernünftigem Verhalten angeregt. Übermäßige Angst kann jedoch das Denken und Handeln behindern. Grundkenntnisse in Selbstverteidigung sorgen dafür, dass reale Ängste auf einem vernünftigen Niveau bleiben. Selbstverteidigungsfähigkeiten fördern die Selbstsicherheit und verbessern so die Fähigkeit zur Selbstbehauptung. Das wiederum verbessert die Konfliktfähigkeit allgemein und die Voraussetzungen für ein deeskalierendes Verhalten. Das Revitalisierungsprojekt «Selbstverteidigung durch und mit Karate» setzt hier an: Mit realistischen Selbstverteidigungstechniken und psychoedukativem Hintergrundwissen soll die Selbstwirksamkeit gefördert werden.

3.2.1. Ausbildung – Kompetenzen erweitern

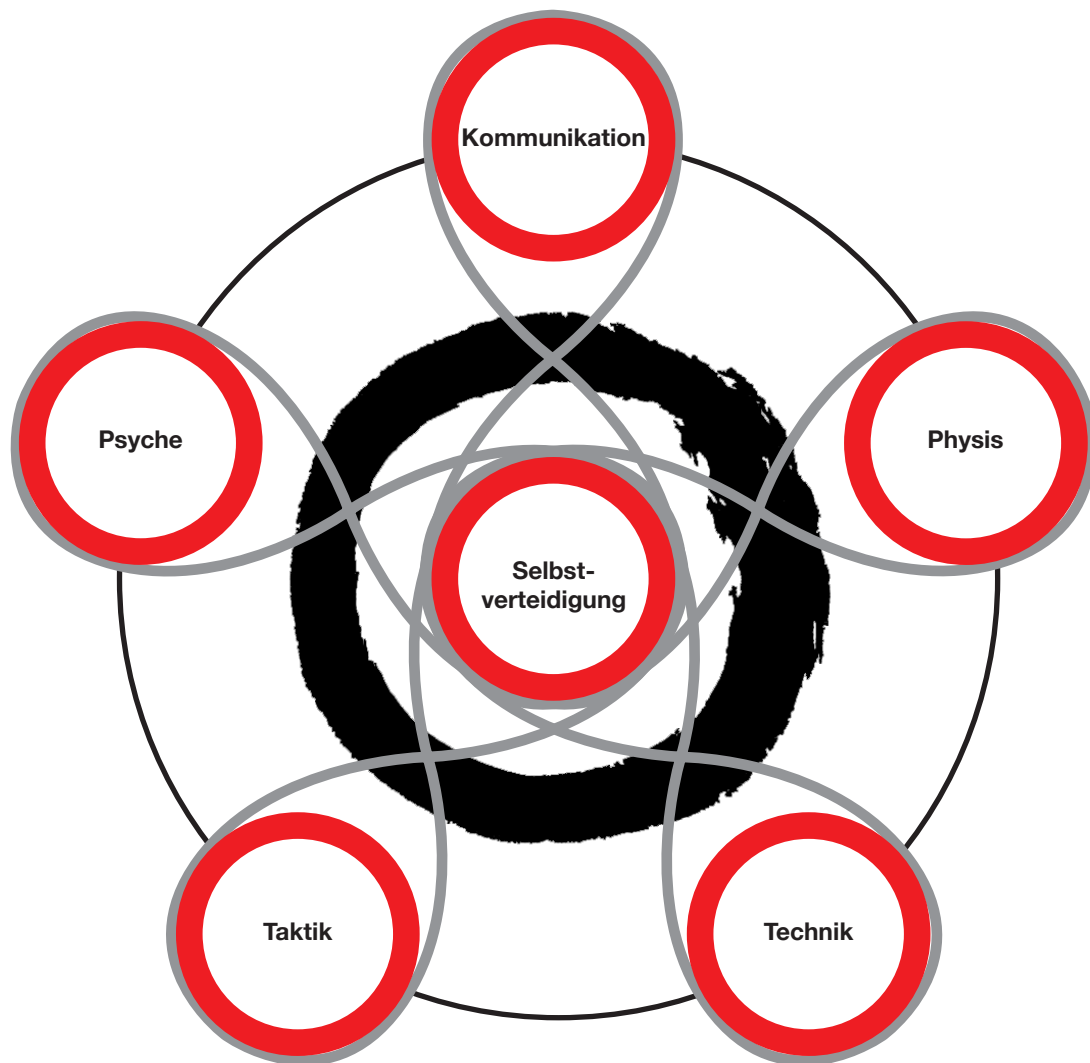
Warum sollte eine Kampfkünstlerin oder ein Kampfkünstler sich noch zusätzlich mit Selbstverteidigung auseinandersetzen? Historisch hat sich Karate in Okinawa als Selbstverteidigungssystem entwickelt. Im Training wird zwar die körperliche Auseinandersetzung gelernt und geübt. Doch die methodischen Bereiche Kata und Kumite bereiten die Karateka nicht realistisch darauf vor, wie sie am sichersten mit Gewalt oder gewaltbereiten Personen umgehen. Abgesehen davon, dass Personen, die angegriffen werden, oft völlig überrascht werden, haben Menschen, die in Kampfkünsten ausgebildet sind, in der Regel keine Kenntnisse über die Psychologie gewaltbereiter Personen. Es gibt keinen absoluten Schutz gegen Gefahren. Doch man kann seine Überlebenschancen deutlich erhöhen. Im Englischen wird der Ausdruck «Survivability» (Überlebensfähigkeit) verwendet. Er bezeichnet bestimmte Persönlichkeitsmerkmale, Kenntnisse und Verhaltensstrategien, um Gefahren erfolgreich bewältigen zu können. Die SKF will in ihrer Selbstverteidigungsausbildung diese Themen zielgruppen- und stufengerecht integrieren. Gleichzeitig sollen Unterrichtende befähigt werden, den klassischen Karateunterricht so zu gestalten, dass die Handlungskompetenz im Bereich Selbstverteidigung erhöht wird.

