

Kindersportkonzept Karate

Autoren:	Erik Golowin, Olivia Derungs Risch
Fachliche Mitarbeit:	Thomas Hertig, Roland Zolliker, Monika Golowin, Aurelia Golowin
Fachliche Betreuung:	Tim Hartmann, Lena Göldi
Redaktion:	François Cuvit
Gestaltung:	Marc Gilgen

Das Kindersportkonzept ist ein Projekt der Swiss Karate Federation (SKF), begleitet und mitfinanziert vom Bundesamt für Sport (BASPO). Das vorliegende Dokument dient als Grundlage für die Planung und Realisierung des Projekts. Es definiert die Werte, die im Kindertraining vermittelt werden, harmonisiert die pädagogischen Inhalte des Karatetrainings mit den Richtlinien des BASPO, dient dem inhaltlichen Konsens unter den Ausbildungsverantwortlichen der SKF, schafft die Grundlage für die Herstellung von Ausbildungsunterlagen, formuliert die Leitplanken für Kindersportanlässe und beinhaltet die geplanten Massnahmen zur Realisierung.

Kindersportkonzept Karate

Inhalt:

1. Kindersport – die Entwicklung unterstützen

- 1.1. Ausgangslage – pädagogische Inhalte erneuern
- 1.2. Vision – einen Beitrag leisten
- 1.3. FTEM – Voraussetzungen schaffen
- 1.4. Meta-Ziel – ganzheitliche Ausbildung ermöglichen
- 1.5. Projektziele, Massnahmen – Zusammenarbeit fördern

2. Ausbildung – am Menschenbild orientieren

- 2.1. Innere Haltung – einführende Kooperation leben
- 2.2. Budo – menschliche Werte erfahren
- 2.4. Inhalte – Grundbedürfnisse erfüllen
- 2.5. Struktur – offene Beziehungen leben
- 2.6. Methodik – Prozesse gestalten

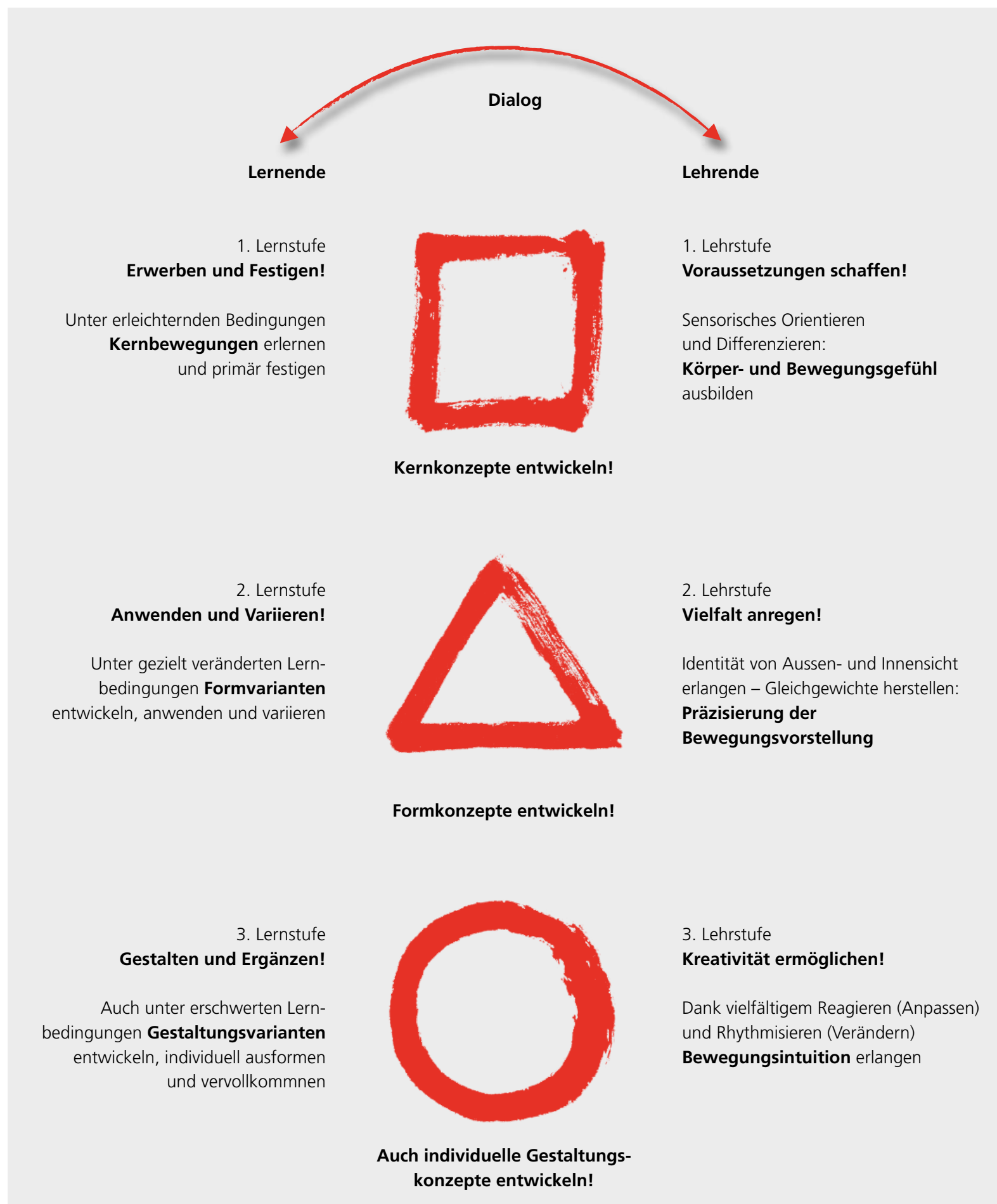
3. Projektteam – Begeisterung wecken

- 3.1. Projektleitung – Ausbildungseffizienz sicherstellen

4. Kindersportevents – soziale Ereignisse realisieren

- 4.1. Lachen, Lernen, Leisten – die Motivation stärken
- 4.2. Die Teilnehmenden – alle miteinbeziehen
- 4.3. 6K-Workshops – die motorische Lernfähigkeit verbessern
- 4.4. 6K-Wettkampf – sich spielerisch miteinander messen

5. Umsetzung – Im Fluss der Entwicklung bleiben



Das Dreistufenmodell als ganzheitlich orientiertes Konzept zur methodischen Gestaltung des Lehr- und Lernprozesses. Aus J+S Leiterhandbuch Karate (2009), S. 35

1. Kindersport – die Entwicklung unterstützen

Zur Förderung des Kindersports Karate wurde eine Projektgruppe gebildet, die den Kindersport inhaltlich und organisatorisch weiterentwickelt. Dem Bereich Persönlichkeitsentwicklung wird mindestens so viel Gewicht beigemessen wie der technischen Ausbildung. „Ganzheitlichkeit“ soll nicht bloss ein Schlagwort sein, sondern in den zentralen Bereichen der Pädagogik, der Methodik und der Projektplanung und –Realisierung als übergeordnetes Prinzip wirken.

Die Strukturen des J+S-Sportfachs Karate wurden während der 90er Jahre aufgebaut: In Zusammenarbeit mit Arturo Hotz entwickelte die Fachleitung ein Ausbildungskonzept, das ethische, pädagogische und motorische Aspekte in einer methodischen Struktur zusammenführt. Heute ist dieses Ausbildungskonzept im Schweizerischen Karateverband fest verankert: Östliche und westliche Ansätze verbinden sich zu einer Bewegungslehre, die Jugendlichen ermöglicht, ihr menschliches Potential zu erschliessen. Das Konzept orientiert sich an einem humanistischen Menschenbild und soll Unterrichtende und Trainierende dazu befähigen, das Gelernte in den Alltag zu übertragen und so das Problemlösungsverhalten in anspruchsvollen Lebenssituationen zu verbessern. Emotionale, kognitive, expressive oder ästhetische Bedürfnisse sind der Antrieb des menschlichen Handelns. Dank dem Training lernen Jugendliche Strategien zu entwickeln, die ihnen ermöglichen, ihre Bedürfnisse zu erfüllen, ihre Lebensqualität zu steigern und auf diese Weise menschliche Werte zu erfahren.

Die Ausbildungsphilosophie von J+S wird pädagogisch und methodisch auch im Kindersport stufengerecht umgesetzt. Kinder haben die gleichen Grundbedürfnisse wie Jugendliche und Erwachsene: Sie wollen sich entwickeln, Geborgenheit in der Gemeinschaft erfahren, als junge Menschen ernst genommen werden oder Zeit im spielerischen Austausch miteinander verbringen. Das Entdecken der Freude am Bewegen, das Erleben sozialer Ereignisse und das gegenseitige Messen in Form von Regelspielen gibt ihnen die Möglichkeit, ihre menschlichen Bedürfnisse zu erfüllen und ihre Persönlichkeit zu entwickeln. Der Dojo und die Budo-Rituale bilden den geschützten Rahmen, damit sie in pädagogisch orientierten Prozessen Werte und Beziehungen erproben können. Mit der Lancierung des J+S-Kindersports in der Schweiz wurden hilfreiche theoretische Grundlagen und kindergerechte Unterrichtsformen geschaffen, welche Leitende befähigen, einen stufengerechten, motivierenden Unterricht zu gestalten. Gerade im Karate fehlten lange Zeit sinnvolle Angebote im Alterssegment von fünf bis zehn Jahren. Die Aufgabe der Projektgruppe „Kindersport Karate“ besteht darin, die methodischen Richtlinien des Kindersports karatespezifisch umsetzen.

1.1. Ausgangslage – pädagogische Inhalte erneuern

Im August 2016 gab das IOC die Aufnahme des Karate ins Programm der olympischen Sportarten von Tokyo 2020 bekannt. Obwohl eine weitere Teilnahme in Paris 2024 nicht mehr möglich sein wird, kommt dem Auftritt in Tokyo symbolische Bedeutung zu. Die World Karate Federation (WKF) ist zu einem riesigen und weltweit etablierten Verband herangewachsen. Mit dem Aufbau von Jugend+Sport (J+S-Karate), vom Erwachsenensport (esa) und den Leistungssportstrukturen (Swiss Olympics) konnte sich die Swiss Karate Federation (SKF) erfolgreich in das System der Sportförderungsinstitutionen integrieren. Da die SKF Gründungsmitglied des Vereins «sportartenlehrer.ch» ist, können die Tätigkeiten des Karatelehrers und des Dojoleiters neu als Beruf mit eidgenössischer Anerkennung erlernt werden. Für die Ausbildungsverantwortlichen stellt sich deshalb die Frage, inwiefern die traditionelle philosophische Ausrichtung des Karatedo noch Bestandteil des Unterrichts ist. Bei der Umsetzung des Rahmenkonzepts von Swiss Olympic zur Sport- und Athletenentwicklung (FTEM) will die SKF künftig die Verbindungen zwischen Breitensport und Leistungssport auf allen Stufen inhaltlich koordinieren und die Zusammenarbeit zwischen beiden Bereichen verbessern und weiterentwickeln. Diese Systematisierung der Verbandsaktivitäten betrifft auch die Förderstufen im Bereich des Kindersports. Für Leitende stellt sich die Herausforderung, wie Kinder und Jugendliche in ihrem physischen und psychischen Wachstum ganzheitlich unterstützt und ideale Voraussetzungen für ihre künftige Entwicklung geschaffen werden können.

