



14. Juli 2011

**Kampfkunst und Kampfsport als Möglichkeit zur Förderung  
verschiedener Entwicklungsbereiche von Kindern**

**Die pädagogischen Möglichkeiten hinsichtlich Motorik, Psychomotorik,  
Sozialkompetenz, Ich-Stärkung und Gewaltprävention am Beispiel von  
Kung Fu**

Bachelorarbeit

URN: urn:nbn:de:gbv:519-thesis2011-0091-0

vorgelegt von

Anne Löffler

Studiengang Early Education

6. Semester

Betreuer:

Frau Prof. Dr. Marion Musiol

Zweitleser:

Andre Lausch

## **Vorwort**

Jetzt, wo diese Arbeit fast fertig vor mir liegt, bin ich unheimlich stolz auf meine eigene Leistung, unabhängig davon, was am Ende für eine Bewertung herauskommt.

Das Anliegen dieser Arbeit ist ein sehr persönliches, auch wenn natürlich ein fachlicher Hintergrund eine Rolle spielt. Ich habe jahrelang Erfahrung im Training mit Kindern im Bereich Kung Fu gesammelt und lebe selber diese Kampfkunst aus vollem Herzen seit über sieben Jahren. Dabei habe ich Vieles entdeckt und erfahren, was ich gerne mit Anderen teilen und selbst ermöglichen möchte. Die Familie und Freunde, die ich dabei gefunden habe, spielen in diesem Prozess eine große Rolle, haben sie mir doch immer ein Ohr, ein Zuhause und eine Schulter gegeben, wenn ich es brauchte.

Das Training hat mich an mir selbst so sehr wachsen, den Alltag und das Leben überhaupt so sehr schätzen lernen lassen, dass ich jedes Mal emotional tief berührt bin wenn ich über dieses Thema schreibe oder referiere, denn es ist mein Leben geworden.

Letztlich wurde diese Arbeit nur möglich, weil ich von Vielen unterstützt und ermutigt worden bin sie zu schreiben. Deswegen möchte ich mich bedanken.

Zuallererst bei Shifu Heiko Klisch, der mir nicht nur erlaubt hat in seiner Kampfkunstschule WuDao die Befragung der Eltern durchzuführen, sondern auch weil er als mein Meister im Kung Fu viel zu meinem Wissen und meinem Können beigetragen hat. In diesem Zusammenhang geht mein Dank auch an die Kindertrainer in Hamburg, die die Fragebögen so fleißig ausgeteilt und wieder eingesammelt haben.

Danke auch an Thomas Klopp, meinen eigenen Trainer, der es immer wieder schafft, sowohl mich als auch alle anderen in unserer Gruppe für diesen Sport zu begeistern und mit dem zu beeindrucken, was er trotz Verletzungen zu leisten vermag. Auch dafür, dass er immer da ist, wenn Not am Mann ist – und dafür, uns schnatternden Haufen auszuhalten.

Vielen Dank auch an die Kinder und Eltern meiner eigenen Kindertrainingsgruppe, die ich schon so lange begleiten darf und die mich immer wieder begeistern, faszinieren und von denen ich so viel lernen durfte.

Stefan Lemke, dem Mann, der mich den ganzen Tag aushält, der mit mir trainiert, der der Vater unseres werdenden Kindes ist und der mich fachlich als auch mental unterstützt hat, gilt ein besonderer Dank, denn ohne ihn wäre ich niemals so weit gekommen.

Und zum Schluss danke ich meiner Mama - für alle Nachmittage, die sie geholfen hat meinen Kopf auszulüften und dafür, dass sie mich immer wieder daran erinnert hat, endlich mit dem Schreiben anzufangen. Vielen Dank euch allen.

# Inhaltsverzeichnis

<b>1 EINLEITUNG.....</b>	<b>1</b>
<b>2 KAMPFSPORT UND KAMPFKUNST – EIN ALLGEMEINER ÜBERBLICK.....</b>	<b>3</b>
2.1 Kampfsport und Kampfkunst - eine wichtige Unterscheidung.....	3
2.1.1 Kung Fu.....	5
2.1.2 Tradition und Etikette.....	7
2.1.3 Die Trainingsgruppe - die Familie.....	10
2.2 Zielstellungen.....	11
2.2.1 Ziele aus Sicht der Kinder.....	11
2.2.2 Ziele aus Sicht der Eltern.....	13
2.2.3 Ziele aus Sicht der Trainer/der Schule/des Vereins.....	14
<b>3 KAMPFSPORT UND KAMPFKUNST – DIE PÄDAGOGISCHEN MÖGLICHKEITEN.....</b>	<b>16</b>
3.1 Kampfkunstpädagogik und die Elemente der Erlebnispädagogik.....	16
3.2 Förderfelder einer prozessorientierten Kampfkunstpädagogik.....	20
3.2.1 Motorik.....	20
3.2.2 Psychomotorik.....	27
3.2.3 Ich-Stärkung.....	29
3.2.4 Sozialkompetenz.....	32
3.2.5 Gewalt und Gewaltprävention.....	33
3.3 Didaktische Überlegungen.....	37
3.4 Trainingsabläufe.....	42
3.4.1 Rituale.....	42
3.4.2 Training.....	44
<b>4 DER EMPIRISCHE TEIL.....</b>	<b>47</b>
4.1 Ziel der Befragung und Gegebenheiten.....	47
4.2 Der Fragebogen und die Durchführung.....	48
4.3 Ergebnisse.....	49
4.4 Interpretation und Konsequenzen.....	54

<b>5 SCHLUSSBETRACHTUNG.....</b>	<b>59</b>
<b>6 QUELLENVERZEICHNIS.....</b>	<b>64</b>
6.1 Literaturquellen.....	64
6.2 Internetquellen.....	67
<b>7 ANHANGSVERZEICHNIS.....</b>	<b>68</b>
Anhang 1 Tabelle zur motorischen Entwicklung.....	68
Anhang 2 Schemata zum Bewegungssystem Kung Fu.....	71
Anhang 3 Schemata zum motorischen Wirkungsgeflecht.....	71
Anhang 4 Tabelle zur Wahrnehmungsentwicklung (Psychomotorik).....	72
Anhang 5 Schemata zur Ich-Stärkung.....	74
Anhang 6 Anschreiben für die Befragung in der WuDao Hamburg.....	75
Anhang 7 Unausgefülltes Exemplar des Fragebogens.....	76
Anhang 8 Grundauswertung der Befragung WuDao Hamburg.....	84
Anhang 9 Kreuztabellen.....	95
<b>8 SELBSTSTÄNDIGKEITSERKLÄRUNG.....</b>	<b>100</b>

# 1 Einleitung

Kampfkunst und Kampfsport mit Kindern ist in der Pädagogik immer wieder ein heikles Thema. Vorherrschend ist bei den meisten Pädagogen die Meinung dass Sportarten in dieser Richtung gewaltfördernd und durch primär männliche Bedürfnisausrichtung nicht geeignet seien für die Arbeit mit Kindern. Dabei begegnet man auch der Auffassung, dass durch den meist vorhandenen Wettbewerbscharakter Minderwertigkeitskomplexe und Kommunikationsschwierigkeiten durch „Härte und Körperstärke“ kompensiert werden<sup>1</sup>.

Dabei haben Kampfkunst und Kampfsport längst ihren Weg zumindest in die Jugendarbeit gefunden und sich dort in einigen Bereichen etabliert<sup>2</sup>. Doch das Potenzial dieser speziellen Sportarten liegt nicht nur mehr in der Arbeit mit Jugendlichen. Auch Kinder können vom Training profitieren und in ihrer Entwicklung gefordert und gefördert werden.

Diese Arbeit soll sich damit beschäftigen, zum Einen eventuell bestehende Vorurteile durch ein grundlegendes Wissen über Kampfkunst/Kampfsport zu verkleinern, wenn nicht sogar zu beseitigen, zum Anderen in ihrem Kern die verschiedenen Fördermöglichkeiten aufzeigen, die diese spezielle Form der Bewegung gerade Kindern bieten kann.

Dabei soll am Beispiel von Kinder-Kung Fu deutlich gemacht werden, dass es Förderpotenzial in den Bereichen Motorik, Psychomotorik, Ich-Stärkung, Sozialkompetenz sowie Gewalt und Gewaltprävention gibt. Dabei wird grundsätzlich davon ausgegangen, dass die Kinder in diesen Trainingsgruppen ein Interesse an diesem Sport haben und nicht zwangsweise an ihm teilnehmen müssen. Es geht auch nicht um einen Absolutheitsanspruch oder eine Ablehnung anderer Sportarten für Kinder. Es geht um eine Chance, die sich in diesem speziellen Bewegungsumfeld aufgrund ihrer Philosophie, ihren Grundannahmen und ihrem besonderen Verständnis als Familie bietet.

Für den Bereich Pädagogik ist es insofern relevant und wichtig, da zur Zeit gerade das Thema der Gewalt zwischen und von Kindern beispielsweise in Schulen immer wieder in den Medien auftaucht und somit sehr aktuell ist. Eine Auseinandersetzung mit dem Thema Kampfkunst/Kampfsport könnte eine Möglichkeit zur gewaltpräventiven Arbeit mit Kindern bieten.

Dabei bezieht sich die Arbeit in ihrem Theorieteil auf eine handvoll fachspezifischer Literatur, die durch Sekundärliteratur aus den Bereichen Pädagogik, Sport und Psychologie gestützt und ergänzt wird.

---

1 Kuhn 1994 in Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz Landesstelle Nordrhein-Westfalen e.V., S. 211

2 Vergl. Wolters in Wolters/Fußmann 2008, S. 14

Der empirische Teil am Ende der Arbeit verfolgt ein Ziel, das mit der vorangehenden Theorie eng verknüpft ist. Hierbei geht es um die Befragung von Eltern in einer Kindertrainingsgruppe einer Hamburger Kampfkunstschule. Die Aussagen der Eltern sollen zum Einen die Theorie stützen bzw. widerlegen, zum Anderen Grundlagen für eine Zusammenarbeit mit den Eltern liefern. Dabei spielt der Gedanke der speziellen Förderung durch den Sport eine wichtige Rolle. Das Forschungsinteresse hängt eng mit der Theorie zusammen, denn es soll auch gezeigt werden, dass die Eltern bei der Arbeit mit Kindern auch im Freizeitbereich, nämlich in Sportgruppen, eine wichtige Rolle spielen und in allen Überlegungen mit zu betrachten sind.

Wie in Arbeiten und Gedanken mit buddhistischem Hintergrund üblich, soll dabei erst vom Allgemeinen Teil gesprochen werden, um dann zu den speziellen Fördermöglichkeiten und schließlich vom Forschungsteil wieder zum Allgemeinen zurückzukehren. Damit wird eine Spirale, fast sogar ein Kreis gebildet, der für die grundlegende Arbeit mit diesem Thema immer wieder auftauchen wird – sei es in der Philosophie als auch in der Didaktik.

Grundsätzlich ist für dieses Thema von vorneherein noch etwas klar zu stellen, um keine falschen Erwartungen zu wecken: das Training von Kampfkunst und Kampfsport eignet sich nicht für jedes Kind. Wie erwähnt ist ein grundlegendes Interesse Voraussetzung, ebenso Toleranz durch die Eltern. Auch das Alter spielt eine Rolle, denn aufgrund der motorischen Entwicklung bietet sich das Training erst ab dem dritten Lebensjahr (siehe Kapitel 3.2.1 Motorik) an, ist also für den Krippen- und Kleinkindbereich nicht geeignet. Von dieser Altersgrenze und den bisher genannten Voraussetzungen muss beim Lesen dieser Arbeit also ausgegangen werden.

## **2 Kampfsport und Kampfkunst - ein allgemeiner Überblick**

Kämpfen, ob in Sport oder Wettkampf, mit Fäusten oder mental auf geistiger Ebene in Beruf, Schule, Alltag oder Problemsituationen, mit oder gegen sich selbst und/oder andere war und wird immer eine Auseinandersetzung mit einem Konflikt unter Einsatz aller gegebenen Möglich- und Fähigkeiten sein, um diesen für sich zu entscheiden<sup>3</sup>.

Dabei geht es noch nicht einmal darum, das man in einen Ring steigt um gegen jemanden zu boxen. Es betrifft auch alltägliche Entscheidungen, die manchmal in einen Kampf gegen sich oder andere ausartet. Insofern man Konflikten nicht gänzlich aus dem Weg geht, wird man täglich mit solchen kleinen Kämpfen konfrontiert, auch wenn man sie vielleicht nicht immer als solche sehen mag.

Konflikte spielen im menschlichen Leben eine große Rolle, denn sie sind der Motor für Weiterentwicklung und Innovation. Keine Konflikte zu leben, hieße Stillstand<sup>4</sup>.

In den Systemen von Kampfkunst und Kampfsport geht es nicht nur um Konflikte körperlicher Art; in den meisten geht es sogar nur sehr nebensächlich um körperliche Auseinandersetzungen. Die innere, geistige Haltung und Weiterentwicklung spielt eine viel größere Rolle. Deswegen sollen in diesem ersten Kapitel die grundlegenden Aussagen über Kampfkunst und Kampfsport deutlich gemacht werden, um eventuelle Missverständnisse aus dem Weg zu räumen und eine Vorstellung zu schaffen, worum es überhaupt geht.

### **2.1 Kampfsport und Kampfkunst – eine wichtige Unterscheidung**

Betrachtet man die bekannten Kampfkunst- und Kampfsportarten, so fallen einem als Laien wenig Unterschiede zwischen Judo, Karate, Kung Fu, Boxen etc. auf. Offensichtlich geht es überall ums „kämpfen“, darum, sich zu verteidigen, anzugreifen und einen Gegner (sei er imaginär oder real) außer Gefecht zu setzen.

Betrachtet man die verschiedenen Sportarten aber detailliert und mit ein wenig Zeit, so fallen Unterschiede in der Art und Weise des Trainings, der Durchführung, der gedanklichen Ansätze, der Philosophie etc. auf. So gibt es die sogenannten Kontaktsportarten, in denen sich für das Training immer zwei Menschen zusammenfinden, um zusammen zu trainieren (dabei ist einer meist derjenige, der angreift und der andere der, der sich verteidigt; oder aber es geht um einen grundlegenden Zweikampf wie zum Beispiel im Boxen), die an Wettkämpfen teilnehmen und realitätsnahe Verteidigungstechniken lernen und üben. Und es gibt Sportarten

---

3 Vergl. Otte/Bin 2005, S.25

4 Vergl. Ebenda, S. 94

im „Kämpfen“, in denen streng choreografierte Formen gelernt und geübt werden und Partnerübungen meistens ebenfalls einen choreografierten Charakter haben.

In diesen und anderen Merkmalen zeigen sich bereits Unterschiede, die zwischen Kampfsport und Kampfkunst gemacht werden.

Kampfkunst ist das ursprüngliche und historisch gewachsene System, das sich überall auf der Welt unabhängig von Zeit oder Kultur entwickelt hat. Dabei geht es in jedem Fall darum, einen Gegner (betrachtet man es geschichtlich) in einer Auseinandersetzung zu Fall zu bringen. Je nach kulturellen Umständen entwickelten sich unterschiedliche Kampfmethoden die im Krieg oder in Zweikämpfen über die Art und Weise des Kämpfens überhaupt entschied. Dabei gibt es weltweit eine Gemeinsamkeit: Es gibt keine Regeln, die das damalige Kämpfen in irgendeiner Art und Weise einschränkten<sup>5</sup>.

Dabei musste immer die Möglichkeit eingeräumt werden, das Kämpfen auch trainieren zu können, ohne dabei die Übenden einer ernsthaften Gefahr für Leib und Leben auszusetzen. Für diesen Zweck wurden Regeln für diese Übungskämpfe erfunden, um die Situationen zwar lebensnah, aber eben nicht lebensgefährlich zu gestalten. Auch hier gibt es weltweit einige grundlegende Gemeinsamkeiten wie spezielle Trainingskleidung, stumpfe Waffen etc.

In dem Moment aber, wo der Aktion des Kämpfens eine Regel, also eine Einschränkung hinzugefügt wird, wird aus Kampfkunst ein Kampfsport. Diese Trainingsmethoden sind die heutigen Kampfsportarten<sup>6</sup>.

Eine etwas andere Definition geht davon aus, dass eine Kampfkunst dann zu einer Sportart wird, wenn ein Wettkampfcharakter hinzu kommt.

Wieder eine andere Grundlage bietet das Wort „Kunst“, welches in seinem griechischen Ursprung (aistheses) die „Lehre von der Wahrnehmung“ bedeutet. Damit kann man Kampfkunst im übertragenen Sinne auch als „Lehre von der Wahrnehmung des Körpers und seinen Bewegungen“ bezeichnen<sup>7</sup>.

Was im Vergleich dabei herauskommt ist, dass es einen nicht geringen Unterschied zwischen beiden Bezeichnungen gibt, denen man auch im pädagogischen Bereich Rechnung tragen muss.

Denn es macht aus pädagogischer und didaktischer Sicht einen Unterschied, ob man mit den Kindern eine Kampfkunst/Kampfsportart ausübt um sich danach in einem Wettkampf zu messen, oder ob man es tut, um eine generelle geistige Haltung und eine sensible Körperwahrnehmung zu schulen. Beides hat seine Berechtigung, dennoch werde ich mich in

---

5 Vergl. Otte/Bin 2005, S. 25f.

6 Vergl. Ebenda, S.26

7 Schulz 2008, S.10



dieser Arbeit ausschließlich auf eine Kampfkunst/einen Kampfsport beziehen, um an deren Beispiel die Möglichkeiten aufzuzeigen, die das ganze System bieten kann. Ich beziehe mich hierbei auf das Kung Fu-Training mit Kindern, da ich hier einen eigenen Erfahrungsschatz mit einbeziehen kann. Bei allen allgemeinen Umschreibungen werde ich allerdings beide Begriffe zusammen verwenden, da eine detaillierte Auseinandersetzung mit Kampfsport und Kampfkunst erst einmal nicht in die pädagogische Zielstellung dieser Arbeit gehört.

### 2.1.1 Kung Fu

An dieser Stelle möchte ich kurz erklären, was Kung Fu bedeutet, wo es herkommt und was es Grundlegendes darüber zu sagen gibt.

Kung Fu ist eine traditionelle chinesische Kampfkunstart deren Entstehungszeitraum ungewiss ist und sich in zahllosen Legenden verliert. Dabei geht man davon aus, dass das System lange vor Beginn der christlichen Zeitrechnung bereits ein Teil der chinesischen Kultur war und von Mönchen entwickelt wurde. Hier vermischte sich der Zwang des Kämpfen-müssens (und sei es nur zur Verteidigung) mit der buddhistischen Philosophie von Friedfertigkeit, Gewaltvermeidung und dem Schutz aller Lebensformen. Dabei wurde in den Klöstern, in denen Kung Fu entwickelt wurde, eine besondere geistige Haltung gelehrt die bis heute in allen Formen des Kung Fu überlebt hat: man lernt das Kämpfen, um es nicht anwenden zu müssen. Allein das Wissen, sich im absoluten Notfall verteidigen zu können, aber es nicht zu müssen, solange die Notwendigkeit nicht besteht, klingt im ersten Moment vielleicht widersprüchlich, ergibt aber durchaus einen nachvollziehbaren Sinn<sup>8</sup>.

Geht man davon aus, dass man ein Wissen darüber hat wie man sich selbst und andere verteidigt, ohne den Hintergedanken zu haben, es auszunutzen, ergibt sich eine grundlegend friedliche Haltung, die schon allein im Ernstfall deeskalierend wirken kann. Sollte wirklich ein Verteidigungsfall eintreten in dem sich das Kämpfen nicht vermeiden lässt, so kann man sicher sein, dass der sich Verteidigende nicht mehr als die nötigen Mittel einsetzt, um sich oder andere zu schützen und den Angreifer nicht unnötig zu verletzen. Es ist damit ein Prinzip des Nicht-Handelns (chin. Wu Wei), das sich allerdings vom westlichen Verständnis des Handlungsbegriffs unterscheidet. Die chinesische Bedeutung hat nicht wie bei uns etwas mit Passivität zu tun, sondern ist etwas zu erstrebendes, das für einen ruhigen Geist, Zurückhaltung und das grundlegende Ablehnen eines Kampfes steht<sup>9</sup>.

---

<sup>8</sup> Vergl. Otte/Bin 2005, S. 15f.

<sup>9</sup> Vergl. Schulz 2008, S. 24

Eine chinesische Weisheit beschreibt das Konzept wie folgt:

„Füge nur Schmerzen zu, um nicht zu verletzen.

Verletze nur, um nicht zu töten.

Töte nur, um nicht selbst getötet zu werden.“<sup>10</sup>

Dieses Zitat oder alle ähnlichen, die den gleichen Inhalt aufweisen, ist heute noch Grundlage für alle Kung Fu-Schulen, da es die grundlegende Philosophie ihres Denkens beschreibt.

Auch die Bedeutung der Worte „Kung Fu“ (mandarin: Gong Fu) trägt zur Grundphilosophie der Kampfkunst/Kampfsportart bei. Wörtlich übersetzt heißt es soviel wie „harte Arbeit“ oder „etwas durch harte Arbeit Erreichtes“. Dabei hat der Begriff in seinem chinesischen Ursprung eine tiefgehende Bedeutung, die über die wörtliche Übersetzung hinaus geht - es geht darum, dass der Mensch durch ein ständiges Bemühen versucht, sich selbst zu vervollkommen<sup>11</sup>. Auch das hat seinen Ursprung im Buddhismus, der davon ausgeht, dass der Mensch aufgrund seiner Unvollkommenheit immer wieder geboren wird, bis er irgendwann vielleicht die Vollkommenheit erreicht, indem er gutes Karma anhäuft um dann aus dem Kreis der ewigen Wiedergeburten auszubrechen und ins Nirvana überzugehen – ins Nichts, in die Leere also.

Dabei entwickelten sich im Laufe der Jahrhunderte je nach Standort der Klöster verschiedene Stile, die hauptsächlich an die Beobachtung von Tieren geknüpft waren. Diese Kung Fu Stile haben alle eigene Charakteristika und könnten als eigenständige „Sportarten“ gesehen werden, hätten sie nicht alle den gleichen Ursprung und das gleiche Ziel – nämlich durch trainierte Handlungsabläufe einen Kampf zu gewinnen<sup>12</sup>.

Je nach Tier, nachdem der Stil benannt wurde, sind auch die Bewegungsabläufe typisch. So ist der Stil des Tiger-Kung Fu weitaus aggressiver als zum Beispiel der Kranich-Stil. Da es an dieser Stelle aber zu weit führen würde, die genauen Entstehungsgrundlagen und Einzelheiten der Stile zu beschreiben, sei auf weiterführende fachspezifische Literatur im Quellenverzeichnis verwiesen.

Konkret lehrt Kung Fu einen gewaltigen Kanon an verschiedenen Bewegungsabläufen, mit denen man zum Einen Körper und Geist schult und zum Anderen natürlich Verteidigungstechniken lernt.

Dabei unterscheidet man zwischen Hand-, Partner- und Waffenformen.

Handformen sind vorchoreografierte Bewegungsreihen, mit denen Grundtechniken wie

---

<sup>10</sup> Otte/Bin, zit. nach dem Shaolin Kodex der Kampfkunst 2005, S.17

<sup>11</sup> Vergl. Schulz 2008, S.11

<sup>12</sup> Vergl. Otte/Bin 2005, S. 18f.

Schläge, Tritte, Sprünge, Bein- und Fußbewegungen so wie Stände sinnvoll kombiniert gelernt werden. Diese Formen läuft man zunächst allein, um Prinzip und Sinn zu verinnerlichen, bevor einzelne Bewegungen oder ganze Sequenzen mit einem Partner geübt werden. Selbst wenn die Formen zum Teil noch aus den Entstehungszeiten des Kung Fu stammen, sind viele Techniken auch heute noch zur Selbstverteidigung geeignet.

Die Waffenformen folgen in der Art ihrer Bewegungen dem Typ der Waffe (ein Schwert führt sich anders als ein Speer oder Messer). Auch hierbei gibt es Formen, die allein gelernt und geübt werden und solche, die man mit einem Partner zusammen läuft.

Auch wenn diese Form des Trainings heute ihre Relevanz verloren haben mag, schult das Waffentraining zum Einen ein besonderes Verantwortungsbewusstsein und zum Anderen eine besondere Körperbeherrschung<sup>13</sup>. Deswegen und weil Waffen natürlich zur Mystik einer Kampfsport-/Kampfkunst dazugehören, findet sich dieses spezielle Training auch heute noch in fast jedem Verein/jeder Schule wieder.

Insgesamt ist es völlig egal, wie das Kung Fu Training heute im Vergleich zur Vergangenheit aussieht, denn der Kern des Denkens ist geblieben: es geht darum, sich selbst zu vervollkommen, während man sein Handeln vollkommen macht. Das Training dient dabei nicht nur dazu, den Körper zu perfektionieren und Bewegungen selbstverständlich zu machen, sondern gleichzeitig dazu, den Charakter und den Geist zu schärfen um am Ende zu einem kompletten Gesamtbild zu kommen.

Dieser Ansatz ist es, der in der heutigen Zeit in der Pädagogik oder in der Arbeit mit Kindern generell gut Fuß fassen könnte. Denn wenn von außen, das heißt durch die Gesellschaft, Normen und Werte nur noch unvollständig und unsicher weitergegeben werden, da eine große Unsicherheit in Bezug auf die Zukunft herrscht, kann das Training traditioneller Kampfkunst- und Kampfsportarten einen Teil der Wertevermittlung auf stabile Art und Weise übernehmen. Ein Blick auf die Traditionen soll diesen Punkt deutlich machen.

### 2.1.2 Tradition und Etikette

Das Kung Fu Training folgt, wie oben bereits angedeutet, festen Prinzipien die sich in Jahrtausenden von Geschichte nicht grundlegend verändert haben.

Diese sogenannten Traditionen oder Tugenden werden auch heute noch in vielen Trainingsgruppen vermittelt und bieten einen Rahmen, auf den man sich als Trainierender stützen kann.

---

<sup>13</sup> Vergl. Otte/Bin 2005, S. 21ff

Dabei unterscheidet man zwischen den Tugenden des Handelns und denen des Geistes. Erstere beschreiben eine Grundidee im Umgang mit anderen, Letztere die eigene innere Haltung. Im Folgenden werde ich auf beide Punkte kurz eingehen.

Zu den Tugenden des Handelns gehören:

a) Demut

= meint, dass man sich nicht über andere stellt und sich nicht selbst überschätzt sondern achtsam und respektvoll mit anderen umgeht

b) Achtung

= meint Achtung vor sich selbst und anderen, Respekt allem Leben gegenüber

c) Rechtschaffenheit

= meint, das eigene Handeln zu hinterfragen und nur das zu tun, was man moralisch für vertretbar hält

d) Vertrauen

= meint, Anderen zu vertrauen und selbst zu einer Person zu werden, der man vertrauen kann und die verantwortungsbewusst ist

e) Loyalität

= meint, Loyalität dem gegenüber, was man tut, um alles mit einer gewissen Beharrlichkeit durchzuführen und nicht sofort aufzugeben, wenn es schwierig oder kompliziert wird<sup>14</sup>.

