

## Pressebericht- Kampfkunst in der Kindertagesstätte Sonnenland

Seit über einem Jahr existiert in der Kindertagesstätte Sonnenland für die Hortkinder eine **Kampfkunst AG „Kobudo“**. Diese ist mit der Absicht „Bewegte Begegnung“ gegründet worden. Hierbei erweitern die Schulkinder einmal die Woche, unter pädagogischen Gesichtspunkten ihren Handlungsspielraum. Vorwiegend üben wir mit dem Langstock „Bo“.

Die Erzieherin Katharina Schmidt hat sich berufsbegleitend 1 ½ Jahre zur Kampfkunst-Pädagogin Zusatzqualifiziert. Sie besitzt den schwarzen Gürtel im Karate und hat seit fünf Jahren als Lehrerin im Karate und Kobojutsu mit unterschiedlichen Altersgruppen gearbeitet.

Der **Leitgedanke** „*Kämpfen zu können, um nicht mehr kämpfen zu müssen*“ prägt den eigentlichen, **friedfertigen Sinn des Karate**. „Miteinander statt gegeneinander“ steht im Mittelpunkt der gemeinsamen Übungsstunden. Auch hier werden Kräfte gemessen, jedoch macht die Absicht letztendlich den Unterschied aus. Die Ausgestaltung obliegt der Verantwortung des Kampfkunstlehrers/Lehrerinn.

Anders als in den „höher, schneller, weiter Sportarten“ steht während des Übens die **eigene Entwicklung** im Mittelpunkt. Sie orientiert sich an den individuellen Ressourcen des Kindes und wird über regelmäßige Reflexion mit den Kindern sichtbar und dokumentiert.

Durch den geschützten Übungsrahmen wird den teilnehmenden Kindern ermöglicht, nicht alltägliche **Erfahrungen** zu machen. **Neue Handlungsmodelle** können so entwickelt und integriert werden, was zu einem stabileren Selbstwertgefühl führt. Nicht selten verbessern sich die Schulnoten und das Kind nimmt eine stabilere in sich gefestigte Haltung an.

Der **Selbstwert** eines Menschen wird hier als Voraussetzung für das Entstehen eines stabilen Selbstbildes gesehen, welches wiederum die Voraussetzung ist um anstehende Lebensaufgaben erfolgreich bewältigen zu können.

Die im Training geübte Achtsamkeit und das respektvolle Miteinander, wird mit fortschreitender Erfahrung immer besser in den **Alltag** integriert.

In der Kampfkunst-Pädagogik geht es nicht um das korrekte Ausführen von erlernten Techniken, sondern vielmehr darum, **wie und warum** man etwas tut. Ziel ist einen anderen Bezug zu sich selbst, seinem Körper sowie der Gefühlswelt (was tut mir gut, wann komme ich an meine Grenze) entwickeln zu können.

Die **Aufmerksamkeitsschulung** wird ausgebaut, in dem der Kontrast zu Alltagsgewohnheiten durch die Etikette/ zum bewussten Handeln wird. Bei der Etikette geht es darum, immer wiederkehrende, überschaubare und **praktisch gelebte Richtlinien** die für alle gelten, im Übungsraum „Dojo“ zu er-leben.

Es geht um die Herausbildung **pro-sozialer Verhaltensweisen**, den konstruktiven Umgang miteinander. Die Erfahrungen aus der gemeinsamen Übung sollen in den Alltag übertragen werden. Ausgegangen wird von einem **ganzheitlichen Menschenbild**, d.h. Erfahrungen auf allen Ebenen, Körper und Seele, Herz und Geist sowie Hand und Kopf sind von Bedeutung.

„Häufig kann ich als Erzieherin beobachten, wie Kindern regelmäßig „Steine“ aus dem Weg geräumt bekommen. Wichtige Entwicklungsschritte werden ihnen so leider vorweg genommen bzw. ausgespart. Das Kind konsumiert lediglich passiv das was in der Situation für angemessen angesehen wird. Das heißt, Kinder sind in vielen Lebensbereichen von einer vorgefertigten Situation umgeben. Ich halte jeden Menschen als Experten seines Selbst, daher auch für Notwendig, selbst seine Erfahrung zu machen, wie und in welcher Art und Weise man von „A“ nach „B“ gelangen kann. Nach „B“ kann jeder gelangen, wenn er einfach dort abgestellt wird. Was für diesen Weg dorthin nötig ist, gilt es selbst zu erproben, auszuhalten, zu explorieren. In meinem Projekt möchte ich einen Rahmen schaffen, der authentische Erfahrungen anhand der Übung mit Hilfe von Reflexion zu ermöglicht. **Meine These: Je mehr Möglichkeiten/ Kompetenzen Menschen besitzen, umso differenzierter können sie mit ihrer Umgebung in Beziehung treten.**

### **Wichtig ist mir beim Üben mit den Kindern:**

- Sich neuer **Handlungsmöglichkeiten** bewusst werden (Denken/Vorstellung ist Probehandeln)
- **Verantwortung** für das eigene Handeln (an-) zuerkennen
- Umstände und Bedingungen, Ursache und Wirkung als **Spiegel** seiner Selbst erleben zu können
- Der Sieg mit sich selbst- **Wertschätzung** gegenüber eigenen Ressourcen u. Grenzen
- **Prozesshafte** Grundhaltung
- **Inneren Haltung** zur **äußeren Handlung** zu entwickeln

## **Die Regeln des gemeinsamen Übens:**

**Erstens:** Jede Aktion beginnt und endet mit einer respektvollen Verneigung

**Erstens:** Unseren Partner behandeln wir so, wie wir selbst behandelt werden möchten

**Erstens:** Wir gehen so gut miteinander um, dass keiner geschädigt wird

**Erstens:** „Stopp!“ heißt „Stopp!“ und das sofort.

**Erstens:** Während der Übung geben wir unser Bestes.

**Erstens:** Jeder einzelne ist wichtig, zusammen sind wir eine Gruppe

**Erstens:** Aus Rücksicht auf andere achten wir auf saubere Kleidung und Körperhygiene

Seit dem 19. Mai existiert in Rodau (bei Zwingenberg) auch zwei Kindergruppen.

Geleitet werden diese von Frau Schmidt über den SC Rodau 1972, Abteilung Karate und Kobojutsu. Trainingszeiten: Donnerstag (16:30- 17:30 Uhr für Kinder 6-7 Jahre), in dieser Gruppe besteht leider keine Kapazität mehr.

Sowie Donnerstag 17:30- 18:30 Uhr für die Kinder von 8-11 Jahre sind noch einige Plätze frei, Übungsort ist das Dorfgemeinschaftshaus in Rodau.

Bei Fragen können Sie Katharina Schmitt gerne kontaktieren unter: 0160/ 99877499 oder 06251/ 71715 jeweils ab 17 Uhr, oder unter [Schmidt.Kathi@t-online.de](mailto:Schmidt.Kathi@t-online.de)