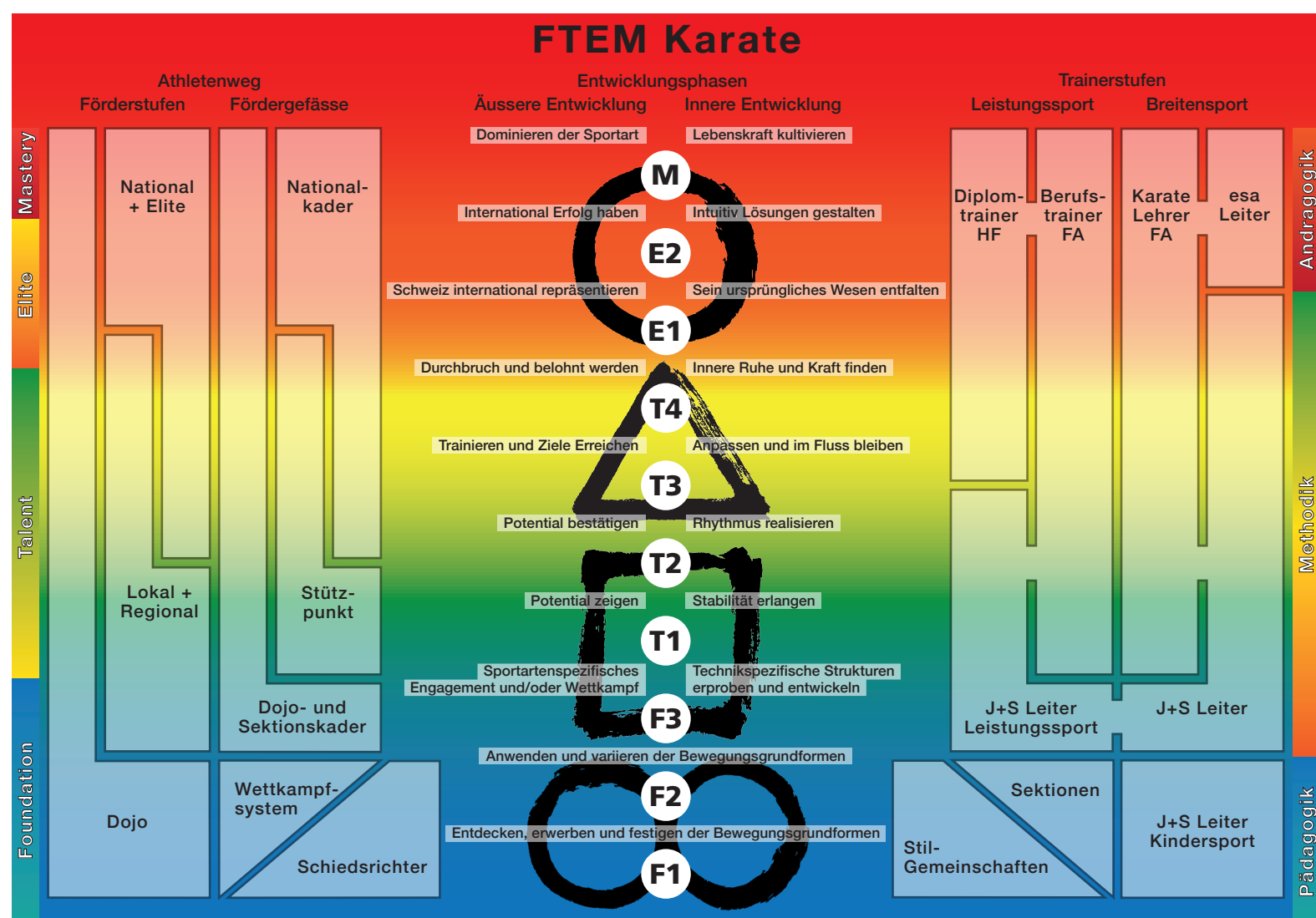
Damit die Werte des Karatedo und die technische Botschaft auch weiterhin einen Beitrag für die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern und Jugendlichen leisten, braucht es eine gezielte Transformation der pädagogischen Inhalte und der methodischen Vorgehensweisen. Im Rahmen des Kindersportkonzepts werden Instrumente geschaffen, die der Entwicklung, Planung und Realisierung eines kindergerechten Karateunterrichts dienen. Im Zentrum stehen ein humanistisches Entwicklungsideal eines kinderzentrierten Unterrichts und adäquate Methoden, um den Kindern positive Bewegungserfahrungen und persönliche Erfolgserlebnisse zu ermöglichen.

1.2. Vision – einen Beitrag leisten

Mit der Entwicklung und Umsetzung des Kindersportkonzepts will die SKF einen Beitrag für die Gesellschaft leisten: Sogenannt traditionelle und kulturelle Werte können den Kindern von morgen ermöglichen, Kompetenzen zu erwerben, mit denen sie als Erwachsene zukunftsorientierte Gesellschaftsmodelle mitgestalten helfen. Die Begleitung und Betreuung von Kindern ist eine der wirkungsvollsten Handlungsebenen, um gesellschaftliche Entwicklungen nachhaltig zu beeinflussen. Im Zusammenhang mit dem Gesamtkonzept FTEM-Karate beinhaltet der Kindersport die zwei ersten Entwicklungsphasen (F1-F2) im

Schlüsselbereich „Foundation“. Im Sinne von Grundlage bedeutet „Foundation“ für den Kindersport, dass mithilfe kindergerechter Methoden die verschiedenen handlungsbestimmenden Faktoren (koordinative, konditionelle, mentale, emotionale) einbezogen und ganzheitlich vernetzt werden. Es geht also nicht nur darum, Kinder stufengerecht in ihrer motorischen Entwicklung zu unterstützen, sondern als Leitende ein pädagogisches Verständnis für ganzheitliche Lehr- und Lernprozesse zu erlangen. Ziel ist es, die Trainingsprozesse so zu gestalten, dass sie eine fördernde psychomotorische Wirkung erzielen. Die Trilogie „Lachen – Lernen – Leisten“ hat die Eigenschaften eines Hilfsmodells, das als Orientierung dient, um die psychische und physische Entwicklung der Kinder vernetzt zu unterstützen. In Verbindung mit dem Pädagogischen Konzept (Dialogmodell) ist diese Trilogie Ausdruck einer pädagogischen Haltung, die Leitende mit einem dialogischen Unterrichtsverständnis in ihren Kindersportangeboten verwirklichen und leben. Diese pädagogische Haltung gilt letztlich nicht nur für den Kindersport, sondern auch für J+S und, übertragen auf die Andragogik, orientiert sie sich an menschlichen Werten, die auch für esa-Aktivitäten relevant sind.

Ab 2020 soll das Projekt Kindersport innerhalb der Verbandsorganisation in ein erweitertes und selbständig funktionierendes Ressort überführt werden, das die Organisation von jährlichen Aktivitäten (Ausbildungen, Events, Wettkämpfe) zur Förderung des Kindersports Karate beinhaltet. 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 ein aktualisiertes Verständnis eines zeitgerechten Menschenbildes vermittelt.



Der Athletenweg im Spannungsfeld zwischen Tradition und modernem Sportverständnis. Online-Poster FTEM des Schweizerischen Karateverbandes (2019)

1.3. FTEM – Voraussetzungen schaffen

Swiss Olympic und das BASPO haben mit dem „Rahmenkonzept zur Sport- und Athletenentwicklung“, kurz „FTEM Schweiz“, ein gemeinsames, sportartenübergreifendes Instrument entwickelt. Es beruht auf vier Schlüsselbereichen: "F" steht für Foundation, "T" für Talent, "E" für Elite und "M" für Mastery. Auch die SKF ist herausgefordert, mit FTEM-Karate eine sportartspezifische Umsetzung des Rahmenkonzepts zu realisieren.

Abgesehen davon, dass die Koordination und die Systematik der Sportförderung optimiert werden sollen, geht es darum, einerseits das Niveau im Leistungssport zu verbessern und andererseits Breitensportangebote zu entwickeln und umzusetzen, mit denen die Zahl der Drop-outs reduziert werden kann. Seit anfangs 2018 wurden mit einer Kickoff-Veranstaltung und Workshops in allen Ressorts in der SKF die notwendigen politischen und konzeptionellen Voraussetzungen für die Entwicklung und Realisierung von FTEM-Karate geschaffen. Im Rahmen des Gesamtkonzepts wurden Massnahmen zur Organisations- und Personalentwicklung formuliert, welche die Zusammenarbeit der verschiedenen Akteure innerhalb der SKF erneuern und ihre Wirksamkeit steigern werden. In diesem Prozess erhält der Kindersport eine Schlüsselrolle. Im Ausbildungssystem der SKF ist er der jüngste Bereich und verfügt folglich über ein grosses Potential, 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.

Am Anfang einer ganzheitlichen Schulung und technikübergreifenden Ausbildung steht die Förderung der Lernfähigkeit. Im Sinne von Arturo Hotz heisst Lernen, Möglichkeiten schaffen, um künftigen Aufgaben gewachsen zu sein. In der Ausbildung von J+S-Karate wird diesem Leitgedanken eine zentrale Bedeutung beigemessen. Ziel auf der ersten Stufe des methodischen Konzepts (Erwerben – Anwenden – Gestalten) ist es, ein Körper- und Bewegungsgefühl zu entwickeln, dem die Lernenden die neu erworbenen Bewegungen zuordnen und sie nachspüren können. Um dieses Ziel zu erreichen, wird in den Kernkonzepten für das Karate zwischen karateübergreifenden Kernkonzepten und technikbezogenen Kernkonzepten unterschieden. Die sogenannten Grundschultechniken sind Kombinationen von Kernelementen, die ein Lernen unter erleichternden Bedingungen ermöglichen und das Techniktraining auf den folgenden Lernstufen erfolgsbestimmend beeinflussen. Die karateübergreifenden Kernkonzepte dagegen sind Übungsformen, die eine karateunabhängige Körperbeherrschung fördern, da sie den Lernenden ermöglichen, ein optimiertes Bewegungsgefühl zu erlangen. Zu diesem Zweck wurden in der Leiterausbildung von J+S Übungsreihen aus anderen Bewegungsschulen integriert: Kunstturnen, Gymnastik, Tanz, Taiji, Yoga, Spiraldynamik, Qigong usw.

Der methodische Zugang mit den karateübergreifenden Kernkonzepten gilt auch für den Kindersport: Mit der Integration der zehn Typen von Bewegungsgrundformen wurde im schweizerischen Kindersport ein methodisches Instrument geschaffen, das die motorische Lern- und Leistungsfähigkeit wirkungsvoll fördert. Die Verbesserung der Koordination hat Priorität, die konditionelle Substanz sollte immer in Verbindung mit koordinativen Herausforderungen trainiert werden. Jede neue technische Bewegung baut auf vorhandenen Bewegungsgrundformen auf. Deshalb sind vielseitige Bewegungserfahrungen auch im Kindesalter zentral. Die Bewegungsgrundformen werden nicht nur in der Ausbildung für Kindersportleiterinnen und –leiter vermittelt, sondern auch als spielerische Wettkampfelemente in den 6K-Events eingebaut.

Neben der koordinativen Grundausbildung wird im Kindersport Karate ein besonderes Augenmerk auf die stufengerechte Förderung von motivationalen und mentalen Aspekten gelegt. Ein weiteres relevantes Thema ist der gezielte Transfer des Gelernten in den Alltag (soziale Kompetenz, Fairplay, innere Haltung, Emotionsregulation etc.).

Die Umsetzung des Projektes Kindersport Karate findet also im Spannungsfeld von Bewährtem bewahren und dem Mut für innovative methodische Erneuerungen statt.

1.4. Meta-Ziel – ganzheitliche Ausbildung ermöglichen

Wenn wir die Herausforderungen betrachten, welche unsere Kinder in Zukunft erwarten, dann ist es sinnvoll, sich vertieft mit pädagogischen Fragen auseinanderzusetzen. Mit ihnen lassen sich Konzepte erarbeiten, die uns aufzeigen, wozu, was, wie und wo wir etwas lernen. Aus diesen Fragestellungen kann ein pädagogisch orientiertes Ausbildungskonzept entstehen, das mithilfe einer ganzheitlich vernetzten Methodik umgesetzt wird. Die SKF hat sich zum Ziel gesetzt, für den Kindersport vor allem den pädagogischen Bereich eigenständig zu entwickeln und sich im methodischen Bereich an den Lehrmitteln des J+S-Kindersports zu orientieren. Eine pädagogische Differenzierung des Kindersports Karate zielt darauf hin, eine ganzheitliche Ausbildungsvision zu verwirklichen. Wenn Karatetraining ganzheitlich vernetzt gestaltet wird, kann es junge

Menschen dazu befähigen, ein erfüllendes Leben zu führen und eine Zukunft zu schaffen, die von weniger Gewalt und mehr Fairness geprägt ist. Eine ganzheitliche Ausbildung, welche die partnerschaftliche Kooperation ins Zentrum stellt, benötigt das Zusammenwirken dreier Bereiche:

partnerschaftliche Inhalte: menschliche Werte/psychologische Grundbedürfnisse

Die Inhalte, die wir im Unterricht vermitteln, sind die geistige Nahrung, die wir den Kindern als technische Botschaft anbieten: Stoff zum Nachdenken und Handeln. Wir ergänzen das Rüstzeug, mit dessen Hilfe junge Menschen ihre Sicht auf die Welt und ihrem Platz darin entwickeln werden. Im Kindersport Karate liegt der Ausbildungsschwerpunkt in der Bestärkung der Eigenverantwortung zur Erfüllung der menschlichen Grundbedürfnisse. Dieser Handlungsbereich umfasst das pädagogische Kernwissen der Ausbildung Kindersport Karate.

partnerschaftliche Strukturen: Dojo-Gemeinschaft/unterstützende Beziehungen

Im Rahmen eines partnerschaftlichen Unterrichts können Kinder und Jugendliche partnerschaftliche Beziehungen zu Lehrenden und Gleichaltrigen aufbauen. In dieser Gemeinschaft lernen sie, sich ihrer selbst stärker bewusst zu sein und andere Menschen und ihren natürlichen Lebensraum genauer wahrzunehmen. Leitende können sie ermutigen, einen Sinn und eine Aufgabe im Leben zu finden und nützliche Lebensentscheidungen zu treffen.

partnerschaftliche Prozesse: symmetrischer Dialog/gemeinsame Entwicklung

Ein primäres Ziel einer partnerschaftlich orientierten Ausbildung besteht darin, nicht nur mit Absichtserklärungen, sondern mit positiven Erlebnissen aufzuzeigen, dass partnerschaftliche Beziehungen möglich sind. Die 6K-Events sind die zentrale Plattform des Kindersports Karate, um solche Erfahrungsprozesse zu erleben.

Diese drei Bereiche beschreiben im Projekt Kindersport Karate die drei Handlungsfelder, in denen eine Vielzahl von qualitativen und quantitativen Zielen verwirklicht werden sollen. Das Meta-Ziel im qualitativen Bereich ist die unter Kapitel 1.1. erwähnte Transformation der pädagogischen Inhalte und der methodischen Vorgehensweisen. Die technische Botschaft verbindet pädagogische, methodische und technische Informationen so, dass lebenspraktische Problemlösungsstrategien entwickelt werden können. So kann das Training Kinder darin unterstützen, zu mitfühlenden Menschen, verantwortungsbewussten Gesellschaftsmitgliedern und kooperativen Mitarbeitern heranzuwachsen. In diesem Zusammenhang erhält der Umgang mit Gefühlsprozessen einen wichtigen Stellenwert. Die eigenen Gefühle zu erleben – in Bezug auf die sportliche Betätigung und den Austausch mit Mitmenschen – ist zentral für die Entwicklung der Persönlichkeit. Gerade in den Bereichen der Emotionsregulation und des prosozialen Verhaltens werden im Kindheitsalter wichtige Weichen gestellt: Im Alter von 8 bis 9 Jahren haben Kinder bereits viele moralische Normen internalisiert.