3.2.2. Projekt – Aus- und Weiterbildung aufbauen

Sicherheit ist ein psychologisches Grundbedürfnis. Im Ausbildungsverständnis der SKF steht die Entwicklung von Strategien zur Erfüllung von Grundbedürfnissen im Zentrum der methodischen Überlegungen. Unter den Kampfkunstorganisationen ist die SKF einer der führenden Fachverbände des Landes. Dem Projektteam ist es ein Anliegen, den Unterrichtenden auf allen Stufen eine Ausbildungsplattform für den Bereich Selbstverteidigung zu bieten. Die Ausbildung orientiert sich am Ausbildungskonzept der Verbandstrainerausbildung und ist als Ausbildungssystem ein Teilsystem von FTEM Karate. Karatetrainer*innen wird die Möglichkeit geboten, eine dreistufige Selbstverteidigungsausbildung zu absolvieren. Analog zum Athletenweg bezieht sie sich auf die Schlüsselbereiche F, T und E (FTEM Karate – Selbstverteidigung). Die Ausbildungslehrgänge bestehen aus etwa zwei Drittel Praxis und einem Drittel Theorie, in Verknüpfung mit praktischen Beispielen und Szenarien aus dem Alltag. Teilnehmende werden, entsprechend der absolvierten Stufe (F, T, E), eine SV-Lizenz der SKF erhalten. Weiter haben sie die Möglichkeit, jährlich Weiterbildungsmodule zu besuchen. Ein weiteres Ziel ist es, Zusammenarbeitsvereinbarungen mit anderen Anbietern (Krav Maga Self Protect, Pallas, Schweizerischer Judo und Ju-Jitsu Verband usw.) zu erarbeiten, damit gemeinsame Aus- und Weiterbildungsangebote besucht werden können. Das gesamte Projekt ist ein Revitalisierungsprojekt und wird zu einem grossen Teil vom Bund finanziert. Folgende Projekthinhalte wurden vereinbart:

- Erarbeitung eines Ausbildungskonzepts
- Produktion von Lehrmitteln
- Rekrutierung und Ausbildung eines Ausbildungsteams
- Realisierung einer Ausbildungsstruktur

Die Terminierung ist in der Vereinbarung des Revitalisierungsprojekts festgehalten. Das Projektteam wurde gebildet, die Rekrutierung des Ausbildungsteams läuft aktuell.



Eine Ausbildung in Selbstverteidigung beinhaltet verschiedene Entwicklungsfaktoren. FTEM Karate - Selbstverteidigung orientiert sich am allgemeinen Ausbildungskonzept der SKF. Es beinhaltet verschiedene Entwicklungsdimensionen, welche die verschiedenen Entwicklungsfaktoren zusammenfassen. Die Entwicklungsdimension «Athletik» wird durch den Begriff «Physis» ersetzt. Krafttraining hat nicht die gleiche Bedeutung wie im Leistungssport. «Kooperation» wurde durch «Kommunikation» ersetzt. Es geht um die Fähigkeit, Konflikte zu deeskalieren.

3.2.3. Psychologische Grundlagen – Hintergrundwissen integrieren

Ähnlich wie der Sport, ist Selbstverteidigung eine komplexe Tätigkeit. Sich erfolgreich behaupten und verteidigen zu können, bedingt verschiedene leistungsbeeinflussende Elemente, Teilhandlungen und Teilprozesse. Eine wissenschaftlich gestützte Auseinandersetzung mit einer komplexen Thematik ist im Allgemeinen mit der Frage nach seiner Struktur und seiner Analyse als System verbunden. Die Leistungsstruktur und das Ausbildungssystem sollten die Komplexität der Tätigkeit so weit reduzieren, dass die Auswahlmöglichkeiten für die Auszubildenden und die Teilnehmenden auf eine überschaubare Anzahl von Faktoren, die eine hohe Ausbildungseffizienz ermöglichen, eingeschränkt werden. Trotz dieser Komplexitätsreduktion sollte das System ein ganzheitlich-vernetztes Denken und Handeln fördern. Die folgenden Themen beschreiben

den inhaltlichen Rahmen, der als psychologische Grundlage für das Selbstverteidigungstraining dient.

- **Methodik**

Die Methode des Model Mugging wurde so konzipiert, dass sie technisch-taktisches Selbstverteidigungstraining mit der Sozialkognitiven Lerntheorie von Albert Bandura, einem der wichtigsten Psychologen des 20. Jahrhunderts, verbindet. In seinem Konzept kommen vor allem zwei Komponenten zum Tragen: Zum einen wird der Mensch als ein aktiv Lernender gesehen, dessen Entwicklung aus der Wechselwirkung von Person und Umwelt entsteht (soziale Komponente). Zum anderen plant der Mensch nicht nur seine Handlung, sondern er ist auch fähig diese zu reflektieren und sich selbst zu motivieren (kognitive Komponente).

- **Kommunikation**

Die Entwicklung verbaler Verteidigungsmethoden oder deeskalierender Kommunikationstechniken gründet in den Erkenntnissen der humanistischen Psychologie. Vertreter wie Carl Rogers, Thomas Gordon, Friedemann Schulz von Thun oder Marshall B. Rosenberg haben Vorgehensweisen und Modelle entwickelt, welche ermöglichen, die Dynamik der Emotionen im verbalen Austausch einzubeziehen und konstruktiv zu beeinflussen.