Zusammengefasst weisen diese fünf Punkte darauf hin, dass man Dinge, die man selber nicht bereit ist zu leisten oder ein Verhalten, das man selber nicht bereit ist an den Tag zu legen, nicht von Anderen verlangen kann. Des Weiteren geht vor Allem der letzte Punkt auf etwas ein, das in der heutigen Konsumgesellschaft nicht mehr häufig zu finden ist: die Beharrlichkeit einer Sache gegenüber, entgegen der Schnelllebigkeit von Trends und dem Überwinden des sogenannten inneren Schweinehundes, der bei Schwierigkeiten und Hindernissen oft nicht mehr überwunden wird.

Alles in Allem sind diese fünf Werte durchaus moralische Grundlagen, mit denen sich auch Kinder bei guter Begleitung auseinandersetzen können<sup>15</sup>.

---

14 Vergl. Eibl 2010, Stand 25.Mai 2011, [www.fit-fight.at](http://www.fit-fight.at)

15 Vergl. Ebenda

Zu den Tugenden des Geistes gehören:

- a) Wille
- b) Ausdauer
- c) Beharrlichkeit
- d) Geduld
- e) Mut

Bei diesen fünf Punkten handelt es sich um eine innere Einstellung sich selbst und dem eigenen Handeln gegenüber. Die ersten vier Punkte sind aus Sicht der Kung Fu-Philosophie notwendig, um im Leben Ziele zu verfolgen, das eigene Leben bewusst und gut gestalten zu können und sich nicht leicht von Trends und Moden beeinflussen zu lassen.

Der letzte Punkt, Mut, bezieht sich auf das Fällern von Entscheidungen und darauf, zu seinen Entschlüssen zu stehen. Es erfordert Mut, seinen eigenen Lebensweg zu gehen und manche Dinge zu tun, auch wenn man weiß, dass andere Dinge dann vielleicht nicht mehr möglich sein werden. Steht man allerdings zu sich selbst und diesen Entscheidungen, ist man aus Sicht dieser Traditionen ein guter Charakter<sup>16</sup>.

Neben diesen Traditionen wird in den einzelnen Kung Fu Schulen meistens eine Etikette gepflegt, die das Verhalten während des Trainings und zwischen den einzelnen Mitgliedern regeln soll.

Dieses kleine Regelwerk reicht vom Respekt der Schüler untereinander über den Respekt der Trainingsstätte und allen Übungsmaterialien gegenüber bis hin zum Aufruf des Gewaltverzichts. Es wird auch darauf hingewiesen, dass man versuchen sollte die einzelnen Punkte auf sein privates Leben zu erweitern, um ein ganzheitlich tugendhaftes Leben zu führen<sup>17</sup>.

So streng, wie es im ersten Moment klingt, ist die Durchsetzung dieser Regeln allerdings nicht. Meistens verhält es sich so, dass die Trainer diese Regeln nicht fordern, sondern unterschwellig vermitteln, indem sie sich im Umgang mit ihren Schülern oder anderen Trainern, Eltern oder anderen Außenstehenden an diese Regeln halten, ohne sie groß erklären zu müssen.

---

<sup>16</sup> Vergl. Eibl 2010, Stand 25.Mai 2011, [www.fit-fight.at](http://www.fit-fight.at)

<sup>17</sup> Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 61f.

### 2.1.3 Die Trainingsgruppe – die Familie

Ergänzend zu den grundlegenden Aussagen über Kung Fu und den Traditionen spielt die Trainingsgruppe selbst natürlich die größte Rolle, vor Allem für die Arbeit mit Kindern.

Ähnlich wie in Kindergarten oder Schule entscheidet das Wohlbefinden, das man in einer Gruppe hat oder nicht hat darüber, ob man erfolgreich lernen und sich weiterentwickeln kann. In einer Sportart haben natürlich auch Trainer, Trainingsabläufe und der Sport als solcher einen großen Einfluss auf das eben Genannte.

Dennoch ist es gerade die besondere Herangehensweise des Kung Fu, die die Gruppe so immens wichtig macht.

Die Kung Fu-Gruppe versteht sich grundlegend als Familie. Dabei ist der Trainer, der in seiner chinesischen Anrede „lao shi“ oder „shi fu“ heißt, der „Vater“ der Gruppe (Mandarin: lao shi = Ehrwürdiger Lehrer, shi fu = Lehrer-Vater). Er ist sowohl Vorbild, als auch Lehrer und Freund. Dabei achtet er alle Mitglieder der Trainingsgruppe und bleibt selbst stets Lernender, der von den Erfahrungen der Schüler lernt und sich stetig weiterentwickelt. Ihm gegenüber steht der Meister, bei dem er selber gelernt hat und der in chinesischen Bezeichnung „shi ye“, der Großvater der Gruppe ist.

Die Schüler selber, sind wie Geschwister. Man bezeichnet sie als „Kung Fu-Brüder“ und „Kung Fu-Schwestern“, die wie wirkliche Geschwister miteinander auskommen müssen, sich aber gegenseitig unterstützen, voneinander lernen und da sind, wenn Hilfe benötigt wird.

Dabei helfen die älteren Schüler den Jüngeren, sich in der Gruppe zurecht zu finden, übernehmen Verantwortung für die Neuen und zeigen ihnen, dass sie willkommen sind. Die Größeren sind Vorbild für die Kleinen und lernen früh, Verantwortung zu übernehmen. Trotz dieses Gruppencharakters ist jeder Einzelne für seine Leistungen selber verantwortlich und arbeitet, wenn auch nicht allein, auf seine eigenen kleinen Erfolge hin<sup>18</sup>.

Wichtig für das gemeinsame Training ist nicht nur der gegenseitige Respekt, sondern in jedem Fall das Miteinander und auf keinen Fall das Gegeneinander. Damit ist gemeint, dass man, egal ob im Spiel oder im Partnertraining, den anderen niemals als Gegner sieht, sondern immer als Partner, von dem man lernen kann. Denn auch wenn es manchmal, gerade im Spiel, eine Gewinner- und eine Verliererseite gibt, so können beide voneinander lernen und profitieren.

Auch geht es niemals darum, dass jemand besser oder schlechter ist, sondern nur vielleicht anders und weiter als man selbst.

---

18 Vergl. Kronmüller/Nisin 2009, Stand 25. Mai 2011 [www.kungfuwebmag.de](http://www.kungfuwebmag.de)

Das gilt nicht nur für die Trainierenden untereinander, sondern auch für den Trainer. So kann Erfahrung Talent durchaus ausgleichen. Gerade für Kinder ist es wichtig zu merken, dass sie nicht nach Leistungen beurteilt werden, sondern nach ihrem Charakter und ihren Handlungen. Das Kung Fu wird besser und die Bewegungen sicherer, wenn der Geist sich mitentwickelt<sup>19</sup>.

## **2.2 Zielstellungen**

Nicht nur auf manche Erwachsene, auch auf Jugendliche und vor allem Kinder haben Kampfsport-/Kampfkunstarten eine besondere Anziehungskraft. Sie faszinieren mit exotischen Bewegungen, versprechen etwas Spannendes, Neues und haben eine gewisse Mystik inne<sup>20</sup>. Für viele ist das der Hauptgrund, eine Kampfsport-/Kampfkunst zu lernen, denn das Image gerade von Kung Fu wird in Medien wie Serien und Filmen, Spielen und Comics/Mangas noch mystifiziert.

Dabei verfolgen Kinder, wenn sie in eine Trainingsgruppe eintreten genau wie ihre Eltern die sie dorthin gehen lassen und Trainer, die diese Kinder begleiten (und in deren Hintergrund der Verein oder die Schule steht) bestimmte Motive und Ziele. Im Folgenden soll auf einige von ihnen näher eingegangen werden.

### **2.2.1 Ziele aus Sicht der Kinder**

Wie bereits oben angedeutet erwarten sich gerade Kinder vom Kung Fu Training etwas Mystisches und die, die Filme, Comics und Spiele mit Kung Fu Elementen kennen, erwarten, das dort Gesehene und Erlebte ebenso zu beherrschen wie ihre Vorbilder. Dabei spielen das Erlernen von Handlungsstärke, Selbstvertrauen und körperlicher Unversehrtheit eine große Rolle<sup>21</sup>

An dieser Stelle soll ein Beispiel aus der Praxis deutlich machen, welchen Einfluss gerade Medien auf diese Ziele haben.

In einer Hortgruppe einer Grundschule der zweiten Klasse herrschte 2010 während eines großen Praktikums ein großer Hype um eine Fernsehserie namens „Avatar“, in der es um einen kleinen Mönch und dessen Freunde geht, die in einem großen Krieg den Frieden wollen. Dabei können die verschiedenen Charaktere Elemente (also Feuer, Wasser, Erde und Wind) beherrschen und bändigen.

Das tun sie, indem sie bestimmte Bewegungen vollführen, dessen Resultat dann die Bewegung der eben genannten Elemente ist. Damit können sie kämpfen, anderen helfen oder

---

19 Vergl. Otte/Bin 2005, S. 16 und Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 64

20 Vergl. Schulz 2008, S. 15

21 Vergl. Ebenda

sich schützen.

Diese Serie wurde von Vielen (auch von Erwachsenen) verfolgt und löste eine große Begeisterung aus. Die Bewegungen, die in dieser Serie so oft gezeigt wurden und die die Kinder im Hort zu jeder Gelegenheit nachmachten, waren letztlich aus verschiedenen Kung Fu-Stilen zusammengesuchte Bewegungen.

Die Kinder die wussten, dass ich in meiner Freizeit Kung Fu selber trainiere und unterrichte, baten mich, ihnen diese Bewegungen richtig zu zeigen. An dieser Stelle machten wir mehrere Projekte zu diesem Thema, ein weiterer Trainer und ich boten den Kindern in den Arbeitsgemeinschaften Kung Fu an, und für einige war das tatsächlich der Einstieg in das Kindertraining.

Dieses Beispiel soll zeigen, dass Kinder eine hohe Erwartungshaltung an das Training haben. Sie wollen ihren Helden möglichst nah sein, auch wenn sie wissen, dass sie nicht wie in der Serie Wasser oder Feuer kontrollieren können.

Dieser „Coolness“-Faktor spielt bei vielen Kindern eine entscheidende Rolle, denn sie heben sich mit diesem Training von anderen Kindern ab, machen etwas Besonderes, das nicht jeder kann und das sie bewundernswert macht<sup>22</sup>.

Hinzu kommt, dass sowohl die Serien als auch die Realität des Trainings ihnen deutlich machen, dass man sich mit den gelernten Techniken wehren kann. Selbstbehauptung ist ein weiteres zentrales Motiv für Kinder, Kung Fu (und letztendlich jede weitere Kampfsport-/Kampfkunst) zu lernen. Damit bekommt der Sport eine sinnvolle Handlungsebene, die über den Wettkampfcharakter anderer Sportarten wie Volleyball, Fußball oder ähnliches hinaus geht<sup>23</sup>. Ziel ist es nicht nur zu gewinnen (wobei das im Kung Fu eine sehr untergeordnete Rolle spielt), sondern für sich selbst ein Gefühl von Stärke und Sicherheit zu entwickeln, das nicht nur für die Sportart gilt, sondern auch auf das private Leben und den Alltag zu übertragen ist.

Natürlich spielt auch die Gruppe selbst eine Rolle bei der Motivation, mit dem Training zu beginnen. So bietet es die Möglichkeit, andere Kinder kennen zu lernen, vielleicht mit guten Freunden aus dem privaten Umkreis etwas besonderes zu machen oder gerade hier neue und interessante Menschen kennen zu lernen. Auch die Möglichkeit, sich miteinander zu messen ohne Schaden anzurichten ist für Kinder wichtig.

Vor Allem aber wollen die Kinder wohl Erfolgserlebnisse erleben. Diese werden in den

---

22 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 11f.

23 Vergl. Brinkhoff/Sack 1999, S. 102



verschiedenen Bewegungen deutlich. Jede neue Bewegung heißt einen Schritt weiter zu kommen, bis schließlich eine ganze Form gelernt ist. Das gemeinsame Spielen zu Beginn und am Ende der Stunde (mehr dazu im Kapitel zum Training) motiviert und ist ein zusätzlicher Spaßfaktor<sup>24</sup>.

Neben der intrinsischen Motivation der Kinder sich zu bewegen spielt auch der von außen belohnte Erfolg, die extrinsische Motivation, eine große Rolle<sup>25</sup>.

Dabei ist auch die Graduierung, also die Gürtelfarbe, die Stufe die im Kung Fu bereits erreicht wurde, nicht unwichtig. Im modernen Kung Fu gibt es in den einzelnen Schulen ein Prüfungsprogramm (gestaffelt nach Kindern und Erwachsenen, manchmal gibt es auch die Stufe der Jugendlichen dazwischen), das von weiß bis schwarz unterschiedliche Gürtelfarben beinhaltet, die Aussagen darüber ermöglichen, wer wie weit ist und wer welche Formen beherrschen sollte.

Diese Prüfungen haben für Kinder und auch für ihre Eltern einen besonderen Stellenwert. Sie sind die äußere Belohnung für die Lernerfolge eines Zeitabschnittes (meistens ein halbes Jahr) und bringen sie den Trainern, die ja ebenfalls verschiedene Gürtelfarben haben, näher. Außerdem ermöglicht eine Prüfung meistens den Zugang zu neuen Formen und damit zu noch mehr Möglichkeiten, sich auszuprobieren.

Dabei gilt grundsätzlich, dass Kinder in den Prüfungen nicht diffamiert werden, sondern es wirklich genießen sollten, ihre Erfolge zu zeigen. Auch wenn es so aussehen mag, hat es nichts mit ergebnisorientierter Arbeit zu tun, denn wie die vorher angesprochene Philosophie deutlich macht, ist immer der Weg das Ziel<sup>26</sup>.

### 2.2.2 Ziele aus Sicht der Eltern

Wichtig ist es auch, die Motivation und die Ziele der Eltern zu beleuchten, denn sie sind es letztendlich, die es den Kindern ermöglichen zum Training zu kommen. Ohne Elternpartnerschaft und ein Verständnis dafür, was sie erwarten und sich wünschen, kommt keine Kindertrainingsgruppe zustande, die sich lange halten soll.

In diesem Sinne wurde der empirische Teil dieser Arbeit durchgeführt, auf den aber an anderer Stelle detailliert eingegangen wird. Hier beschreibe ich erst einmal nur die Ziele, die bereits in der Literatur zu finden sind und greife den Punkt im Kapitel zur Empirie wieder auf.

---

24 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 13

25 Vergl. Schulz 2005, S. 15

26 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S.67f.

Grundsätzlich ist zu sagen, dass jedes Kind verschieden ist, und damit sind es auch die Motivationen der Eltern. Ihnen allen gerecht zu werden ist ein Ding der Unmöglichkeit, aber eine bestimmte Bandbreite an Erwartungen kann durchaus erfüllt werden.

Die meisten Eltern erwarten sich einen generellen Nutzen von dem Training. Dieser reicht von der einfachen körperlichen Betätigung über das Erlernen von Disziplin und „Gehorsam“ bis hin zum Ablegen von Schüchternheit.

Auch der Aspekt der Selbstverteidigung spielt immer mehr eine Rolle, denn dass es auf Schulhöfen und Spielplätzen nicht immer entspannt zugeht, wissen wir nicht erst durch die Medien<sup>27</sup>. Dazu gehört aber immer auch das Lernen von Grenzen (den eigenen und denen von Anderen), Respekt Anderen gegenüber und das Erkennen, wann man eine Grenze überschreitet und wann man respektvoll sein sollte.

Beim Thema Disziplin erwarten viele Eltern, dass die Kinder Normen und Werte über das Training vermittelt bekommen, die sie in anderen Institutionen wie Schule oder Kindergarten nicht mehr ausreichend vorgelebt bekommen. Trotz dessen stehen der Spaß an der Bewegung und das soziale Miteinander für viele im Vordergrund. Auch der Ausgleich vom schulischen oder alltäglichen Stress ist den Eltern wichtig, was durch Spiele oder Meditationsübungen erreicht werden kann.

Nicht in allen Kung Fu Schulen spielen Wettkämpfe eine Rolle<sup>28</sup>, dennoch ist der Leistungscharakter ebenfalls ein Motivationspunkt bei Eltern, ihre Kinder in eine Trainingsgruppe zu geben. Sollte Wettkampf angeboten werden, müssen die Erwartungen der Eltern manchmal ein wenig ausgebremst werden, um einem Leistungsdruck für die Kinder zu entgehen. Diese Aufgabe kommt schließlich dem Trainer und der Philosophie der Schule/des Vereins zu.

### 2.2.3 Ziele aus Sicht der Trainer/der Schule/des Vereins

Grundlegend muss man bei den Motivationshintergründen von Trainern und Schulen beachten, dass neben den pädagogischen und kampfkunst-/kampsportspezifischen Zielen auch immer wirtschaftliche eine Rolle spielen.

Die Sportgruppe finanziert sich selten nicht aus Mitgliederbeiträgen und die Trainer arbeiten auch nur in den seltensten Fällen ehrenamtlich. Deswegen steht hinter einer Kindertrainingsgruppe immer der Gedanke der Finanzierung. Die Kinder sind zum Einen der

---

<sup>27</sup> Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S.14

<sup>28</sup> Ergänzung: Hier spielt der Kung Fu Stil eine wichtige Rolle. Es gibt Stile, deren Techniken sich für die heutige Zeit in Sachen Anwendung nicht eignen, da sie nicht ohne Verletzungen einher gehen und deshalb gerade im Bereich des Kindertrainings nicht angewendet werden.

Nachwuchs für spätere große Trainingsgruppen (insofern sie die meistens eintretende pubertäre Pause gut überstehen) und zum Anderen die größte Einnahmequelle einer Schule/eines Vereins, denn es gibt meist mehr Kindergruppen als Jugendliche oder Erwachsene<sup>29</sup>.

Natürlich will die Schule/der Verein Prinzipien weiterreichen, grundlegende philosophische Eindrücke vermitteln und Traditionen weitergeben. Bei manchen Kung Fu Stilen geht es auch um den Erhalt des ganzen Stils, denn gerade kleinen Seitenlinien mangelt es oft an bleibendem Nachwuchs.

Für den Trainer, der ja seine Schule/seinen Verein vertritt verhält es sich wie bei pädagogischen Fachkräften, die sich an den Rahmenplan ihres jeweiligen Bundeslandes halten müssen.

Der Trainer (oder auch Lehrer) vermittelt zum Einen das Konzept der Schule und zum Anderen die Dinge, die ihm persönlich wichtig sind.

Dabei spielt der sportliche Ausgleich zum Alltag der Kinder eine wesentliche Rolle, aber auch die spezielle Förderung von Motorik, Sozialverhalten und anderen Faktoren durch das besondere Training, das zum Beispiel Kung Fu mit sich bringt. Dabei soll den Kindern in allererster Linie natürlich Spaß an der Bewegung näher gebracht werden.

Für die ganz Kleinen in den Trainingsgruppen wird meistens ein besonders ganzheitliches Training angeboten, um alle Entwicklungsschritte gut fördern zu können. Damit sind die Trainingsinhalte sehr breit gefächert und erhalten damit nachhaltig das Interesse der Kinder am Sport und an der Schule<sup>30</sup>.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass in Bezug auf die Zielstellung die Motivation der Kinder immer an erster Stelle stehen sollte, man aber niemals die Eltern aus den Augen verlieren darf, denn sie sind es letztendlich, die die Kinder in die Schulen/Vereine bringen und damit deren Überleben sichern. Eine gute Kommunikation spielt dabei eine wichtige Rolle und sollte niemals vernachlässigt werden. Für den Trainer bleibt es die Schlüsselrolle, ein Vorbild zu sein – für Kinder genau wie für die Eltern.

---

29 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 16

30 Vergl. Ebenda 2009, S. 18

### **3. Kampfsport und Kampfkunst – die pädagogischen Möglichkeiten**

Nach den allgemeinen Aussagen folgen in diesem Kapitel nun die konkreten Möglichkeiten, die Kampfkunst und Kampfsport am Beispiel von Kung Fu im Bereich der pädagogischen Arbeit mit Kindern bieten.

Oft herrscht gerade bei Pädagogen ein gewisses Misstrauen gegenüber Kampfkunst und Kampfsport, da sie Sportarten wie Judo, Karate und Kung Fu als Aufruf zur Gewalt oder zumindest als gewaltfördernd sehen. Das liegt zum Einen an der mangelnden Öffentlichkeitsarbeit der Vereine und Schulen, die dem Image mit dem Nach-außen-tragen der Philosophien und Grundsätze entgegenwirken können. Zum Anderen spielt der Einfluss von Medien eine Rolle, denn es gibt genug Filme in denen durch Kampfsport Gewalt verherrlicht wird. Auch das immer größer werdende Interesse an Dingen wie „Cage Fight“<sup>31</sup> oder den Turnieren der MMA (Mixed Martial Arts) in denen es um rohe Gewalt und Zerstörung geht, tragen zum Image von Kampfsport und Kampfkunst bei. Auch wenn es bereits Ansätze gerade im Sonder- und Heilpädagogischen Bereich gibt, in denen zum Beispiel Judo ein Teil der pädagogischen Arbeit einnimmt, so sind es immer Therapiegedanken die hinter dem Sport stehen<sup>32</sup>.

Gerade dem Therapieansatz möchte ich ein wenig entgegenarbeiten, da Trainer in der Regel keine Therapeutenausbildung haben und dem damit einhergehenden Anspruch nicht gerecht werden könnten. Es geht vielmehr um Möglichkeiten, Kampfkunst/Kampfsport als zusätzliches Angebot zum pädagogischen Alltag der Kinder für Eltern und pädagogische Fachkräfte aufzubereiten.

#### **3.1 Kampfkunstpädagogik und die Elemente der Erlebnispädagogik**

Um den Sport nicht nur als Sport um seiner selbst willen zu sehen, möchte ich an dieser Stelle die Parallelen, die es zur Erlebnispädagogik gibt, aufzeigen.

Sinn ist es nicht, der Kampfkunstpädagogik einen Einstieg in zum Beispiel den Kita-Alltag zu geben (denn dafür ist nicht jede Kampfkunst-/Kampfsportart geeignet, und auch nicht jedes Kind hat Interesse daran), sondern Eltern und Pädagogen die Berührungspunkte mit dem Gebiet zu nehmen. Außerdem ist es gerade für das Training mit Kindern unglaublich wichtig, Trainern und Lehrern pädagogische Grundlagen für ihre Arbeit zu liefern, denn auch wenn sie

---

31 Cage Fight ist eine Modeerscheinung in der Sportwelt, in der sich zwei Personen (meistens Männer) in einem Gitterkäfig gegenüberstehen und bis zur Aufgabe kämpfen, zum Teil schlagen sie dabei völlig sinnlos mit Gegenständen aufeinander ein

32 Vgl. Wolters in Wolters/Fußmann 2008, S. 16

als Experten auf ihrem Gebiet für die Kinder durchaus attraktiv sind, ist es sinnvoll, ein pädagogisches Grundverständnis zu haben.

Desweiteren ist diese Einordnung gerade im Hinblick auf die Profilierung von Kampfkunstpädagogik sinnvoll und nützlich<sup>33</sup>.

Zuallererst definiert sich die Erlebnispädagogik durch Handlungsorientiertheit, die durch Herausforderungen (physisch, psychisch und sozial) die Persönlichkeitsentwicklung von Kindern fördern und stärken will. Dabei ist die Natur oft das Zentrum des Lerninhaltes.

Grenzerfahrungen, Herausforderungen, Vertrauensübungen und Problemlöseaufgaben spielen eine wichtige Rolle. Dabei sind die Reflexion über das Erlebte und die Gruppe selber ein wichtiger Faktor für Veränderungen und Entwicklung<sup>34</sup>.

Der Ansatz der Erlebnispädagogik ist immer ganzheitlich und zielt auf die Veränderung des eigenen Selbst, aber auch der Umwelt durch einen „emotional-erlebnishaften, sozial-kognitiven und praktisch-aktionalen Kontext“ hin<sup>35</sup>. Die Basis für die Arbeit liegt also darin, wie aus Erlebnissen positive Lebenserfahrungen gemacht werden können um so authentisches Verhalten zu fordern und fördern.

Kampfkunstpädagogik versucht letztlich das gleiche Ziel zu erreichen. Wie im Punkt zu Kung Fu bereits angesprochen verfolgt die Grundphilosophie von Kampfkunst/Kampfsport die Vervollkommnung des Charakters durch das Trainieren von Körper und Geist. Dabei ist die Basis zum Einen das Ich, also jeder Trainierende selber, und zum Anderen die Gemeinschaft, das Wir, das untrennbar dazugehört. Hier zeigt sich sehr deutlich, wie nah sich Erlebnispädagogik und Kampfkunstpädagogik eigentlich sind.

Beide bauen auf die Erfahrungen, die durch vielsinnliche Bewegungen gemacht werden, um sie in der Gruppe zu reflektieren und zu Lebenserfahrungen zu machen. Die Beziehungsebene, sei es die Beziehung zu sich selbst oder Anderen, ist die Arbeitsgrundlage für den Pädagogen wie auch für den Trainer<sup>36</sup>.

Mit den bis hierher genannten Merkmalen kann an dieser Stelle kurz auf die Themenzentrierte Interaktion (kurz TZI) nach Ruth Cohn verwiesen werden. Auch hier geht es um die handlungsbezogene Ebene des lebendigen Lernens und um die in der Erlebnispädagogik geprägte Einheit von Hand, Hirn und Herz. Wieder wird die immense Wichtigkeit der Gruppe hervorgehoben, die auch in diesem Ansatz eine zentrale Rolle spielt und somit eine Brücke

---

33 Vergl. Huber in Wolters/Fußmann 2008, S. 27

34 Vergl. Michl 2009, S. 11f.

35 Fischer/Ziegenspeck 2008, S. 28

36 Vergl. Huber in Wolters/Fußmann 2008, S. 31f.

zwischen Erlebnispädagogik und Kampfkunstpädagogik schlägt<sup>37</sup>.

Fassen wir die Gemeinsamkeiten der beiden Disziplinen zusammen, kommen wir auf folgende Punkte:

- Beide pädagogischen Ausrichtungen basieren auf Handlungsorientiertheit und verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz der durch Hand, Hirn und Herz ausgeübt werden soll.
- Beide sehen die Untrennbarkeit der eben genannten drei Grundlagen und fordern und fördern diese in ihrer Gesamtheit.
- Die Handlungsorientiertheit stellt den Körper als einen von drei Punkten in den Mittelpunkt des Handelns und macht deutlich, dass Körperentwicklung immer in Bezug mit der Entwicklung von Charakter und Seele betrachtet werden muss. Beide Bereiche sehen daher Körperübungen nicht als Selbstzweck sondern immer in größeren Zusammenhängen.
- Die Interaktion mit anderen macht Entwicklung erst möglich und fördert Verständnis für andere und schafft eine emotionale Nähe.
- Durch das eigene Handeln und vor Allem das Erleben werden in beiden Disziplinen Werte vermittelt, die sich verbal schlecht oder nur unzureichend erklären lassen. Dabei geht es um allgemeine Prozesse des sozialen Miteinanders, die eigene Persönlichkeit und das Wirken auf Andere und mit Anderen.
- Beiden gleich ist die grundlegende Philosophie die durch Pädagogen und Trainer vorgelebt und vermittelt wird.
- Das Auseinandersetzen miteinander ermöglicht sowohl Weiterentwicklung als auch eine Art von Frieden, der ohne Konflikte nicht möglich wäre.
- Und schlussendlich vermitteln beide Disziplinen Werte wie Achtsamkeit, Verantwortung (für eigenes und fremdes Handeln), Respekt, Beharrlichkeit und Würde vor dem Leben. Diese sind für beide außerdem die Legitimation für jedes pädagogische Handeln<sup>38</sup>.