1.5. Projektziele, Massnahmen – Zusammenarbeit fördern

Damit das Kindersportkonzept entwickelt und landesweit implementiert werden kann, werden folgende drei Hauptmassnahmen gleichzeitig eingeleitet und laufend miteinander koordiniert:

Weiterentwicklung der Ausbildung

J+S-Karate arbeitet mit einem pädagogisch orientierten Ausbildungskonzept, das wesentlich mehr ist, als ein Stoffplan zur Vermittlung karatespezifischer motorischer Fertigkeiten: Im Zentrum steht die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder und Jugendlichen. Der Kindersport nutzt die gleichen Modelle und Konzepte wie J+S, um die Unterrichtsqualität zu fördern. Sein Beitrag zur Steigerung der Unterrichtskompetenz von Leitenden ist die Differenzierung von Organisationsformen und Unterrichtsmethoden, die sich besonders für den Kinderunterricht eignen. Zu folgenden thematischen Schwerpunkten sind karatespezifische Lehrunterlagen geplant: Methodische Umsetzung von entwicklungspsychologischem Hintergrundwissen (praxisorientiert), Spielformen, Rituale oder Kommunikation. Die enge Zusammenarbeit zwischen dem Ressortleiter des J+S Kindersports, dem Ausbildungsverantwortlichen J+S und dem Ausbildungsteam SKF stellt Qualität und Nachhaltigkeit der Ausbildung sicher. Im Kapitel 5. (Umsetzung – Im Fluss der Entwicklung bleiben) sind Projektschritte

aufgeführt, welche die Entwicklung der Lehrunterlagen und die Integration ihrer Inhalte in den verschiedenen Ausbildungsgefässen aufzeigen. In erster Linie werden die bestehenden Fortbildungsmodulen im Bereich Kindersport bewirtschaftet. Inhaltlich sollen aber die Anliegen des Kindersports vermehrt auch Einzug in die J+S Aus- und Weiterbildung finden. Weiter sind Informations- und Ausbildungsworkshops vorgesehen, die der Verband organisiert, um die Realisierung des Kindersportkonzepts voranzutreiben.

Team von Kindersportbotschaftern

Das Projektteam «Kindersport Karate» wird durch engagierte Kindersportexpertinnen und –experten erweitert. Zusammen bilden sie ein Kompetenzteam von Ausbildern, Eventorganisatoren, Coaches und Botschaftern für das Ressort Kindersport. Sie konstituieren eine kooperative Gemeinschaft von Personen, die wiederum auf ihre regionalen Netzwerke zugreifen können. Dieses Team ist auch mit anderen Ausbildungs- und Nachwuchsförderungsressorts der SKF vernetzt, damit der Kindersport als integrierter Bestandteil der Verbandsorganisation funktioniert und seine Rolle im Schlüsselbereich «Foundation» des Rahmenkonzepts FTEM einnehmen kann. Den Eventorganisatoren stehen folgende Dienstleistungen zur Verfügung: eine Webseite Kindersport (kindersport-karate.ch) und eine Schulung mithilfe von Pilotevents, wie sie in Kapitel 5. beschrieben werden. Verantwortlich für die Leitung des Teams ist die Ressortleiterin Kindersport.

Organisation von Kindersportevents (6K-Events)

Im September 2016 wurde in Berikon unter der Leitung von Olivia Derungs und Thomas Risch ein Kindersport-Event durchgeführt, der Workshops und spielerische Wettkampfformen zu einem Erlebnistag verbindet. Für die SKF war der Event ein Pilotversuch, der ausgewertet und anschliessend in weiteren Regionen geplant und durchgeführt wurde. Weitere Veranstalter haben sich bereits für die Durchführung solcher Events zur Verfügung gestellt. Sie werden seit 2017 organisatorisch und inhaltlich geschult und bei der Durchführung begleitet. Informationen über die verschiedenen Events (Erneuerungen, Daten, Anmeldeverfahren) sind auf kindersport-karate.ch zu finden. Unter dem Motto «Lachen, Lernen, Leisten» sollen die Kinder einen Anlass erleben, der ihre Begeisterung für die Bewegung, das Karate und soziale Spielformen weckt und bestärkt. Der Event ist ein integraler Bestandteil des Kindersportkonzepts und soll Kindersportleiterinnen und –leiter dafür sensibilisieren, mit welchen methodischen Massnahmen eine stufengerechte Förderung der Kinder wirkungsvoll realisiert werden kann.

Um das Kindersportkonzept mit den beschriebenen Massnahmen zu realisieren, sind unter Kapitel 5. konkrete Umsetzungsschritte aufgeführt. Sie sollen die nötigen Voraussetzungen schaffen, um folgende quantitativen Ziele zu verwirklichen:

Mehr ausgebildete Leitende J+S Kindersport

Unterrichtsplanung und –gestaltung setzen ein dauerndes Engagement der Leitenden voraus, damit die Lernfähigkeit und die individuellen Leistungsvoraussetzungen der Kinder erkannt und integriert werden können. In der Aus- und Weiterbildung erhält dieses Engagement wichtige Impulse zur Weiterentwicklung der Leiterpersönlichkeit und zur Aktualisierung des Kernwissens J+S Kindersport.

Mehr Kindersportangebote

Sowohl auf lokaler wie auch auf regionaler und nationaler Ebene sollte die Zahl der Kindersportangebote erhöht werden. Die einzelnen Dojo sind für die lokalen Angebote verantwortlich, die 6K-Events sind regionale Angebote. Kindersportangebote mit einer nationalen Reichweite werden in die Nachwuchsturniere der Sektionen integriert.

Verbreitung der 6K-Events in den verschiedenen Landesregionen

Die 6K-Events sind Kindersportangebote, die im Rahmen des Kindersportkonzepts Karate entwickelt wurden. Sie sind das zentrale Handlungsfeld, welches die Ausbildung, die Nachwuchsförderung und die Gesamtentwicklung des Projekts J+S Kindersport Karate miteinander verbindet. Kindersportleitende, Coaches, Eltern, Schiedsrichter, Kinder und Jugendliche werden vom Organisationsteam durch den Anlass geführt und so praxisorientiert in der Thematik des Kindersports geschult. Die Kinder erleben positive Bewegungserfahrungen und Erfolgserlebnisse, regionale Förderungsstrukturen werden geschaffen und die

pädagogischen Anliegen des Kindersports verbreitet. Die so erarbeiteten Voraussetzungen werden in die Sektionsturniere und Dojo-Aktivitäten transferiert.

Förderung der Zusammenarbeit mit anderen Sportverbänden im Bereich J+S Kindersport

Ab 2020 will das Ressort Kindersport Karate Events mit anderen Sportverbänden (z.B. Judo, Wushu, Turnen etc.) in Verbindung treten, um gemeinsam Kindersport-Events durchzuführen. Auf diese Weise soll die Motivation der Kinder verstärkt, die Ausbildung der Bewegungsgrundformen optimiert und der Kindersport allgemein gefördert werden.

2. Ausbildung – am Menschenbild orientieren

Das Kindersportkonzept der SKF will die Ausbildungsphilosophie von J+S auf die Zielgruppe des Kindersports übertragen. Die Kernbotschaft des Karatedo heisst, das Leben als Weg zu begreifen, der dazu dient, die eigene Persönlichkeit zu vervollkommen. Im Kindersport werden die ersten Voraussetzungen dafür geschaffen. Dazu werden folgende pädagogische Themen priorisiert und in den verschiedenen Handlungsfeldern langfristig bearbeitet:

- Orientierung an einem humanistischen Menschenbild
- Erziehung zu mehr Fairplay (Rücksichtnahme, Respekt)
- geschützter Lebensraum für Entwicklung
- spielerisches Erschliessen des eigenen Potentials
- kindergerechter Unterricht und Wettkampf
- Förderung der Motivation für Bewegung
- Vermitteln der Freude an Karate
- Entwicklung des sozialen Verhaltens
- Verbesserung der Konfliktfähigkeit

Folgende inhaltlichen Schwerpunkte sollen in einer ersten Entwicklungsphase realisiert und miteinander vernetzt werden:

- pädagogische Inhalte formulieren
- karatespezifische Theorie und Praxis des Spiels entwickeln
- Ausbildungsinhalte und –medien schaffen
- Ausbildungen und Kindersportevents organisieren
- partnerschaftliche Zusammenarbeit im Bereich Kindersport mit der Fachgruppe J+S-Karate und den Sektionen der SKF aufbauen

2.1. Innere Haltung – einfühlende Kooperation leben

Karatedo ist eine fernöstliche Kampfkunst und dementsprechend geprägt von der Kulturgeschichte Japans. Rituale nehmen einen hohen Stellenwert ein und sollen die Teilnehmenden dabei unterstützen, einen achtsamen und respektvollen Umgang miteinander zu entwickeln. Da aber diese Umgangsformen inhaltlich stark von den neokonfuzianistischen Strömungen des 17. Jahrhunderts geprägt sind, kann das ethische Verständnis nicht 1:1 übernommen werden, sondern benötigt eine kritische Auseinandersetzung, damit ein sinnvoller Transfer möglich ist.

In der Edo-Periode entwickelte sich der Neokonfuzianismus in Japan zu einer einflussreichen religiösen und ethischen Geistesströmung. Er lehrt, dass jede Person ihr von Selbstsucht und Verlangen irregeleitetes Wesen durch systematische Reflexion in die reine menschliche Natur umwandeln kann, die Teil hat am kosmischen Prinzip des höchsten moralischen Guts. Angestrebt werden die Einheit und Harmonie von Mikrokosmos (Mensch) und Makrokosmos (Universum) – von Individuum, Gesellschaft, Himmel und Erde. Die wichtigsten Methoden sind die Selbstkultivierung und das «Erforschen der Dinge». Bedeutendster Vertreter des

rationalistischen Neokonfuzianismus in China war Zhu Xi (1130-1200). Gemäss seiner Auffassung sind Menschen aufgrund ihrer unterschiedlichen Lebensenergien von Geburt an ungleich. Den japanischen Anhängern des Neokonfuzianismus, die sich vor allem auf die sozialen Beziehungen und Verpflichtungen des Einzelnen konzentrierten, diente dieser Gedanke als Orientierung.

Zhu Xis Ausführungen lieferten eine rationale Erklärung für das Ständesystem. «Samurai sind besser als das gewöhnliche Volk», war eine Aussage, die zu dieser Zeit verbreitet war. Das bestehende Herrschaftsmodell erhielt eine ideologische Rechtfertigung. Für autoritäre Herrschaftsstrukturen, wie sie in König- oder Kaiserreichen existierten, die sich ständig im Krieg befanden, waren autoritäre Strukturen angemessen und dienten dem Schutz der Gemeinschaft. Doch die Entwicklung zu einer globalen Gesellschaft benötigt soziale Modelle, die ein friedlicheres Zusammenleben ermöglichen. Obwohl in den Schulen ein pädagogischer Umbruch stattfindet, spiegelt der Schulunterricht immer noch das Erbe autoritär organisierter Herrschaftsmodelle wider. Diese stützen sich auf Negativmotivationen wie Angst, Schuld und Scham. Die Lehrmethoden zwingen die Kinder, in vielen Fällen ein Konkurrenzverhalten zu zeigen, bei dem das Einfühlungsvermögen auf der Strecke bleibt, statt eine empathische Zusammenarbeit zu fördern (wie bei Teamprojekten). Wir benötigen ein Verständnis von Hierarchien, das sich durch Dynamik, Wandelbarkeit und Funktionalität auszeichnet: ein partnerschaftliches Kooperationsprinzip. Verantwortung wird nicht nur von oben nach unten getragen, sondern auch von unten nach oben. Für den Unterricht bedeutet dies: Sowohl Leitende wie Lernende anerkennen einander als Partner in einem gemeinsamen Lehr- und Lernprozess.



Die drei Entwicklungsbereiche des modernen Karate, geprägt von den philosophisch-historischen Wurzeln der fernöstlichen Kultur (2009), S. 2

2.2. Budo – menschliche Werte erfahren

Karatedo stammt ursprünglich aus Okinawa und integrierte sich zu Beginn des 20. Jahrhunderts in die Gruppe der japanischen Budo-Künste. Erste Budo-Systeme existierten schon in der Edo-Periode, der Zeit des Tokugawa-Shogunats (1603-1868). Das Verständnis des Begriffs «Budo» wurde vom ethischen Konzept der Samurai geprägt. Ende des 19. Jahrhunderts verfasste der japanische Philosoph Inazo Nitobe sein Buch «Bushido: die Seele Japans». In diesem Werk erklärt er die ethischen Leitgedanken der japanischen Kultur und die daraus abgeleiteten Grundsätze des moralischen Handelns. Es handelt sich dabei um die Philosophie und den Verhaltenskodex des japanischen Militäradels, deren Wurzeln bis ins späte japanische Mittelalter zurückreichen. Im Bushido verbinden sich zentrale Elemente des Shinto, des Buddhismus und des Konfuzianismus, der drei religiös-philosophischen Strömungen Japans.