- **Hintergrundwissen zur Eskalation**

Mit dem Phasenmodell der Eskalation entwickelte der Konfliktforscher Friedrich Glasl ein Modell, um Konflikte zu analysieren. Aus der Analyse können angemessene Reaktionen abgeleitet werden. Das Modell hat neun Phasen, die wiederum in drei Hauptphasen unterteilt sind. Im Selbstverteidigungsprojekt der SKF wird das Modell vereinfacht und die verschiedenen Kommunikationsstrategien werden gemäss den drei Hauptphasen angewendet. Diese Vorgehensweise wird bei der Polizei oder im öffentlichen Verkehr (Bernmobil, VBZ) schon seit längerem praktiziert.

- **Umgang mit Stress**

Der US-amerikanische Physiologe und Psychologe Walter Cannon hat den Begriff der Kampf-oder-Flucht-Reaktion (*fight or flight* „Kampf oder Flucht“) geprägt. Die Konfrontation-oder-Flucht-Reaktion beschreibt die rasche körperliche und seelische Anpassung von Lebewesen in Gefahrensituationen als Stressreaktion. 1988 erweiterte Jeffrey Alan Grey die möglichen Stressreaktionen mit der Freeze-Phase. Sie zeichnet sich durch eine erhöhte Aufmerksamkeit (Hypervigilanz) und Bewegungslosigkeit aus. Mit Methoden wie «Stressimpfungen» oder Hilfsmittel zur Früherkennung (Cooper Colour Code) soll die Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit auch unter Stressbelastung erhalten bleiben.

- **Wissen der Kampfkunst**

Der Polizeipsychologe Uwe Füllgrabe hat im Zusammenhang mit der Eigensicherung und der Gefahrenbewältigung den Begriff des mentalen Judos geprägt. Er verweist auf deutsche und amerikanische Studien, die eine Reihe von psychologischen Unterschieden zwischen Polizisten aufzeigen, die in einer gefährlichen Situation getötet wurden oder die eine solche überlebt haben. Daraus leitet er spezifische psychologische Voraussetzungen ab, welche die Überlebensfähigkeit eindeutig

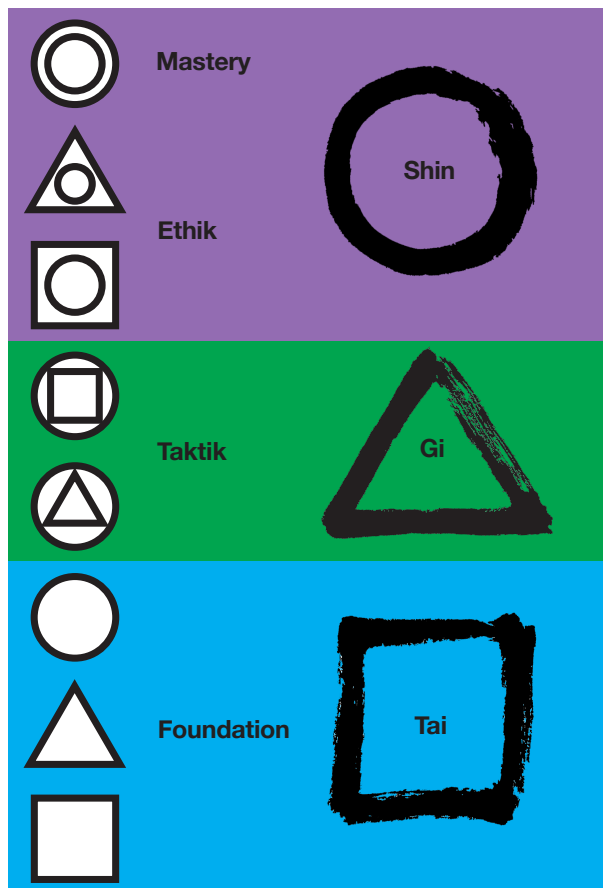
verbessern. Im Ausbildungskonzept der SKF wird diese Idee aufgegriffen und neu als «mentale Kampfkunst» bezeichnet.

- **Embodiment**

Das Institut für Selbstmanagement und Motivation (ISMZ) in Zürich setzt sich mit Embodiment auseinander. Dabei handelt es sich um eine These aus der neueren Kognitionswissenschaft, nach der Bewusstsein einen Körper benötigt, also eine physische Interaktion voraussetzt. Diese Auffassung ist der klassischen Interpretation des Bewusstseins entgegengesetzt. Im Zusammenhang mit Stresssituationen kann die Verbindung zwischen Psyche und Körper wirksame Ergebnisse erzielen. Ein Beispiel im Rahmen der Selbstverteidigung ist der so genannte «Gefahrenradar». Damit er und die daraus abgeleiteten Entscheidungs- und Handlungsprozesse zu situationsgerechten Lösungen führen, ist eine realistische Lagebeurteilung wichtig. Dafür ist es hilfreich, körperliche, emotionale und kognitive Signale zu empfangen und miteinander in Beziehung zu setzen. Die SKF ist mit dem ISMZ in Kontakt, um die Methodik zur Optimierung der Zusammenarbeit zwischen Psyche und Körper weiterzuentwickeln.

3.2.4. Ausbildungsstruktur – Themen stufengerecht vernetzen

Das Ausbildungskonzept von «FTEM Karate - Selbstverteidigung» arbeitet mit den gleichen Ausbildungsgrundlagen wie alle anderen Ausbildungen der SKF. Da der Inhalt nicht identisch ist, werden nicht alle theoretischen Begriffe verwendet. Teilweise wurden sie ersetzt, damit die Bedeutung und die Inhalte für die Selbstverteidigung relevant sind. Die Ausbildungsstruktur ist in drei Lehr- und Lernstufen unterteilt: Foundation, Tactics, Ethics (F,T,E).