Wo es Gemeinsamkeiten gibt, gibt es auch Unterschiede. Diese sind für die Betrachtung ebenfalls relevant, da sie erklären, warum Kampfkunstpädagogik kein ausgewiesener Teil der Erlebnispädagogik ist, sondern eben nur eine Nachbardisziplin.

---

37 Vergl. Reiser/Lotz 1995, S. 69

38 Vergl. Huber in Wolters/Fußmann 2008, S. 38f.

Die augenscheinlichsten und wichtigsten Unterschiede sind:

- Im Gegensatz zur Erlebnispädagogik begründen sich Kampfkunst- und Kampfsportarten auf eine asiatische Philosophie und verweisen damit immer wieder auf Buddhismus, Hinduismus, Taoismus etc.
- Auch das Leistungsverständnis ist östlich geprägt und ist zwar partnerschaftlich, dennoch ist der Meister oder der Trainer immer die übergeordnete Respektperson. Die Erlebnispädagogik versteht sich hingegen als demokratisch geregelt und ist eine reine Dienstfunktion (Der Pädagoge ist der Leiter aufgrund seines Berufes, der Lehrer/Meister aufgrund seiner bisher erbrachten Leistung in seiner Disziplin)
- Erlebnispädagogik findet meistens in der Natur oder generell unter freiem Himmel statt, Kampfsport/Kampfkunst hingegen meistens in geschlossenen, dafür eingerichteten Räumen. Dennoch bleibt die Gemeinsamkeit, dass der Raum (ob Natur oder geschlossener Raum spielt da keine Rolle) eine erzieherische Funktion hat<sup>39</sup>.

Betrachtet man abschließend Gemeinsamkeiten und Unterschiede fällt auf, dass es deutlich mehr Gemeinsamkeiten gibt. Dieser Fakt könnte für die zukünftige Arbeit im Bereich der Kampfkunstpädagogik wichtig werden, da es sich als eigenes Arbeitsfeld erweisen könnte, diese Disziplin der Erlebnispädagogik noch näher zu bringen. Profit würde es wahrscheinlich für beide Seiten bringen.

Für diese Arbeit ist deutlich gemacht worden, dass man in einer Trainingsgruppe nicht krampfhaft nach pädagogischen Werten suchen muss, denn sie sind da. Für die Trainer und die Schulen/Vereine heißt das viel Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben, um das bisherige Image von reiner Gewalt und normalen Freizeitvereinen aufzubessern. Für die Arbeit mit Kindern ergibt sich auf jeden Fall ein weites Feld an Möglichkeiten für Trainer und Pädagogen gleichermaßen.

Dies noch weiter und intensiver zu beleuchten, wäre wohl Gegenstand einer eigenständigen Arbeit und soll daher an dieser Stelle nicht weiter betrachtet werden. Um aber von dem Thema nicht komplett abzuschweifen, befasst sich der nächste große Abschnitt mit den konkreten Fördermöglichkeiten von Hand, Hirn und Herz.

---

39 Vergl. Huber in Wolters/Fußmann 2008, S. 40

### **3.2 Förderfelder einer prozessorientierten Kampfkunstpädagogik**

Dieser Abschnitt befasst sich nun mit den konkreten Möglichkeiten, die das Training einer Kampfkunst-/Kampfsportart bieten kann. Da es ein ganzheitliches Konzept ist, gehe ich auf fünf große Bereiche ein, anhand derer ich Fördermöglichkeiten aufzeigen möchte.

Der wohl größte Abschnitt befasst sich mit dem Bereich der Motorik und mit dem generellen Thema der Bewegung sowie motorischer Entwicklung und speziellen Förderungen anhand des Beispiels von Kung Fu. Auch der sich anschließende Bereich zur Psychomotorik spielt eine wichtige Rolle, denn er soll den Zusammenhang von Emotion und Lernen deutlich machen.

Der Abschnitt zur Ich-Stärkung zeigt die Förderung der eigenen Persönlichkeitstärkung auf. Der Bereich der Sozialkompetenz befasst sich mit dem Gruppengeschehen und Vorbildfunktionen durch Trainer und ältere Schüler. Der letzte Teil zu Gewalt und Gewaltprävention soll einen Ausblick auf das Thema geben und kurz umreißen, warum dieses Tabuthema auch für die Arbeit mit Kindern wichtig ist.

Es würde zu weit gehen, noch mehr Bereiche zu betrachten, die die Kampfkunstpädagogik den Kindern bieten kann. Die hier ausgewählten Bereiche sind das Zentrum, die Basis einer jeden Kampfkunst und deswegen als Beispiele gut geeignet.

#### **3.2.1 Motorik**

Wenn wir von Bewegung sprechen, sprechen wir vom Ausgangspunkt aller Existenz und allen Lebens. Was sich nicht bewegt, ist tot, denn letztlich bewegt sich etwas Lebendiges immer. Nicht immer bewusst, aber unser Herzschlag, unsere Atmung, das Blut das durch unsere Adern fließt – all das bewegt sich und uns immer, selbst in unseren 'unbewegten' Momenten. Bewegung bedeutet einen Bezug zur Welt und den darin existierenden Individuen zu haben und gibt dem Menschen damit einen Platz im System<sup>40</sup>.

Jede Bewegung hat eine Bedeutung und lässt sich nach Grupe (1982) in verschiedene Bedeutungsdimensionen einteilen:

1. Instrumentelle Bedeutung

= Jede Bewegung hat einen Zweck mit dem etwas erreicht wird. Damit ist diese Bedeutungsdimension der Ausgangspunkt für alle anderen.

2. Wahrnehmend-Erfahrende Bedeutungsdimension

= Jede Bewegung hat einen explorativen Charakter. Durch Bewegung wird etwas über

---

40 Vergl. Schulz 2008, S 36



die eigene Körperlichkeit, aber auch über andere Personen und die materielle Beschaffenheit von Gegenständen erfahren.

3. Soziale Bedeutung

= Bewegung setzt Menschen in Bezug zueinander und dient als Medium für Kommunikation, Ausdruck und Selbstdarstellung.

4. Persönliche Bedeutung

= Durch Bewegung erfährt man etwas über sich selbst und seine Körperlichkeit und lernt, wie man sein Selbst verändern und verwirklichen kann<sup>41</sup>.

Diese vier Dimensionen braucht der Mensch in seinem Leben, um ständig Zugang zur Welt zu finden und um sie gestalten zu können. Durch Bewegung entwickelt der Mensch eine eigene Identität und Persönlichkeit.

Auf Basis dieser Erfahrung von sich und anderen entwickelt der Mensch im Laufe seines Lebens ein Selbst- und ein Körperkonzept. Damit bekommt er ein grundlegendes Verständnis seiner Selbst (also seines Geistes, seiner Seele, wie auch immer man es benennen mag) und seines Körpers. Ohne diese beiden Konzepte gelingt eine zufriedenstellende Entwicklung nach eigenen Vorstellungen kaum und auch biologische Entwicklungsprozesse wären gehemmt<sup>42</sup>.

Das heißt, dass Kinder auf ein vielschichtiges Bewegungsangebot oder zumindest Anreize zur Bewegung trotz ihrer eigenen intrinsischen Motivation, sich zu Bewegen um die Welt, die sie als Neugeborenes nicht kennen, zu erforschen, angewiesen sind.

Das Kinder sich bereits im Mutterleib bewegen, wissen wir. Um sich bewegen zu können, ist der Mensch von Beginn an auf die Ausbildung der dazu nötigen Extremitäten angewiesen. Während sich im Mutterleib also Arme, Beine, Hände, Füße, Zunge und so weiter ausbilden, beginnt bereits hier die Entwicklung grundlegender Verständnisse von der Welt um sich herum. Diese Welt ist zunächst beschränkt auf die Mutter, dennoch werden hier erste wichtige Vorerfahrungen gemacht, auf die das Kind nach der Geburt zurückgreifen kann<sup>43</sup>.

Bereits vor der Geburt werden also erste Erfahrungen in Bezug auf das Körper- und auf das Selbstkonzept gemacht, wobei letzteres nur rudimentär funktionieren kann, da Kinder sich in der Regel erst Monate nach der Geburt als eigenständiges Individuum verstehen. Dennoch haben sie eine Art seelischer Verbindung zu ihrer Mutter, was ihnen ein Vorverständnis ihrer

---

41 Vergl. Grupe 1982, S. 84f.

42 Vergl. Schulz 2008, S. 38f.

43 Vergl. Hertl, 1994, S.32ff.

selbst ermöglicht<sup>44</sup>.

Werden also vor der Geburt bereits wichtige Strukturen für das Lernen durch Bewegung angelegt, geht es nach der Geburt intensiv weiter.

Die ersten Bewegungen des Säuglings sind unwillkürlich und folgen Reflexen. Durch Massenbewegungen (also Bewegungen des ganzen Körpers), da das Kind zu Beginn seiner Welterkundung die einzelnen Körperteile noch nicht differenzieren kann, bekommt das Hirn durch die taktile Wahrnehmung der Haut einen ersten Überblick über die Welt und den eigenen Körper.

Diesen ersten ungerichteten Bewegungen folgen sogenannte symmetrische Bewegungen, es werden also immer spiegelgleich zum Beispiel beide Arme nach oben genommen, oder beide Beine gestreckt. Das Kind hat hier bereits eine Vorstellung seiner Gliedmaßen und testet aus, wie sich zu nutzen und zu bewegen sind. Dem schließen sich gewollte, bewusste und zielgesteuerte Bewegungen an, mit denen die Kinder Dinge greifen, das Bein aufstellen oder bewusst Gegenstände anfassen. Die letzte dieser vier großen Phasen sind die automatisierten Bewegungen, über die sich das Kind keine Gedanken mehr machen muss<sup>45</sup>.

Da eine detaillierte Beschreibung der motorischen Entwicklung des Menschen die Seitenzahl dieser Arbeit sprengen würde, verweise ich hier auf eine Tabelle die sich unter Anhang 1 befindet und die motorische Entwicklung von Kindern noch einmal genau aufzeigt.

Je weiter also die motorische Entwicklung des Kindes voranschreitet, desto vielschichtiger wird das Bild der Welt um es herum. Dazu kommt, dass mit den steigenden körperlichen Fähigkeiten wie Krabbeln, Laufen, dem Pinzettengriff etc. das Verständnis des eigenen Körpers wächst und auch das Bild, das das Kind von sich selbst hat, nimmt klare Konturen an. Da sich mit der Motorik auch der Bereich der Kognition entwickelt ist es wichtig, dass sich Kinder vielseitig und gezielt bewegen können, um Wahrnehmung und intellektuelle Fähigkeiten zu fördern. Dabei entwickeln sie auf Basis ihrer Erfahrungen eigene Bewegungsbiografien, die die Grundlage für ein eigenes Bewegungsrepertoire sind. Diese individuellen Besonderheiten in Bewegungen charakterisieren auch Handlungsweisen und Verhalten<sup>46</sup>.

Bevor zu den typischen Bewegungsmerkmalen von Kung Fu übergeleitet werden soll, will ich an dieser Stelle die grundlegenden Fakten zusammenfassen:

- Bewegung ist die Grundlage allen Lebens und der Bezug des Menschen zur Welt.

---

44 Vergl. Zimmer 1991, S. 4f.

45 Vergl. Holle 1999, S. 12ff.

46 Vergl. Schulz 2008, S. 39

- Wahrnehmung und Handlung werden durch die körperliche Auseinandersetzung mit der Welt geprägt und ausgebildet.
- Bereits vor der Geburt werden wichtige Grundlagen zum Weltverständnis und zu individuellen Bewegungen geschaffen und durch komplexe Wahrnehmungen nach der Geburt spezifiziert sowie automatisiert.
- Körper- und Selbstkonzepte sowie Identität werden über konkrete Bewegungen und Handlungen erworben.
- Die Entwicklung von Kognition und Emotion sind mit der motorischen Entwicklung eng verbunden<sup>47</sup>.

Gerade Kinder brauchen also für eine gesunde, ganzheitliche Entwicklung in allererster Linie Bewegung und die Möglichkeit, verschiedene Bewegungsabläufe und Strukturen auszuprobieren oder zu erforschen. Kinder lernen Problemlösestrategien am ehesten, wenn sie selbst unmittelbar an Handlungen beteiligt sind, die zur Lösung eines Konfliktes führen. Damit sollten auch konstant Bewegungsanlässe und Herausforderungen ermöglicht werden<sup>48</sup>. Die nun folgenden Erläuterungen des Kung Fu-Bewegungskonzeptes werden deutlich machen, warum sich gerade diese Sportart für interessierte Kinder so fördernd gestalten kann.

Die Bewegungskultur Kampfkunst, speziell die des Kung Fu, lässt sich in zwei aufeinander bezogene Handlungsbereiche einteilen:

Das ist zum Ersten die Selbstbewegung, womit grundlegende Übungen, vorchoreografierte Formen und die traditionellen Bewegungsschemata gemeint sind. Und zum Zweiten umfasst es die Interaktionsbewegungen, die die Übungen zur sensorischen Integration, taktilen Wahrnehmung und den praktischen Anwendungen der Selbstbewegungen umfassen<sup>49</sup>.

Diese Bewegungsformen sind, wie im Abschnitt zu Kung Fu bereits erwähnt, Tieren, Kampfhandlungen und den traditionellen heilgymnastischen Anschauungen der Mönche nachempfunden. Diese Formen sollen die notwendigen körperlichen Prozesse vorbereiten, die zu einer flüssigen Bewegung und einer gut trainierten Muskulatur führen. Dabei ist die Körpermitte<sup>50</sup> der zentrale Punkt des Handelns, denn hier laufen die verschiedenen Körperachsen zusammen und ermöglichen dem Körper bei einer Bewegung um diesen Punkt

---

47 Vergl. Schulz 2008, S. 41

48 Vergl. Miedzinki 1991, S. 9

49 Schema siehe Anhang 2

50 Anmerkung: Sherborne (1998) verweist in ihren Schriften immer wieder auf die zentrale Bedeutung des Beckens bei Kindern als Körpermitte, und die damit verbundene erhöhte Körperwahrnehmung, wenn dieses Zentrum bewusst geschult wird.

eine optimale Bewegungsfreiheit und -reichweite. Dabei sind die Formen nicht starr, sondern werden im Laufe der Übungszeit immer weiter ausdefiniert, indem die Bewegungen feinmotorischer und schneller werden, je nach Erkenntnis- und Erfahrungsstand des Übenden<sup>51</sup>. Damit zeigt sich, dass eine Form niemals fertig gelernt ist, sondern dass man immer wieder Bearbeitungs- und Verfeinerungsmöglichkeiten nutzen kann – je nach eigenem Perfektionswunsch.

Dass man zunächst ohne Partner übt hat den Vorteil, dass man ein Gefühl für die Bewegungen und den eigenen Körper in dieser Bewegung bekommt. Das schult die Eigenwahrnehmung, beugt aber auch möglichen Verletzungsrisiken vor, wenn unbedacht und unkontrolliert an eine Partnerübung gegangen wird.

Hat man also ein grundlegendes Gefühl für die Bewegungen der Form bekommen, werden die meisten Bewegungen mit einem Partner geübt. Zum einen wird dabei die taktile Wahrnehmung sensibilisiert, zum anderen schult es Gleichgewicht und Distanzgefühl. Dabei ist der Ausgangspunkt wieder die Körpermitte, die gleichzeitig den Körperschwerpunkt bestimmt.

Die Anwendungen folgen dem Prinzip von Wind und Wasser („Feng Shui“), das heißt man soll weich und flexibel, nachgiebig und kraftvoll, dynamisch und explorierend zugleich sein. Dazu ist eine weitgehende Entspanntheit der Muskeln notwendig, die vorher durch das trainieren der Selbstbewegung vorbereitet wird. Dieses Prinzip macht es gerade auf der Straße möglich, ohne große eigene Verletzungen, aber auch ohne den potenziellen Gegner zu sehr zu verletzen, aus einer Selbstverteidigungssituation herauszukommen. Dadurch, dass man einem kraftvollen Angriff nicht mit Härte, sondern mit Ausweichen, Ableiten und Vermeiden entgegen tritt, nimmt das automatisch die Kraft aus dem Angriff. Somit vermeidet man nicht nur körperliche Schäden, sondern fügt sich auch der anfangs erwähnten buddhistischen Grundphilosophie, dass man nur im Notfall das anwenden soll, was man gelernt hat<sup>52 53</sup>.

Die eben erwähnten runden und entspannten Bewegungen, sind typische Bewegungskennzeichen für das Kung Fu und führen durch das ganzheitliche Training zu einem motorischen Wirkungsgeflecht, das im Anhang 3 zu finden ist. Diese sich begünstigenden und bedingenden Faktoren sind ausschlaggebend für eine im ganzen Körper stattfindende Veränderung, die nicht nur einzelne Körperpartien oder Muskelgruppen trainiert,

---

51 Vergl. Schulz 2008, S. 16f.

52 Ergänzung: Außerdem geht man damit im Fall einer Selbstverteidigungssituation Schwierigkeiten mit dem Gesetz aus dem Weg, denn der Selbstverteidigungsparagraph der im Strafgesetzbuch geregelt ist, behandelt eine zu heftige Selbstverteidigung bei der mehr Schaden als nötig entsteht, ziemlich streng. (Verweis auf § 32 bis 35 StGB)

53 Vergl. Schulz 2008, S. 23

sondern wirklich ganzheitlich fördert und fordert.

Für die Arbeit mit Kindern ergibt sich hier ein großes Potential:

Grundlegend ist zu sagen, dass mit dieser Art des Trainings ein ganz besonderer Bewegungsanlass geschaffen wird, der die Kinder dazu animiert, Bewegungen zu vollführen und auszuprobieren, die im Alltag schwer zu finden sein werden. Auch im Kindergarten, in der Schule und im Hort wird es selten Möglichkeiten und Spiele geben, die dieses besondere Wirkungsgeflecht hervorrufen.

Den Kindern wird also etwas grundlegend Neues geboten, was zu einer Erweiterung ihres Weltverständnisses führt und ihnen natürlich auch neue Wege der Selbsterkenntnis ermöglicht.

Die komplexen Bewegungsformen ermöglichen ein neues Körpergefühl, sowohl nach innen als auch nach außen. Es besteht bei gutem Training die Chance, das eigene Bewegungsrepertoire zu erweitern, um im Alltag auf neue Schemata zurückgreifen zu können, um sie im Spiel oder in der Interaktion mit anderen anzuwenden.

Dazu wird durch die spezifischen ganzheitlichen Bewegungen das Zentralnervensystem beeinflusst und trägt somit zur Entwicklung des Gehirns und des neuronalen Netzwerkes bei. Außerdem wird das Herz-Kreislaufsystem positiv belastet und kann so weniger stressanfällig werden. Desweiteren verbessert sich die Bewegungsfähigkeit, was gerade bei Kindern die durch Bewegung die Welt entdecken und Lernen, positiv anzumerken ist.

Durch den veränderten Muskeltonus, den ein regelmäßiges Training mit sich bringt, können motorische Dysbalancen ausgeglichen werden<sup>54</sup>. Gerade im gesundheitsfördernden Bereich gibt es eine Reihe Phänomene, die allerdings durch westliche Wissenschaft noch nicht weiter untersucht oder bestätigt wurde. So hatte zum Beispiel ein chinesischer Großmeister (83 Jahre alt) im Kung Fu nachweislich einen Schlaganfall mit anschließendem Herzfehler, zeigt aber seit er wieder selber trainiert dafür keine Anzeichen mehr und hat sich auch von dem Schlaganfall überdurchschnittlich schnell und problemlos wieder erholt.. Ähnlich verhält es sich bei einem Kung Fu Trainierenden, der an Lupus erythematoses, einer ernsthaften Autoimmunerkrankung, leidet, allerdings keine typischen Merkmale während des Trainings aufweist und bei dem es seit Jahren keine Verschlechterung der Krankheit gegeben hat. Im Kindertraining gab es einen Jungen, der auf ADHS diagnostiziert wurde und der während und nach dem Training keine typischen Symptome mehr aufwies.

---

54 Vergl. Schulz 2008, S. 33

Da diese Dinge alle nicht wissenschaftlich nachgewiesen werden können<sup>55</sup>, muss an dieser Stelle hypothetisch geblieben und darauf verwiesen werden, dass es Zufälle sein könnten. Dennoch besteht ein Zusammenhang, zwischen dem ganzheitlichen Training von Körper und Geist und der allgemeinen Gesundheit<sup>56</sup>.

Weitere positive Auswirkungen auf die Motorik von Kindern, sind die erhöhte Koordinationsfähigkeit, die möglich wird durch die vielen komplexen Bewegungen, die zum Teil gleichzeitig ausgeführt werden, und das bessere Gleichgewicht, das gerade durch Partnerübungen geschult wird.

Die zu Beginn genannten Bewegungsdimensionen nach Grupe werden durch das Kampfkunsttraining alle bedient und tragen somit einen wichtigen Teil zur Identitätsbildung bei.

Weitere Grundbedingungen für den motorischen Lernprozess sind so genannte konditionelle Fähigkeiten, zu denen Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit gehören. Diese drei Dinge werden im Kung Fu-Training grundlegend in alle Übungen mit eingebunden, so dass sich bereits sehr früh bei den Kindern ein gutes motorisches Ausgangsniveau für alle weiteren Bewegungsleistungen einstellt. Die koordinativen Fähigkeiten des Kindes stehen dazu in enger Wechselbeziehung, die wichtig sind um Bewegungen in all ihren Facetten ausführen zu können<sup>57</sup>.

Gerade das Kung Fu-Training fördert durch seine Vielseitigkeit Koordination und Ausdauer, verlangt es doch selbst von Kindern eine ganze Reihe komplexer Bewegungsabläufe. Natürlich steigert sich die Komplexität von relativ einfach bis hin zu teilweise erst sehr verwirrenden (weil ungewohnt und sehr komplex) Bewegungsreihen. Je nachdem, wie lange die Kinder beim Training bleiben, werden die Bewegungsabläufe aber irgendwann einfacher zu verstehen, weil das motorische Grundrepertoire sich stetig erweitert.

Dabei wurde zu Beginn dieses Abschnittes zur Motorik auch die Entwicklung der Wahrnehmung und der Zusammenhang zwischen Bewegung und eben jenem erwähnt. Der Bereich der sogenannten Psychomotorik befasst sich mit diesem Wirkungsgeflecht und wird ebenfalls, wie der nächste Abschnitt zeigt, grundlegend gefördert.

---

55 Anmerkung: Die traditionelle chinesische Medizin verweist seit Jahrhunderten auf das gesundheitsfördernde Potential von Kampfkünsten (zu denen auch Tai Chi oder Qi Gong gehören) und erklärt es mit dem bewussten Steuern des Qi (der Körperenergie). Da es allerdings keine westlichen Erkenntnisse dazu gibt, bleibe ich an dieser Stelle hypothetisch, auch wenn ich persönlich von den Heilungsmöglichkeiten überzeugt bin

56 Vergl. Schulz 2008, S. 34

57 Vergl. Stübing 1978, S. 8f.

### 3.2.2 Psychomotorik

Der Bereich der Psychomotorik befasst sich mit dem elementaren Zusammenhang von Bewegung, Wahrnehmung und Emotion. Er versteht sich als die menschliche Fähigkeit, selbstbestimmt und eigenverantwortlich die intrinsischen und psychisch gesteuerten Motivationen je nach Umweltwahrnehmung in Bewegung umzusetzen<sup>58</sup>.

Damit ist das Verhalten von Kindern, ihre Bewegungen und Bewegungsmuster immer ein Ausdruck und ein Abbild ihrer physisch-psychischen Befindlichkeit. Dabei stehen Wahrnehmung und Bewegung in enger Wechselwirkung mit dem seelischen Erleben der Kinder.

Bei der Entwicklung der Psychomotorik spielen wie bei der Motorik neben organischen und neurophysiologischen Funktionen auch die sozialen und emotionalen Bedingungen, unter denen das Kind aufwächst, eine große Rolle. Die intrinsische Motivation, aus eigenen Wünschen und Bedürfnissen heraus Handlungsebenen zu gestalten, nimmt einen großen Einfluss auf die generelle Entwicklung des Kindes.

Wichtig für eine gesunde psychomotorische Entwicklung sind daher immer die Beziehungen, die das Kind im Laufe seines Lebens erfährt. Probleme und Schwierigkeiten können durch eigene Resilienzkonzepte und durch eine gute und verlässliche Bindung zu wichtigen Personen im Umfeld kompensiert werden. Hauptsächlich speist das Kind seine psychomotorische Entwicklung aus taktil-kinästhetischen Empfindungen, die es über körperliche Zuwendung, aber auch über generelle Berührungen bekommt.

Fehlt diese spezielle Zuwendung, kann es in der motorischen Entwicklung Auffälligkeiten im Bereich des körperlichen Gleichgewichtsempfindens und der Koordination kommen. Bildlich gesprochen hieße das, dass ohne inneres seelisches Gleichgewicht und eine fehlende Handlungsrichtung auch äußerlich das Gleichgewicht und die Koordination für das Handeln fehlen<sup>59</sup>.

Dabei beginnt die Entwicklung der Psychomotorik bereits im Mutterleib mit Ausbildung der entsprechenden Organe und setzt sich nach der Geburt unter veränderten Umständen fort. Dabei spielen Bindungen wie eben erwähnt eine tragende Rolle<sup>60</sup>.

Neben diesem entwicklungspsychologischen Ansatz gibt es in der Pädagogik wie auch in der Verhaltenstherapie einen psychomotorischen Ansatz, der hier aber nicht näher beleuchtet werden soll. Wichtig für die Arbeit mit Kindern in Trainingsgruppen ist die Beachtung der

---

58 Vergl. Tietze-Fritz 1999, S. 86

59 Vergl. Ebenda, S. 129

60 Anmerkung: Da es auch hier den Rahmen sprengen würde, die gesamte Psychomotorische Entwicklung im Detail zu beleuchten, bitte Anhang 4 beachten, der eine Tabelle zur Entwicklung der Wahrnehmung von Kindern zeigt

kindlichen Psychomotorik bezüglich ihrer Entwicklung und ihres Verhaltens während des Trainings, und die möglichen Potentiale, die Kung Fu bietet um auch diesen Entwicklungsbereich zu fördern.

Bis hierhin wurde deutlich gemacht dass jede Bewegung neben ihrer motorischen Komponente auch immer eine emotionale Dimension berührt und letztlich davon sogar bestimmt wird.

Kinder wie auch Erwachsene kommunizieren mehr über ihren Körper als über ihre Sprache, einfach weil es oft genug keine verbalen Ausdrucksmöglichkeiten für Gefühle, emotionale Zustände oder Befindlichkeiten gibt.

Dabei bieten Kampfkunst und Kampfsport ein hohes Potential für Kinder, denn hier geht es immer wieder um aktiv selbst gestaltete Bewegungshandlungen, in denen die Kinder sich selbst und ihren Körper intensiv empfinden und wahrnehmen, Bewegungen erproben, gestalten und sich so ausdrücken können<sup>61</sup>.

Die Dimension des Wahrnehmens wird also durch Kung Fu voll und ganz abgedeckt und gefördert. Das dadurch entwickelte Selbstkonzept kann durch Partnerübungen auf psychomotorischer Ebene vervollständigt werden. Wie oben bereits gesagt, sind für psychomotorische Entwicklung taktil-kinästhetische Erfahrungen unabdingbar, zeigen sie dem Individuum doch seine eigene Körperlichkeit und grenzen ihn von anderen ab. Außerdem lösen Berührungen verschiedene Emotionen beim Menschen aus. Kinder lernen zwischen positiven und negativen Formen von Berührung zu unterscheiden und ordnen beiden Kategorien verschiedene Handlungen und Reaktionen zu.