Weil im Bushido die bedingungslose Unterwerfung des Individuums unter einen Herrscher oder ein Ordnungsprinzip im Vordergrund steht, wird das System – vor allem im Westen – als nicht mehr zeitgemäss kritisiert. Seine Essenz gründet aber in einer tieferen Dimension als in kulturgeschichtlichen Betrachtungen des zeitlichen Kontexts. Die besonders skeptisch beurteilte Treue ist eigentlich Ausdruck einer aufrichtigen inneren Haltung und einer Klarheit bei ihrer Verwirklichung. Im Zentrum steht die Beziehung des Individuums zur Gemeinschaft – die kulturellen Ideale der Gemeinschaftlichkeit als lebenswichtiger Anteil der eigenen Entwicklung. Damals bestimmte das Kaisertum als höchste Instanz der Gesellschaft die moralische Umsetzung dieser menschlichen Werte. Die sozialen Eigenschaften dieses historischen Herrschaftsmodells haben das Menschenbild seiner Zeit mitgeprägt.

Budo ist der Oberbegriff für Kampfkünste, die eine innere Do-Lehre (Lebensweg) oder auch eine Philosophie beinhalten. Unter dem wachsenden Einfluss des Zen wurden die Budo-Künste zu einem Weg der Vervollkommenheit 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, 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 stellt: Do-Künste waren Methoden zur Selbstregulation und zur Selbstverwirklichung.

Heute, in der postindustriellen Gesellschaft, stellt sich grundsätzlich die Frage nach unseren Werten. Die Entwicklung zum demokratisch-kapitalistischen System nach westlichem Vorbild verdrängt das Bewusstsein für wirtschaftsunabhängige Vorstellungen von Lebensqualität. Alles ist Betrieb geworden, muss funktionieren und sich verwerten lassen. Zentrale Anliegen eines humanistischen Menschenbildes widersprechen aber diesem Marketingcharakter der modernen westlichen Gesellschaft. Laut dem Sozialwissenschaftler und Psychoanalytiker Erich Fromm, fabriziert die Gesellschaft Menschentypen, wie sie sonst irgendwelche Waren fabriziert. Schon als Kind lernen wir, welcher Typ gefragt ist. Es gibt kaum ein Identitätsgefühl, vielmehr besteht eine seelische Leere. Hier gibt es interessante Ansätze in der praxisorientierten Methodik der Budo-Künste: Sie ermöglichen uns das Entwickeln einer inneren Haltung, welche menschliche Werte und das Leben als eigentlichen Sinn und Erfüllung unseres Seins versteht.

2.3. Inhalte – Grundbedürfnisse erfüllen

Gemäss der Soziologin Riane Eisler befindet sich im Kern eines jeden Kindes ein intakter Mensch. Kinder haben eine unglaubliche Fähigkeit, Liebe zu empfangen und zu geben, sich zu freuen und kreativ und mitfühlend zu sein. Sie besitzen eine unersättliche Neugierde und ein leidenschaftliches Verlangen nach Verständnis und Sinngebung. Ausserdem haben sie einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn. Vor allem sehnen sie sich jedoch nach Liebe und Bestätigung, und wenn sie auch nur die geringste Chance dazu erhalten, sind sie fähig und willens, beides in reichlichem Masse zurückzugeben.

In der heutigen Welt, in der sich technologische, wirtschaftliche und soziale Veränderungen mit Höchstgeschwindigkeit vollziehen, sind das Nähren der Menschlichkeit und das Reifen der Persönlichkeit entscheidender denn je. Es ist die pädagogische Aufgabe von Leitenden, Kinder dabei zu unterstützen, ihre angeborene Fähigkeit zu Liebe und Freundschaft, Mitmenschlichkeit und Fürsorge sowie ihre Kreativität und Sensibilität in Bezug auf ihre eigenen menschlichen Grundbedürfnisse und diejenigen anderer weiterzuentwickeln. Folgende Bedürfnisse fassen die menschlichen Werte zusammen und bilden die pädagogischen Kerninhalte des Kindersportkonzepts:

Schutz

Gewalt hat viele Gesichter. Es ist eine Ausübung von Zwang und kann oft gleichgesetzt werden mit Dominanz und Machtausübung. Körperliche Gewalt ist leichter fassbar als psychische. Dominante Manipulations- und Kommunikationsstrategien sind Ausdrucksformen psychischer Gewalt. Dazu gehören Tätigkeiten wie Bewerten, Verurteilen, Kritisieren, Pauschalisieren, Etikettieren, Blossstellen, Diskriminieren, Belehren, Drohen, usw. Solche Dominanzstrategien erzielen in der Regel eine verletzend, demotivierende Wirkung und verfügen über Potenzial zur Eskalation (Gewaltspirale). Es ist sinnvoll, jungen Menschen eine Entwicklung in einem gewaltfreien Umfeld zu ermöglichen und sie dabei zu unterstützen, sich auch gegen psychologische Formen der Gewalt schützen zu lernen. Eine Kernfrage ist: Wann ist es sinnvoll, selbst Gewalt anzuwenden, um sich vor Gewalt zu schützen? Wenn uns keine andere Möglichkeit zur Verfügung steht: Für diesen Beurteilungs- und Entscheidungsprozess ist es wichtig, eine innere Haltung zu entwickeln, die sich an Aufrichtigkeit, Fairness, gegenseitigem Verständnis und Integrität orientiert.

Geborgenheit

Bestimmte Bedürfnisse können nur in der Gemeinschaft erfüllt werden (Interdependenz). Wir sind Partner, die sich gegenseitig darin unterstützen, ihre Bedürfnisse zu erfüllen. Es handelt sich um eine Kooperation des gegenseitigen Gebens und Nehmens. Das Ambiente im Dojo entsteht aus einer inneren Haltung des Respekts, der Rücksichtnahme, der Akzeptanz, des Austauschs, des Vertrauens und der Harmonie. Alle haben ihren Platz und tragen die Verantwortung mit, die Gemeinschaftlichkeit zu verbessern. In einem geschützten Rahmen können alle ihr Selbstvertrauen und ihre Konfliktfähigkeit entwickeln. Dies fördert die Persönlichkeitsentwicklung hin zu mehr Klarheit und Zivilcourage, um sich in einer Gruppe einzubringen und einen Beitrag zu leisten. Es geht nicht darum, Macht über jemanden auszuüben, sondern die Macht miteinander zu teilen – zusammen etwas zu erreichen (Teamwork).

Autonomie

Der Zustand der Selbstbestimmung, der Unabhängigkeit und der Entscheidungsfreiheit ist für die menschliche Entwicklung bedeutend. Nur wenn wir die Macht erhalten, selbständig etwas schöpferisch zu gestalten, können wir unsere Entscheidungs- und Handlungsfähigkeit entwickeln. Wenn wir uns selbst als freie Wesen begreifen, dann können wir aus der Freiheit heraus gestalten und handeln. Im ethischen Sinne setzt Autonomie voraus, dass wir uns aus eigener Überzeugung dafür entscheiden, die Gemeinschaft mitzutragen, sonst ist es fremdbestimmtes Handeln. Andererseits ist Autonomie die einzige wirksame Kraft, um sich gegen eine negative Gruppendynamik (Bsp. Diskriminieren und Ausschließen anderer, Mobbing) zur Wehr zu setzen: die Kraft zur Reflexion, zur Selbstbestimmung, zum Nicht-Mitmachen.

Spiel

Der Begriff «Spiel» stammt vom althochdeutschen Wort «Spil» und meint ursprünglich «Tanzbewegung». Der Tanz zählt zu einer der ältesten symbolischen Ausdrucksweisen des Menschen. In seinen Anfängen war er ein Dialog zwischen Innen- und Aussenwelten und nicht eine Darbietung vor Zuschauern. Stimmungen, Gefühle und Vorstellungen wurden zum Ausdruck gebracht. Bestimmte rituelle und pädagogische Anliegen haben sich im Spiel weiterentwickelt. Spielen ist eine Tätigkeit, die zum Vergnügen, zur Entspannung, also allein aus Freude an ihrer Ausübung ausgeführt werden kann. Ein Grossteil der kognitiven Entwicklung und der Entwicklung motorischer Fähigkeiten sowie sozialer Kompetenz findet durch Spielen statt. Diese Beschäftigung wird oft in der Gemeinschaft ausgeübt, deshalb ist sie ein ideales Medium für die Erziehung zu mehr Fairplay. Es geht aber nicht darum, lediglich die Regeln einzuhalten. Erst wenn zunächst die Unterrichtsatmosphäre und später auch das Spielklima partnerschaftlich ist, wenn gleiche Chancen berücksichtigt werden und wenn sich Spielende und Schiedsrichter gegenseitig achten, dann können Spannung, Spielfreude und Spielwitz für alle entstehen.

Kreativität

Laut dem Sozialpsychologen Erich Fromm ist die Langeweile eine Plage unserer Gesellschaft. Sie kommt daher, dass der Mensch vollkommen entfremdet ist – von sich, von anderen Menschen, von der Arbeit. Er befindet sich in einer Welt, über die er keine Kontrolle mehr hat, und für die er sich deshalb immer weniger interessiert. Die Kunst der Selbstverwirklichung besteht aber darin, das Leben auf schöpferische Weise zu wandeln, um mehr Lebensqualität zu erfahren. Der Schlüssel dazu ist die Kreativität. Von ihr kann man in

zweifachem Sinne sprechen. Kreativität kann heissen, dass etwas Neues geschaffen wird: ein Gemälde, eine Skulptur, ein Text, eine Bewegungschoreografie, usw. Unter Kreativität versteht man aber auch die Haltung, aus der heraus jene Schöpfungen entstehen. Diese kann auch vorhanden sein, ohne dass in der Welt der Dinge etwas Neues geschaffen wird. In diesem Sinne handelt es sich um die Beziehung, die wir zu unserer Tätigkeit schaffen und die uns erlaubt, jeden Moment immer wieder neu zu erfahren. Diese Form von Aufmerksamkeit, von Handeln mit der gesamten Kraft seines Herzens, ist einer der Kernwerte des Kampfkunsttrainings.

Offenheit

Das Kind und seine Entwicklung stehen im Zentrum. Durch ein partnerschaftliches, ganzheitliches Ausbildungskonzept können Leitende den Kindern helfen, menschliche Beziehungen zu erleben und zu gestalten. Transparenz, Offenheit und Aufrichtigkeit fördern die Qualität des Austauschs zwischen ihnen. Eine offene Kommunikation sollte auch Empfindungen einschliessen, die einem nicht gefallen oder die einer guten Beziehung nicht förderlich erscheinen: Das Stehen zu seiner inneren Realität ist für eine gesunde Beziehung wichtig. Nur wenn ich authentisch zeige, was in mir lebt, können Partner erfolgreich nach der Realität in sich selbst suchen. Es bringt nichts, nach aussen etwas vorzutäuschen, das nicht unserer inneren Überzeugung entspricht. Voraussetzung ist, dass beide Seiten positive Beachtung für einander empfinden. In einer offenen Atmosphäre können die Kinder lernen, sich zu den verschiedenen in ihnen vorhandenen Gefühlen und Ideen zu bekennen und sie auszudrücken. Eine solche Beziehungskultur fördert die Authentizität.

Empathie

Empathie ist ein respektvolles Verstehen von dem, was im anderen oder in uns selbst vorgeht und uns antreibt. Das Empfangen von Informationen ist nicht auf einzelne «Kanäle» beschränkt, weder auf die Ohren, die Augen noch den Verstand. Es geht vielmehr um ein Empfangen mit dem «ganzen Wesen», um eine Präsenz im Hier und Jetzt. Wenn der Dialog uns ermöglicht, an der Gefühlslage des anderen teilzuhaben und ihn dadurch besser zu verstehen, dann erfahren wir eine gegenseitige Bereicherung. Dieses Verständnis setzt starke emotionale Kräfte zwischen Personen frei und ermöglicht ihnen, gemeinsam anregende Prozesse zu erleben. Der Inbegriff des Dialogs ist die Herz-zu-Herz-Kommunikation. Sie ist keine Diskussion über Falsches oder Richtiges, sondern eine Brücke von einem Herzen zum anderen. Wenn Kinder die positive Beachtung und das empathische Verstehen ihnen gegenüber wahrnehmen, dann sind günstige Voraussetzungen für eine konstruktive Entwicklung ihrer Persönlichkeit geschaffen. Die Beziehungen helfen ihnen, die verschiedenen Anteile ihres Selbst intensiv und lebendig zu erfahren.

2.4. Struktur – offene Beziehungen leben

Wir alle kennen den Schmerz, die Angst und die Spannung von Beziehungen, die auf Dominanz und Unterwerfung oder auf Zwang und Anpassung beruhen. Oder Konflikte, die aus Auseinandersetzungen um Kontrolle, aus dem Versuch zu manipulieren und zu schmeicheln entstehen, wenn wir nicht in der Lage sind, unsere Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen und zum Ausdruck zu bringen. Wie oft verstricken wir uns in ein ermüdendes Kräfteressen, um anstelle der eigenen Hilflosigkeit Momente illusorischer Macht zu erleben. Aus solchen Beziehungen entstehen unerfüllte Sehnsüchte nach Zuwendung und Gegenseitigkeit. Sie verursachen Leid und Frustration – wertvolle Lebenszeit und Potenziale gehen verloren. Glücklicherweise kennen viele von uns auch Momente der Lebensqualität: eine andere Art des Seins – eine, in der wir uns sicher fühlen und als das gesehen werden, was wir wirklich sind. Eine, in welcher unsere Menschlichkeit und diejenige anderer Menschen durchscheint, eine, in der unser Herz und unser Geist sich öffnen und uns das angenehme Gefühl vermitteln, dass die Welt letztlich doch stimmig ist und dass wir geschätzt werden und wertvoll sind.