Lernstufe «Foundation» (beinhaltet drei Entwicklungsphasen)

Auf dieser Stufe werden die Grundlagen vermittelt. Dazu gehören die verschiedenen Technikmodule (Schritte, Blocks, Schläge, Befreiungstechniken, Würfe, Bodenverteidigung etc.), um die notwendigen technischen Strukturen zu schaffen. Als Theorieinhalte wird der erste Teil des psychologischen Hintergrundwissens mit Schwerpunkten in den Themen Emotionsregulation, Kommunikation, Deeskalation vermittelt. Wichtige inhaltliche Themen:

- Selbstsicherheit – Selbstbehauptung – Selbstverteidigung: Selbstwirksamkeit
- sportliche Leistung/Fitness und deren Bedeutung für die SV
- Unterricht: Erscheinungsformen SV; Entwicklungsdimensionen; Trainingsformen
- Methodik: Good Practice, SV-Training
- Kommunikation, Umgang mit Stress, Deeskalation
- einfache Drills, Stress – Flucht oder Kampf
- rechtliche Aspekte der Selbstverteidigung

Lernstufe «Tactics» (beinhaltet zwei Entwicklungsphasen)

Auf dieser Stufe werden die technischen Grundlagen erweitert und szenisch kontextualisiert. Auf diese Weise sollen die Lernenden eine realistische Sichtweise und individuell geeignete Strategien entwickeln. Als Theorieinhalte werden die Inhalte der Lernstufe 1 erweitert und

vertieft. Die spezifischen Eigenschaften verschiedener Zielgruppen werden erarbeitet und die methodischen Konsequenzen daraus abgeleitet.

Wichtige inhaltliche Themen:

- Grundlagen der Selbstverteidigung erweitern
- Grundlagen der Konfliktfähigkeit erweitern
- Sensibilisieren für spezielle Zielgruppen (Frauen und Mädchen; Senior*innen; Junior*innen usw.)
- spezifische Drills mit «Red Men» (Model Mugging)
- reale Szenarien in Randori-Form (freies Anwenden von Selbstverteidigungstechniken)
- spezielle Situationen mit Waffen und mehreren Gegnern
- Verteidigung aus der Bodenlage

Lernstufe «Ethics» (beinhaltet drei Entwicklungsphasen)

Auf dieser Stufe werden die technisch-taktischen Fähigkeiten weiterentwickelt. Ziel ist die Vervollkommnung der Anwendungs- und Gestaltungskompetenz. Dies bedingt ein Verständnis für die Dynamik von Konfliktprozessen und ein ganzheitliches Verständnis für angemessene, verhältnismässige Reaktionen – verbal, körperlich oder kombiniert. Die Ressourcen von Psyche und Körper werden individuell optimal genutzt. Die drei Entwicklungsphasen auf dieser Stufe sind drei verschiedene Instruktoren-Grade. Der 1. Grad befähigt zum Unterricht auf der Lernstufe «Foundation», der 2. Grad befähigt zum Unterrichten auf der Stufe «Tactics» und der 3. Grad befähigt zum Unterrichten auf der Stufe «Ethics». Wichtige inhaltliche Themen:

- Auseinandersetzung Organismus – Umwelt (Einflussfaktoren)
- Verhaltenstraining und einfache Selbstverteidigung
- Verhalten in Konfliktsituationen (ev. auch mit Waffengewalt)
- Gefahrenradar für Konfliktsituationen entwickeln
- Rollenspiele – reale Szenarien und ihre mentalen Aspekte
- Selbstreflexion (Videoanalysen in Teams)
- spez. Selbstverteidigung und Anwendungen aus Katas (verschiedene Stile)

Im Rahmen des Revitalisierungsprojekts werden die verschiedenen inhaltlichen Themen weiterentwickelt. Die geplante Produktion von Lehrunterlagen decken folgende inhaltlichen Teile:

- psychologisches Hintergrundwissen
- Grundlagen Kommunikation
- rechtliche Grundlagen
- Technikmanual (realistische Techniken)
- Unterrichtsmanual

- Ausbildungsdossier (Beschreibung der Ausbildungsmodule)

3.2.5. Auszubildende – Kriterien berücksichtigen

Vergleichbar mit der J+S- oder esa-Ausbildung wird eine Struktur geschaffen, die SV-Auszubildner*innen und SV-Lehrer*innen parallel schult und weiterbildet. Da alle Teilnehmenden bereits eine Karate-Ausbildung absolviert haben, kann das Ausbildungssystem FTEM Karate – Selbstverteidigung mit verhältnismässig kurzen Ausbildungseinheiten eine Wirkung erzielen und nachhaltige Strukturen ermöglichen. Folgende Kriterien werden für Mitglieder des Ausbildungsteams berücksichtigt:

- aus verschiedenen Karate-Stilen (Shotokan, Goju-Ryu, Shito-Ryu und Wado-Ryu)
- berufliche Erfahrungen (Selbst- und Sozialkompetenz) und Erfahrungen im Bereich Kampfsport
- SV-Lehrer*in aus einer bereits bestehenden Ausbildung, einer anderen Kampfkunst oder dem Sicherheitsbereich
- Expert*in esa und/oder Erwachsenenbildner*in
- Handlungskompetenz im Umgang mit Erwachsenen

Projektteam:

(leitet die Umsetzung des Projekts)

Thomas Hertig, Departementsleiter Ausbildung SKF

Aurelia Golowin, Mitglied Ethik Kommission SKF

Linda Schiesse, Mitglied Ethik Kommission SKF

Erik Golowin, Zentralpräsident SKF

3.2.6. Realisation – Revitalisierungsprojekt umsetzen

Auch für das Projekt «Selbstverteidigung durch und mit Karate» konnte mit Swiss Olympic eine Vereinbarung getroffen werden, um ein Revitalisierungsprojekt zu realisieren. Es gibt eine Projektphase, die als Zeitplan festgehalten ist. Dann wird das Projekt in ein festes Ausbildungsprogramm überführt und im Departement Ausbildung integriert. Zu diesem Zeitpunkt werden die ersten Leiter*innen die allgemeine Ausbildung absolviert haben. Die Weiterentwicklung der Weiterbildungsstrukturen und die Vernetzungen mit anderen Organisationen werden in den Folgephasen – wenn das Ausbildungssystem realisiert ist – ständig weiterentwickelt.