Die verschiedenen Handlungsimpulse, die durch die Partnerübungen gegeben werden, ermöglichen den Kindern eine neue Dimension verschiedener psychomotorischer Zusammenhänge, die im Laufe des Trainings auf den Alltag übertragen werden können.

So können bewusst negative Formen von Berührung vermieden werden, indem man ihnen ausweicht, sie ableitet oder sie gar nicht erst zustande kommen lässt. Das Bewusstsein über die eigenen Fähigkeiten und Kompetenzen trägt zu verstärktem Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl bei. Damit können zum Beispiel Resilienzkonzepte gestärkt, verstärkt und neu modelliert werden.

Desweiteren fördert die Vielschichtigkeit der Handlungsmomente die mentale und physiologische Aufmerksamkeitsleistung, da sich der ganze Körper (physiologischer wie psychologischer Organismus) als 'wach' empfindet und somit über ein gesteigertes

---

61 Vergl. Schulz 2008, S. 66



Aktivitätspotential verfügt<sup>62</sup>.

Durch die problemorientierten Interaktionserfahrungen, die das Kung Fu-Training für Kinder bietet, werden vielschichtige Erfahrungen mit der Wirksamkeit und Unwirksamkeit der eigenen Handlungen möglich. Diese wiederum tragen zum emotionalen Wohlbefinden bei, da sich die Kinder im Klaren über ihre Kompetenzen und ihre Möglichkeiten sind. Gefördert wird dieses Wohlbefinden durch das Wissen, dass unwirksame Handlungsmomente ausgeglichen, vermieden oder ersetzt werden können. Die Möglichkeit zur ständigen Weiterentwicklung bietet ein Potenzial, auch bei Negativerfahrungen positive Schlussbilanzen zu ziehen.

Für Kinder und ihre emotionale Entwicklung spielen solche Kompetenzen eine große Rolle, sorgen sie doch für eine emotionale und damit weitestgehende körperliche Gesundheit und damit für eine gestärkte Selbstkompetenz, die in jeder Form von Interaktion zum Tragen kommt. Die dadurch erhöhte Selbst- und Fremdwahrnehmung ermöglicht ein sensibles Umgehen mit seinen eigenen Befindlichkeiten und den Bedürfnissen anderer.

Neben diesen motorischen Grundlagen, die die Psychomotorik der Kinder fördern, spielt auch die Gruppe selbst wieder eine große Rolle.

Durch gemeinsames Training und die Rolle des Trainers/Lehrers erfahren die Kinder stabile Bindungen zu diesem Umfeld. Das Wissen, dass sie sich auf den jeweils anderen verlassen können, Hilfe und Schutz finden, trägt maßgeblich zu einem emotionalen Wohlbefinden bei. Bei Streit oder Auseinandersetzungen zwischen den Schülern stellt der Trainer/Lehrer immer ein verbindendes und im Falle eines Falles schlichtendes Element dar. Damit kann eine Vertrauensebene geschaffen werden, die dem Prinzip einer Familie gleich kommt. Wie vorher bereits erwähnt, versteht sich die Kung Fu-Gruppe traditionell auch als Familie, und letztlich hat der Trainer/Lehrer immer die Position einer Mutter oder eines Vaters inne und erfüllt die meisten ihrer Funktionen.

All diese Dimensionen des Trainings tragen zu einer möglichen Förderung des psychomotorischen Entwicklungsgefüges bei und können, bei weiterer Betrachtung, auch etwas zur Persönlichkeitsentwicklung in Form der Ich-Stärkung beitragen.

### 3.2.3 Ich-Stärkung

Kampfkunst und Kampfsport haben, wie im bisherigen Verlauf der Arbeit mehrmals aufgezeigt, einen großen Bezug zum Selbst und zur eigenen Charakterentwicklung. Die persönliche Bewegungsdimension nach Grupe (1982) erhält aufgrund des

---

62 Vergl. Schulz 2008, S. 68f.

Kampfkunst-/Kampfsportcharakters eine wichtige Bedeutung im Kung Fu. Jede Handlung in diesem Sinne ist eine Bewegung „an sich selbst, mit sich selbst und für sich selbst“<sup>63</sup>, zielt sie doch zunächst auf Selbstbefähigung hin. Gemeint ist damit die Entwicklung eines Selbstbewusstseins, in dessen Zentrum zunächst das Erkennen und Akzeptieren der eigenen Körperlichkeit steht und Selbstwahrnehmung fördert. Dazu gehört auch der Aspekt, dass man für seine Lebensführung (auch in Bezug auf Gesundheit), stets selbst verantwortlich ist. Der Prozess des an-sich-Arbeitens ist nach buddhistischen Überlegungen niemals ganz abgeschlossen und bietet somit das Potenzial des immerwährenden Fortschritts an sich selbst. Diese Grundgedanken sind auch Teil der Leitgedanken im Kung Fu. Als Übender übt man eben immer zuerst an sich selbst, seinen Bewegungen, seinem Verhalten und seiner Ausstrahlung, ehe man auf andere schauen sollte.

Gerade in den Selbstbewegungsübungen, in denen man, sinnbildlich gesprochen, mit sich alleine ist, tritt man verstärkt mit dem eigenen Körper und dem eigenen Geist in einen Dialog, in dem man im Laufe der Zeit lernt, ihn zu verstehen, empfänglich zu werden für körperliche und seelische Bedürfnisse und diese letztlich in alltäglichen Handlungen zu berücksichtigen<sup>64</sup>. Dieses grundlegende Verständnis des eigenen Körpers trägt viel zur eigenen Identitätsbildung bei und schafft so die Möglichkeit, einen konkreten Sinn im Leben selbst zu finden.

Für Kinder ist gerade der Punkt der Selbstwirksamkeit sehr wichtig, denn etwas bewirken zu können und damit eigene Spuren in der Umwelt zu hinterlassen ist ein Grundbedürfnis des Menschen, um sich in der Welt zurecht zu finden. Wie im Kapitel zur Motorik bereits beschrieben, lernen Kinder Problemlösestrategien am ehesten, wenn sie selbst aktiv etwas tun können, um solche Strategien zu entwickeln.

Das Kung Fu-Training bietet diese Möglichkeit jedes Mal, wenn eine neue Bewegung hinzu kommt oder die Formen komplexer werden. Dieses Erlebnismoment<sup>65</sup> sorgt für nachhaltige Lernerfolge und fördert die Persönlichkeitsentwicklung<sup>66</sup>.

Auch aus dem Selbstverteidigungsaspekt des Trainings ergibt sich ein Fördermoment für den übenden Charakter: Das Wissen sich verteidigen und behaupten zu können, spielt für Kinder immer wieder eine wichtige Rolle. Sie reagieren bei Konflikten, Herausforderungen und Auseinandersetzungen wesentlich ruhiger, gefasster und mit einer Ausstrahlung, die von Selbstsicherheit zeugt, als Kinder die davon überzeugt sind, dass der andere überlegen ist oder sich das Problem nur mit einer körperlichen Auseinandersetzung beheben lässt.

---

63 Schulz 2008, S. 42

64 Vergl. Ebenda 2008, S. 43

65 Anmerkung: Schulz (2008) spricht hier auch vom Flow-Erlebnis, das für generelle Lernerfolge eine große Rolle spielt

66 Vergl. Ebenda, S. 45

Desweiteren steigert sich das eigene Selbstvertrauen durch das Wissen über die eigene Kompetenz bezüglich der eigenen gesundheitlichen Förderung und einer gesteigerten positiven mentalen Befindlichkeit. Diese Aspekte bilden wesentliche Bestandteile des Wissens um die eigene Selbstwirksamkeit<sup>67</sup>.

Kung Fu ermöglicht den Kindern auch, im Training gemachten Handlungserfahrungen in den Alltag zu beziehen und damit Widerstände, Konflikte und Probleme nicht zu meiden, sondern anzugehen. Da die Kinder lernen, sehr sensibel mit sich selbst umzugehen, übertragen sie dieses Prinzip auch auf die Umwelt, andere Mitmenschen und die eigenen Handlungen.

Damit schließt sich der Kreis zum ersten Kapitel in dieser Arbeit, in dem ich ausgeführt habe, dass eine äußere Haltung durch Bewegung die innere Haltung, also den Charakter, formen kann.

Das sensibel für sich selbst und seine Bedürfnisse sein, ermöglicht es den Kindern auch, Überforderung oder Unterforderung zu vermeiden, da sie eine Vorstellung vom Zusammenhang von Spannung und Entspannung bekommen. Diese Erkenntnis erlangen sie durch die speziellen Bewegungsabläufe und Partnerübungen, in denen sie genau diese Dinge (sowohl muskulär als auch mental) üben und verinnerlichen<sup>68</sup>.

Ergänzend zu den bereits ausgeführten Aspekten im Bereich der Ich-Stärkung von Kindern, spielt die Philosophie des Umgangs miteinander noch eine große Rolle.

Dadurch, dass die höher graduierten Schüler (also die, die länger dabei sind, mehr Erfahrung und einen höheren Gürtel haben) den anderen unter die Arme greifen, helfen und immer als Ansprechpartner zur Verfügung stehen, entwickeln die Kinder bereits früh ein hohes Verantwortungsgefühl. Dadurch, dass man ihnen immer wieder kleine Aufgaben zumutet, auch anderen etwas zu zeigen, vielleicht Bewegungen zu korrigieren oder bei Partnerübungen den Unerfahreneren zur Seite zu stehen, werden ihre eigenen Kompetenzen erkannt, wertgeschätzt und hervorgehoben. Dabei geht es nicht darum, dass ein Kind mehr kann, sondern um das Partizipieren und voneinander Lernen. Jedem Kind wird dabei eine Bedeutung zugemessen, niemand ist besser als der Andere, höchstens anders und Andersartigkeit wird als Bereicherung gesehen. Jedes Kind kann von einem anderen Lernen, der Wert der Gemeinschaft von Kung Fu-Brüdern und -Schwestern wird unheimlich hoch angesetzt und vom Trainer- und Lehrpersonal immer wieder hervorgehoben.

Da es grundlegende Regeln für das Verhalten untereinander gibt, die bei Übertretung Konsequenzen nach sich ziehen, gibt es selten negatives Reibungspotential zwischen den

---

67 Verweis auf Anhang 5 zur besseren Übersichtlichkeit des Abschnittes

68 Vergl. Schulz 2008, S. 52f.

Kindern<sup>69</sup>. Wenn doch, vermitteln andere Kinder oder eben der Trainer/Lehrer<sup>70</sup>.

Durch das Vorbild des Trainers lernen die Kinder Respekt vor sich selbst und damit auch Respekt vor anderen. Den Aspekt der geförderten Sozialkompetenz behandelt der nächste Textabschnitt.

### 3.2.4 Sozialkompetenz

Sport und Bewegung generell haben neben der Förderung von Wahrnehmung und Motorik immer auch eine soziale Komponente. Damit sind verschiedene Dinge gemeint: Zum Einen ist es natürlich die Durchführung des Sportes mit Anderen, zum Anderen aber auch die soziale Beeinflussung des Sportkontextes von außen. Gemeint ist damit der Einfluss, den die Gesellschaft im Ganzen auf die Sportart hat, die Bedeutung, die anderen Personen beigemessen wird, und das eigene oder fremde Verhalten in Bezug auf diesen Sport<sup>71</sup>.

Kung Fu bietet aufgrund seiner familiären Struktur neben dem Gedanken, etwas mit anderen zu unternehmen, noch andere Aspekte, die sich auf das Sozialverhalten und die Sozialkompetenz von Kindern positiv auswirken können.

Wie eben bereits beschrieben schaffen die Grundregeln des Training eine Grundhaltung der Akzeptanz und des Respektes füreinander. Das im Training Gelebte wirkt sich wahrscheinlich zuerst auf das Verhalten innerhalb der eigenen Familie und anschließend auf der Verhalten innerhalb aller anderen sozialen Gefüge aus, die dem Kind zur Verfügung stehen. Dadurch, dass während des Trainings mit dem eigenen Verhalten nur positive Erfahrungen gemacht werden und dieses Verhalten von einem Vorbildcharakter vorgelebt wird (im Idealfall natürlich auch von den Eltern), überträgt es sich auf den Alltag. Außerdem entwickeln die Kinder nicht nur im Training eine gewisse Sensibilität den anderen Kindern gegenüber, sondern auch in ihrem Alltag. Die gesteigerte Empathie macht es ihnen möglich sehr sensibel auf ihre Umwelt zu reagieren und Konflikte schon im Ansatz zu entdecken<sup>72</sup>.

Über das Training hinaus lernen die Kinder wertschätzend mit jeder Art von Lebewesen umzugehen, seien es die eigenen Freunde, Fremde oder Tiere, Pflanzen und so weiter. Damit wird ein besonderes Umweltbewusstsein geschaffen, das dem Verständnis von Naturpädagogik sehr nahe kommt. Denn die Kinder lernen auch, sowohl durch die

---

69 Anmerkung: Einige Kindertrainingsgruppen handhaben solche Probleme in Form von zusätzlichen Liegestützen, besser geeignet sind Aufgaben, die dem Kind Zeit geben, sich mit dem „Fehler“/der Regelübertretung auseinander zu setzen und zu verstehen, warum das gerade nicht in Ordnung war. Dabei ist die Begleitung durch den Trainer/Lehrer unersetzlich.

70 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 51f.

71 Vergl. Fuchs 1997, S. 43

72 Vergl. Heil in Wolters/Fußmann 2008, S. 56ff.

Erzählungen des Trainers/Lehrers wie auch durch das aktive Vorbild bei gemeinsamen Unternehmungen, die Natur um sich herum zu achten, wertzuschätzen und aus ihr zu lernen. Immerhin stammt fast jeder Kung Fu Stil von einem Tier ab, und wie effektiv diese übernommenen Tierbewegungen sind lernen sie durch ihr Training.

Der respektvolle, lebensbejahende und achtsame Umgang der im Training gepredigt wird überträgt sich also Stück für Stück auf das Sozial- und Umweltverhalten.

Diese Kinder sind sensibel für sich und andere, was Bedürfnisse, Probleme und Kompetenzen angeht. Der positive Ansatz der auch im Training verfolgt wird lässt die Kinder immer zuerst die Dinge sehen, die gut sind – positiv, kompetent und einzigartig. Alles andere kommt erst später und wird, bei intensivem Training und einer gewissen Zeitspanne die vergehen muss, um alles zu verinnerlichen, als Bereicherung und eigenes Entwicklungspotential angesehen. Letztlich kann für die Kinder alles als persönliche Herausforderung betrachtet werden, was eine stetige Auseinandersetzung und damit konstante Entwicklung ermöglicht.

Erkennen die Kinder dieses Potential und es wird angemessen gefordert und gefördert, kann das wesentlich zur Errichtung neuer Resilienzkonzepte beitragen.

Kinder, die sich ihrer Selbst bewusst sind, dieses Bewusstsein nach außen tragen und eine grundlegend respektvolle und achtsame Lebenseinstellung haben, haben bei der Bewältigung größerer und kleinerer Konflikte einen Vorteil – sie sehen sie als Herausforderung, eine Möglichkeit im eigenen Leben einen Schritt weiter zu kommen und müssen nicht erst gegen eine mögliche negative Grundeinstellung kämpfen.

Das positive Sozialverhalten der Kinder kann natürlich auch als Potenzial für andere Bereiche wie das Lernen in der Schule oder das Erledigen einer Arbeit, die keinen Spaß macht, gesehen werden. Auch für den Bereich von Gewalt und Gewaltprävention, auf den im nächsten Abschnitt eingegangen wird, hat die grundlegend positive Einstellung dem Leben gegenüber einen Einfluss.

### 3.2.5 Gewalt und Gewaltprävention

Gewalt ist eines der meist tabuisierten Themen in unserem Kulturkreis. Das führt dazu, dass über dieses Thema nicht gerne geredet wird und wenn, dann gibt es eine klar zu verfolgende Linie auf der man sich bewegen kann, ohne auf Widerstände und Kritik zu stoßen. Gewalt und Konflikte sind aufgrund unserer Sozialisation und Geschichte immer negativ behaftete Begriff, die gerne unbeachtet bleiben<sup>73</sup>.

Dabei gibt es einen gravierenden Unterschied zwischen der westlichen Ansicht von Gewalt

---

73 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 20

und Kampf und dem asiatischen Verständnis dessen. Gerade in den Ost- und Südostasiatischen Ländern ist der Kampf weit mehr als nur eine körperliche Auseinandersetzung die einen Gewinner und einen Verlierer hervorbringt. Es hat etwas mit dem Weg zur Erkenntnis und der eigenen Charakterbildung zu tun und unterscheidet damit noch einmal Kampfkunst vom Kampfsport. Letzteres ist die europäisch geformte Variante in der es immer um Sieg oder Niederlage geht. Kampfkunst hingegen sieht darin den Weg zu philosophischen Erkenntnissen, weswegen sich auch Gewalt als ein zentrales und eben geisteswissenschaftliches Thema darstellt<sup>74</sup>.

Auch wenn also vom gewaltfreien Weg der Kampfkünste bisher die Rede war, spielt dieses Thema eine zentrale Rolle. Genau deswegen muss man sich, will man als Trainer/Lehrer authentisch bleiben, mit diesem Thema eingehend befassen.

Dabei gibt es bereits bei der Definition von Gewalt Schwierigkeiten, da es unzählige Varianten von Gewalt gibt, die vom Gesetzgeber nicht alle beachtet, geahndet oder abgedeckt werden. Es ist daher einfacher, sich die verschiedenen Formen von Gewalt anzuschauen um einen Überblick über das Thema zu erhalten. Dabei geht es an dieser Stelle nur um personenbezogene Gewalt, da alle weiteren Formen hier nicht hineinpassen würden.

1. Physische Gewalt: Diese Form von Gewalt umfasst alles, was zu körperlichen Verletzungen durch zum Beispiel Schläge, Stöße, Tritte, Verbrennungen etc. führen kann. Dabei ist es die offensichtlichste und zumeist auch deutlich sanktionierte Form von Gewalt
2. Psychische Gewalt: Sie beschreibt den großen Bereich der seelischen Gewalt der gekennzeichnet ist durch Abwertung, Entzug von Vertrauen/Zuwendung/Liebe, bewusstem Angst-machen, Überfordern, Mobbing, Triggern, Hänkeln, Ärgern und allen ähnlichen Formen abwertenden und respektlosen Verhaltens.
3. Strukturelle Gewalt: Sie umschließt den Bereich der Durchsetzung von Normen und Werten durch zum Beispiel die Polizei oder andere Staatsmächte oder auch durch Lehrer, wenn Noten verteilt und Regeln durchgesetzt werden.
4. Sexuelle Gewalt: Diese Gewaltform befasst sich mit aktiven sexuellen Handlungen, an denen Kinder und Jugendliche teilhaben, ohne das sie dafür verantwortlich sein können.
5. Vernachlässigung: Gerade diese Form von Gewalt kann sowohl physisch als auch psychisch und seelisch vorkommen. Es geht konkret um mangelhafte Ernährung,

---

74 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 21f.

Pflege, medizinische Versorgung und fehlende Entwicklungsanregungen von außen<sup>75</sup>.

Diese fünf Kategorien sind keine vollständige und komplette Auflistung der Formen von Gewalt gegen Personen, aber sie sind die offensichtlichsten und häufigsten. Außerdem kann Kampfkunst/Kampfsport gegen diese Formen konkret stark machen und präventiv arbeiten. Dabei ist wichtig zu beachten, dass keine von diesen Gewaltformen alleine und ausschließlich vorkommt - im Alltag begegnet man immer Mischformen die alle in der seelischen Gewalt ihre Gemeinsamkeit haben. Denn ob jemand körperliche Gewalt erleidet, vernachlässigt wird, aufgrund seiner Herkunft oder seines Geschlechtes gehänselt, gemobbt etc. wird, zeigt sich letztlich darin, dass jemand innerlich verletzt ist und das geschieht in allen Formen von Gewalt immer und permanent.

Damit sollte Gewalt, will man wirklich gewaltpräventiv mit Kindern arbeiten, nicht anhand von Verhaltensweisen operationalisiert werden, sondern immer aus Sicht des Opfers definiert sein.

Kampfkunst/Kampfsport trainieren heißt auch immer, sich mit Gewalt auseinanderzusetzen. Zuerst in der offensichtlichen Form, dass die Bewegungen die man lernt einen kämpferischen und zum Teil kriegerischen Hintergrund haben. In Anwendungen mit einem Partner wird schnell deutlich, dass man sich mit den Auswirkungen körperlicher Gewalt auseinandersetzen muss. Allerdings wirkt das Training dabei nicht gewaltfördernd: allein der Fakt, dass das Gegenüber ein Partner und kein Gegner ist macht deutlich, dass man miteinander und nicht gegeneinander trainiert. Eine wichtige Grundlage, wenn man Kampfkunst/Kampfsport nicht zum unmittelbaren Förderer von Gewalt werden lassen will. Wichtig ist auch, dass der Trainer/Lehrer das immer wiederholt um keinen Spielraum für eine andere Sichtweise zu lassen.

Um präventiv zu arbeiten, müssen die Trainierenden also dazu befähigt werden, Gewalt zu erkennen und wahrzunehmen, wann anderen und ihnen selbst Gewalt angetan wird und wann sie Gewalt antun, also Grenzen verletzen und überschreiten. Gleichzeitig muss aber auch ein Selbstbewusstsein geschaffen werden, um bewusst gegen Gewalt und Aggressionen vorgehen zu können und nicht einfach nur daneben zu stehen, wenn jemandem Gewalt angetan wird.

Damit bekommt die Ich-Stärkung der Kinder noch einmal einen neuen Blickwinkel, denn für Gewaltprävention steht dieser Punkt absolut im Zentrum.

Ist ein Kind selbstbewusst, kommunikativ und konfliktfähig, erkennt es sehr wahrscheinlich, wann jemand seine Grenzen ihm gegenüber überschreitet, eine normale Beziehungsebene in

---

<sup>75</sup> Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 23 und Cierpka 2005, S. 18f.

eine top-down-Beziehung verwandelt und wann ihm das nicht mehr gut tut. Außerdem wird ein selbstbewusstes Kind das ausdrücken können und seinen Standpunkt klar vertreten<sup>76</sup>.

Für die gewaltpräventive Arbeit mit Kindern ist es das wichtigste Ziel, dass die Kinder erkennen und artikulieren können, wann jemand ihre eigenen Grenzen überschreitet. Haben sie das verinnerlicht, haben sie auch eine Vorstellung von den Grenzen anderer und werden diese respektieren und im Notfall schützen.

Für das Training und die Öffentlichkeitsarbeit ist ebenfalls wichtig, den philosophischen Hintergrund der Kampfkünste immer wieder hervorzuheben. Um noch einmal Bezug auf das Zitat zu Beginn der Arbeit zu nehmen, ist Selbstverteidigung immer nur das letzte Mittel, um Gewalt von sich abzuhalten und dann auch nur mit den nötigsten Mitteln, niemals mit dem vollen Potential des Gelernten. Dabei sollen den Kindern viele verschiedene Handlungsmöglichkeiten offen gelegt werden, gerade damit sie nicht nur Gewalt als eine Lösungsform wahrnehmen.

Grenzen erkennen, akzeptieren und wahren ist das Zentrum einer jeden gewaltpräventiven Arbeit, und gerade Kampfkunst/Kampfsport kann, mit der Vermittlung der richtigen Hintergründe, fördernd in diesem Bereich wirken.

Zusammenfassend für diese fünf Abschnitte der Fördermöglichkeiten ist anzumerken, dass das bei Weitem nicht alle Möglichkeiten sind die das Kung Fu bietet. Der Aspekt der gesundheitlichen Förderung aus Sicht der östlichen und westlichen Medizin ist hier nur kurz angeschnitten, genau wie das Potenzial zur Arbeit mit Behinderten, die Möglichkeiten der Integration von Migranten oder das Potential für die Förderung einzelner Bildungsbereiche aus den Bildungsplänen der einzelnen Länder.

Dennoch sind diese fünf großen Bereiche, die bis hierher erläutert wurden, die aus meiner Sicht für Kinder wichtigsten und erst einmal vordergründigen.

Gerade der Bereich der Motorik ist als grundlegend zu nennen, denn er erfüllt viele menschliche Grundbedürfnisse. Auch die emotionale Seite spielt eine große Rolle für die Entwicklung von Kindern, genau wie Selbstbild und Sozialverhalten. Letztlich baut alles aufeinander auf und folgt, wie das bei buddhistischen Überlegungen immer der Fall ist, einem sich bedingenden Kreislauf, der irgendwann die ganze Lebensführung betrifft.

---

76 Vergl. Miketta/Ehrmann 2008, S. 27



### 3.3 Didaktische Überlegungen

Bei der Arbeit mit Kindern spielt immer auch die didaktische Komponente eine wichtige Rolle. Ein Thema kann noch so interessant und spannend sein - wenn es nicht gut aufbereitet wird, wird es schnell langweilig und uninteressant.

Gerade bei Sport mit Kindern sollte vorher gut überlegt werden, wie die Trainingsstunde aufgebaut und was alles gemacht werden soll und welche Inhalte man vermitteln will. Dabei geht es in diesem Textabschnitt nicht um eine konkrete Trainingsstunde, sondern um grundlegende didaktische und methodische Aspekte, die beim Kung Fu Training beachtet werden sollten.

Zu Beginn muss sich bei der Planung eines Bewegungsangebotes, sei es jetzt Kung Fu oder eine extra Bewegungsstunde in Kindergarten oder Hort, über die bereits vorhandenen Bewegungsbiografien der Kinder ein Bild gemacht werden. Um ein breites Bewegungsangebot an alle Kinder zu richten, muss man eine ungefähre Vorstellung über ihre bereits erworbenen motorischen Fähigkeiten, ihre Lerntempos und ihre Konzentrationsfähigkeit haben.<sup>77</sup> Dass das gerade bei Trainingsgruppen nicht so einfach ist, weil man sich selten mehr als zwei Mal die Woche sieht, ist klar. Aber dann kann man in den ersten Trainingsstunden durch Spiele und einfache Übungen einen groben Überblick über die Situation bekommen.

Gerade die Konzentrationsfähigkeit ist ein wichtiges Thema, das bei altersgemischten Kindern hohe Beachtung finden sollte. Da man davon ausgehen muss, dass sich nicht jedes Kind gleich lange und gleich intensiv konzentrieren kann (gerade bei den Jüngsten in einer Trainingsgruppe ist das erfahrungsgemäß der Fall), muss in der Planung einer Trainingsstunde immer genug Raum für spontane Entspannungen, Spiele oder Toberunden sein.

Ein differenziertes Angebot ist auch wichtig, wenn man bedenkt, dass jedes Kind einen anderen Motivationshintergrund hat. Man sollte versuchen, möglichst viele Aspekte der Kinder abzudecken, sei es jetzt das Spiel mit vielen anderen Kindern, der „Coolness“-Faktor durch die Nachahmung bestimmter Film- oder Literaturcharaktere oder das Interesse für die asiatische Kultur und Lebensweise.

Letztlich bieten sich genug Möglichkeiten, jede Trainingsstunde interessant und vielfältig zu gestalten, um alle Kinder in der Trainingsgruppe zu erreichen.