Die menschliche Entwicklung ist eine Beziehungsentwicklung. So ist der Reifungsprozess von Kindern immer im Zusammenhang mit der sozialen Struktur zu sehen, in der sich die Person befindet. Kinder entwickeln sich in ihrer sozialen Umgebung nicht durch gezielte Erziehungsmassnahmen oder ein bestimmtes Training, sondern vielmehr durch ihre eigenen Erfahrungen, die sie in ihrem Umfeld und vor allem im Zusammenleben mit anderen machen. In verschiedenen Lebenssituationen lernen sie im Umgang mit anderen Kindern oder Erwachsenen sich zu streiten und wieder zu versöhnen, sich zu messen, Problemlösungen zu suchen, zu teilen, zu kooperieren, sich durchzusetzen, sich abzugrenzen und andere zu akzeptieren. Der Dojo und die Trainingsgemeinschaft sind ein möglicher Raum, in dem Lernen und Entwickeln stattfinden kann.

In einem Unterricht, der sich an einer partnerschaftlichen Kooperation orientiert, gibt es auch Konkurrenz und Konflikte. Doch Konflikte werden nicht dazu benutzt, um Gewinner oder Verlierer auszusortieren, um festzulegen, wer dominiert und wer dominiert wird, sondern vielmehr, um zu kreativen Lösungen zu gelangen, die über einen Kompromiss hinausgehen und sich an einem höheren Ideal orientieren. Konkurrenz wird auf das Streben nach hervorragender Qualität ausgerichtet und darauf, die Leistungen der anderen Person oder der Gruppe als Anreiz zu benutzen, das eigene Potenzial zu erschliessen. Das partnerschaftliche Beziehungssystem zwischen Leitenden, Kindern, Schiedsrichtern, Coaches und Eltern bildet die soziale Struktur.

Beziehungen zwischen Dialogpartnern basieren entweder auf Gleichheit oder auf Unterschiedlichkeit. Im Unterricht und im Training stehen die Leitenden und Kinder in sogenannt komplementären Beziehungen zueinander: Ihre unterschiedlichen Tätigkeiten (Leiten, Lernen) im Rahmen des Unterrichtsdialogs ergänzen sich und bestimmen den Interaktionsprozess. Trotz des Alters- und des Lernstufenunterschieds ist es aber hilfreich, während des Dialogs gezielt eine symmetrische, gleichwertige Beziehung herzustellen: Das offene, transparente Mitteilen und das Erfahren von Sinn ist für Leitende gleichermassen Teil ihrer Unterrichtstätigkeit, wie dies für die Kinder beim Spielen und Lernen der Fall ist. Deshalb gilt es, die Beziehung so zu gestalten, dass sie für beide Seiten eine wechselseitige, bereichernde Wirkung erzielt. Diese partnerschaftliche Form der Beziehung setzt voraus, dass Leitende den Umgang mit ihren eigenen Gefühlen und Bedürfnissen genauso weiterentwickeln wie ihre Beziehung zu den Kindern.

2.5. Methodik – Prozesse gestalten

Lern- und Unterrichtsverfahren bestimmen die Vermittlungsqualität der «technischen Botschaft». Der Stoff ist in den Bereichen Kihon, Kumite und Kata festgehalten – dies gilt auch für den Kindersport Karatedo. Die Alters- und Entwicklungsstufen (Erwerben/Anwenden/Gestalten) in Einklang zu bringen, ist Voraussetzung für ein überzeugendes zwischenmenschliches Engagement. Drei methodische Themen sind im Kindersportkonzept zentral und sollen im Rahmen der Leiterausbildung gezielt initiiert werden: Ritual, Spiel und Kommunikation (Dialog).

Eine lernfördernde Atmosphäre ist eine wichtige Voraussetzung für einen optimal zu gestaltenden Kinderunterricht. Der Dojo bildet den geschützten Rahmen. Die Atmosphäre, ausgehend von den Leitenden und den teilnehmenden Kindern, beeinflusst die Stimmung ihrerseits. Den Unterricht gilt es als soziales Ereignis zu verstehen und zu gestalten. Das gemeinsame Erfahren und Entwickeln von Sinn, Kraft und Einheit ist die Zielperspektive des angestrebten Ambiente. Der Unterrichtsdialog führt zu einem intensiven Austausch, der sich durch gemeinsames Erleben, Denken und Bewegungshandeln auszeichnet. Alle präsenten Beziehungen – ob zwischen Personen oder zu inhaltlichen Themen – erhalten ein bestimmtes Mass an Beachtung. Es entsteht eine wirkungsvolle Kooperation, die es ermöglicht, Aufgaben zu lösen, Rollen und Spielformen zu erproben, Strategien zu entwickeln, Konflikten zu begegnen oder Kreativität freizusetzen.

Rituale – Symbole des Kreislaufs

Obwohl im Leben nichts unvergänglich ist, werden von uns bestimmte Vorgänge, sinnbildlich als «unendlich» gedeutet – beispielsweise «Atmen», «Herzschlag» oder «Leben». Eine Kata startet im Körperzentrum und kehrt wieder dorthin zurück. Dieses zyklische Element wird noch mit einer rituellen Konzentrationsübung in Form einer Anfangs- und Abschlussbewegung verstärkt. Um endlose, kontinuierliche Vorgänge darzustellen, verwenden wir also Symbole der Wiederkehr, der Wiederholung, des Kreislaufs. So gesehen sind Kata Gestaltungsschemen von Kampfhandlungen, die darauf hinweisen, dass hinter der Bedeutung der Selbstverteidigung noch ein tieferes Verständnis liegt. Die technische Botschaft beinhaltet Informationen, die uns ermöglichen, unser Potenzial zu erweitern und zu entfalten. Der Dialog zwischen Unterrichtenden und Lernenden ist Ausdruck eines ganzheitlichen Kommunikationsverständnisses. Die Entwicklung dieser Beziehung ist die Kunst, von Mensch zu Mensch Informationen und Erfahrungen auszutauschen.

Rituale dienen der Interaktion mit der Umwelt und lassen sich in diesem Sinne als geregelte Kommunikationsabläufe beschreiben. Im Karatedo finden sie im Bereich der Dojo-Gemeinschaft statt, sind aber auch Teil des individuellen Handelns (Kata-Training, mentale Vorbereitung, Meditation). Sie haben ihren Ursprung in der japanischen Kultur. Für den Unterricht sind sie ein hilfreiches Mittel, um die Bedeutung einer Handlung sichtbar zu machen und über deren Alltagsbedeutung hinausweisende Bedeutungs- oder Sinnzusammenhänge symbolisch darzustellen. Durch das gemeinschaftliche Praktizieren erhalten Rituale auch einheitsstiftenden und einbindenden Charakter und fördern den Gruppenzusammenhalt und das gemeinsame Verständnis. Indem sie auf vorgefertigte Handlungsabläufe und überlieferte Symbole zurückgreifen, vermitteln sie Halt und Orientierung. Sie können auch zur emotionalen Verarbeitung anspruchsvoller Lebenssituationen eingesetzt werden (Erfolg/Misserfolg) und verweisen auf das Bedürfnis des Menschen nach Wiederherstellung einer aus dem Gleichgewicht geratenen Welt- und Lebensordnung.

Insbesondere dienen sie der Rhythmisierung zeitlicher und sozialer Abläufe:

- zyklische Rituale (Mokuso, Elemente Lektionsgestaltung)
- entwicklungszyklische Rituale (Gurtprüfungen)
- ereignisbezogene Rituale (gegenseitige Gruppenvorfürungen, Sayonara-Kumite)
- Interaktionsrituale (Grussformen)

Auch für die Entwicklung von Kindern bieten Rituale eine Unterstützung. Wer kennt das nicht: Zum tausendsten Mal will das Kind das gleiche Märchen hören, jeden Abend, Woche für Woche. Oder das Kind verlangt immer nach dem gleichen Lied, das wir (Erwachsene) schon lange nicht mehr hören können. Kinder lieben Wiederholungen – sie kreieren damit echte Rituale. Diese Wiederholungen haben für sie eine Funktion: Sie sind Strukturierungs- und Orientierungshilfen im Alltag. Uns zeigen sie etwas von der Wertewelt des Kindes. Denn Wert erhält das, was wichtig ist, in den Alltag integriert und gelebt wird. Rituale helfen den Kindern, Werte im sozialen Beisammensein besser zu verstehen, beispielsweise, Regeln besser einzuhalten. Es sind symbolische, szenisch-gestische Handlungen, die Kontakt zu kosmisch-natürlichen und gesellschaftlichen Grundkräften herstellen, diese sichtbar werden lassen und damit bewusstseinsfähig machen. Sie können auch als Instrument eingesetzt werden, um innere und äussere Konflikte zu verarbeiten. Deshalb eignen sie sich für Interventionen zur Behebung von Unterrichtsstörungen, zur Gestaltung von teambildenden Massnahmen oder zur Verarbeitung von Erfolgen und Misserfolgen.

Spiel – Entfalten kreativer Kräfte

Ein Karatetraining ist geprägt von einem hohen Grad an Aufmerksamkeit und Disziplin. Deshalb ist der Wechsel zu einem kindergerechten Training für einige Karateka anspruchsvoll. Wichtiges Kernelement zur Realisierung des Unterrichts ist das Spiel. Kindern sind die Neugier und die Lust zum Spielen angeboren. Sie werden entwicklungspsychologisch als die Haupttriebkkräfte der frühkindlichen Selbstfindung und späteren Sozialisation des Menschen angesehen. Danach reflektiert, erforscht und erkennt der Mensch die Welt zuerst im Kinderspiel. Geschichtlich gründet das Spiel in alten kulturellen Traditionen. Der Sanskrit Begriff «Lila» stammt beispielsweise aus dem Hinduismus und beschreibt ein theologisches Konzept. Lila bezeichnet das göttliche Spiel, in dem die Gottheit die Schöpfung als Spiel ansieht und dadurch radikale Freiheit und Spontaneität zeigt.

Kriterien für Klassifizierungen des Spiels sind schwer zu finden. Es bestehen Kultur-, Lern- und Gesellschaftsaspekte. Die Abgrenzung ist schwierig. Es handelt sich beim Spielen um eine Form des sinnvollen, selbstvergessenen Tuns – eine ganzheitliche Bildung, hinter der nicht in erster Linie ein Nutzdenken steckt. Die Wirkung erfolgt, meist ungewollt und unbewusst, wenn sich Menschen voll auf ein Spiel mit den Gegebenheiten und Möglichkeiten ihrer Umwelt einlassen und sich dabei eigene Aufgaben stellen. Aus der Freude am reinen Tun entwickeln und entfalten sich die menschlichen Fähigkeiten. Das Freisetzen der kreativen Kräfte ist von einer Sinnerfahrung begleitet, die belebende Impulse auf Seele, Geist und Körper ausübt und die emotionale Befindlichkeit in Form von Glücksgefühlen erhöht. Der Spielwissenschaftler Siegbert A. Warwitz bezeichnet diese Wirkung als die «geheime Weisheit des Spielens», die sich in ihrer optimalen Phase in einer Art Flow-Zustand äussert. So gesehen ist das Spiel an sich ein psychologisches Grundbedürfnis, ein Zelebrieren und Gestalten der Lebensenergie.

Das Spiel bietet für das Kind einen gewissen Schutzraum, in welchem es auch tabuisierte Gefühle und Bedürfnisse ausleben kann, ohne Strafe befürchten zu müssen. Das Kind kann Phantasie entwickeln und Rollen übernehmen, die in der Wirklichkeit unvorstellbar wären. Angenehme und unangenehme Erfahrungen können wiederholt und nachgespielt werden, was den Prozess der Bewältigung und Verarbeitung erleichtert. Durch Identifikation mit mächtigen Personen, die entweder bewundert, geliebt, verehrt oder aber auch gefürchtet und die ins Spiel hereingenommen werden, können Angstgefühle abgebaut und besser bewältigt, aber auch Wunschvorstellungen ausgelebt werden. So gesehen hat das Spiel strategisches Potential, um sich verschiedene menschliche Bedürfnisse zu erfüllen. Entwicklungspsychologisch und methodisch ist es hilfreich, verschiedene Formen des Spiels zu unterscheiden:

- Funktionsspiel, sensomotorisches Spiel. Seine Steuerungsfähigkeiten entdecken, die Freude am Bewegen erleben.
- Symbolspiel, Imaginationsspiel. In einem selbsterfundenen Kontextrahmen Bedeutungen erforschen. Rollenspiel. Lehrer-, Schiedsrichter-, Wettkämpfer- oder Theaterrollen ausprobieren.

- Regelspiele. Wettkampfspiele mit verschiedenen pädagogischen Inszenierungen (Bsp. Fairplay).

Künftige Kindersportleitende werden sich in der Ausbildung vermehrt mit Lernspielen auseinandersetzen. Diese sind Lehr- und Lernmittel, die der äußeren Form nach einem Gesellschaftsspiel gleichen, aber inhaltlich, thematisch auf die Erreichung bestimmter Lernziele und -inhalte gerichtet sind.