Zeitplan:

1. Phase: 1. April 2024 – 30. Juni 2024

- Bildung Projektteam

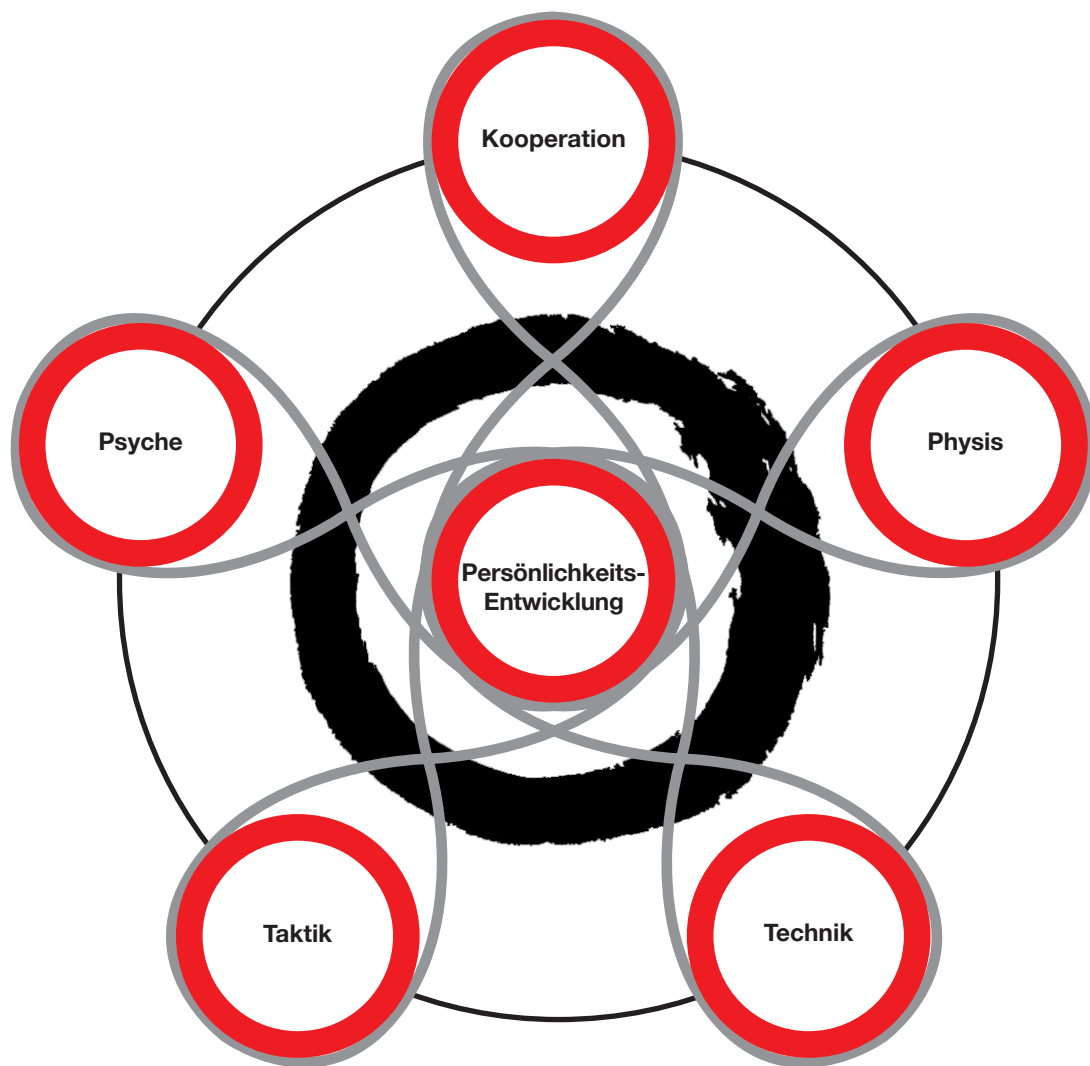
2. Phase: 1. Juli 2024 – 31. Dezember 2024
 - Erarbeitung Konzept «SV Lehrer*in»
 - Erarbeitung und Produktion der Lehrmittel
3. Phase: 1. Januar 2025 – 30. Juni 2025
 - Rekrutierung und Ausbildung des Ausbildungsteams
4. Phase: 1. Juli 2025 – 30. September 2025
 - Abschluss und Schlussevaluation

Drittes Projekt

3.3. Gesundheit – Geist und Körper harmonisieren

Gehirn und Körper stehen miteinander in einer engen, untrennbaren Beziehung. Im Verlauf der Herausbildung körperlicher und neurologischer Strukturen hat sich die wechselseitige Abhängigkeit ständig weiterentwickelt. Durch ihre gemeinsame Geschichte bestehen zwischen Körper und Gehirn so bedeutsame Verbindungen, dass das eine ohne das andere nicht funktionieren kann. Wenn das eine von beiden sich verändert, muss das andere auf diese Veränderung reagieren – es besteht eine Wechselwirkung. Diese gegenseitige Abhängigkeit ist notwendig und ermöglicht die körperliche und psychische Entwicklung. Im Verlauf der Kindheit und der Jugend passt sich jeder Mensch an die Vorstellungswelt und die Verhaltensweisen der Erwachsenen an. Ohne es zu bemerken, entfernt er sich im Verlauf dieses Anpassungsprozesses immer weiter von dem, was sein Denken, Fühlen und Handeln ursprünglich, als er noch ein kleines Kind war, primär geprägt hat: die eigene Körpererfahrung und die eigene Sinneserfahrung. Das wirkt sich insofern problematisch aus, als Körperhaltung, Bewegungsverhalten, Atmen oder Entspannungsfähigkeit Gewohnheiten und Muster annehmen, die von ihrem «ursprünglichen» Zustand abweichen. Der Verbindungsprozess zwischen Denken, Fühlen und Handeln funktioniert deshalb eingeschränkt.