Ziel des Trainings ist darüber hinaus die Entwicklung eines Selbstkonzeptes auf Basis des

---

<sup>77</sup> Vergl. Stübing 1978, S. 21

Körperkonzeptes. Die psychosozialen Kompetenzen des Selbstkonzeptes hängen also stark von einem breit gefächerten Erwerb motorischer Fähigkeiten ab. Je mehr Bewegungsspielraum ich habe, desto vielschichtiger können sich Sozialkompetenzen entwickeln<sup>78</sup>.

In diesem Sinne steht neben dem Erwerb motorischer Handlungsfähigkeiten, auch immer die eigene Psyche im Zentrum des Trainings.

Beim Kung Fu und den meisten asiatischen Kampfkunst- und Kampfsportarten, steht deswegen ein ganzheitliches Training auf dem Plan. Dabei werden durch das spezielle Training von Selbst- und Interaktionsbewegungen zeitgleich mit den motorischen Fähigkeiten, auch analytische und emotionale Zusammenhänge geschult. Analytisch meint in diesem Fall, die Fähigkeiten der Interaktion bezüglich der visuellen, sensorischen, haptischen und kinästetischen Wahrnehmung, während emotional auf psychosoziale Kompetenzen abzielt<sup>79</sup>.

Dabei soll sich nicht allein auf Augen, Ohren oder Tastsinn verlassen werden. Gerade das Wahrnehmen der Umgebung durch das reine Körpergefühl (in dem Sinne: „Was sagt dir dein Bauchgefühl?“) spielt eine große Rolle und wird in vielen Übungen geschult. Man lernt im Laufe des Trainings, das sich manche Bewegungen vom „Bauch“ her richtig anfühlen und manche einfach grundlegend falsch. Letztere stellen sich zumeist als Bewegungen heraus, die dem Körper nicht gut tun, ein erhöhtes Verletzungsrisiko tragen oder einfach nicht richtig ausgeführt sind.

Begründen lässt sich dieses meist richtige Bauchgefühl durch die Ansichten der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM), bei der man davon ausgeht, dass kurz unter dem Bauchnabel, dort wo auch der Körperschwerpunkt liegt, das energetische Zentrum des Menschen liegt (mandarin: dan tian, „Zinnober-Feld“). Hier werden die Energien des Körpers gesammelt und in die einzelnen Körperteile geschickt; dort befinden sich auch Kraft, Ausdauer, Integrität und Feinfühligkeit. Dieses Zentrum kann man spüren lernen und auch wenn es sich für viele Menschen wie Esoterik oder Einbildung anhört, man kann aus diesem Zentrum heraus, bei gutem Training, seine Energien bewusst in die einzelnen Körperteile leiten<sup>80</sup>.

Inwieweit man mit den Kindern bewusst trainiert, sein Dan Tian zu kontrollieren, oder ob man es bei der unterbewussten Methode indirekt durch das normale Training belässt, ist abhängig vom Interesse der Kindergruppe für solche, zum Teil doch sehr fremd wirkenden Themen. Für den Trainer ist es dennoch wichtig, das Körperzentrum, egal mit welcher

---

78 Vergl. Schulz 2008, S. 62

79 Vergl. Ebenda, S. 64f.

80 Vergl. Heil in Wolters/Fußmann 2008, S. 69 und Vergl. Reik 2007, S. 15

Begründung, für die Kinder verständlich zu machen. Immerhin bewegt sich das Kung Fu Training rund um diesen Punkt.

Eine weitere didaktische Überlegung bezüglich des Kung Fu Trainings erklärt sich durch ein grundlegendes Bewegungsprinzip des Sportes.

Da Ganzkörperbewegungen einen wesentlich höheren Stellenwert einnehmen als Bewegungen einzelner Körperteile, fällt das Training an einigen Stellen selbst für Anfänger sehr komplex aus. Wichtig hierbei ist, die Bewegungen grundlegend langsam und verständlich zu erklären und zu zeigen, welche Bewegung was bewirken soll, um auch einen Sinn gerade in der Ganzkörperbewegung zu finden. Manchmal ist es schwer, durch das komplexe Bewegungsmuster ein Verständnis dafür zu bekommen, was man gerade macht. Sieht man aber in der Anwendung mit einem Partner, dass zum Beispiel ein Schlag alleine in einer bestimmten Situation nicht viel bringt, sondern Schrittbewegung und Körperdrehung erst den gewünschten Effekt bringen, wird man diese drei Bewegungsformen viel leichter zusammen ausführen können, als würde die Erklärung für das Warum fehlen.

Durch Partnerübungen lernen die Kinder auch, dass der Partner mit seinem Angriff oder seinen eigenen Bewegung über die Koordination der eigenen Bewegungshandlung entscheidet. Dabei werden einfachste physikalische Grundlagen beachtet: Einer entgegenkommenden Kraft, wird nicht mit einer ebenfalls entgegenkommenden Kraft begegnet, sondern mit dem Ausnutzen der Krafrichtung des Partners. Dabei ist es wichtig den Kindern durch solche Übungen zu vermitteln, dass körperliche Unterschiede zwischen den Partnern prinzipiell zu vernachlässigen sind. Geschwindigkeit und Kraft sind wesentlich unwichtiger als die eigene Bewegungsrichtung und der Rhythmus der eigenen Bewegungshandlung<sup>81</sup>.

Didaktisch und Methodisch sind dabei drei Grundprinzipien zu beachten:

- Man arbeitet niemals gegen seine eigene Schwerkraft. Das eigene Körpergewicht soll positiv genutzt werden, in dem man in den richtigen Momente nachgibt, sich 'weich' macht, fallen lässt oder seinen Körperschwerpunkt weiter nach unten verlagert.
- Man verwendet niemals mehr Energie als wirklich nötig ist. Kraft begegnet man nicht mit Kraft, sondern mit Weichheit, Festigkeit und Steifheit begegnet man mit Flexibilität. Dabei geht es immer darum, den Gegner mit seinen eigenen Mitteln zu schlagen und einfache physikalische Grundlagen

---

81 Vergl. Schulz 2008, S. 64

auszunutzen, wie die gegnerische Bewegungsrichtung einfach zu verlängern, Gleichgewicht zu brechen oder einfach auszuweichen.

- Distanzen sollen sinnvoll überbrückt werden, ohne große Bewegungen nötig zu haben. Arme und Beine dienen immer als Verlängerung des Körpers und können durch gut koordinierte Bewegungen schnell und überraschend weite Entfernung überbrücken<sup>82</sup>.

Diese drei Grundtechniken sollten Teil eines jeden Trainings sein und sowohl unterbewusst als auch direkt gefördert werden. Dabei spielt wieder das Alter der Kinder eine große Rolle: Je jünger die Kinder, desto mehr sollte man darauf vertrauen, dass die Kinder das Prinzip durch das Ausprobieren und Anwenden verstehen. Die Größeren der Gruppe kann man bereits, wenn es gut aufbereitet ist, mit 'theoretischen' Details dieser Prinzipien füttern.

Wichtig in der Methodik des Trainers ist dabei das ständige Variieren der einzelnen Übungsformen, ohne die Kinder damit zu überfordern. Es muss ein guter und sinnvoller Rhythmus zwischen Wiederholungen, Neuem und den verschiedenen Aufgabenstellungen geben. Dabei sollten folgende Fragen, zusammenfassend, immer wieder eine Rolle spielen:

- Wie kann ich die Kinder motivieren um den Spaß an der Sache zu behalten?
- Mit welchen Schwierigkeiten und Problemen muss ich rechnen, wie kann ich dem entgegenzutreten?
- Was sind die typischen Elemente innerhalb der verschiedenen Lernsituationen, wie entwickle ich sie und wie kann man sie vervollkommen?
- Wie viele Situationen und Aufgaben kann ich den Kindern zumuten, ohne sie zu über- oder unterfordern?
- Welche Methoden nutze ich, um neue Bewegungen zugänglich zu machen?
- Welcher zeitliche Umfang muss zum Üben und Wiederholen eingeplant werden, ohne das es langweilig wird?
- Welcher Wechsel zwischen physischer und psychischer Belastung, zwischen Spannung und Entspannung ist nötig<sup>83</sup>?

Betrachtet man die Sammlung der didaktischen und methodischen Aspekte, wird deutlich, welche hohe Anforderung an den Trainer/Lehrer gestellt wird. Deswegen will ich an dieser Stelle das Rollenverständnis des Lehrenden einmal kurz umreißen, um eine Vorstellung dafür zu bekommen, was über methodische und didaktische Rahmenbedingungen hinaus geleistet

---

82 Vergl. Schulz 2008, S. 65

83 Vergl. Stübing 1978, S. 23

werden sollte:

Es gab bis zum jetzigen Punkt der Arbeit immer wieder Anforderungen, die an den Trainer gestellt wurden. Er muss den Kindern sowohl im Verhalten, als auch in seinem Umgang mit anderen ein Vorbild sein. Tadelloses Verhalten gegenüber den Kindern, den Eltern und der Etikette der jeweiligen Kampfkunst-/Kampfsportart sind grundlegende Eigenschaften eines Trainers bzw. Lehrers. Dazu kommen die didaktischen und methodischen Leistungen, die er vollbringen muss, um die Gruppe zusammen zu halten, zu motivieren und ihnen die Grundprinzipien nahe zu bringen.

Genauso wichtig ist aber, dass er oder sie ein guter Sportler in der jeweiligen Disziplin ist, der über ein großes Wissen über die jeweilige Theorie und die dazugehörigen Hintergründe verfügen muss, um jederzeit schwierige Lernsituationen zu erklären und auf das 'Warum' immer eine Antwort parat zu haben. Ist das nicht der Fall, verliert der Trainer/Lehrer seine Authentizität und wird für die Kinder sowohl uninteressant, als auch als Respektsperson in Frage gestellt. Das ist eine Besonderheit in den Kampfkünsten/Kampfsportarten und hat viel mit dem asiatischen Verständnis eines Schüler-Lehrer-Verhältnisses zu tun.

Während in der westlichen Kultur niemand von zum Beispiel einem Fußballtrainer erwartet, Tore zu schießen oder ein Schwimmtrainer selten ins Becken steigt um zu zeigen zu welchen Höchstleistungen der Mensch fähig sein kann, wird bei Kampfkunst- und Kampfsportarten genau das vom Trainer/Lehrer verlangt. Kann er nicht zeigen, was er von den Kindern verlangt, werden sie es erstens nicht verstehen und zweitens daran zweifeln, warum sie es denn lernen sollen, wenn das Gegenüber nur davon redet, es aber letztlich nicht beherrscht<sup>84</sup>.

Dazu kommt, dass er ein echtes Interesse daran haben muss, seine Erkenntnisse und Fähigkeiten an Kinder weiterzugeben und dabei Fingerspitzengefühl und Selbstsicherheit beweisen muss. Kinder spüren noch eher als Erwachsene mit ihrer Feinfühligkeit, wenn jemand unsicher ist, schlechte Laune oder einfach keine Lust hat. Diese Stimmungen übertragen sich schnell auf eine Kindergruppe und können das Training somit sehr schnell zunichte machen.

Das heißt nicht, dass man Kindern gegenüber nicht kommunizieren soll, dass es einem vielleicht heute nicht so gut geht, oder dass man einen Sprung gerade nicht so gut vorzeigen kann, weil man Schmerzen im Knie oder im Rücken hat. Kommunikation ist, wie in allen sozialen Interaktionen, die Basis für gegenseitiges Verständnis. Dass man nicht jeden Tag die selben körperlichen Höchstleistungen vollbringen kann, verstehen Kinder aufgrund ihrer

---

84 Vergl. Miketta/Ehrmann 2008, S. 43

eigenen Erfahrungen sehr früh.

Weitere Eigenschaften, die absolut notwendig sind um ein qualitatives Kindertraining leisten zu können, sind Dinge wie Durchsetzungsfähigkeit, Sensibilität und Teamfähigkeit. Gerade letzteres ist wichtig, unter dem Aspekt, dass keine Kindertrainingsgruppe nur einen Trainer/Lehrer haben sollte. Gerade um jeder Altersspanne gerecht zu werden, sind zwei bis drei Trainer – je nach Gruppengröße und Altersgemischtheit – absolut sinnvoll.

Auch das Geschlecht des Trainers/Lehrers sollte nicht vernachlässigt werden. Kinder begegnen in ihrer Sozialisation bezüglich Kindergarten, Schule und Hort fast ausschließlich Frauen, deswegen werden Männer in den Trainingsgruppen gerade von den Kindern sehr gerne gesehen. Im Idealfall trainieren ein Mann und eine Frau die Kinder zusammen, das ist allerdings ein Faktor, der vom 'Angebot' der Trainerauswahl abhängig ist, und deswegen kein zwingendes Kriterium darstellt<sup>85</sup>.

Zusammenfassend ist zu sagen, dass der Anspruch an das Trainerpersonal weitaus höher ist, als man auf den ersten Blick denken mag. Dabei geht es nicht darum, dass diese Angaben einem Absolutheitsanspruch folgen und von jedem Trainer/Lehrer erfüllt werden müssen. Niemand ist perfekt und man kann nicht davon ausgehen, dass man bei seinen Kindertrainern von Anfang an diese Leistungen verlangen kann. Dennoch bleibt der Gedanke des gemeinsamen Lernens bestehen: Die Trainer/Lehrer entwickeln sich an ihrem Training durch das Feedback von Kindern und Eltern und der eigenen Selbstreflexion weiter und die Chance, die oben beschriebenen Eigenschaften im Laufe der Zeit zu erreichen, ist relativ groß.

Fakt ist, dass der Trainer/Lehrer mit die größte Rolle im Training mit Kindern spielt, genau wie letztlich die Rolle, die Pädagogen in Kindertageseinrichtungen zukommt.

### **3.4 Trainingsabläufe**

Der folgende Textabschnitt wird sich mit dem Beispiel konkreter Trainingsabläufe befassen, um ein breiteres und detaillierteres Bild vom Kindertraining zu bekommen. Die hier vorgestellten Trainingsabläufe und Rituale sind typisch für das Kung Fu, auch wenn es zwischen den Schulen einzelne Unterschiede, begründet in Stil und Tradition, gibt.

#### **3.4.1 Rituale**

Bereits zu Beginn der Arbeit bin ich auf verschiedene Traditionen und die Etikette eingegangen. Hier sollen nun Rituale beleuchtet werden, die sich in jeder Trainingseinheit wiederfinden.

---

<sup>85</sup> Vergl. Miketta/Ehrmann 2008, S. 45

Rituale gehören in den Alltag eines jeden Menschen und haben gerade für Kinder eine große Bedeutung, denn sie bringen Stabilität und eine gewisse Verlässlichkeit des Kommenden in den Tagesablauf. Dabei regeln sie tägliche Gegebenheiten und Gewohnheiten, die selten weiter hinterfragt werden, da sie als selbstverständlich empfunden werden. Außerdem geben sie ein gewisses Verhalten vor, ohne das die Situation vorher abgewogen werden muss. Das heißt aber auch, sie begrenzen die Handlungsmöglichkeiten eines jeden Einzelnen. Dennoch bieten die stereotypen Handlungen durch Rituale einen gewissen Halt, da man sich mit vielen Ritualen überall verständlich machen kann, da sie für einen Kulturkreis insgesamt gültig sind. Damit ist eine gewisse Verhaltenssicherheit gegeben, die bei der Rhythmisierung des Tagesverlaufes hilft<sup>86</sup>.

Im Kung Fu gibt es eine handvoll kleinerer Rituale, die bei jedem Training stattfinden und auf die großen Wert gelegt wird.

Zum ersten ist das die Begrüßung des Raumes vor Unterrichtsbeginn. Dabei wird vor dem betreten der Trainingshalle kurz innegehalten und sich verbeugt. Damit wird eine gewisse Aufmerksamkeit eingeleitet, die außerdem symbolisiert, das alles was vorher gewesen ist, jetzt draußen bleiben sollte. Die Kinder sollen mit einem möglichst freien Geist in das Training kommen. Dass das nicht immer möglich ist, ist dem Trainer/Lehrer immer bewusst, dennoch soll das Kung Fu für die Zeit des Trainings den Geist von allen negativen Vorgesankten 'reinigen' – auch das wird durch die Begrüßung des Raumes vorbereitet.

Der letzte Gedanke der dabei eine Rolle spielt, ist die Wertschätzung und der Respekt, der dem Raum und der darin zu verbringenden Zeit entgegengebracht werden soll. Auch im Kung Fu gilt der Raum als Erzieher, dem die Begrüßung Rechnung trägt.

Das sich anschließende Ritual, nach dem alle angekommen sind, ist die Begrüßung der Mitschüler und des Trainers/Lehrers, wenn der Unterricht beginnt. Dabei stehen die Kinder dem Trainer/Lehrer in einer Reihe gegenüber und meistens begrüßt das zu Beginn der Schlange stehende Kind das Trainer-/Lehrerpersonal entweder mit der traditionell chinesischen Anrede/Begrüßungsform oder nur mit einer leichten Verbeugung, die auf beiden Seiten statt findet. Letzteres symbolisiert eine grundlegende innere Haltung allen Anwesenden gegenüber – auch ihnen wird uneingeschränkt mit Respekt und Wertschätzung begegnet. Dabei ist es wichtig, das auch die Lehrer/Trainer diese Geste mit ausführen, um den Kindern zu zeigen, das auch sie immer noch Lernende sind.

In vielen Kindertrainingsgruppen spielt die Aufwärmung und das gemeinsame Spielen vor dem eigentlichen Training eine wichtige Rolle.

---

<sup>86</sup> Vergl. Schulz 2008, S. 75

Das gemeinsame Spielen befreit den Kopf, die Kinder haben die Möglichkeit sich auszutoben und knüpfen ihre sozialen Kontakte untereinander enger. Außerdem werden in vielen Spielen schon grundlegende Bewegungsabläufe spielerisch auf das Training vorbereitet. Ähnliches bietet die gemeinsame Aufwärmphase.

Hierbei werden verlässlich alle Muskeln und Gelenke aufgewärmt, so dass das Verletzungsrisiko sinkt. Dieses Wissen ist sowohl für die Kinder selbst, aber auch für die Eltern, die ja durchaus daneben sitzen und zuschauen sehr wichtig.

Nach dem Training folgt die gemeinsame Verabschiedung, bei der das Training noch einmal reflektiert wird und die Kinder die Möglichkeit haben, das Erlebte auszuwerten. Dabei wird sich auch hier wieder voreinander verbeugt, was letztlich die selbe Symbolwirkung wie die Begrüßung hat. Außerdem wird damit eine Wertschätzung für das gemeinsame Erlebnis gezeigt.

Beim Verlassen der Halle wird sich ein letztes Mal verbeugt, wieder zum Zeichen des Respektes des Ortes und der Zeit gegenüber, aber auch gegenüber des gemeinsamen Tun und Wirkens.

Dabei sollen diese kleinen Rituale die Kinder nicht zur Unterwürfigkeit animieren, deswegen werden gerade die Verbeugungen auch nur im Ansatz durchgeführt, es geht eher um eine gemeinsame innere Haltung gegenüber den selbstverständlichen Dingen des Trainings. Dazu kommt der jeweils kurze Moment des Innehaltens, der die Aufmerksamkeit auf das Kommende richtet und anzeigt, dass der nächste Zeitabschnitt von einem veränderten Tagesablauf bestimmt wird.

Um einen sicheren Rahmen für die Kinder darzustellen, beinhaltet auch der Unterrichtsaufbau und -Ablauf eine sich ähnelnde und wiederkehrende Struktur. Gerade den Kleineren in einer Trainingsgruppe wird so Stabilität vermittelt.

### 3.4.2 Training

Das Kung Fu Training heute und im westlichen Teil der Welt unterscheidet sich gravierend von dem in China und anderen Ursprungsländern der Kampfkünste/Kampfsportarten. Schaut man zum Beispiel nach China, sieht man in den großen Kung Fu Schulen in Henan sehr viel Härte, Disziplin und Strenge. Dabei spielt keine Rolle, ob es sich beim Trainierenden um einen Vierjährigen oder einen Vierzehnjährigen handelt – von allen Kindern wird die gleiche Leistung erwartet. Wer dem Druck in den sechs Stunden Training jeden Tag nicht aushält, der muss die Schule in den meisten Fällen verlassen.

Anders läuft es, nicht zuletzt aufgrund unseres Menschen- und Kinderbildes, in Deutschland



und den hier ansässigen Kung Fu Schulen. Während in China für viele arme Familien Kung Fu zur Notwendigkeit wird, die Kinder in irgendeiner Form versorgt und für die Zukunft vorbereitet zu sehen<sup>87</sup>, ist es in Deutschland für viele nicht mehr als ein Hobby und Teil der eigenen Freizeitgestaltung.

Aufgrund der unterschiedlichen kulturellen Voraussetzungen, der Geschichte, der Philosophie und der Menschen- und Kinderbilder, sollte man China und den Westen gerade in Bezug auf Kung Fu oder andere traditionelle Kampfkunst-/Kampfsportarten nicht vergleichen. Die Gemeinsamkeiten wären einfach zu gering.

Dabei gibt es einige Grundlagen, die es vom traditionellen Training in Asien in die deutschen Trainingshallen geschafft haben, einfach weil sie zum Kung Fu dazu gehören.

Der wohl wichtigste Teil, auch wenn er bei den Trainierenden eher unterbewusst abläuft, ist der methodische Aufbau, der sich in der Art der Formen und Bewegungen begründet. Man kann davon ausgehen, dass sich der Lernprozess im Kung Fu auf aufeinander aufbauenden Bewegungsmodulen und der Kombination dieser Bewegungen geschieht. Bildlich gesprochen, vollzieht sich im Training alles in zirkulären Abläufen. Dabei lernt man erst einige Bewegungen, experimentiert mit ihnen und übt sie, um sie schließlich zu einer Bewegungsreihe zusammenzuführen. Dann erlernt man eine neue Bewegung mit der ebenfalls geprobt, geübt und versucht wird um sie letzten Endes in den bereits bestehenden Bewegungskanon mit einzuführen. Dabei schwankt das Lernverhalten zwischen Imitation und Variation der neuen und bereits bekannten Bewegungen<sup>88</sup>. So wird in jedem Lernvorgang auf bereits bestehendes Wissen zurückgegriffen, mit dem neuen verbunden um schließlich ein neues Wissen herzustellen, ohne das Alte zu vergessen.

Die einzelnen Bewegungssequenzen folgen dabei dem einfachen methodischen Prinzip, erst etwas Einfaches und Simples zu lernen um dann zum Schweren und Komplexen zu kommen. Das Kombinationspotential der einzelnen Bewegungen ist dabei unheimlich hoch.

Diese Grundlagen sind für die Trainierenden und manchmal für die Trainer/Lehrer kaum etwas Bewusstes. Da sich die Kung Fu Formen aber so am ehesten zeigen, üben und lernen lassen, ist das eben genannte der Kanon einer jeden Trainingsstunde.

Wie lange eine solche Trainingsstunde dauert und mit welchen konkreten Inhalten sie gefüllt ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab.

Gerade die Zeit ist, solange man kein eigenes Gebäude oder keine eigene Trainingshalle zur

---

87 Anmerkung: Die Kinder und Jugendliche, die es in China durch die harten Bedingungen der Kung Fu Schulen schaffen, haben meistens bessere Chancen auf dem Arbeitsmarkt, als wenn sie normale Schulen besucht und eine Ausbildung hätten. Die meisten finden Jobs im Security-Bereich oder in der Polizei.

88 Vergl. Schulz 2008, S. 19

Verfügung hat, abhängig vom Verein und den zugewiesenen Hallenzeiten. Allerdings kann man sagen, dass 60 Minuten für eine Kindertrainingseinheit durchaus notwendig und nicht zu viel sind, um genug Zeit für Spiele, Meditation und Erwärmung zu lassen.

Dabei sollten folgende Komponenten in jedem Training mit Kindern vorhanden sein:

- Begrüßungsrituale
- Gemeinsames Spiel in Form von Bewegungs- und Laufspielen
- Kung Fu-spezifische Bewegungstechniken und Formentraining
- Bewegungsschulung grundlegender Bewegungsabläufe wie Springen, Laufen, Balancieren etc.
- Zeit für Entspannung, Zwischenspiele, Gespräche, Sorgen und Nöte
- Verabschiedungsrituale

Das sieht auf den ersten Blick für 60 Minuten viel aus, kann aber miteinander kombiniert und variiert werden, so dass für die Gestaltung des Trainings viele Möglichkeiten zur Verfügung stehen. Die methodische Vielfältigkeit bietet den Kindern eine gute Erfahrungsgrundlage für Bewusstseinsbildung und den Aufbau von Selbst- und Interaktionsbewegungen. Den beiden letzten Teilen sollte im Training, wenn die Kinder es nicht anders signalisieren, ungefähr gleich viel Zeit eingeräumt werden. Auch Aufwärmung und Spiel sollten ungefähr die gleiche Zeitspanne umfassen, da auch durch das Spielen Muskeln und Gelenke aufgewärmt und vorbereitet werden.

Wichtig ist, dass die Kinder während des Trainings viel trinken und die Möglichkeit haben, zu pausieren, wenn sie es möchten. Sicherlich gehört das Training von Kondition auch immer dazu, aber da nicht jeder Metabolismus gleich gestrickt ist, ist es wichtig den Kindern zu signalisieren, dass ihre Bedürfnisse wahr und ernst genommen werden.

Und eines muss einem als Trainer/Lehrer immer bewusst sein: Man kann seine Trainingsstunde noch so intensiv und begeistert planen, wenn die Kinder an dem Tag etwas anderes brauchen, sich für etwas anderes interessieren oder generell ganz andere Vorstellungen haben, muss man sich darauf einstellen können um in jedem Fall darauf reagieren zu können. Zwingt man den Kindern seine eigene Vorstellung des Trainings auf, wird einem die Kindergruppe nicht lange erhalten bleiben, weil Spaß und Begeisterung dann irgendwann auf der Strecke bleiben.

## **4. Der Empirische Teil**

Besieht man sich den Theorieteil, so fällt auf dass immer wieder betont wird, dass die Eltern der Kinder ausschlaggebend für eine Trainingsgruppe sind. Immerhin bringen sie ihre Kinder dorthin und müssen tolerieren und akzeptieren, dass ihre Kinder dort Kampfkunst und Kampfsport trainieren. Deswegen sollen jetzt im Forschungsteil die Meinungen und Ansichten der Eltern beleuchtet werden.

### **4.1 Ziel der Befragung und Gegebenheiten**

Bei der Wahl der empirischen Forschungsmethoden bot sich der Fragebogen als Medium für mein Thema an.

Befragt werden sollten Eltern einer Kung Fu Schule in Hamburg, um einen Überblick darüber zu bekommen, wie viel die Eltern über den Sport ihrer Kinder wissen, ob sie ihm einen Wert zuschreiben und wie sehr der Sport ihre Kinder verändert hat. Hintergrund dieser Fragen ist das Ziel einer gelungenen Elternarbeit im Bereich des Kinder-Kung Fu, da ohne die Eltern eine Kindertrainingsgruppe nicht zustande kommt. Elternmeinungen sind auch wichtig, wenn es um die gelungene Zusammenarbeit mit den Kindern gehen soll, schließlich sind sie immer die ersten Erzieher des Kindes und haben einen ganz anderen Blick und ein anderes Wissen auf ihre Kinder, als zum Beispiel ein Pädagoge. Und als letztes ist der Blick der Eltern auf den Sport so bedeutsam, weil ihre Unterstützung für die Kinder im Alltag wichtig ist - sollen die Konzepte des Trainings dahingehend übertragen werden, ist es elementar, bei den Eltern nicht auf grundlegende Ablehnung der Philosophie zu stoßen. Insgesamt sollen die gesammelten Daten eine Grundlage für eine solide Elternarbeit liefern.