Dialog – freier Kommunikationsfluss

Beim Dialogprozess geht es darum, wie der Austausch zwischen den Leitenden und den Kindern stattfindet – wie wir lernen und lehren. Die Lust am Entdecken und Entwickeln – die natürliche Tendenz zu wachsen, zu reifen, sich zu entfalten – gilt es methodisch zu bestärken und zu fördern. Nur wenn der Mensch an dem interessiert ist, was er schafft, ist er glücklich, fühlt er seine eigene Wesenskraft bestätigt, kann er sie ausdrücken, ist er nicht isoliert, sondern fühlt sich verbunden mit der Welt. Folgende Fragen können uns dazu helfen, den Unterrichtsdialog zu optimieren:

Werden die Intelligenz und die Fähigkeiten des jeweiligen Kindes als einzigartige Gaben aufgefasst, die es zu fördern und zu entwickeln gilt?

- Können die Kinder echten Anteil am Unterrichtsstoff haben, so dass ihrer angeborenen Begeisterung für das Lernen kein Dämpfer aufgesetzt wird?
- Handeln Leiterinnen und Leiter vorrangig als «Austeiler von Lektionen» und als Kontrolleure – oder verstehen sie sich als Mentoren und Moderatoren?
- Ist Mitmenschlichkeit ein integraler Bestandteil des Lehrens und des Lernens?
- Lernen junge Menschen in Teams zusammenzuarbeiten, wie es in der heutigen Gesellschaft notwendig ist oder sehen sie sich gezwungen miteinander zu konkurrieren?
- Wird den Kindern die Gelegenheit geboten, selbstbestimmt zu lernen und Gleichaltrige zu unterrichten?
- Geht es beim Karateunterricht lediglich darum, technische Fertigkeiten zu unterrichten oder sind die Kinder und die Leitenden Partner im Abenteuer des Lebens?

Ein wirkungsvoller Unterricht ist erfüllt von einer das Lernklima fördernden Stimmung. Gerade im Kindersport gilt es, ihr besondere Aufmerksamkeit zu schenken. Sie wird durch die rhythmisierende Gestaltung gesteuert.

Rhythmisierendes Gestalten

Ideen, Informationen und Bewegungshandlungen fließen frei und ungehindert. Trainingsprinzipien und das Dreistufenmodell helfen eine Struktur zu schaffen. Für die Realisierung eines kreativen Lernprozesses ist der Rhythmus ein hilfreiches Gestaltungselement. Er ist nicht nur als koordinative Fähigkeit für das Lernen und Gestalten von Bewegungshandlungen entscheidend. Auf der methodischen Ebene des Unterrichtsdialogs dient er auch dazu, Massnahmen wie das Moderieren von Spielformen, das Vermitteln von Lernimpulsen, das Variieren von Methoden, das Planen von Trainingsperioden oder das gemeinsame Entwickeln von Lösungsstrategien sinnvoll und rhythmisch miteinander zu verbinden.

Das Wort «Rhythmus» hat seinen Ursprung im Griechischen und bedeutet eigentlich «das Fließende, das immer Wiederkehrende». Wenn im Prozess ein Hindernis auftaucht und der Fluss des Dialogs unterbrochen wird, dann bedarf es einer Neuorientierung. Ziel dabei ist, den Fluss des Austausches wiederherzustellen und so zurück in den Dialog zu finden. Aus der Aufmerksamkeit der Lehrenden und Lernenden und dem Dialogprozess entsteht ein «Wir», das sich ständig weiterentwickelt, sich verändert, zusätzliche Ressourcen erschliesst und die Motivation erneuert.

Reaktives Gestalten

Auf Situationen spontan eingehen zu können, ist eine Fähigkeit, die zur Wirksamkeit der Unterrichtsgestaltung viel beiträgt. Hier werden vor allem die Persönlichkeit der Leitenden und ihre Kommunikationskompetenz im zwischenmenschlichen Bereich gefordert. Durch das Moderieren des Dialogs und das Begleiten des Prozesses wird den Kindern ermöglicht, Bewegungen und Spielformen zu erkunden und zu erfahren. Auf diese Weise eröffnet sich die Möglichkeit, Ansichten und Haltungen zu entwickeln. Ein echter Austausch geschieht dann, wenn jedes Kind die Gelegenheit erhält, sich einzubringen und ernst genommen zu werden.

Anregungen, Gedanken oder Lösungsideen fliessen frei, ohne dass jemand versucht, die anderen zu überreden oder seine Meinung zu verteidigen – ein stetiges Fliessen von Sinn.

Damit die Kommunikationskompetenz der Leitenden gefördert werden kann und sie Instrumente erhalten, um den Dialog zu moderieren, sollen in der Ausbildung drei Kommunikationsformen geübt werden:

- klare Ich-Botschaften formulieren (anstatt zu kritisieren und Vorwürfe zu machen)
- Paraphrasieren, aktiv zuhören (empathisch zuhören)
- Gruppenprozesse moderieren

3. Projektteam – Begeisterung wecken

Die aktuelle Projektleitung besteht aus vier Personen, die den Anstoss des Konzepts und seine Umsetzung ermöglichen. Sie sind für die Planung und Realisierung sämtlicher Massnahmen in den drei Handlungsfeldern (Ausbildung, Teamentwicklung, Eventorganisation) verantwortlich. Sie arbeiten mit J+S Kindersportleiterinnen und –leitern zusammen, welche eine kooperative Gemeinschaft von Personen bilden, die sich für den Kindersport einsetzen wollen. Zusammen bilden sie ein Kompetenzteam von Ausbildern, Eventorganisatoren, Coachs und Botschaftern für das Ressort Kindersport. Parallel zu ihrem Engagement werden sie sich laufend weiterbilden. Zudem sollen künftig noch spezifische Ausbildungsakzente gesetzt und das Team bedürfnisorientiert ausgebaut werden.

3.1. Projektleitung – Ausbildungseffizienz sicherstellen

Ab 2019 setzt sich die Projektleitung aus folgenden Personen zusammen:

Olivia Derungs Risch, Ressortleiterin Kindersport

Sie ist verantwortlich für die Weiterentwicklung und Koordination der 6K-Events. Nach der Konsolidierungsphase dieser Veranstaltungen wird sie die Leitung von Folgeprojekten übernehmen und die Zusammenarbeit mit anderen Sportverbänden organisieren. Wichtige Steuerungselemente für ihre Aktivitäten sind die Realisierung und Bewirtschaftung einer Kindersportwebsite und ein Coaching der Eventorganisatoren. Innerhalb des Leitungsteams ist sie mitverantwortlich für die Auswahl der Ausbildungsthemen und ihre Umsetzung in der Weiterbildung.

Thomas Hertig, Ausbildungsverantwortlicher J+S Karate

Nach seiner Funktion als J+S-Fachleiter Karate führt er seit 2018 diese Tätigkeit als Ausbildungsverantwortlicher J+S Karate weiter. Dies beinhaltet auch die Aus- und Weiterbildung des J+S Kindersports Karate. Er beaufsichtigt die Auswahl, Konzeption und Umsetzung von Ausbildungsthemen und stellt die ständige Aktualisierung der Ausbildungsinhalte sicher.

Erik Golowin, Projektleiter Kindersportkonzept Karate

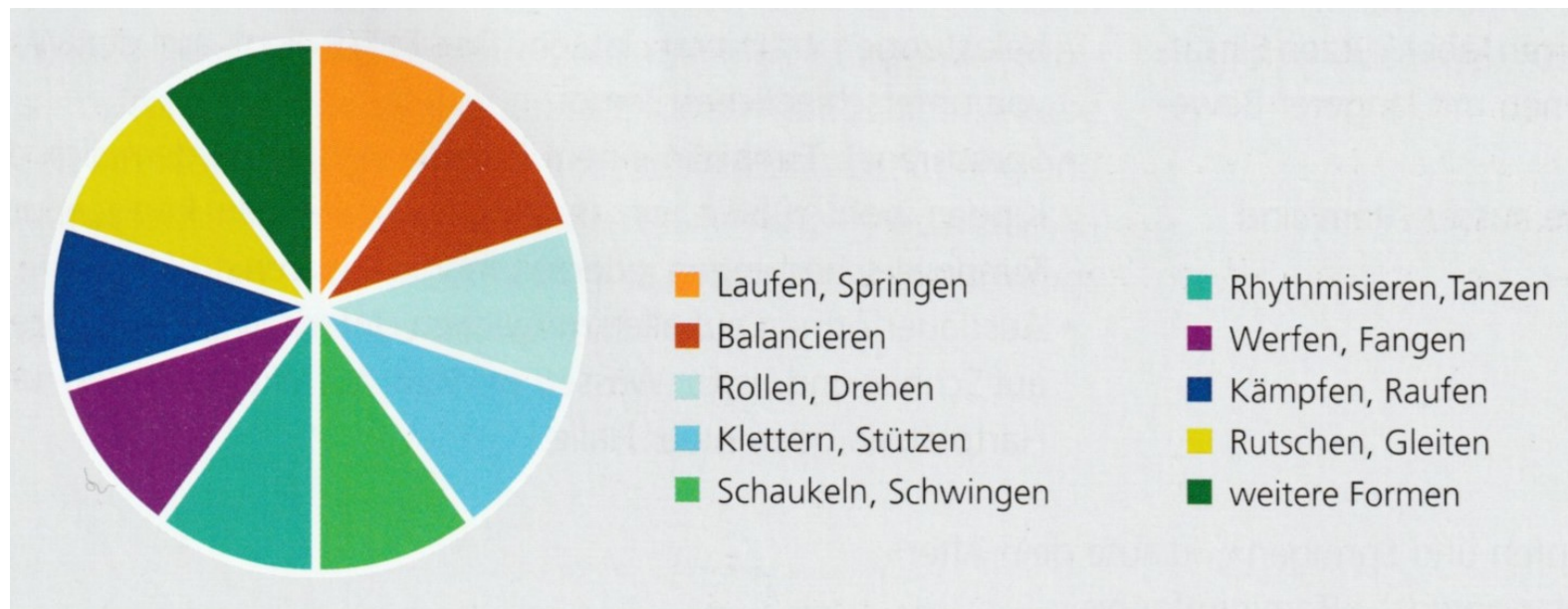
Er leitet die Entwicklung und Umsetzung des Kindersportkonzepts in der SKF. Seit anfangs 2018 ist er auch Projektleiter FTEM Karate und deshalb verantwortlich für eine sinnvolle Integration des Kindersports in die Nachwuchsförderung. Wenn das Projekt Kindersport abgeschlossen ist (Ende 2019) wird er die Ressortleitung J+S des SKF übernehmen und die Zusammenarbeit zwischen J+S und J+S Kindersport sicherstellen. Auf diese Weise soll eine hohe Ausbildungseffizienz zwischen den zwei Ressorts entstehen.

Roland Zolliker, Präsident SKF, Chef Departement Ausbildung

Die verbandsinternen Ausbildungen sind in seinem Departement untergebracht. Seine Aufgabe besteht in der Führung des Ausbildungsverantwortlichen und der Ressortleiter. Er leitet auch den Prozess der Personalauswahl, entwirft Finanzierungspläne, begleitet Projektrealisationen und führt Evaluationen durch.

4. Kindersportevents – soziale Ereignisse realisieren

Gemäss der Reformpädagogin Maria Montessori ist das Spielen die Arbeit der Kinder. In diesem Sinne ist Spielen nicht einfach ein netter Zeitvertreib, sondern bedeutet erforschen, lernen, experimentieren und üben – pädagogisch geleitete Arbeit an der eigenen Entwicklung. Den Mitgliedern des Projektteams ist die praktische Umsetzung der pädagogischen Inhalte ein wichtiges Anliegen. Der 6K-Kinderevent, der im September 2016 zum ersten Mal durchgeführt wurde, ist deshalb ein zentrales Element des Kindersportkonzepts und die eigentliche Plattform des dritten Handlungsfeldes (Gestalten von pädagogischen Prozessen). Im Kern stehen



Die zehn Arten der Bewegungsgrundformen zur Entwicklung der motorischen Lernfähigkeit von Kindern. Aus J+S-Kindersport– Theoretische Grundlagen (2015), S. 41

die Motivation und Förderung der Kinder. Integriert werden auch Kindersportleiter, Schulleiter, Schiedsrichter, Coachs und Eltern und in ihren Betreuungsaufgaben geschult. Das so entwickelte Wissen wird dann in die Sektionsturniere und Dojo-Aktivitäten transferiert. Wegen ihrer pädagogisch-methodischen Bedeutung im Rahmen des Kindersportkonzepts werden das relevante Kernwissen an den Weiterbildungen vermittelt und die 6K-Events von der SKF subventioniert. Folgende Lehr- und Lernprozesse werden mit den Events unterstützt:

- Entdecken, Erwerben und Festigen der Bewegungsgrundformen
- Anwenden und Variieren der Bewegungsgrundformen
- 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

In den folgenden Ausführungen werden die Inhalte und die Organisation der 6K-Events beschrieben. Sie sollen die Ideen aufzeigen und mithilfe konkreter Beispiele die pädagogisch orientierte Philosophie des Kindersports veranschaulichen.

4.1. Lachen, Lernen, Leisten – die Motivation stärken

Der 6K-Event ist ein Anlass, der den jüngsten Karateka (J+S Kindersport, Übergang J+S) einen herausfordernden Erlebnistag ermöglicht. Für die teilnehmenden Kinder ist es ein Tag voller Überraschungen – am Abend verlassen sie die Halle mit roten Wangen und leuchtenden Augen. Ihre Motivation wird verstärkt, die Beziehung zur Trainingsgruppe und zum Karate verbessert und die Entwicklung ihrer motorischen Fähigkeiten gezielt gefördert.