Gesundheitlich betrachtet geht es beim Karatetraining darum, diese verloren gegangene Einheit zwischen Psyche und Körper wieder herzustellen. Methodisch ist die Entwicklung des Körper- und Bewegungsgefühls in den ersten Phasen des Lernens das Kernthema. Es werden technische Strukturen geschaffen, die uns helfen, störende Verhaltensgewohnheiten zu modifizieren und so die Lebensqualität zu verbessern. In den Folgephasen werden so genannte «Life Skills» erarbeitet, die es ermöglichen, effizient mit den Herausforderungen und Problemen des Alltags umzugehen. Sie unterstützen positives Verhalten und verbessern die Lernfähigkeit.



Im Zentrum der Ausbildung «Gesundheit» steht die Persönlichkeitsentwicklung. Sie ist der Schlüsselfaktor, um die Entwicklung von «Geist, Technik und Körper» in Einklang zu bringen.

3.3.1. Kampfkunsttraining – Persönlichkeitsentwicklung unterstützen

Wenn die Gesundheit nicht nur als Abwesenheit von Krankheit verstanden wird, dann geht es um Verhaltensänderungen. Diese sind wichtig, damit wir grundlegend neue Erkenntnisse über unsere Entwicklung erfahren können. Dies funktioniert dann, wenn es sich um reale Erfahrungen handelt, die man mit all seinen Sinnen macht, und nicht nur um verbale Repräsentationen von Erfahrungen. Der deutsche Neurobiologe Gerald Hüther bezeichnet das Gehirn als Baustelle im Gegensatz zu einem fertigen Haus. Das entstehende Bauwerk lässt sich also noch verändern, zunächst durch notdürftige Reparaturen. Diese können dem «Ich» das Leben erleichtern, aber die körperlichen Strukturen befinden sich deshalb noch nicht in ihrem «natürlichen» Zustand. Diese sollten von Grund auf modifiziert und entwickelt werden. Historisch gesehen, existiert im überlieferten Kampfkunsttraining ein ausgeprägter methodischer Zusammenhang mit solchen gesundheitlichen Fragestellungen. Das Phasenmodell des Lernwegs beinhaltet nicht nur das Vermitteln von Techniken, die eine

ästhetische oder taktische Funktion erfüllen, sondern es geht darum, den Geist und den Körper immer wieder zu synchronisieren und so auszubilden, dass der menschliche Entwicklungsprozess ganzheitlich gefördert wird.

Hirnforscher weisen darauf hin, dass Lernen am besten funktioniert, wenn folgende Voraussetzungen berücksichtigt werden:

- die Aufmerksamkeit sollte ausreichend geweckt sein
- die Lerninhalte werden unter Einbezug möglichst vieler Sinneskanäle vermittelt
- es erfolgt ein unmittelbares Feedback und die Lernleistung wird durch positive Emotionen und Belohnungen unterstützt
- das Gelernte besitzt eine persönliche Bedeutung, ist nützlich und anwendbar
- der Lernstoff ist einerseits neu genug, kann aber auch gut an bereits vorhandenes Wissen angeknüpft werden

3.3.2. Unterricht – Trainingsinhalte ganzheitlich vernetzen

Der renommierte Sportwissenschaftler und -philosoph, Arturo Hotz, hat sich sein Leben lang mit dem philosophisch-kulturellen Hintergrundwissen der Trainings- und Bewegungslehre auseinandergesetzt. Aus seiner Perspektive zielen Methoden der Trainingsgestaltung auf Ereignisse hin, die Erkenntnisse für die Optimierung der Entwicklung ermöglichen: Das Erleben von Bewegungen ist Voraussetzung und Ziel zugleich. «Erleben» ist ein intensiveres, ganzheitliches «Erfahren», das – im Sinne eines Flow-Erlebnisses – als ein einheitliches Fließen von einem Augenblick zum anderen empfunden wird. Es geht darum, ein Fließ-Gleichgewicht zu erlangen und nicht ein statisches. Es gilt, das Training als soziales Ereignis so zu gestalten, dass unser mentaler Zustand sich während des Prozesses verändert. Entgegen der klassischen Interpretation des Bewusstseins im Sinne des Kognitivismus, beeinflusst nicht nur die Psyche den Körper, sondern umgekehrt wirken sich auch die Selbstwahrnehmung und der Umgang mit dem Körper auf die Psyche aus. Das Interessante an mentalen Zuständen ist, dass sie kommen und gehen. Selbst ein grossartiges Gipfelerlebnis (Flow) oder veränderte mentale Zustände, ganz gleich wie tief sie gehen, dauern einen Moment und verschwinden wieder – sie sind vorübergehend. Im Gegensatz dazu sind Entwicklungsstufen dauerhaft. Sie stellen die Meilensteine von Wachstum und Entwicklung dar. Wenn man sich erst einmal auf einer bestimmten Stufe befindet, hat man etwas Dauerhaftes erworben. Hat ein Kind beispielsweise erst einmal die sprachlichen Entwicklungsstufen durchlaufen, steht ihm Sprache permanent zur Verfügung.