Zielort der Umfrage war die Kung Fu-Schule „WuDao“ in Hamburg. Sie liegt in Horn, einem Stadtviertel mit hohem Migrationsanteil und niedrigem Einkommen. Die WuDao liegt in einem kompletten Häuserblock an der Horner Rennbahn und ist eine Schule für Kung Fu, Tai Chi und Schwertkampf.

Leiter und Besitzer der Schule ist Shifu Heiko Klisch, der der Befragung 'seiner' Eltern nach einem persönlichen Gespräch zugestimmt hat. Er selbst ist Großmeister im Kung Fu und ist mit seiner Schule von der chinesischen Trägerorganisation „World Tang Lang Association“ und von der europäischen Trägerorganisation „European Tang Lang Association“ anerkannt. Die Schule genießt über Hamburgs Grenzen hinaus einen guten Ruf, führt sie doch offiziell anerkannt die Tradition des chinesischen Großmeisters Zhang Wang Fu weiter. Auch wegen dieser offiziellen Verbindung nach China war diese Schule ein guter Ort für die Umfrage, da

sichergestellt werden konnte, dass diese Schule den höchsten fachlichen Ansprüchen genügen kann.

Das Kindertraining selbst wird von einer Reihe handverlesener junger Leute durchgeführt, die ihrerseits in der WuDao arbeiten und selbst trainieren.

Aufgrund der Schullage war anzunehmen, dass mit einem breiten Bild der soziodemografischen Daten der Eltern gerechnet werden konnte, was der Leiter der Schule bestätigte. Nach eigenen Angaben<sup>89</sup> war mit insgesamt 50 Elternpaaren zu rechnen, wobei die genaue Zahl der in der WuDao trainierenden Kinder nicht ermittelt werden konnte. Desweiteren sollte im soziodemografischen Teil des Fragebogens auch nach der Nationalität der Eltern gefragt werden, da hier ein breites Spektrum erwartet werden konnte.

Daraus ergab sich das Potential bezüglich eines Ausblicks, der rein hypothetisch zeigen könnte, in wie weit Kung Fu Kindergruppen auch geeignet wären für die integrative und inklusive Arbeit mit Menschen mit Migrationshintergrund. Das sollte jedoch zweitrangig bleiben und nur bei genug Zeit noch betrachtet werden.

Die Umfrage in Gang zu bringen, war zunächst schwieriger als erwartet, da es aufgrund Zeitmangels und gesundheitlicher Gründe nicht möglich war, das Anschreiben und die Fragebögen persönlich nach Hamburg zu bringen und dort auch wieder einzusammeln. Daraufhin verschob sich der Termin hinsichtlich des Beginns der Umfrage um fast einen Monat, so dass unsicher war, ob sie überhaupt noch stattfinden konnte.

Das größte Problem war das Zurückbringen der Fragebögen nach Neubrandenburg, da Herr Klisch die Bögen nicht per Post schicken wollte, um sicherzugehen, dass sie nicht verloren gingen. Schließlich erklärte sich ein Hamburger Student, der selbst in der WuDao trainiert und seinen Wohnsitz in Neubrandenburg hat bereit, die Fragebögen zurück zu bringen.

Als dieses Thema geklärt war, schickte ich Anschreiben und Fragebögen nach Hamburg, wo die Kindertrainer sie austeilen und auch wieder einsammeln würden.

#### **4.2 Der Fragebogen und die Durchführung**

Das Anschreiben an die Hamburger, zu finden im Anhang 6, wurde in der WuDao an verschiedenen Pinnwänden ausgehängt, an denen die Eltern sich über Neuigkeiten und anstehende Reisen, Prüfungen, Seminare etc. informieren können. Damit war zwar nicht sichergestellt, dass jedes Elternteil von der Befragung erfuhr, aber eine bereite Masse konnte so erreicht werden.

---

<sup>89</sup> Vergl. Emailverkehr mit Shifu Heiko Klisch von April und Mai 2011

Der ausgearbeitet Fragebogen wurde auch Herrn Klisch vorher vorgelegt um sein Einverständnis einzuholen. Im Anhang 7 ist ein unausgefülltes Exemplar zu finden.

Der Fragebogen teilt sich in vier Bereiche:

Der Erste ist ein weiteres an die Eltern gerichtetes Anschreiben, das sie über die Gliederung des Fragebogens aufklärt, noch einmal kurz das Thema umreißt und den Abgabetermin festlegt.

Der zweite Bereich ist der erste große Teil des Fragebogens, der sich mit allgemeinen Fragen und Aussagen zum Thema Kung Fu befasst und erfassen soll, wie viel Hintergrundwissen die Eltern zum Thema haben und welche Fördermöglichkeiten sie dem Training beimessen.

Der dritte Bereich umfasst Fragen zum Kindertraining und dem Kind. Dabei geht es darum, ob Eltern eine Veränderung seit dem Training festgestellt haben, wobei das Hauptaugenmerk auf den im Theorieteil vorgestellten Aspekten der Fördermöglichkeiten liegt. Außerdem geht es um generelle Fragen zu den Trainern und darum, was den Eltern wichtig ist.

Der letzte Teil umfasst eine Sammlung soziodemografischer Daten der Eltern, um den sozialen Rahmen der Kinder abzustecken und um einen Überblick über die Hintergründe zu bekommen. Für die Arbeit mit Kindern ist immer wichtig zu klären, wo ihre sozialen und familiären Hintergründe liegen, um Verhaltensweisen der Kinder zu verstehen und um ihnen verschiedene alternative Handlungsmöglichkeiten anzubieten.

Bei der Auswahl der Fragetypen wurde sich fast ausschließlich für geschlossene und halboffene Fragen entschieden. Der Vorteil gerade des ersten Fragetyps ist, dass die vorgegeben Antwortkategorien eine höhere Vergleichbarkeit der einzelnen Werte, mehr Objektivität und einen geringeren Zeitaufwand für die Befragten bedeuten. Dazu ist der Aufwand bei der Auswertung wesentlich geringer als zum Beispiel bei offenen Fragen, da man sich das Bilden von Kategorien sparen kann, da diese bereits vorgegeben sind<sup>90</sup>. Die halboffenen Fragen sind insofern wichtig, als dass niemals alle für die Eltern wichtige Kategorien angesprochen werden können. Deswegen haben sie an einigen Stellen des Fragebogens die Möglichkeit, ihre eigenen Antworten und Prioritäten zu formulieren.

Der insgesamt knapp neunseitige Fragebogen wurde in 50 Exemplaren ausgegeben und von 25 Eltern am Ende wieder eingereicht, woraus sich eine Rücklaufquote von 50% ergibt.

### **4.3 Ergebnisse**

Bei der Auswertung der Ergebnisse, die genauen Zahlen sind unter Anhang 8 zu finden, erstellte das Programm GrafStat4 zunächst Zahlenkolonnen, die im folgenden ausgewertet

---

90 Vergl. Raithel 2008, S. 68

werden sollen. Dabei werden nicht alle Aussagen berücksichtigt, da es Umfang und Rahmen der Arbeit sprengen würde. Nur diejenigen Daten, die am meisten relevant für das Befragungsziel sind, werden ausführlicher betrachtet.

Die erste Frage ist eine Likert-Skala<sup>91</sup>, die sich mit grundlegenden Aussagen zum Thema Kung Fu und Kampfkunst/Kampfsport beschäftigt. Hier sollten die Eltern Aussagen zu dem Thema aus ihrer Sicht auf einer fünfteiligen Skala bewerten. Dabei sollten die Ergebnisse zeigen, wie viel Hintergrundwissen die Eltern über das Thema haben.

Die ersten sechs Aussagen, hätten allein der Theorie nach, mit „Trifft zu“ und „Trifft voll zu“ beantwortet werden sollen. Das Beantwortungsverhalten der Eltern bewegt sich allerdings nur bei der Aussage „Kung Fu ist eine chinesische Kampfkunst“ in diesem Bereich. Bei der Aussage „Kung Fu ist anstrengend“, wo man definitiv erwarten konnte, dass „Trifft zu“ und „Trifft voll zu“ die meisten Antworten bekommen würden, gehen die Meinungen der Eltern weit auseinander, bis hin zu zwei Elternpaaren, die Kung Fu als überhaupt nicht anstrengend ansehen.

Alle anderen Aussagen bewegen sich im Bereich zwischen „Trifft zu“ und „Trifft teilweise zu“, wobei letzteres die Antwortmöglichkeit ohne klare Positionierung darstellt.

Die letzte Aussage in der ersten Frage, „Kung Fu unterscheidet sich nicht von Judo, Karate Aikido etc.“, hätte vom Wahrheitsgehalt der Theorie nach, mit „Trifft nicht zu“ beantwortet werden sollen. Auch wenn fast zwei Drittel der Eltern so entschieden haben, bleiben noch zwei Drittel die sich auf die anderen Möglichkeiten verteilen. Dabei sind vor allem die vier Aussagen interessant, die „Trifft voll zu“ angekreuzt haben. Wie im Theorieteil bereits an mehreren Stellen geklärt wurde, unterscheiden sich die verschiedenen Kampfkunst-/Kampfsportarten gravierend voneinander.

Die zweite Frage beschäftigt sich mit dem erzieherischen Aspekt des Kung Fu Trainings. Dabei ging es darum zu sehen, ob die Eltern dem Training einen solchen Aspekt zumuten und zutrauen, oder nicht.

92% der Eltern, also bis auf zwei Elternpaare alle, sehen einen erzieherischen Aspekt im Training. Dieses Ergebnis kann als Basis für Elternarbeit genutzt werden.

---

91 Anmerkung: Die Likert-Skala ist ein Instrument der quantitative Sozialforschung und soll das Ausmaß an Zustimmung oder Ablehnung zu einem bestimmten Thema mit verschiedenen Items erfassen. Vergl. Kirchoff/Kuhnt (u.a.) 2010, S. 21f.

Die dritte Frage bezieht sich auf die Zweite, und konkretisiert den angesprochenen erzieherischen Sinn hinter dem Training. Dabei ging es darum, welcher Punkt für die Eltern die größte Rolle spielt, deswegen ging es trotz der Auswahlmöglichkeiten um eine Einzelnennung. Mehr als die Hälfte der Eltern sehen dabei den Trainer in seiner Vorbildfunktion, was die Theorie dieser Arbeit stützt. Die zweithäufigste Angabe war „Drill und Disziplin“, wobei auf vielen Fragebögen der erste Teil dieser Antwortmöglichkeit oft weggestrichen war, so dass Disziplin alleine stehen bleiben sollte. Diese Aussage war bewusst provokant gestellt worden.

Unter „Anderes“ wurden Ausdauer, Selbstbewusstseinsstärkung, Teamfähigkeit und Selbstreflektion genannt.

Die vierte Frage beschäftigte sich im Anschluss daran mit den möglichen Förderaspekten, die Kung Fu auf Basis der bisher ausgearbeiteten Theorie bieten könnte. Die Eltern hatten dabei die Möglichkeit, mehrere Aspekte anzukreuzen.

Die häufigsten Antworten bezogen sich auf Konzentration, Motorik und Selbstvertrauen (jeweils mit 70% bis 84%), auch „Verantwortung für das eigene Handeln“ war relativ häufig (mit 48%) angekreuzt.

Unter dem Aspekt „Anderes“, gaben die Eltern unter anderem Ausdauer und die Möglichkeit des mentalen und physischen Kennenlernens an.

Die fünfte Frage sollte ermitteln, ob die Eltern Kinder Kung Fu generell einen Sinn beimessen. In gewisser Weise ergänzt sie damit die Frage, ob Kung Fu einen erzieherischen Wert hat.

Ausnahmslos alle Eltern kreuzten in diesem Falle „ja“ an, womit alle Eltern Kinder Kung Fu einen Sinn beimessen.

Der nächste Abschnitt des Fragebogens bezieht sich auf die unterschiedlichen Informationen zu den Kindern der befragten Eltern. Dabei sollte die erste Frage in diesem Abschnitt klären, wie lange die Kinder bereits in der WuDao trainieren. Einerseits geht es dabei um die Stabilität der Kindertrainingsgruppen und andererseits soll ein möglicher Zusammenhang zwischen Zeit und Veränderung der Kinder deutlich gemacht werden.

Dabei besuchen nicht ganz die Hälfte der Kinder (44%) die WuDao seit ca. sechs Monaten, wenige andere seit eineinhalb und länger als drei Jahre. Laut Angaben der Eltern, macht, bis auf zwei Enthaltungen, den Kindern das Training aus Sicht der Eltern Spaß (92%).

Die darauf folgende Likert-Skala sollte es den Eltern ermöglichen, mögliche Veränderungen ihrer Kinder anhand bestimmter Items festzustellen.

Das erste Item war die Frage nach der Verbesserung der schulischen Leistung. Dabei waren über ein Drittel der Eltern der Meinung, dass diese Aussage teilweise zutrifft, 20% machten hier gar keine Angabe und 12% bzw. 16% der Befragten sahen kaum, bzw. keine Verbesserung. Allerdings soll hervorgehoben werden, dass es auch 16% der Befragten gab, die die Aussage als zutreffend für ihr Kind empfunden haben.

Bei der Frage nach einer erhöhten Ausgeglichenheit der Kinder wurden alle Antwortmöglichkeiten angekreuzt, mit fast einem Drittel der Gesamtstimmen sehen die Eltern es überwiegend als zutreffend an. Weitere 24% der Eltern bildeten sich keine eindeutige Meinung, sondern entschieden sich für „trifft teilweise zu“.

Das Item in Bezug auf die Entspannung der Kinder wurde überwiegend mit „trifft teilweise zu“ beantwortet, genau wie die Frage nach der Konzentriertheit der Kinder. Die Items die sich auf ein erfolgreicherer Lernen und Verantwortung bezogen, wurden sehr durchwachsen beantwortet. Beide orientieren sich stark im Mittelfeld der Skala, auch wenn mehr als ein Drittel der Eltern den Kindern bescheinigt, verantwortungsvoller zu sein als vor dem Training. Eindeutig mit „trifft nicht zu“ wurde die Frage nach der Aggressivität beantwortet. Hier sind fast zwei Drittel aller Antworten dort anzusiedeln. Auch dieser Fakt ist für die Arbeit mit Kindern und vor allem Eltern sehr wichtig.

Eher mit zutreffend beschrieben, wurden die Items Selbstvertrauen und die Aussage zur Andersartigkeit der Bewegung beantwortet.

Mehr als 50% der Eltern sehen ihre Kinder im Vergleich zu dem vor dem Training verändert, was die vorhergegangenen Aussagen unterstützt. Dieses letzte Item sollte als Kontrollfrage zu den vorangegangenen dienen.

Die nächste Frage beschäftigt sich mit dem Training selbst. Dabei war es wichtig zu erfahren, was den Eltern am Kindertraining wichtig ist. Überwiegend (mit jeweils 76% bis 92%) angekreuzt wurden dabei Disziplin, Spaß, Gemeinsames Lernen in der Gruppe und die Förderung von Selbstvertrauen. Das Spielen war nur 12% wichtig und 16% nannten noch andere Faktoren, zu denen Geduld, Konzentration, das Erreichen gesteckter Ziele, Erfolg und Anerkennung zählen.

Die Frage nach einer gewünschten Qualifizierung der Trainer wurde überwiegend mit dem Trainerschein und einer ausreichenden menschlichen/charakterlichen Eignung beantwortet. Weniger wichtig war den Eltern ein vorhandenes Studium oder eine entsprechende



Ausbildung. 12% war es nicht wichtig, ob die Trainer eine besondere Qualifizierung für das Training haben oder nicht. Mehrere hinzu geschriebene Kommentare der Eltern sagten aus, dass sie eine Qualifizierung im Bereich des Kung Fu Trainings für wünschenswert hielten.

Auch die Größe der Kindergruppe spielt für 88% der Eltern eine Rolle genau wie einige Kriterien zur Auswahl der WuDao als Kampfkunstschule für ihr Kind.

Dabei spielt vor allem die Nähe zum Wohnort eine entscheidende Rolle (92%), aber auch der gute Ruf der Schule, die Qualifizierung der Trainer und die Freunde, die dort bereits trainierten.

Im Anschluss an diese Fragebatterie folgten die Soziodemografischen Daten zu den Eltern und den Familien generell.

Dabei bewegt sich die Altersspanne der Mütter zwischen 26 und 50 Jahre, der Großteil gab an bis 35 Jahre alt zu sein. Die Väter gaben an, zwischen 26 und 55 Jahre alt zu sein, wobei die Hauptverteilung des Alters um das 40. Lebensjahr liegt.

Entgegen der vorher aufgestellten Erwartung, einen hohen Migrationsanteil unter den Eltern zu haben, gaben die Mütter an zu 64% aus Deutschland und zu 36% aus anderen Kulturen zu stammen. Bei den Vätern sind es hingegen 72% aus Deutschland 16% aus anderen Ländern, während 12% gar keine Angaben machten. Bei der Frage nach dem Familienstand gaben beide Geschlechter mit 36% an, verheiratet zu sein und jeweils 28% lebten in einer Lebensgemeinschaft. Dabei gaben 36% der Mütter und 8% der Väter an, alleinerziehend zu sein.

Als höchsten Schulabschluss gaben beide den Realschulabschluss/die mittlere Reife an, wobei bei den Männern zwei befragte überhaupt keine Angabe machten. Auch der Berufsabschluss liegt bei beiden Geschlechtern ungefähr auf gleicher Höhe, mit jeweils über 60% bei der Berufsausbildung. Jeweils 20% der Eltern haben studiert.

Von den Müttern sind derzeit 72% in Arbeit und von den Vätern 88%. Bei den Frauen wurde außerdem angegeben, dass sich eine im Mutterschaftsurlaub befindet.

Bei den allgemeinen gemeinsamen Angaben, gaben 96% an, in Hamburg zu wohnen, der Großteil davon (mit 64%) im Stadtteil Horn, in dem auch die WuDao liegt.

Dabei haben die Familien zu jeweils 44% ein oder zwei Kinder, nur 12% der Eltern gaben an, Großfamilien zu sein.

Das durchschnittliche Alter der Kinder liegt bei acht Jahren. Dabei besuchen von den insgesamt 42 Kindern der Eltern 28 die WuDao.

Die Altersspanne dieser Kinder liegt zwischen drei und 14 Jahren. Dabei sind die meisten Kinder zwischen sechs und sieben Jahren.

#### **4.4 Interpretation und Konsequenzen**

Für die Arbeit, sowohl mit den Eltern als auch mit den Kindern, ergibt sich anhand dieser Zahlen und Daten eine interessante Arbeitsbasis.

Allein die erste Bewertungsskala<sup>92</sup> gibt einen Aufschluss darüber, wie interessiert die Eltern am Sport ihrer Kinder zu sein scheinen, oder wie gut sie ihnen bei ihren Erzählungen zu Hause zuhören. Dabei ist vor allem interessant, dass die Eltern zustimmen, dass Kung Fu eine besondere geistige Haltung fördert. Das unterstützt die im Theorieteil genannten Fakten, dass das Training einer Kampfkunst in Zusammenhang mit der Philosophie, eine besondere innere Einstellung fördert und auch fordert. Für die Zusammenarbeit mit den Eltern bezüglich des Kindertrainings ist das ein Potenzial mit dem die Philosophie des Trainings, die vermittelten Werte und Anschauungen in den Alltag übertragen werden könnten.

Auch die breite Zustimmung, dass Kung Fu den Charakter schult stützt die Theorie. Damit kann gleichzeitig ein Zusammenhang zwischen beiden Aspekten, der ebenfalls bereits im Theorieteil aufgeführt wurde, gezeigt werden.

Die Kreuztabelle 1 im Anhang 9 zeigt, dass beim Zusammenlegen der beiden Merkmale zwischen 36% und 48% komplette Zustimmung entsteht. Damit sehen die Eltern einen elementaren Zusammenhang zwischen geistiger Haltung und Charakterbildung. Dieses Wissen erhöht die Chance, Kung Fu in die Arbeit mit Kindern nicht nur als Sport zu integrieren, sondern auch als konkrete Fördermöglichkeit.

Diese These wird auch gestützt durch die Vorbildfunktion der Trainer, die die Eltern als größten erzieherischen Aspekt sehen. Damit wird dem Trainer von den Eltern eine hohe Verantwortung und Kompetenz abverlangt, ähnlich dem, was sie wahrscheinlich von anderem pädagogischen Fachpersonal erwarten.

Diese Haltung gegenüber dem Trainer-/Lehrerpersonal bedeutet für diese ein hohes Maß an Wissen und Kompetenz, sowohl den Kindern als auch den Eltern gegenüber. Wie bereits im Abschnitt zur Didaktik und den Trainern angesprochen, tragen sie damit eine weit aus höhere Verantwortung als Trainer/Lehrer in anderen, allgemeineren Sportbereichen. Für das Training und die Auswahl der Schulen/Vereine ihres Personals werden damit erhöhte Anforderungen gestellt.

Die Trainer müssen über ihren Sport hinaus kompetent im Umgang mit Kindern, aber auch im

---

92 Anmerkung: Für die genauen Zahlen noch einmal der Verweis auf Anhang 8

Umgang mit allen anderen Menschen sein und können von den Kindern nur das verlangen, was sie selber zu leisten in der Lage sind. Gerade bezüglich des gelebten Verhaltens nach außen und nach innen, müssen die Trainer/Lehrer sich strengstens an Etikette und Philosophie ihrer Kampfkunst-/Kampfsportart und ihrer Schule/Verein halten. Ansonsten besteht zum einen die Gefahr der fehlenden Authentizität und damit der Integrität als Trainer<sup>93</sup> und zum anderen könnte das Vertrauen der Eltern verloren werden, die daraufhin ihre Kinder aus dem Verein/der Schule nehmen könnten.

Als Basiswissen für die Elternarbeit sind diese Ideen elementar.

Ebenfalls als wichtig erachtet werden die Fragen ob die Eltern Kinder-Kung Fu für sinnvoll halten und ob sie dem einen erzieherischen Aspekt zuweisen.

Täten sie dies nicht, wäre in Frage zu stellen, warum die Eltern ihre Kinder in eine solche Sportgruppe geben (wobei vielleicht der Beschäftigungsfaktor dann eine Hauptrolle spielen könnte), außerdem ist es für eine gelungene Arbeit zwischen Trainern/Lehrern und Eltern wichtig, wenn deutlich gemacht werden kann, wie viel Sinn die Arbeit mit den Kindern macht<sup>94</sup>. Die Kreuztabelle 2 im Anhang 9 zeigt sehr deutlich, dass auch hier für die Eltern ein wichtiger Zusammenhang besteht, der bei theoretischen Überlegungen zum Training nicht vernachlässigt werden sollte. Den Eltern sollte transparent gemacht werden, welche Ziele und Prozesse verfolgt werden sollten und mit welchen Mitteln man dies umzusetzen gedenkt. An dieser Stelle kann eine Brücke zu den Zielstellungen und einzelnen Personengruppen geschlagen werden, die bereits im Theorieteil angesprochen wurden.

Die Motivation der Eltern zu verstehen und zu wissen, was sie vom Training erwarten ist genauso elementar wie zu wissen, was die Kinder erwarten. Wie in der Zusammenarbeit mit Eltern in Kindertageseinrichtungen<sup>95</sup> und Schule auch, ist es wichtig, die Eltern als Experten für ihrer Kinder ernst zu nehmen und ihnen daher immer mit Respekt und vor allem Toleranz zu begegnen. Auch Ziele der Eltern in Form von Disziplin für ihr Kind, Anerkennung und Erfolg sind müssen ernst genommen werden, da ansonsten ein gutes Training für alle Beteiligten unmöglich wird<sup>96</sup>. Allerdings muss auch kommuniziert werden, wenn es nicht umsetzbare Ziele und Vorstellungen gibt, sowohl für Kinder als auch für Eltern. Grundlage hierfür ist sowohl eine Transparenz aller Zielvorstellungen und Motivationen als auch eine gelungene Kommunikation untereinander.

An dieser Stelle kann eine weitere Verbindung zu einer Frage aufgezeigt werden: Auf die

---

93 Vergl. Miketta/Ehrmann 2009, S. 45f.

94 Vergl. Wehinger 2010, S. 10f.

95 Anmerkungen: Gemeint sind mit diesem Begriff Krippe, Kindergarten und Hort

96 Vergl. Wehinger 2010, S.12

Frage nach einer gewünschten Qualifizierung der Trainer, gaben immerhin mehr als die Hälfte an, dass eine menschliche Eignung in Form von Charaktereigenschaften durchaus wünschenswert ist. Hier zeigt sich erneut der Vorbildcharakter, den die Trainer/Lehrer haben müssen, um authentisch zu bleiben.

Auch der Wunsch nach einem Trainerschein, der in seiner Ausbildung pädagogische Grundlagen vermittelt, kann nachvollzogen werden, werden doch dort didaktische und entwicklungspsychologische Grundlagen vermittelt, die für das Training durchaus hilfreich sein können. Inwieweit die Eltern allerdings mit dem Curriculum einer Trainerausbildung vertraut sind, ist unklar, deswegen bleibt es spekulativ, warum die Eltern gerade diesen Aspekt für wichtig erachten.

Die angestrebten Veränderungen, die das Kung Fu Training mit der Zeit mit sich bringen soll, haben ebenfalls einen engen Zusammenhang zu den Zielvorstellungen der Eltern und der Trainer/Lehrer.

Neben den Aspekten von Bewegung sehen Eltern auch Konzentration, Selbstvertrauen und Verantwortung für das eigene Handeln als besonders durch das Training gefördert. Diese Dinge gehen einher mit den Antworten, die die Eltern zur Frage nach der Veränderung ihrer Kinder gemacht haben. Dabei seien die Kinder konzentrierter, verantwortungsvoller, haben mehr Selbstvertrauen und bewegten sich anders als vor dem Training (siehe Anhang 9, Kreuztabellen 3 bis 6 ). Demnach zeigen die Kinder auch Verhaltensweisen aus dem Training in ihrem Alltag.

Die vermutete verbesserte schulische Leistung der Kinder, konnte hingegen nicht eindeutig nachgewiesen werden, auch wenn überwiegend „trifft teilweise zu“ gewählt wurde. Dafür kann es mehrere Gründe geben: Der erste ist das gemischte Alter der Kinder. Bei den Kindern unter dem sechsten Lebensjahr kann davon ausgegangen werden, dass sie die Schule noch nicht besuchen und eine Antwort in dieser Richtung also hinfällig wird. Der zweite Grund kann die Dauer des Trainings betreffen. Ein Großteil der Kinder ist erst seit einem halben Jahr dabei, womit man annehmen kann, dass sich eine Veränderung im Lernklima und den schulischen Leistungen noch nicht eingestellt hat – gäbe es einen Zusammenhang zwischen Training und schulischer Leistung, die allerdings nicht wissenschaftlich nachzuweisen ist.

Dennoch kann hier ein Potenzial für die Arbeit mit dem Sport gesehen werden. Projekte an Schulen und Kindergärten zur Gewaltprävention und zum Kennenlernen anderer Bewegungsmuster könnten einen Grundstein schaffen, um im Bereich schulische Leistung und Kampfkunst/Kampfsport einen Zusammenhang herzustellen. Auch hier ist natürlich die Transparenz der angestrebten Ziele wichtig.