Der Tag ist zweiteilig organisiert. Am Vormittag finden verschiedene Workshops statt, in denen die Kinder neue und bekannte – sportartspezifische und sportartübergreifende – Bewegungsgrundformen (Kernbewegungen und –konzepte) erwerben und festigen. Am Nachmittag findet ein Wettkampf mit 6 Wettkampfstationen und -formen (6K) statt (karatespezifisch und polysportiv). Alle Kinder absolvieren alle sechs Stationen. So erhalten sie die Gelegenheit, ihre Leistungen in Teams vorzuführen und sich spielerisch miteinander zu messen.

Die Kinder starten in 3er-Teams gegen gleichaltrige Kinder und auf der gleichen Lernstufe. Dies ermöglicht auch denjenigen Erfolgserlebnisse, deren Stärken nicht unbedingt im Bereich des karatespezifischen Wettkampfsportes liegen. Die spielerische Wettkampfsituation und die Teamarbeit verändern und erschweren die Ausführungsbedingungen, so dass die Leistungsfähigkeit auf motivierende Art gefördert wird. Für die

Teilnehmenden sind die verschiedenen Wettkampfformen Regelspiele, bei welchen alle irgendwo abgeholt werden und ihre Stärken einbringen können. Sowohl bei den Workshops wie auch im Wettkampf 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 für Teilnehmende im J+S-Alter. Zusammengefasst soll beim 6-K-Event das J+S-Kindersport-Motto «Lachen, Lernen, Leisten» innerhalb eines Karate- Anlasses umgesetzt werden:

Lachen

Am Vormittag werden die Kinder innerhalb verschiedener Karate-Workshops, Parcours und Spielformen motiviert, sich zu bewegen. Zusammen mit den Kindern kreieren die verantwortlichen Workshop-Leitenden ein spielerisches und fröhliches Ambiente. Die Kriterien für eine kindergerechte Unterrichtskultur sollen im Rahmen der Kindersportaus- und -weiterbildung vermittelt werden. Am Nachmittag können sich die Kinder mit anderen Dreierteams messen. Dabei erleben sie die Beziehung zu Gleichaltrigen und machen gemeinsam zahlreiche verschiedene Erfahrungen – sei es beim Siegen oder Verlieren – verbunden mit intensiven Gefühlsreaktionen.

Lernen

In den verschiedenen Workshops werden Voraussetzungen geschaffen, damit die Kinder neue Bewegungsabläufe erproben oder bereits bekannte Kernbewegungen weiter festigen können. In Verbindung mit den Wettkämpfen werden auf diese Weise Impulse vermittelt, die sowohl psychisch wie auch physisch ihre Entwicklung unterstützen. Da die Workshop-Inhalte in direktem Zusammenhang mit dem Stoffprogramm des Karate stehen, ist der Lerneffekt nachhaltig.

Leisten

Am Nachmittag werden die Energie und Anstrengung der Kinder spür- und sichtbar. Die Teamleistung – die im Karate oft zu kurz kommt – bewirkt bei den Kindern, dass sie mit ihrem persönlichen Einsatz oder der Leistung als Gruppe möglichst viele Punkte für ihr Team erreichen möchten. Jüngeren Kindern ist der kooperative Aspekt wichtiger als der kompetitive. Ältere wollen jedoch wissen, wer gewinnt. Um beide Aspekte angemessen zu berücksichtigen, werden die Teilnehmenden in drei Leistungsgruppen eingeteilt. Wenn alle Wettkämpfe vorbei sind, findet eine Rangverkündigung der ersten drei Team-Plätze statt. Alle Teams der jeweiligen Kategorie dürfen jedoch nach vorne stehen. Jedes der teilnehmenden Kinder erhält eine Medaille und einen kräftigen Applaus.

4.2. Die Teilnehmenden – alle miteinbeziehen

Der 6K-Anlass richtet sich an Kinder vom Kindergartenalter bis zur sechsten Klasse mit tiefem bis mittlerem Ausbildungsstand (im Bereich des Karate). Es wird darauf geachtet, dass diejenigen mit tiefem Ausbildungsstand (Weissgurte) nicht überfordert werden und auch Erfolge verzeichnen können.

Im frühen Schulalter verfügen die Kinder über einen ausgeprägten Bewegungsdrang. Diesem Umstand trägt der ganze Anlass Rechnung – sowohl während des Workshop-Teils als auch während des Wettkampfteils. Je älter die Kinder werden, desto wichtiger wird die Freude am Wettkampf. Die verschiedenen kleinen Wettkämpfe am Nachmittag werden diesem Bedürfnis nach Herausforderung gerecht. Am Schluss werden die Resultate zu einem Gesamtergebnis zusammengefasst.

In der Regel sind Karatekas mit hohem Ausbildungsstand (z. B. Braungurte) nicht mehr im Zielgruppenalter. Sie können als Helfer oder Schiedsrichter eingesetzt werden und so eine Vorbildfunktion einnehmen. So werden auch ihre Fähigkeiten in den Bereichen Motivation und Organisation gefördert.

4.3. 6K-Workshops – die motorische Lernfähigkeit verbessern

Am Vormittag besuchen die Kinder in ihren Altersgruppen drei verschiedene Workshops: einen karatespezifischen, einen karateverwandten und einen karatefremden. Die Wahl dieser drei Themenbereiche zielt darauf hin, möglichst gute Voraussetzungen zu schaffen. Es geht also nicht nur darum, lediglich die ersten Grundschultechniken zu vermitteln, sondern die motorische Lernfähigkeit zu fördern – die Kinder dabei zu unterstützen, eine möglichst umfassende Grundlage für den zukünftigen Lernprozess zu erarbeiten.

Karatespezifischer Workshop

Beim diesem Workshop erwerben und festigen die Kinder Techniken aus dem Karatetraining. Er beinhaltet drei Teile:

Kumite-Teil

Das Training wird von einem Sportler oder einer Sportlerin aus dem Nationalkader geleitet. Die Kinder üben neue Angriffs- und Kontervarianten, um ihr Offensiv- und Defensivverhalten zu entwickeln. Das dynamische Gleichgewicht und die Rhythmisierungs- und Reaktionsfähigkeit werden sportartspezifisch gezielt verbessert.

Kata-Teil

Die Kinder lernen neue Wendungen oder üben bereits bekannte Wendungen in andere Richtungen (Orientierung, Differenzierung, dynamisches Gleichgewicht). Sie beschäftigen sich mit einer neuen Kata oder erfinden selber Bewegungsabfolgen, welche sie dann am Nachmittag vorzeigen. Bekannte und neue Bewegungssequenzen werden zu Musik oder nach bestimmten rhythmischen Vorgaben geübt.

Schiedsrichterteil

Den älteren Kindern werden die Karate-Wettkampfbregeln spielerisch erklärt. Anschliessend dürfen sie diese bei kurzen Show-Wettkämpfen anwenden.



grün = Koordination verbessern
blau = Knochen stärken
violett = Muskeln kräftigen und Schnelligkeit verbessern
rot = Herz/Kreislauf anregen
gelb = Beweglichkeit erhalten

Die fünf Bereiche der Bewegungsempfehlungen für Kinder und Jugendliche. Aus J+S-Kindersport – Theoretische Grundlagen (2015), S. 35

Karateverwandter Workshop

Der Workshop mit karateverwandten Übungsformen steht unter dem Motto «Kämpfen und Raufen». Es werden Techniken, Methoden und Kampfspiele aus anderen Kampfsportarten ausprobiert. Beispiele:

Rollen und Fallen

Der Hallenboden wird mit Matten ausgelegt. Die Kinder lernen die Kernübungen der Judofallschule (rückwärts, vorwärts und seitwärts).

Schwingen

Verschiedene Techniken aus dem Schwingen werden ausprobiert. Auf diese Weise lernen die Kinder, ihren Schwerpunkt tiefzuhalten.

Spiele mit Körperkontakt

Mit verschiedenen Kampfspielen entwickeln die Kinder ein Gespür für das Kampfverhalten mit Körperkontakt.

Festhaltetechniken

Auf den Matten werden verschiedene Festhaltetechniken aus dem Judo geübt.

Selbstverteidigung

Einfache Übungen zur Selbstverteidigung werden altersgerecht erklärt und auf einem Parcours mit verschiedenen Posten ausprobiert.

Karateübergreifender Workshop

Im sportartübergreifenden Workshop werden insbesondere diejenigen Bewegungsgrundformen, die in einer regulären Karatelektion nicht trainiert werden, berücksichtigt. So werden die verschiedenen Leistungsfaktoren, entsprechend dem sportmotorischen Konzept, vernetzt gefördert.

Beispiele:**Klettern, Stützen**

Mithilfe der Sprossenwände und Schwedenkästen wird ein Kletterparcours aufgebaut. Für die grösseren Kinder kann eine Parcours-Bewegungslandschaft (Beispiel Cool&Clean) aufgebaut, getestet, optimiert und schliesslich vorgezeigt werden.

Schaukeln, Schwingen

Ohne den Boden zu berühren, schwingen sich die Kinder mit Hilfe der Ringe und Seile von einem Ort zum anderen.

Werfen, Fangen

An verschiedenen Wurfstationen versuchen die Kinder mit Bällen ein Ziel zu treffen oder sich gegenseitig die Bälle zuzuwerfen. Die grösseren Kinder können ein Basketballspiel austragen.

4.4. 6K-Wettkampf – spielerisch miteinander messen

Am Nachmittag starten die Kinder in Dreierteams an sechs verschiedenen Wettkampfstationen. Die Teams werden in drei verschiedene Leistungsgruppen eingeteilt: Vorschulalter (Kindergarten), 1. – 3. Klasse, 4. – 6. Klasse. An jeder Station treten immer zwei Teams der gleichen Leistungsgruppe gegeneinander an. Entweder tritt jedes Kind aus dem Team einzeln gegen eines aus der anderen Mannschaft an oder die Teams messen sich als Kollektiv.

K-1: Kondition

Bei dieser Station wird der Begriff Kondition im Sinne von Ausdauer verwendet. Mit möglichst vielen verschiedenen Bewegungsgrundformen wird eine Belastung des Herz-Kreislaufs unter Wettkampfbedingungen erzielt.

Beispiele:

- Seilhüpfen/Gummitwist
- Stafette/Pendellauf
- Transport-Parcours: Wer schafft innerhalb einer gewissen Zeit am meisten Sprünge? Welches Team hat zuerst alle Bälle von der einen auf die andere Seite transportiert?

K-2: Koordination

Mithilfe von Aufgaben, die eine Kopplung verschiedener koordinativer Fähigkeiten erfordern, wird die motorische Lernfähigkeit gefördert. Gleichzeitig werden die Kraft- und Schnelligkeitsfähigkeit verbessert (die konditionellen Faktoren haben auch eine koordinative Komponente).

Beispiele:

- Geschicklichkeits-Parcours
- Kletter-Parcours
- Hindernis-Parcours mit verschiedenen Balance-Bestandteilen
- Parcours mit möglichst vielen Hüfelementen

K-3: Kraft

Die passiven und aktiven Strukturen des Skelett-Muskel-Apparates stärken (Muskeln, Sehnen und Bänder kräftigen, Knochen stärken). Bewegungsgrundformen wählen, die eine Zusammenarbeit mehrerer Muskelgruppen ermöglichen und gezielt die innere Muskulatur miteinbeziehen.

Beispiele:

- Welches Kind kann länger Wasserflaschen waagrecht in die Luft halten?
- Welches Kind kann länger einen Medizinball auf den Schienbeinen in der Luft halten?
- Welches Kind kann länger in der Liegestützposition ausharren?
- Welches Kind kann länger an den Ringen oder einer Reckstange hängen?

K-4: Köpfchen

Bei dieser Station stehen die kognitive Aktivierung und das gezielte Erwerben von Hintergrundwissen im Vordergrund. So wird auch ein Ausgleich zu den Stationen geschaffen, wo in erster Linie mit koordinativen und konditionellen Belastungen gearbeitet wird.

Beispiele:

- Fragen zur Karatetheorie
- Puzzle zusammensetzen
- Mathematische Quizfragen
- Fragen zu Filmausschnitt beantworten
- Japanische Schriftzeichen auswendig lernen und aufschreiben.

Beim «Köpfchen»-Posten werden Übungen zu den karatespezifisch-theoretischen Kenntnissen der Kinder verlangt. Es sollen aber auch vom Karate völlig losgelöste Aufgaben gewählt werden, so dass körperlich und karatespezifisch weniger engagierte Kinder mit ihren Kompetenzen zum Erfolg des Teams beitragen können.

K-5: Kata oder Karate-Grundformen (karatespezifisch)

Es werden karatespezifische Kernbewegungen und –konzepte vorgeführt. Inhaltliche Schwerpunkte liegen beim Balancieren, Drehen und Rhythmisieren.

Nicht alle Teilnehmer können eine ganze Kata (vorgegebener Bewegungsablauf) auswendig vorzeigen. Darum werden vor allem bei jüngeren Kindern (Einstiegerlernstufe) lediglich einfache Sequenzen von Kernbewegungen verlangt. Beispielsweise zeigen sie drei Fusstechniken, eine Drehung und drei Abwehrtechniken. Die älteren Kinder, oder Kinder mit längerer Karateerfahrung zeigen ihre Lieblingskata vor.