In den 80er und 90er Jahren hat die SKF ihre Trainerausbildung aufgebaut. Dabei wurden die verantwortlichen Personen von Hotz begleitet und gecoacht. Mittlerweile ist sein Dreistufenmodell zu einer Einheit mit der überlieferten Methodik des Karatetrainings zusammengewachsen. Im Konzept zur Entwicklung von FTEM Karate – Gesundheit soll die karatespezifische Variante des Modells erklärt werden. Es bildet die Grundlage für das Projekt «Gesundheit» als eigenständiges Ausbildungssystem. Die Titel der verschiedenen Phasen sind die Schlagworte der inneren Entwicklung von FTEM Karate (Abbildung S. 7), so wie sie auf der Gesamtdarstellung (fitem-karate.ch) festgehalten sind.

3.3.3. Ausbildungsthemen – Entwicklung ergänzen

- Bewegungslehre, Haltung, Struktur, Übertragung, Gestaltung
- medizinisch-therapeutische Grundlagen
- Philosophiegeschichte der Kampfkunst

- Konzept der Chinesischen Medizin, Qigong
- Embodiment, Psyche und Körper (Kooperation mit ISMZ)

Projektteam:

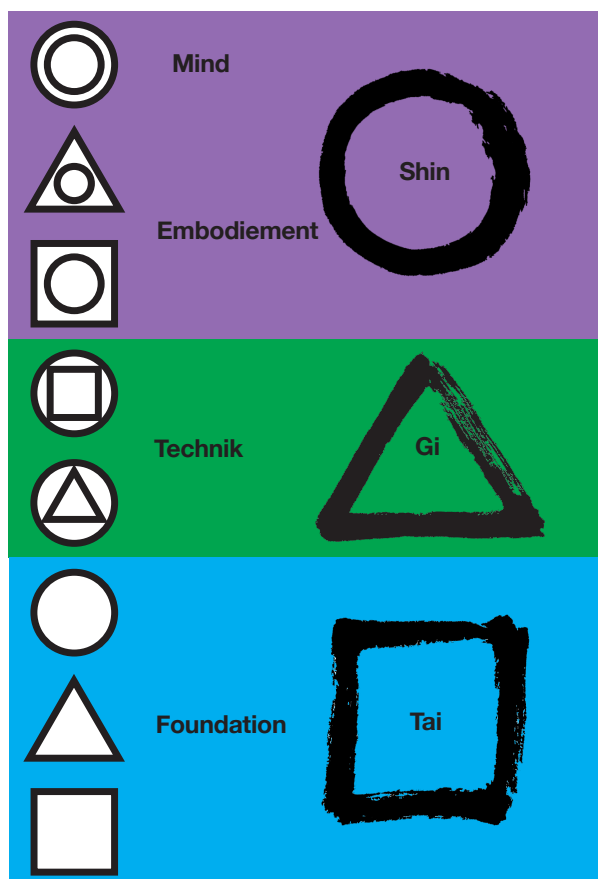
Zurzeit wird das Thema in einem kleinen Projektteam entwickelt. Ab Sommer soll das Team vergrößert werden, damit die Produktionsphase des Projekts initiiert werden kann:

Michelle Saner, Ausbildungsverantwortliche J+S Karate

Thomas Hertig, Departementsleiter Ausbildung

Erik Golowin, Zentralpräsident SKF

Simone Posavec, Nationalcoach Kata SKF



Kernstück der Ausbildung ist ein Stufenmodell, das fernöstliche Entwicklungsprinzipien und westliche Modelle der Entwicklungspsychologie miteinander verbindet. Die Vorarbeit dazu wurde in Zusammenarbeit mit dem Sportphilosophen und -wissenschaftler Arturo Hotz realisiert. Das Projektteam Ausbildung hat Trainingsinhalte für diesen methodischen Ansatz entwickelt.

3.3.4. Ausbildung – Konzept entwickeln

Asiatische Kulturen wie die chinesische, japanische, koreanische oder indische haben versucht, die sichtbaren (Erscheinungsformen) und unsichtbaren (psychische Prozesse) miteinander zu verbinden. In den Kampfkünsten mit ihren dazugehörigen Atem- und Konzentrationsübungen sahen sie die Möglichkeit, Kraft, Lebensqualität und Ethik miteinander zu verbinden. Im Rahmen des Projekts FTEM Karate – Gesundheit wird eine Projektgruppe eine Ausbildung konzeptionieren: Ziel ist, das Wissen der asiatischen Bewegungslehre und asiatischen Meditationsformen mit der sportwissenschaftlichen und psychologischen Forschung im Bereich Gesundheit zu verbinden. In Asien blickt der kampfkunstübergreifende Austausch auf eine lange Tradition zurück. Er soll in diesem Projekt – ähnlich wie auch im Selbstverteidigungsprojekt – zum Tragen kommen. Ab Sommer 2025 wird eine Projektgruppe damit beginnen, ein Konzept zu erarbeiten, das die Grundlage für Lehrmittel und Ausbildungsstrukturen bilden wird.

3.3.5. Realisation – Umsetzungsphasen festlegen

Östliches und westliches Wissen im Trainingsbereich miteinander in Einklang zu bringen und ein Ausbildungssystem daraus zu entwickeln, ist ein ambitioniertes Projekt. Die SKF verfügt zwar über etliche Ressourcen in diesem Bereich, doch für diese Arbeit reichen sie nicht aus. Deshalb wird sie sich einerseits mit Organisationen, die nicht Teil des Netzwerk Sport sind, vernetzen und versuchen, mit dem Institut für Selbstmanagement und Motivation zusammenzuarbeiten (ISMZ). Als erster Schritt ist eine Pilotstudie mit dem ISMZ angedacht, die im Bereich Leistungssport durchgeführt werden soll. Zurzeit laufen die Verhandlungen zwischen der SKF, dem ISMZ und Daniel Birrer, Fachbereichsleiter Sportpsychologie an der Eidgenössischen Hochschule für Sport Magglingen. Falls die Studie umgesetzt werden kann, werden die Ergebnisse auch in dieses Projekt einfließen und spezielle Trainingsprogramme für Leiterinnen und Leiter auf allen Stufen entwickelt. Wenn sie nicht umgesetzt werden kann, werden andere konzeptionelle Ansätze verfolgt, um Trainingsprogramme in diesem Bereich zu entwickeln.