Wie bereits in der Auswertung angedeutet, war die Frage nach den Gründen für die Wahl dieser speziellen Kampfkunstschule mit der generellen Standortfrage einer Schule/eines Vereins begründet und mit den Motivationen der Eltern, eine solche Schule auszuwählen.

Die Vermutung, dass sich die WuDao als Schule hauptsächlich ausgewählt wurde, weil sie eine gewisse Nähe zu eigenen Wohnort aufwies, wurde durch diese Frage und die Aussagen zum bewohnten Stadtteil bestätigt. Damit zeigt sich ein interessanter Zusammenhang zwischen dem Standort der Freizeitangebote und dem Standort für Schulen und Kindergärten, die ebenfalls häufig nach der Nähe zum eigenen Wohnort gesucht werden.

Damit würde es sich anbieten, wenn die Möglichkeit besteht, einen Verein oder eine Kampfkunstschule dort zu verorten, wo sie zentral auch zwischen Schulen und anderen Kindertageseinrichtungen liegt. Allerdings sollte dieser Zusammenhang vorher dann noch einmal gründlich erforscht werden da nicht davon auszugehen ist, dass die erhaltenen Daten der Befragung einen repräsentativen Wert haben.

Die erhaltenen soziodemografischen Daten geben einen interessanten Überblick über einen Teil der Eltern, die ihre Kinder in die WuDao zum Training schicken. Auffällig war vor allem, dass mehr Mütter als Väter ihre Wurzeln außerhalb von Deutschland haben. Der generelle Anteil an Migranten wird durch die Vorinformationen von Herrn Klisch bestätigt, auch wenn ein höherer Anteil erwartet war. Dennoch bietet dieses Wissen ein Potenzial für die Arbeit im Integrationsbereich, denn eine Sportgruppe in einem Feld, in dem es explizit darum geht, gemeinsam voneinander zu lernen und einem gemeinsamen Interesse nachzugehen, ohne dass die Teilnahme an Unterschieden festgemacht wird, könnte eine gute Integrations- und Inklusionsarbeit auch in Kindertageseinrichtungen und Schulen in Form von verschiedenen Projekten ermöglichen. Allerdings müsste auch für diesen Bereich eine weitere Forschungsreihe angestellt werden.

Für die WuDao bieten die erhobenen Daten zu den Eltern eine gute Basiswissen für die Zusammenarbeit mit ihnen. Dabei könnte es eventuell um das Anpassen und Optimieren gemeinsamer Projekte und Veranstaltungen wie dem dort bereits existierenden „KidsDay“ gehen<sup>97</sup>. Gleichzeitig können die erhaltenen Informationen auch für die Verbesserung des Kindertrainings genutzt werden, insofern die Meinung der Eltern den Kindertrainern nicht bereits bekannt ist.

Weiterführend könnten an dieser Stelle weitere Kung Fu Schulen/Vereine in ganz Deutschland befragt werden um zu sehen, inwieweit sich diese Daten mit denen der anderen Schulen

---

97 Anmerkung: Zu den Veranstaltungen näheres unter [www.wudao.de](http://www.wudao.de)

decken, oder ob es regionale und schulbezogene Unterschiede gibt. Für die Kindertrainer im ganzen Land, könnte so vielleicht ein Qualitätskatalog mit Anforderungen und Ansprüchen entstehen, die es ermöglichen könnten, jedes Kindertraining im Bereich Kampfkunst und Kampfsport zu optimieren. So bestünde vielleicht die Möglichkeit, das Thema Kampfkunst/Kampfsport für alle so transparent zu machen, damit auch pädagogische Fachkräfte die Potentiale die ein solches Training bieten kann, kennen und schätzen lernen, um so durch neue Vernetzungen eine weitere Fördermöglichkeit in den pädagogischen Arbeitsalltag einziehen zu lassen.

## 5 Schlussbetrachtung

Grundlegend zur Zusammenfassung dieser Arbeit ist zu sagen, dass sie viele Möglichkeiten aufgeworfen, aber nur wenige konkret belegt hat/belegen konnte. Das hat mehrere Gründe:

Zum einen war es schwerer als erwartet, für bestimmte Bereiche ausreichend Literaturquellen zu finden. Vieles was belegt hätte werden sollen, erwies sich im Nachhinein als rein hypothetische Aussage, die alle Beweise und Nachweise schuldig bleibt. Bewegt man sich zu Beginn der Recherche viel im Internet und Themenforen, kommt man leicht auf Theorien und Hypothesen zum Thema Kinder-Kung Fu, die sich bei näherer Betrachtung als schwer haltbar oder nicht beweisbar darstellen.

Dazu gehört auch der Bereich des Ausgleichs sozialer Benachteiligung, der in dieser Arbeit besprochen werden sollte, aber weder Platz noch genügend Belege, selbst in der Sekundärliteratur, gefunden hat. Dennoch möchte ich ihn hier in der Schlussbetrachtung, in Zusammenhang mit allen anderen aufgeworfenen Fakten, zur Sprache bringen.

Das erste Kapitel in Bezug auf die allgemeinen Aussagen zu Kampfkunst und Kampfsport hat gezeigt, dass hinter allem eine gewichtige Philosophie in Form religiöser Ansichten und einer langen Kulturgeschichte steckt. Dabei sind diese Grundideen unserer eigenen, westlichen Philosophie zum Teil so fremd, das es an manchen Stellen schwer nachzuvollziehen scheint, wie man dieses Konzept in unserer Pädagogik mit einbinden könnte. Dennoch ist es möglich, und das zeigt diese Arbeit zusammenfassend.

Die Änderung unseres eigenen Blickwinkels bezüglich des Kampfes ist wichtig, um zu verstehen, dass dieses Thema in der heutigen Gesellschaft nicht mehr nur negativ betrachtet werden kann, auch wenn unsere eigene Geschichte und unsere Medien uns das schwer machen.

Doch die hier angesprochene Variante des Kämpfens, immer mit anderen und niemals wirklich gegen andere, bietet so viele Potenziale, was schon die Ausführungen zu Motorik, Ich-Stärkung, Sozialkompetenz, Psychomotorik, Gewalt und Gewaltprävention gezeigt haben. Sie zeigen auch, das es zwischen all den Dingen immer einen elementaren Zusammenhang gibt, in dem nichts einzeln betrachtet werden kann.

Auch ein Kind kann niemals losgelöst von seiner Lebensumwelt, seinen Erfahrungen, seinen Erwartungen und Gefühlen betrachtet werden, denn letztlich bilden all diese Dinge den Charakter des Kindes, seine Seele, betrachtet man es philosophisch. In diesem Zusammenhang bietet gerade das Training von Kampfkunst und Kampfsport den Kindern große Potenziale, an sich selbst zu wachsen und sich mit anderen durch Bewegung zu

entwickeln.

Der soziale Kontext ist dabei, und das zeigt auch die Befragung in Hamburg, ausschlaggebend. In einer Zeit instabiler Werte, in der Zukunft ein Wort aber keine konkrete, weil unsichere Bedeutung, Vorstellung ist kann ein Umfeld stabiler und sich nicht verändernder Grundwerte ein Halt, eine Auffangstation sein.

Das Kung Fu Training bietet aufgrund seiner Philosophie genau das. Es eröffnet die Chance, den Kindern eine Familie zu sein, wenn sie selber es natürlich zulassen. Diese Familie kann aufgrund ihrer Struktur und der Stabilität der Werte einen Ausgleich für jene bieten, die es in ihren eigenen Familien nicht finden. Durch die Vorbildfunktion der Trainer, Lehrer und Meister werden in Form von Bewegungen alternative Handlungsdimensionen zu den bereits bekannten und erlebten gebildet. Die grundlegende Ablehnung Gewalt gegenüber gibt Aggressionen ein anderes Ventil und die Möglichkeit, anders damit umzugehen als durch körperliche Auseinandersetzungen.

Gerade für die Sozialforschung kann das Gebiet von Kampfkunst und Kampfsport ein neues Feld eröffnen, um all das zu beweisen, das an dieser Stelle aufgeführt wurde. Damit ergeben sich für die Arbeit mit sozial verinselten, sozial 'schwachen' und 'schwierigen' Kindern, die selbst viel Gewalt erleben, neue Handlungsspielräume. Gerade der fehlende und auch durch die Kampfsportler/Kampfkünstler abgelehnte Therapiecharakter kann den Kindern wegen seiner Natürlichkeit und Authentizität helfen, Stabilität und ein positives, bejahendes Umfeld zu finden.

Eine Familie kann niemals ersetzt werden, wohl aber kann die Trainingsgruppe sie ergänzen und vielleicht für einige sogar vervollständigen. Es gibt Beispiele, wo Trainer und Meister für Jungen und Mädchen so etwas wie Vaterfiguren und Vorbilder wurden und es geblieben sind. Diese Schlussüberlegungen sind natürlich rein hypothetisch und dennoch nachvollziehbar, lässt man sich auf das Gedankenexperiment ein.

Darüber hinaus hat diese Arbeit einen großen Förderbereich gerade in der Motorik aufgetan. Damit könnte, verfolgt man das Thema weiter, vielleicht dem oft erwähnten Bewegungsmangel der Kinder entgegengekommen werden, weil dieser Sport auch die anzusprechen vermag, die sonst vielleicht keine Freude an Bewegung erlebt haben oder denen die Vorbilder in dieser Hinsicht fehlen.

Generell bieten Kampfkunst und Kampfsport gerade hinsichtlich der motorischen und psychomotorischen Entwicklung von Kindern eine Fördermöglichkeit, die die Kinder immer wieder herausfordert und sie vor Aufgaben stellt, die es immer wieder neu zu lösen gilt.



Auch der Bereich der Ich-Stärkung und Sozialkompetenz hat gezeigt, was für einen wertvollen Beitrag Kampfkunst/Kampfsport in diesem Bereich leisten kann. Natürlich findet man genau diese Möglichkeiten auch in den Konzepten von Kindertageseinrichtungen und Schulen – wenn nicht, wäre es schlimm – aber gerade die Andersartigkeit des Sportes, der von den geltenden Normen abweicht und diesen Hauch Exotik hat, dürfte für einige Kinder ansprechender sein als vielleicht das Bewegungsangebot in Kita oder Hort.

Außerdem bieten Kampfkunst und Kampfsport durch ihre Philosophie eine gewisse Nachhaltigkeit für das Verhalten und verschiedene Handlungskompetenzen auch im Alltag.

Dabei können, auch wenn es bis hierhin vielleicht an manchen Stellen so klingen mag, Kampfkunst und Kampfsport niemals alle auftretende Probleme eines Kindes lösen. Es gibt viele Fragen, auf die Training einer solchen Sportart keine Antwort zu liefern vermag, aber das kann auch niemals der Anspruch sein.

Was die Trainingsgruppe dem Individuum als solches bieten kann, sind, wenn es denn gewollt ist: Rückhalt und Kraft zum Weitermachen, denn die Handlungskompetenzen genau dafür werden durch das Training dieser sehr speziellen Bewegungsmuster weitergegeben und erlernt. Resilienzstrategien werden für jedes Problem neu entwickelt, bzw. bereits bestehende werden verändert und den Situationen angepasst. Kampfkunst und Kampfsport bieten aufgrund ihrer Philosophie und der Art des Trainings das Potenzial, diesen Strategien immer neue Handlungshorizonte hinzuzufügen. Inwieweit der Sport tatsächlich in dem Wirkungsgeflecht von Resilienz zu tragen kommt bleibt wohl ebenfalls ein Punkt der Spekulation und zukünftiger Forschung.

Was diese Arbeit nicht klärt, ist das genaue Einsatzgebiet dieses Konzeptes. Die Frage, ob es sich hierbei ausschließlich um eine für in Vereinen und Schulen tätige Kindertrainer gedachte Schrift handelt oder ob interessierte Pädagogen sich mit den Möglichkeiten dieser Bewegungsprozesse auseinandersetzen bleibt ungeklärt.

Das Ziel dieser Arbeit ist erreicht, wenn die Lesenden ihren kritischen Blick zwar behalten haben, aber dennoch mögliche Vorurteile ins Wanken geraten sind und die Aussicht auf ein solches Konzept nicht auf komplette Ablehnung trifft.

Ziel soll es auch in der Weiterführung dieser Gedanken nicht sein, Kampfsport und Kampfkunst in jede Kindertageseinrichtung und Schule zu tragen und auch nicht jedes Kind dazu zu bringen, sich damit zu beschäftigen – dazu sind andere Sport- und Bewegungsarten viel zu wertvoll und machen manchen mehr Spaß. Aber allein das Potenzial und die Möglichkeiten, die sich bieten, anzuerkennen und dahingehend bei Interesse weiter zu

forschen, sind Erfolg genug.

Es bleibt auch ungeklärt, inwieweit Kampfkunst und Kampfsport überhaupt Eingang in den Bereich der Pädagogik finden, auch wenn die Parallelen zur Erlebnispädagogik augenscheinlich vorhanden sind.

Allerdings ist interessant zu betrachten, inwieweit Pädagogen, die in ihrer Freizeit Kampfkunst oder Kampfsport betreiben, die dort erlebte und vielleicht auch im privaten gelebte Philosophie auf ihren Arbeitsalltag übertragen. Damit soll nicht gesagt sein, dass nur Kampfsportler und Kampfkünstler über die im Kapitel zur Didaktik erwähnte Kompetenzen verfügen, aber vielleicht ermöglicht ihnen der etwas andere Kultureinfluss einen anderen Blickwinkel.

Was ich auch nicht ungenannt lassen will ist das Risiko, das eine Kampfsport-/Kampfkunst in sich trägt, wenn Verein und Trainer nicht fundiert ausgebildet sind oder das Training versuchen zu ideologisieren. Ich weiß aus sehr privaten Quellen, dass es gerade in Ostdeutschland eine Reihe von Boxvereinen und MMA-Clubs sind, die von rechtspolitisch motivierten Personen geführt und benutzt werden. Gerade vor solchen Dingen sowie Kampfkunst- und Kampfsportschulen mit falschen Titeln, Meistern und fehlender realer Ausbildung in der angebotenen Sportart ist zu warnen.

Für einen Laien ist es wahrscheinlich unmöglich zu unterscheiden, ob die Schule oder der Verein in dem das eigene Kind Kampfkunst/Kampfsport betreibt tatsächlich etwas lehrt, das Hand und Fuß hat und hinter dem etwas steht. Es gibt leider gerade in dieser Sportszene, und auch das weiß ich aus eigenen Erfahrungen und Medienberichten, eine ganze Hand voll 'Betrüger', die mit falschen Namen und Titeln werben und bei denen im Kindertraining Dinge vermittelt werden, bei denen es selbst den Eltern die Haare sträubt.

Leider wird es unmöglich sein, solche Vorkommnisse gänzlich zu unterbinden, aber vielleicht kann auch eine solche Arbeit Eltern helfen, bei der Wahl einer Kampfkunst-/Kampfsportschule einen Augenblick länger hinzuschauen und tiefer gehende Fragen zu stellen. Ein Katalog von Qualitätskriterien könnte ebenfalls helfen.

Ebenfalls in diese Arbeit keinen Eingang gefunden hat eine Ausführung zum Umgang mit den Waffen im Kindertraining. Dass Kampfkunst und Kampfsport, gerade das Kung Fu-Training, auch immer mit der Handhabung verschiedener Waffen wie Schwert, Säbel, Speer oder Fächer einhergehen, ist im allgemeinen Teil bereits erwähnt worden. Das fehlende Kapitel hierzu hat mehrere Gründe.

Hauptsächlich hat es etwas damit zu tun, dass ich mir dahingehend immer noch keine

hinreichend zu belegende und sichere Meinung gebildet habe.

Der Umgang mit Waffen, und sei es nur ein Plastik- oder Holzsäbel , ist im Zusammenhang mit Kindern aus meiner Sicht sehr kritisch zu betrachten. Sicherlich gehen beim Erlernen der verschiedenen Bewegungsmuster auch Respekt für die Waffe einher und ein Wissen, welchen Schaden man damit anrichten kann. Dennoch ist für mich nicht eindeutig zu klären, in wie weit Kinder die Verantwortung verstehen, die sie damit haben. Dabei bezieht sich meine Unsicherheit hauptsächlich auf den Gebrauch der Waffen im Training, die eine Schneide oder eine Spitze haben. Das Training mit dem Stock hat aus meiner Sicht, schon alleine wegen der koordinativen und motorischen Ansprüche, mehr Vor- als Nachteile. Dennoch bleibt es dabei eine Waffe. Vielleicht steht mir bei dem Thema aber auch meine eigene Moralvorstellung von Kindern im Umgang mit Waffen, auch mit Spielzeugpanzern und Schreckschusspistolen, im Weg.

Bis ich Literatur zu diesem Thema gefunden haben, das mir Aussagen liefern kann, wie die kindliche Psyche mit dem Waffentraining umgeht, spreche ich mich dafür aus, das Waffentraining bei Kindern auf ein absolutes Minimum zu reduzieren.

Zum Schluss möchte ich kurz auf den Anfang zurück kommen.

Diese Arbeit liefert weder einen Absolutheits-, noch einen Vollständigkeitsanspruch. Es gibt in allen hier einbezogenen Förderbereichen noch weit mehr zu sagen, aber dafür fehlt schlichtweg der Platz und die Zeit, die ich für diese Arbeit zum Schreiben hatte. Dennoch bietet sie einen guten Überblick, über die Möglichkeiten von Kampfkunst und Kampfsport. Meine persönlichen Erfahrungen haben sich um ein vielfaches an Theorie und eigenen Möglichkeiten erweitert und ich bin mir sicher, mit dieser Arbeit einen kleinen Teil der Menschen anzusprechen, die die gleiche Leidenschaft für eine Sache teilen wie ich.

## 6. Quellenverzeichnis

### 6.1 Literaturquellen

**Arbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz (AJS) (1994):** Materialien zum Thema Gewalt und Gewaltprävention. Essen: Drei-W-Verlag

**Bielefeld, Jürgen (Hrsg.) (1991):** Körpererfahrung. Grundlagen menschlichen Bewegungsverhaltens (2. Auflage). Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie

**Brinkhoff, Klaus Peter/Sack, Hans-Gerhard (1999):** Sport und Gesund im Kindesalter. Der Sportverein im Bewegungleben der Kinder. Weinheim/München: Juventa Verlag

**Brooks, Robert/Goldstein, Sam (2009):** Das Resilienz-Buch. Wie Eltern ihre Kinder fürs Leben stärken (3. Auflage). Klett-Cotta Verlag

**Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) (2011):** Gesundheitsförderung Konkret, Band 14. Gesundheit von Jungen und Männern. Hintergründe, Zugangswege und Handlungsbedarfe für Prävention und Gesundheitsförderung. Köln

**Cierpka, Manfred (Hrsg.) (2005):** Möglichkeiten der Gewaltprävention. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht

**Cohn, Ruth C. (1984):** Von der Psychoanalyse zur Themenzentrierten Interaktion. 1984, Stuttgart:

**Fischer, Torsten/ Ziegenspeck, Jörg W. (2008):** Erlebnispädagogik: Grundlagen des Erfahrungslernens (2. Auflage). Bad Heilbrunn: Verlag Julius Klinkhardt

**Fuchs, Reinhard (1997):** Psychologie und körperliche Bewegung. Göttingen: Hogrefe Verlag für Psychologie

**Grupe, Ommo (1993):** Bewegung, Spiel und Leistung im Sport. Schorndorf: Verlag Karl Hofmann

**Hachmeister, Bernd (1997):** Psychomotorik bei körperbehinderten Kindern. Entwicklung und Förderung. München: Ernst Reinhardt Verlag

**Hertl, Michael (1994):** Die Welt des ungeborenen Kindes. Unser Leben vor der Geburt. Entwicklung, Verhalten, Gefühle. München: R. Piper Verlag

**Holle, Britta (1999):** Die motorische und perzeptuelle Entwicklung des Kindes. Ein praktisches Lehrbuch für die Arbeit mit normalen und retardierten Kindern (5. Auflage). München-Weinheim: Psychologie Verlags Union

**Kaufmann-Huber, Gertrud (2001):** Kinder brauchen Rituale. Ein Leitfaden. Freiburg im Breisgau: Herder Verlag

**Kiphard, Ernst J. (1994):** Psychomotorik in Praxis und Theorie. Ausgewählte Themen der Motopädagogik und Mototherapie (2. Auflage). Gütersloh: Flöttmann Verlag

**Kirchhoff, Sabine/Kuhnt, Sonja (u.a.) (2010):** Der Fragebogen. Datenbasis, Konstruktion und Auswertung (5. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften

**Michl, Werner (2009):** Erlebnispädagogik. München: Ernst Reinhardt Verlag

**Miedzinski, Klaus (1991):** Die Bewegungsbaustelle. Kinder bauen ihre Bewegungsanlässe selbst (4. Auflage). Dortmund: Verlag modernes lernen

**Miketta, Heero/Ehrmann, Patrick (2009):** Bonsai Kampfkunst. Das bewährte Konzept für Kampfkunst mit Kindern: Kinder-Karate, Kinder-Ju Jitsu, Kinder-Teakwondo, Kinder-Kung Fu. Norderstedt: Books on Demand GmbH

**Nitsch, Cornelia/Hüther, Gerald (2004):** Kinder gezielt fördern. München: Gräfe und Unzer Verlag

**Otte, Tim/Bin, Yu (2005):** Si kao tang lang. Praktische und philosophische Überlegungen zum Kung Fu am Beispiel des Tai Ji Mei Hua Tang Lang. Alvesloher Verlag

- Piaget, Jean (2000):** Psychologie der Intelligenz (10. Auflage). Klett-Cotta Verlag
- Pikler, Emmi (2001):** Laßt mir Zeit. Die selbstständige Bewegungsentwicklung des Kindes bis zum freien Gehen (4. Auflage). München: Richard Pflaum Verlag
- Pöhlmann, Rilo (1994):** Motorisches Lernen. Reinbeck bei Hamburg: Rowohlt Taschenbuch Verlag
- Raithel, Jürgen (2008):** Quantitative Forschung. Ein Praxiskurs (2. Auflage). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften
- Reik, Barbara (2007):** Tai Chi für Kinder. Mit Tiger und Bär zu mehr Körperbewusstsein, Bewegung und Ruhe. Murnau am Staffelsee: R Mankau Verlag
- Reiser, Helmut/Lotz, Walter (1995):** Themenzentrierte Interaktion als Pädagogik. Mainz: Matthias-Grünewald Verlag
- Schulz, Jan (2008):** Kinder Kung-Fu. Vom Körperkonzept zum Selbstkonzept. Die soziomotorische Konzeption der Kampfkunstpädagogik. Norderstedt: Books on Demand GmbH
- Sherborne, Veronica (1998):** Beziehungsorientierte Bewegungspädagogik. München: Ernst Reinhardt Verlag,
- Spitzer, Manfred (2007):** Lernen. Gehirnforschung und die Schule des Lebens. Berlin-Heidelberg: Springer-Verlag,
- Stübing, Anne-Dorothea (1978):** Bewegung, Spiel und Sport mit Kindern. Arbeitshilfen für Erzieher, Sozialpädagogen und Grundschullehrer. Braunschweig: Westermann Verlag
- Tietze-Fritz, Paula (1999):** Integrative Förderung in der Früherziehung. Entwicklungsgefährdete Kinder und ihre psychomotorischen Fähigkeiten (2. Auflage). Dortmund: Borgmann publishing

**Wehinger, Ulrike (2010):** Eltern beraten, begeistern, einbeziehen. Beispiele für eine lebendige Erziehungspartnerschaft. Freiburg im Breisgau: Verlag Herder

**Wolters, Jörg-Michael/Fußmann, Albert (Hrsg.) (2008):** Budo-Pädagogik. Kampf-Kunst in Erziehung, Therapie und Coaching. Augsburg: Ziel Verlag

**Zimmer, Katharina (1991):** Das Leben vor der Geburt. Die seelische und körperliche Entwicklung des Kindes im Mutterleib. München: Kösel-Verlag

**Zimmermann, Antje (2000):** Ganzheitliche Wahrnehmungsförderung bei Kindern mit Entwicklungsproblemen. Möglichkeiten der sensomotorischen Integration. Ein Überblick (2. Auflage). Dortmund: Verlag Modernes Lernen

## **6.2 Internetquellen**

**Eibl, Erich (2010):** Die Tugenden in der Kampfkunst. [Stand 26. Mai 2011]  
[http://www.fit-fight.at/index.php?option=com\\_content&view=article&id=16&Itemid=58](http://www.fit-fight.at/index.php?option=com_content&view=article&id=16&Itemid=58)

**Emmel, Tobias (2008):** Wahrnehmung. Sinnesmodalitäten, Entwicklung, Störung. [Stand 10 Juli 2011] <http://www.emmel-world.de/wahrnehmung.htm>

**Joswig, Helga (2003):** Phasen und Stufen in der kindlichen Entwicklung. [Stand 2. Juli 2011]  
<https://www.familienhandbuch.de/kindliche-entwicklung/allgemeine-entwicklung/phasen-und-stufen-in-der-kindlichen-entwicklung#phasen>

**Kronmüller, Christian/Nisin, Anastasia (2008):** Kung Fu für Kinder. [Stand 2. Juni 2011]  
<http://www.kungfuwebmag.de/033ce29c581145611.html>

**Seewald, Anja (2001):** Motorische Entwicklung – Gesamtübersicht. [Stand 28. Juni 2011]  
<http://www.fruehlingsmamas2001.de/impressum.htm>

## 7 Anhangsverzeichnis

### Anhang 1

- Tabelle zur motorischen Entwicklung im Kindesalter, Vergl. Joswig 2003, [www.familienhandbuch.de](http://www.familienhandbuch.de), Seewald 2001, [www.fruehlingmamas2001.de/impressum.htm](http://www.fruehlingmamas2001.de/impressum.htm) und Nitsch/Hüther 2004, S. 63

Zeitraum	Bewegungsart
<b>1. Vorgeburtliche Bewegungsentwicklung</b>	
vor 8. Woche	- Massenbewegungen
ab 8. Woche	- Isolierte Arm-, Bein- und Rumpfbewegungen
ab 10. Woche	- Armbewegungen - Berührungen des Gesichts mit der Hand
ab 12. Woche	- Saugen, Schlucken, Gähnen, Strecken und Räkeln
ab 14. Woche	- Aktivitätsphasen (mit Ruhezeiten)
ab 17. Woche	- Von außen wahrnehmbare Bewegungen des Fötus als Reaktion auf intensive Schallreize
ab 22. Woche	- Aktivitäts- und Ruhephasen im Tagesrhythmus
23. bis 37. Woche	- Verschaltung von Hirn und Sinnesorganen
ab 28. Woche	- Entwicklung der Sinnesorgane weitestgehend abgeschlossen - Fötus theoretisch lebensfähig (im Falle einer Frühgeburt)
<b>2. Bewegungsentwicklung ab der Geburt</b>	
Erste Hälfte erstes Lebensjahr	- Zuerst unkoordinierte, ungezielte, zufällige Massenbewegungen - erste einfache Rollbewegungen - unkontrolliertes Strampeln, dabei keine Stehbereitschaft - nimmt zuerst den Kopf beim Hochziehen zum Sitzen nur teilweise mit, ab 3. Monat aktives hochziehen des Kopfes als Verlängerung des Körpers - dreht sich ab 4. Monat in Seitenlage, symmetrischen Bewegungsmuster - Reflexgesteuerte Bewegungen - rollt sich von Bauch-, über Seiten- in Rückenlage - beginnt ca. im 6. Monat beim Halten eigenes Gewicht über Füße