K-6: Kumite (Karatespezifisch)

Entwicklung und Verbesserung der karatespezifischen Voraussetzungen für den Zweikampf: Timing, dynamisches Gleichgewicht, Rhythmisieren.

Beim Kämpfen führen die jüngeren Kinder verschiedene Faust- und Fusstechniken auf einen Ball aus, der an einer Stange befestigt ist. Die älteren Kinder mit höherem Ausbildungsstand dürfen mit einem anderen Kind kämpfen. Es gelten aber nicht die offiziellen Regeln der World Karate Federation (WKF), sondern es gewinnt das Kind, welches abwechslungsreicher kämpft. Körperberührung ist nicht gestattet.

5. Umsetzung – im Fluss der Entwicklung bleiben

Im Verlauf der Verbandsworkshops wurde der Kindersport Karate als wichtiges Element in das Gesamtsystem FTEM Karate integriert. Auch wenn bis heute die teilweise ambitionierten Umsetzungsvorstellungen nur bedingt erreicht wurden, bestehen mittlerweile gute Voraussetzungen im Rahmen der Verbandsstrukturen, um wirkungsvolle Massnahmen im Dienste des Kindersports zu verwirklichen. Die Projektleitung führt jährlich zwei Sitzungen durch, an denen die Teilprojekte in den verschiedenen Handlungsfeldern ausgewertet und Korrekturmassnahmen besprochen werden. Die wichtigsten Ergebnisse dieser Auswertungen werden im Jahresbericht der Ressortleiterin festgehalten. Als Orientierung dienen einerseits die unter Kapitel 1.5. formulierten Projektziele und Massnahmen und andererseits die Übersicht des Projektzeitplans (S. 24) Aufgrund der jährlichen Auswertung werden der Zeitplan angepasst und die thematischen Schwerpunkte für das Folgejahr definiert. Folgende Massnahmen haben Priorität und dienen als Gefässe für die Erarbeitung sämtlicher Teilprojekte:

Website Kindersport

Sie gibt Auskunft über die pädagogischen Inhalte und kommuniziert die jeweiligen Jahresschwerpunkte. Interessierte finden alle Angaben und Organisationshilfen für die Durchführung von Kindersportevents. Im Downloadbereich werden stufengerechte Übungsbeispiele, Regelspiele und Wettkampfformen gesammelt. Die Daten der Kindersportanlässe werden publiziert und die Möglichkeit für Feedbacks besteht.

Aktuell: Website ist aufgeschaltet unter „kindersport-karate.ch“. Informationen für die Durchführung von 6K-Events sind vorhanden. Administration und Pflege der Seite: Olivia Derungs Risch, Thomas Risch

Geplant ist die schrittweise Aufschaltung folgender Inhalte: Ausbildungsschwerpunkte, entwicklungspsychologische Leitgedanken, Übungsvarianten zu den Bewegungsgrundformen, Kampfspiele

Ausbildungsunterlagen

Die pädagogischen Inhalte und methodischen Richtlinien werden phasenweise auf der Website publiziert und in Form von Handouts in den Aus- und Weiterbildungen eingesetzt. Erprobtes Material wird gesammelt und schliesslich in Lehrmitteln zusammengetragen.

Ausbildung aktuell: Beinahe 100% aller Kindersportleiter haben zuerst eine J+S Leiterausbildung absolviert und anschliessend eine verkürzte Kindersportleiterausbildung besucht. Die Mitglieder des Projektteams sind der Meinung, dass dieser Ausbildungsweg für die SKF geeignet ist. Die vielseitige polysportive Ausbildung ist im Rahmen der Aus- und Weiterbildung Karate ein Mehrwert. Zurzeit werden vier MF Kindersport pro Jahr durchgeführt. Dies reicht, um der bestehenden Nachfrage gerecht zu werden und laufend die neuen Inhalte einzuführen. Bei steigender Nachfrage wird das Angebot erhöht. Ausbildungsverantwortlicher: Thomas Hertig

Geplant: Im Rahmen der drei Unterrichtskonzepte (Pädagogik, Methodik, Motorik) sollen Kindersportunterlagen produziert werden. Als erstes werden Unterlagen im Bereich der Pädagogik verfasst. Zentral ist die Rolle der Leitenden. Wie im Konzept aufgezeigt wurde, ist die hierarchische Struktur und der oft verwendete Frontalunterricht nicht geeignet, um pädagogischen Haltungsziele zu verwirklichen. Produktionsjahr ist 2020. In den Folgejahren (2021, 2022) werden die Unterlagen für die Bereiche Methodik und Motorik erstellt.

Damit das Rollenverständnis von Leitenden wirkungsvoll umgesetzt werden kann, soll ab 2021 ein obligatorischer Vorkurs für angehende J+S Leitende eingeführt werden. Dieser dient vor allem dem Vermitteln

des Systems FTEM Karate und dem Erarbeiten eines aktuellen Rollenverständnisses von Leitenden im Umgang mit Kindern und Jugendlichen. Auf diese Weise soll die Unterrichtsphilosophie nachhaltig vermittelt werden. Die spezifischen Kindersportthemen werden laufend in die MF Kindersport integriert.

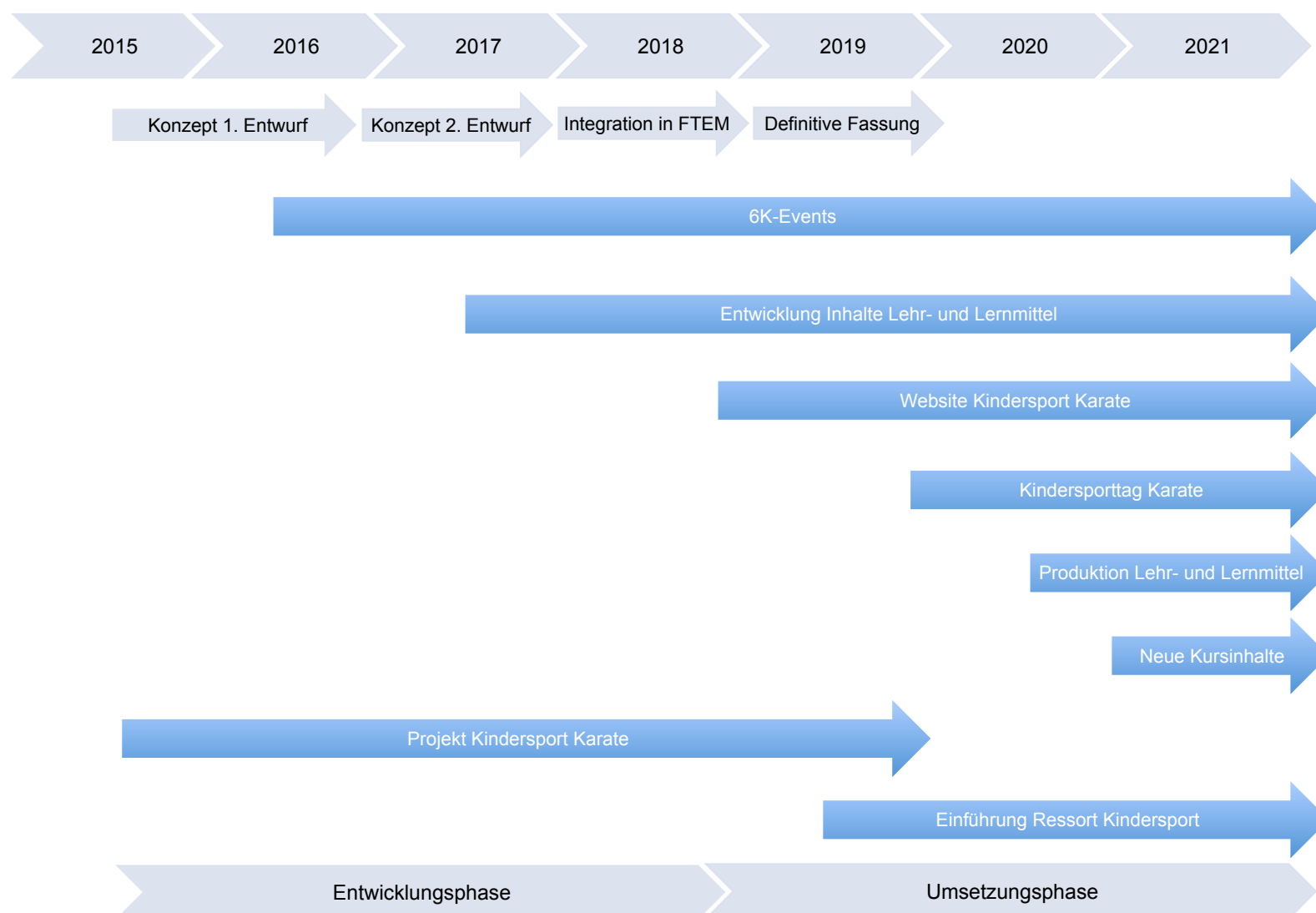
Betreuung von Eventorganisatoren

Interessierte regionale Veranstalter melden sich bei der Ressortleiterin. Sie stellt das Coaching für den Event sicher und hilft bei der Schulung der Helfer.

Aktuell: Jährlich werden mittlerweile fünf 6K-Events durchgeführt (Aargau/Zürich, Bern, Freiburg/Waadt). Sie sind Pilotevents, die der inhaltlichen und organisatorischen Entwicklung dienen. Obwohl sie von einem kantonalen Organisationskomitee durchgeführt werden, sind sie offen für Schulen aus der ganzen Schweiz. Da die Teilnehmerzahl aus organisatorischen Gründen limitiert ist, nehmen zurzeit jährlich 400 – 500 Kinder an einem der Events teil.

Geplant: Die Erfahrung zeigt, dass es schwierig ist, einen eigenen Event nach einer Teilnahme durchzuführen. Die Pilotevents dienen der Schulung interessierter Organisatoren von anderen Kantonen. Sobald diese sich das notwendige Know-how erworben haben, können sie einen eigenen Event organisieren. Beim ersten Mal werden sie von der Ressortleiterin oder einem erfahrenen Eventbetreuer unterstützt. In den Folgejahren wird ihnen eine Organisationsmodell zur Verfügung gestellt, das jeweils auf die Anzahl der Teilnehmenden abgestimmt wird. Für 2020 stellt die Ressortleiterin einen Materialkoffer mit allem, was in den Sporthallen fehlt, zusammen (Startnummern, Helferleibchen, Spiele, etc.). Organisationskomitees aus Luzern und St. Gallen sind bereits im Schulungsprogramm, eines von Basel wird 2020 zum ersten Mal eingeführt. So kann die Zahl der Teilnehmenden mittelfristig auf ungefähr 800 gesteigert werden. Damit ein flächendeckendes Angebot geschaffen werden kann, sollte künftig noch ein weiterer Organisator in der französischen Schweiz gefunden werden.

Zeitplan Projekt Kindersport Karate SKF



Kindersport-Events

Die 6K-Events werden laufend weiterentwickelt. Erneuerungen und Verbesserungen werden auf der Website publiziert und in die Aus- und Weiterbildungen integriert. So findet eine laufende Aktualisierung der Inhalte Kindersport Karate statt.

Aktuell: Kindersport-Events sind die Plattform zur Implementierung des Kindersports Karate. Sie dienen der Umsetzung der Ausbildungsinhalte und der Verbreitung der Kindersportphilosophie.

Geplant: Als zusätzliche Massnahme zu den 6K-Events wurde am 2. November 2019 zum ersten Mal ein nationaler Kindersporttag durchgeführt. Er beinhaltet Aktivitäten und Workshops für die Zielgruppe des J+S Kindersports. Er wurde als weiteres Element geschaffen, um den Kindersport inhaltlich und organisatorisch weiterzuentwickeln. Künftig soll er jedes Jahr durchgeführt werden. Er wird zu einer Art von «Creative Lab» für den Kindersport, um polysportiv orientierte Angebote und Hintergrundwissen kindergerecht zu erarbeiten (Capoeira, Streetdance, Judo, Wushu, Qigong, Gymnastik, Geschichte, Theorie etc.). Weiter ist eine Kindersportkonferenz geplant, die alle zwei Jahre stattfinden soll. Sie dient dem Austausch und der Weiterbildung von Kindersportleitenden und -interessierten. Dieser Austausch soll künftig auch mit anderen Verbänden – in erster Linie im Kampfsportbereich – stattfinden. Die ersten Gespräche mit anderen Verbänden sind für 2020 geplant.

Verwendete und weiterführende Literatur

Bundesamt für Sport (Hrsg.) (2009). Kernlehrmittel Jugend+Sport. Magglingen: BASPO

Bundesamt für Sport (Hrsg.) (2015). J+S-Kindersport – Theoretische Grundlagen. Magglingen: BASPO

Bundesamt für Sport (Hrsg.) (2009). Leiterhandbuch Karate J+S. Magglingen: BASPO

Eisler, Riane (2005). Die Kinder von morgen. Freiamt: Arbor

Fromm Erich (2001). Die Kunst des Lebens. Freiburg im Breisgau: Herder

Hart Sura, Kindel Hodson Victoria (2006). Empathie im Klassenzimmer. Paderborn: Junfermann

Luther Dorothea, Hotz Arturo (1998). Erziehung zu mehr Fairplay: Anregungen zum sozialen Lernen – im Sport, aber nicht nur! Bern: Paul Haupt

Nitobe Inazo (2013). Bushido. Der Ehrenkodex der Samurai. Köln: Anaconda

Rosenberg, Marshall B. (2001). Gewaltfreie Kommunikation. Paderborn: Junfermann