Zeitplan:

1. Phase: 1. August 2025 – 31. Oktober 2024
 - Bildung Projektteam
2. Phase: 1. November 2024 – 31. Dezember 2024
 - Erarbeitung der inhaltlichen Voraussetzungen, Verhandlungen mit den Partnerorganisationen.
 - Erarbeitung Konzept «Leiter*in FTEM Karate – Gesundheit»
3. Phase: 1. Januar 2026 – 30. Juni 2026
 - Erarbeitung und Produktion der Lehrmittel
 - Rekrutierung und Ausbildung des Ausbildungsteams

4. Phase: 1. Juli 2025 – 30. September 2026

- Abschluss und Schlussevaluation

3.4. FTEM Karate - Folgeprojekte planen

Die organisatorischen Anforderungen an Verbände haben sich verändert. Dies gilt auch für die Sportverbände. Klassische Organisationsformen mit ihren hierarchischen und starren Strukturen entsprechen in der Regel nicht mehr den Anforderungen der heutigen Zeit. Notwendige Anpassungen an gesellschaftliche Entwicklungen erfordern ein neues Verständnis von Zusammenarbeit. Die SKF will sich deshalb an modernen Organisationskonzepten orientieren, um die notwendige Entwicklungs- und Handlungsflexibilität zu erreichen. Netzwerksynergien (Sektionen, Verbände), Matrixorganisationen oder heterarchische Strukturen mit Organisationseinheiten, die sozusagen als Subunternehmen agieren, sind Ansätze, die es einem kleinen Verband ermöglichen, seine Leistungsfähigkeit zu steigern. Die drei beschriebenen Hauptprojekte sind in diesem Sinne zu verstehen: Sie dienen nicht nur dazu, neue Ausbildungen und Veranstaltungen zu realisieren, sondern unterstützen die Entwicklung des Verbandes insgesamt. Sobald die Projekte zu festen Programmen werden, sind sie Teil der Verbandsstruktur und eröffnen neue Möglichkeiten für Folgeprojekte. Derzeit sind die folgenden Projekte für eine Weiterentwicklung vorgesehen:

Ausbildung – Verbandstrainer*in erneuern

Vor der Covid-Pandemie hatte das Ausbildungsteam der SKF eine Verbandstrainer*innen-Ausbildung konzipiert, die den Unterrichtenden eine Trainer*innen-Ausbildung ermöglicht, welche die Kompetenzen für das Unterrichten im Breitensport fördert. Nach der Einführung der verschiedenen Ausbildungen soll das existierende Konzept angepasst und umgesetzt werden. Die zukünftigen Trainer*innen in den Dojos sollen über Kompetenzen in der leistungsorientierten Trainingsgestaltung, der Selbstverteidigung und der Gesundheitsprävention verfügen. Die Konzeptionierungsphase der Verbandstrainer*innen Ausbildung ist für 2026 vorgesehen.

Swiss Karate League – Attraktivität steigern

Für die erfolgreiche Entwicklung des Verbandes ist die Organisation von Grossanlässen ein wichtiges Element. Für die Förderung des Breitensports im Rahmen des Wettkampfsports ist die Attraktivität der Swiss Karate League Turniere eine entscheidende Voraussetzung. Die SKF ist daran, eine Organisationseinheit aufzubauen, die sich mit dem Thema Events auf nationaler und internationaler Ebene beschäftigt und mittelfristige Projekte plant. Das Projektteam befindet sich im Aufbau. Ab 2025 wird ein Veranstaltungskonzept mit den notwendigen Teilkonzepten erarbeitet.

esa – Smart Competitions und Events konzeptionieren

Die Idee der zielgruppenspezifischen Wettkämpfe ist nicht nur für die Förderung des Kindersportsegments relevant, sondern auch für den Erwachsenensport geeignet. Die 6K-Events haben in der SKF die Funktion eines Pilotprojekts. Wenn sich dieses Format ausreichend gefestigt hat, sollen Angebote für die Älteren entwickelt werden. Der Erwachsenensport ist ein Bereich mit grossem Entwicklungspotenzial zugunsten des Breitensports. Der SKF bietet attraktive Herausforderungen für alle Generationen! Zur Optimierung der inhaltlichen und methodischen Konzepte ist eine Differenzierung der

Zielgruppen vorzunehmen. Die Verbesserung der Lebensqualität und des altersübergreifenden Gemeinschaftssinns stehen im Mittelpunkt des Breitensportsegments. Smart Competitions haben das Potenzial, Menschen ein Leben lang an Karate zu binden. Die konzeptionelle Phase beginnt 2026.

Ethik – Diversitätsprojekte lancieren

"Diversity-Strategien" werden heute meist mit dem Thema "Vielfalt als Ressource" in Verbindung gebracht. Dabei werden die Vorteile einer kulturellen Vielfalt in Organisationen und die daraus resultierenden verbesserten Arbeitsergebnisse hervorgehoben. Bringen Strategien zur Umsetzung von "Diversity Management" in der Ausbildung wie auch in der Organisation eines Verbandes tatsächlich Mehrwert? Der Zentralvorstand hat am 13. Dezember 2024 eine Wertekommission (Ethik) gewählt, die sich eingehend mit dieser Frage beschäftigen soll. Die Vorsitzende ist gleichzeitig Mitglied des Beratungstabs und dafür verantwortlich, dass Diversity-Projekte gezielt in Verbandsprojekte integriert werden. Ab 2025 wird sich die Kommission konstituieren und in einer ersten Phase ihre Arbeitsbereiche priorisieren. Diese Prioritätensetzung wird im strategischen Entwicklungskontext des Verbands ausgearbeitet.