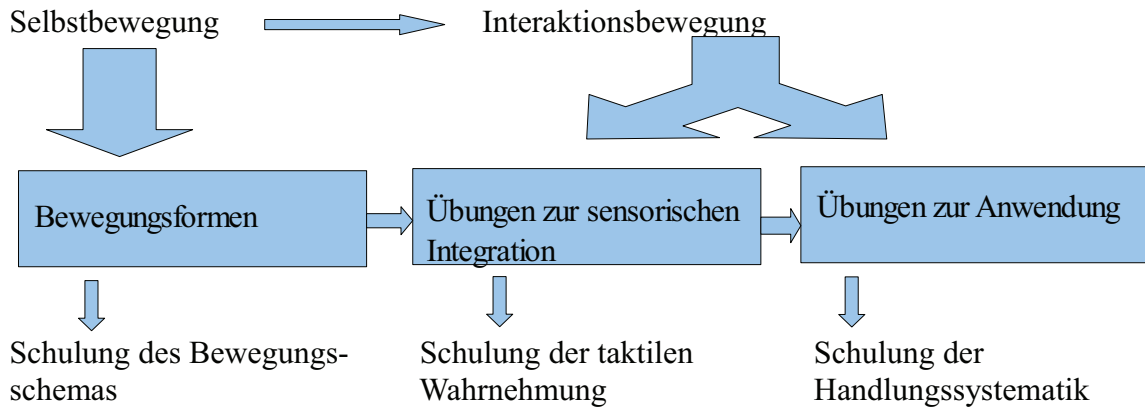


	und Beine zu übernehmen
Zweite Hälfte erstes Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- unsicheres Gleichgewicht im Sitzen</li> <li>- Versuche, durch Drehungen aktiv an Gegenstände/Personen heranzukommen</li> <li>- Kind belastet ganzen Fuß, wenn es im Stehen gehalten wird</li> <li>- beginnt durch den Raum zu robben, sich aktiv ins Sitzen zu ziehen und wenig später in den Stand</li> <li>- stützt sich in den Vierfüßlerstand, Rückenlage wird abgelehnt</li> <li>- aktive Stellungswechsel</li> <li>- greift bewusst nach Spielzeug und holt sich Gegenstände durch bewusste Lageveränderungen</li> <li>- kann zum Ende des 12. Monats an der Hand und an Gegenständen entlang laufen, Bewegungen wirken 'unreif', eckig</li> <li>- Kräfte noch unverhältnismäßig dosiert</li> </ul>
Erste Hälfte zweites Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sicheres Krabbeln und Robben</li> <li>- läuft sicherer an der Hand und später auch freihändig</li> <li>- Pinzettengriff entwickelt sich</li> <li>- 'Ausprobieren' der Schwerkraft: erstes Werfen, Fallen lassen</li> <li>- erste kleine Kletterversuche</li> <li>- Bewegungen werden gezielter und kontrollierter</li> </ul>
Zweite Hälfte zweites Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erstes Rückwärtsgehen</li> <li>- Kind beginnt Stifte zu halten und erste Kritzelbewegungen zu machen (Selbstwirksamkeitstests)</li> <li>- Nachstellschritt bei Treppen</li> <li>- beginnt auf beiden Beinen zu hüpfen, wildes Trampeln</li> <li>- Klettern auf Stühle und Schränke</li> <li>- Auffädeln großer Perlen</li> </ul>
Erste Hälfte drittes Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Treppen steigen ohne Festhalten, Gleichgewichtsgefühl differenziert sich</li> <li>- Kind geht vom Stand in die Hocke und zurück, ohne umzukippen</li> <li>- verstärktes Hüpfen, Klettern</li> <li>- Ausprobieren der eigenen Kraft</li> <li>- Bewegungen auf einem Bein ohne Gleichgewichtsverlust</li> </ul>

Zweite Hälfte drittes Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüpfen und Stehen auf einem Bein</li> <li>- Differenzierter Pinzettengriff</li> <li>- Öffnen von Knöpfen und Öffnen/Schließen von Reißverschlüssen</li> <li>- Verstärktes Malen mit dem Dreipunktgriff</li> </ul>
Erste Hälfte viertes Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dreiradfahren</li> <li>- problemloses Treppensteigen ohne jede Art von Hilfe</li> <li>- entwickelt genügend Kraft in den Händen um Klammern zu stecken und Papier zu falten</li> </ul>
Zweite Hälfte viertes Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gezielter Umgang mit der Schere</li> <li>- Bälle werden geworfen und aufgefangen (hier fehlt noch gezielte Koordination)</li> <li>- Rennen, Hüpfen und Klettern ohne Gleichgewichtsprobleme</li> <li>- schnelles Rennen, Radfahren eventuell auch ohne Stützräder</li> <li>- springt mit beiden Beinen ab und in die Luft</li> </ul>
Fünftes und Sechstes Lebensjahr	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hand-Auge-Koordination soweit entwickelt, dass beide Hände unabhängig voneinander verschiedene Bewegungen machen können</li> <li>- Ausdauer und Gleichgewicht wesentlich weiterentwickelt</li> <li>- Balancieren auf Mauern und Linien</li> <li>- geschicktes Arbeiten mit Werkzeugen und den eigenen Händen</li> <li>- Rolle vorwärts und rückwärts möglich</li> <li>- Purzelbäume können geschlagen werden</li> <li>- isolierte Fingerbeweglichkeit vorhanden</li> </ul>

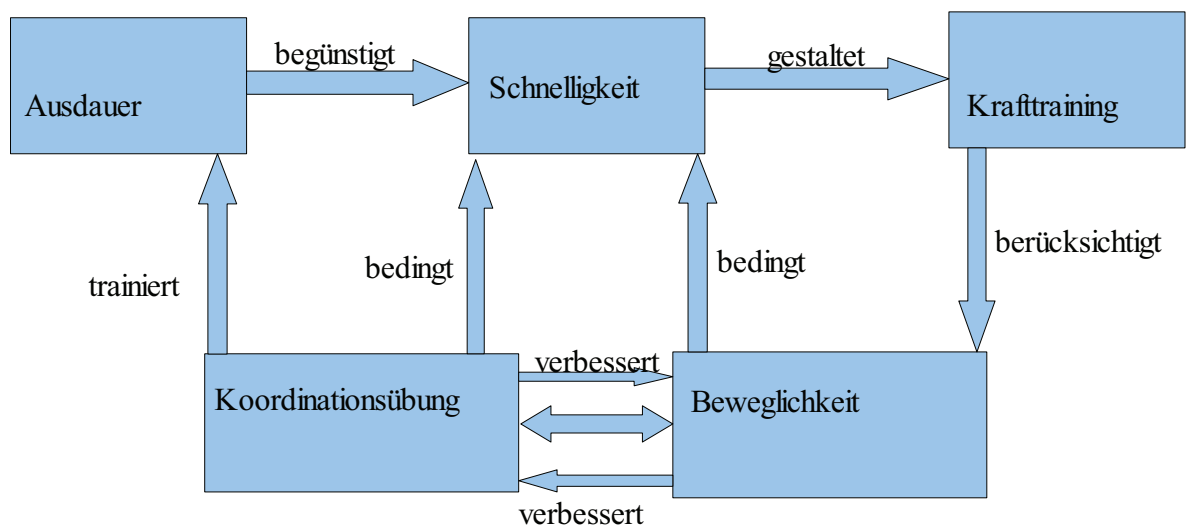
## Anhang 2

- Schemata zum Bewegungssystem Kung Fu nach Schulz 2008, S. 16



## Anhang 3

- Schemata zum motorischen Wirkungsgeflecht nach Schulz 2008, S. 21



## Anhang 4

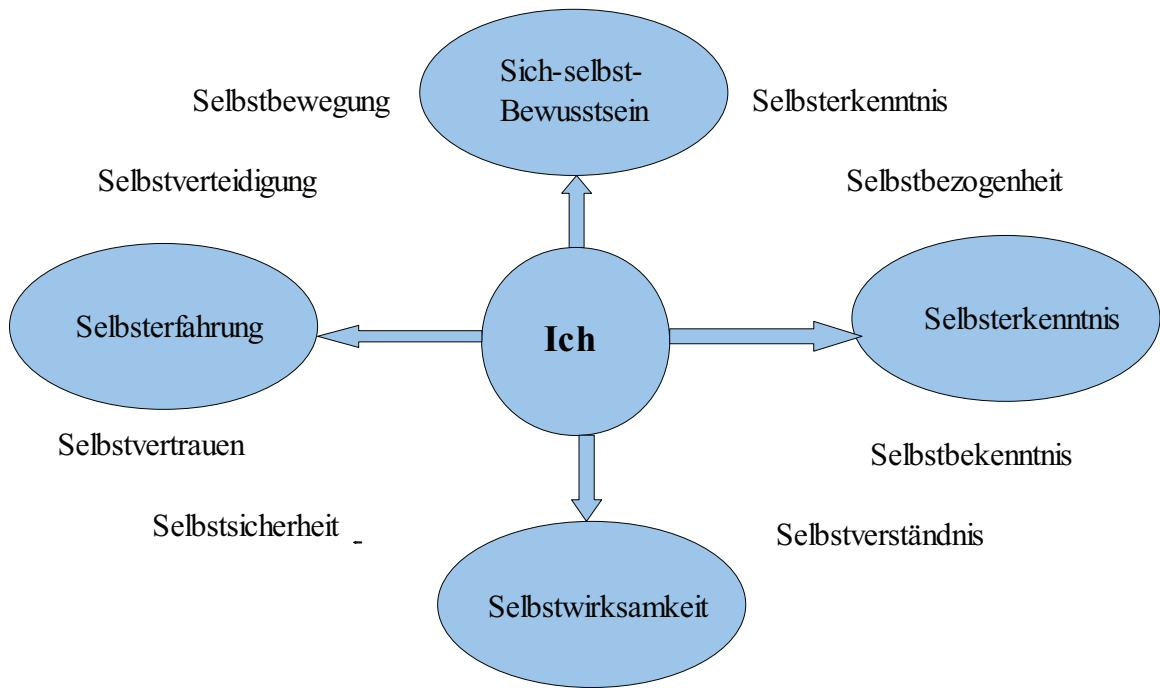
- Tabelle zur Wahrnehmungsentwicklung im Zusammenhang zur Psychomotorik, Vergl Emmel 2008 <http://www.emmel-world.de/wahrnehmung.htm>

<b>Zeitraum</b>	<b>Phase</b>	<b>Inhalt</b>
0. bis 3. Monat	Modalitätsstufe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verarbeitung sämtlicher Reize von außen durch einzelne Sinnesfunktionen (Sehen, Riechen, Schmecken, Hören, Fühlen)</li> <li>- Entwicklung der Verhaltensweisen Aufmerken, Fixieren und Verweilen, jeweils bezogen auf den einzelnen Bereich des jeweiligen Sinns</li> <li>- Eindrücke der verschiedenen Sinne werden wenig miteinander verknüpft, wenn dann vom taktil-kinästhetischen Bereich aus, durch das Sehen mit den Augen erst später</li> </ul>
3. bis 8. Monat	Intermodalitätsstufe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entstehen zahlreicher Verbindungen zwischen den einzelnen Sinneseindrücken ausgehend vom Tast- und Bewegungssinn</li> <li>- Anregungen durch die Umwelt wichtig</li> <li>- Erfassen der Umwelt mit allen Sinnesorganen um vielfältige Verknüpfungen herstellen zu können</li> <li>- Greifen wird durch Sehen ausgelöst</li> <li>- Vielfalt der Bewegungsmuster verhilft dem Kind zum Lernen</li> <li>-</li> </ul>
Ab 8. Monat	Serialstufe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Integration von durch Sinneswahrnehmungen erhaltene Informationen in zeitliche Dimensionen</li> <li>- Informationen werden durch Gesetzmäßigkeiten geordnet</li> <li>- Entwicklung von Erwartungshaltungen, Handlungsserien und Vorstellungskraft</li> <li>- vertraute Fähigkeiten werden an verschiedenen Gegenständen ausprobiert</li> <li>- Nachahmen von Bewegungen die weder gesehen noch</li> </ul>

		<p>gehört werden wird durch Vorstellungskraft möglich</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ebenfalls serielle Leistungen sind Sprechen, Schreiben, Tanzen, Schwimmen etc. (Kind muss Reihenfolge von Bewegungen aufnehmen, merken und speichern um es anschließend auf die Motorik zu übertragen)</li> </ul>
Ab 11. Monat	Intentionalstufe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrgenommenes kann zuverlässig auf Vorstellungskraft übertragen werden</li> <li>- Entwicklung von taktiler Kontrolle (z.B. Kraft dosieren, Bewegungsrichtungen, mehrere Bewegungsmuster gleichzeitig ausführen, Koordination beider Hände, Beziehungen zwischen Gegenständen)</li> <li>- Nachahmung unvertrauter Bewegungen und Mimik/Gestik anderer Menschen</li> <li>- optische Wahrnehmung löst vorherrschenden Bewegungs- und Tastsinn ab</li> <li>- zielgerichtetes Handeln, Denken und Sprechen</li> <li>- Entwicklung von Empathie</li> </ul>
Ab 18. Monat	Symbolstufe	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beginn des ganzheitlichen Denkens</li> </ul>

## Anhang 5

- Schemata zur Ich-Stärkung nach Schulz 2008, S. 42



## Anhang 6

- Antext/Anschreiben für die Befragung in der WuDao Hamburg

Mai 2011, Neubrandenburg

**Sehr geehrte Eltern,**

Mein Name ist Anne Löffler und ich bin Studentin der Hochschule Neubrandenburg im Studiengang „Early Education – Bildung und Erziehung im Kindesalter“. Ich bin im 6. Semester des Bachelor-Studiums und schreibe gerade an meiner Abschlussarbeit zum Thema:

*„Kampfkunst und Kampfsport als Chance zum Ausgleich sozialer Benachteiligung und zur Förderung von Konzentration, Sozialkompetenz und Selbstvertrauen“*

In diesem Zusammenhang beleuchte ich aufgrund persönlicher Erfahrung im Bereich des Kung Fu-Trainings mit Kindern die Möglichkeiten, die gerade diese Kampfkunstart im pädagogischen Bereich bietet. Dabei sollen verschiedene Förderbereiche wie Konzentration, Motorik und soziale Kompetenz untersucht werden.

Da so ein Kindertraining niemals ohne die Eltern stattfinden könnte, werde ich in meinem empirischen Forschungsteil die Meinung von Eltern beleuchten, deren Kinder in einer Kung Fu-Gruppe sind.

Deswegen bitte ich Sie, einen Fragebogen auszufüllen, den Ihnen die Kindertrainer im Laufe der Woche zukommen lassen.

Die Befragung wird anonym durchgeführt, und die geltenden Datenschutzregeln werden selbstverständlich eingehalten. Die Fragebögen werden Ihnen in einem undurchsichtigem Umschlag überreicht, und genau so reichen Sie ihn bitte bis zum Freitag, dem 24. Juni 2011, wieder bei den Kindertrainern. Die gesammelten Daten dienen nur zur Erstellung der Bachelor-Arbeit und werden danach vernichtet.

Bei Rückfragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung.

Für Ihr Mühe und Unterstützung danke ich Ihnen im Voraus.

Mit freundlichen Grüßen

Anne Löffler

(Dozentin: Prof. Dr. Marion Musiol)

## Anhang 7

- Unausgefülltes Exemplar des Fragebogens für die WuDao Hamburg

### Sehr geehrte Eltern,

Wie bereits im Aushang angekündigt, erhalten Sie hiermit einen Fragebogen zum Thema „Kung Fu mit Kindern“ im Rahmen meiner Bachelor-Arbeit.

Ziel der Arbeit ist es herauszufinden, ob Kung Fu eine geeignete pädagogische Fördermaßnahme für Kinder sein kann. Dabei ist mir Ihre Meinung als Eltern wichtig, da es ohne Sie keine Zusammenarbeit zwischen Kung Fu Schule, Trainern und Kindern geben kann.

Ich bitte Sie, die nachfolgenden Fragen in Ruhe zu lesen und die für Sie zutreffenden Antworten anzukreuzen. Der vorliegende Fragebogen ist wie folgt gegliedert:

1. Allgemeine Fragen zum Thema Kung Fu ..... S. 2
2. Kindertraining und Ihr Kind ..... S. 3
3. Soziodemografische Daten ..... S. 5

Ihre Antworten und Angaben werden selbstverständlich anonym behandelt und dienen nur zur Erarbeitung meiner Bachelor-Arbeit. In diesem Sinne legen Sie den ausgefüllten Fragebogen bitte wieder in den beigelegten Umschlag und kleben Sie diesen zu. Reichen Sie ihn bitte bis zum Freitag, dem 24. Juni 2011 wieder in der WuDao ein.

Für Ihre Mühe und Unterstützung möchte ich mich recht herzlich bei Ihnen bedanken.

Mit freundlichen Grüßen

Anne Löffler (Studentin der Hochschule Neubrandenburg, Studiengang Early Education)

Dozentin: Frau Prof. Dr. Musiol



## Komplex A – Allgemeine Fragen zum Thema Kung Fu

### 1. Bitte bewerten Sie die folgenden Aussagen!

	Trifft voll zu	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft kaum zu	Trifft nicht zu
Kung Fu bedeutet „harte Arbeit“.					
Kung Fu ist eine chinesische Kampfkunst.					
Es gibt einen Unterschied zwischen Kampfkunst und Kampfsport.					
Kung Fu ist anstrengend.					
Kung Fu fördert eine besondere geistige Haltung.					
Kung Fu schult den Charakter.					
Kung Fu unterscheidet sich nicht von Judo, Karate, Aikido, etc.					

### 2. Sehen Sie einen erzieherischen Aspekt im Kung Fu Training? (Einzelnennung)

- Ja
- Nein
- Keine Angabe

Bei „Nein“ bitte weiter mit Frage 4.

### 3. Welchen Aspekt sehen Sie am ehesten? (Einzelnennung)

- Drill und Disziplin
- Vorbildfunktion durch Trainer
- Vorbildfunktion durch ältere Schüler
- Aufeinandertreffen vieler Generationen
- Anderes : \_\_\_\_\_
- Keine Angabe

**4. Welche der folgenden Aspekte sehen Sie durch Kung Fu besonders gefördert?**

(Mehrfachnennung)

- Konzentration
- Bewegung (Motorik)
- Selbstvertrauen
- Anpassungsfähigkeit
- Kreativität
- Verantwortung für Andere
- Verantwortung für das eigene Handeln
- Anderes: \_\_\_\_\_
- Keine Angabe

**5. Halten Sie Kinder Kung Fu für sinnvoll? (Einzelnennung)**

- Ja
- Nein
- Keine Angabe

**Komplex B – Fragen zum Kindertraining und Ihrem Kind**

**6. Wie lange besucht Ihr Kind die WuDao? (Einzelnennung)**

- Seit sechs Monaten
- Seit zwei Jahren
- Länger als drei Jahre
- Seit einem Jahr
- Seit zweieinhalb Jahren
- Keine Angabe
- Seit eineinhalb Jahren
- Seit drei Jahren

**7. Macht Kung Fu Ihrem Kind aus Ihrer Sicht Spaß? (Einzelnennung)**

- Ja
- Nein
- Keine Angabe

**8. Hat Kung Fu Ihr Kind verändert? Bitte bewerten Sie die folgenden Aussagen**

	Trifft voll zu	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft kaum zu	Trifft nicht zu
Die schulische Leistung meines Kindes hat sich verbessert					
Mein Kind ist ausgeglichener als vorher					
Mein Kind ist entspannter als vorher					
Mein Kind ist aggressiver als vorher					
Mein Kind lernt erfolgreicher als vorher					
Mein Kind ist konzentrierter als vorher					
Mein Kind hat mehr Selbstvertrauen als vorher					
Mein Kind ist verantwortungsvoller als vorher					
Mein Kind bewegt sich anders als vorher					
Mein Kind hat sich im Vergleich zu vor dem Training nicht verändert					

**9. Was ist für Sie am Kindertraining wichtig? (Mehrfachnennung)**

- Spiel
- Spaß
- Disziplin
- gemeinsames Lernen in der Gruppe
- Förderung von Selbstvertrauen
- Anderes: \_\_\_\_\_
- Keine Angabe

**10. Ist es Ihnen wichtig, dass Kindertrainer eine spezielle eine pädagogische Qualifizierung besitzen?** (Mehrfachnennung)

- Jugendleiterschein
- Trainerschein
- pädagogisches Studium
- medizinisches Studium
- Ausbildung zum Physiotherapeuten/Ergotherapeuten
- Ausbildung zum Erzieher/Kinderpfleger/Sozialassistent
- Es reicht eine menschliche Eignung (Charaktereigenschaften)
- Es ist mir nicht wichtig
- Keine Angabe

**11. Ist Ihnen die Größe der Kindertrainingsgruppe wichtig?** (Einzelnennung)

- Ja
- Nein
- Keine Angabe

**12. Warum haben Sie die WuDao als Kampfkunstschule für Ihr Kind gewählt?**  
(Mehrfachnennung)

- Nähe zum Wohnort
- Guter Ruf der Schule
- Qualifizierung der Trainer
- Bestes Preis-Leistungs-Angebot
- Ein Freund/Freunde meines Kindes trainierten bereits dort
- Kein besonderer Grund
- Keine Angabe

## Komplex C – Soziodemografische Datenerhebung

### 13. Angaben zur Mutter (Einzelnennung)

- 13.1 Alter:**
- |                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> bis 20 Jahre | <input type="checkbox"/> bis 45 Jahre       |
| <input type="checkbox"/> bis 25 Jahre | <input type="checkbox"/> bis 50 Jahre       |
| <input type="checkbox"/> bis 30 Jahre | <input type="checkbox"/> bis 55 Jahre       |
| <input type="checkbox"/> bis 35 Jahre | <input type="checkbox"/> älter als 55 Jahre |
| <input type="checkbox"/> bis 40 Jahre | <input type="checkbox"/> Keine Angabe       |

**13.2 Nationalität:** \_\_\_\_\_

- 13.3 Familienstand:**
- ledig
  - geschieden
  - verwitwet
  - Lebensgemeinschaft
  - Sonstige \_\_\_\_\_
  - Keine Angabe

- 13.4 Sind sie Alleinerziehend?**
- Ja
  - Nein
  - Keine Angabe

### 13.5 Ihr höchster, allgemeinbildender Schulabschluss:

- keinen Schulabschluss (unter 8. Klasse)
- Hauptschulabschluss
- Realschulabschluss/Mittlere Reife
- Gymnasium/Abitur

- 13.6 Ihr höchster Berufsabschluss :**
- Berufsausbildung
  - Studium
  - Duales Studium
  - Keines
  - Keine Angabe

- 13.7 Sind sie zur Zeit in Arbeit?**
- Ja
  - Nein
  - Keine Angabe

**14. Angaben zum Vater (Einzelnennung)**

- 14.1 Alter:**
- bis 20 Jahre
  - bis 25 Jahre
  - bis 30 Jahre
  - bis 35 Jahre
  - bis 40 Jahre
  - bis 45 Jahre
  - bis 50 Jahre
  - bis 55 Jahre
  - älter als 55 Jahre
  - Keine Angabe

**14.2 Nationalität:** \_\_\_\_\_

- 14.3 Familienstand:**
- ledig
  - geschieden
  - verwitwet
  - Lebensgemeinschaft
  - Sonstige \_\_\_\_\_
  - Keine Angabe

- 14.4 Sind sie Alleinerziehend?**
- Ja
  - Nein
  - Keine Angabe

**14.5 Ihr höchster, allgemeinbildender Schulabschluss:**

- keinen Schulabschluss (unter 8. Klasse)
- Hauptschulabschluss
- Realschulabschluss/Mittlere Reife
- Gymnasium/Abitur

- 14.6 Ihr höchster Berufsabschluss :**  Berufsausbildung  
 Studium  
 Duales Studium  
 Keines  
 Keine Angabe

- 14.7 Sind sie zur Zeit in Arbeit?**  Ja  
 Nein  
 Keine Angabe

**15. Allgemeine Angaben (Einzelnennung)**

- 15.1 Wohnort:**  Hamburg  
 Anderes: \_\_\_\_\_  
 Keine Angabe

- 15.2 Viertel:**  Horn  Hamm Nord  Jenfeld  
 Billstedt  Hamm Mitte  Anderes: \_\_\_\_\_  
 Billbrook  Hamm Süd  Keine Angabe  
 Rothenburgsort  Marienthal

**15.3 Wie viele Kinder haben Sie?**

- 1  4  
 2  5  
 3  >5

**16. Wie alt sind Ihre Kinder?**

1. Kind: \_\_\_\_\_ 4. Kind: \_\_\_\_\_  Keine Angabe  
2. Kind: \_\_\_\_\_ 5. Kind: \_\_\_\_\_  
3. Kind: \_\_\_\_\_ ab. 6. Kind: \_\_\_\_\_

**17. Wie viele Ihrer Kinder besuchen aktuell die WuDao und wie alt sind sie?**

1. Kind: \_\_\_\_\_ 4. Kind: \_\_\_\_\_  Keine Angabe  
2. Kind: \_\_\_\_\_ 5. Kind: \_\_\_\_\_  
3. Kind: \_\_\_\_\_ ab 6. Kind: \_\_\_\_\_

Vielen Dank für Ihre Mitarbeit!

## Anhang 8

- Grundausswertung der Befragung WuDao Hamburg

**Rücklaufquote:** 50% (N=50)

25 von 50 Fragebögen sind ausgefüllt eingereicht worden

### **1) Bitte bewerten Sie folgende Aussagen:**

#### **Kung Fu bedeutet harte Arbeit.**

Trifft voll zu	6 (24,00%)
Trifft zu	9 (36,00%)
Trifft teilweise zu	8 (32,00%)
Trifft kaum zu	1 (4,00%)
Trifft nicht zu	0 (0,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe

---

25

#### **Kung Fu ist eine chinesische Kampfkunst.**

Trifft voll zu	17 (68,00%)
Trifft zu	7 (28,00%)
Trifft teilweise zu	0 (0,00%)
Trifft kaum zu	0 (0,00%)
Trifft nicht zu	0 (0,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe

---

25

#### **Es gibt einen Unterschied zwischen Kampfkunst und Kampfsport.**

Trifft voll zu	8 (32,00%)
Trifft zu	11 (44,00%)
Trifft teilweise zu	4 (16,00%)
Trifft kaum zu	0 (0,00%)
Trifft nicht zu	2 (8,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Summe

---

25

#### **Kung Fu ist anstrengend.**

Trifft voll zu	4 (16,00%)
Trifft zu	8 (32,00%)
Trifft teilweise zu	7 (28,00%)
Trifft kaum zu	1 (4,00%)
Trifft nicht zu	2 (8,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe

---

25

#### **Kung Fu fördert eine besondere geistige Haltung.**

Trifft voll zu	12 (48,00%)
Trifft zu	7 (28,00%)
Trifft teilweise zu	5 (20,00%)
Trifft kaum zu	0 (0,00%)
Trifft nicht zu	0 (0,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe

---

25



**Kung Fu schult den Charakter.**

Trifft voll zu	9 (36,00%)
Trifft zu	10 (40,00%)
Trifft teilweise zu	5 (20,00%)
Trifft kaum zu	0 (0,00%)
Trifft nicht zu	0 (0,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe 25

**Kung Fu unterscheidet sich nicht von Judo, Karate, Aikido etc.**

Trifft voll zu	4 (16,00%)
Trifft zu	3 (12,00%)
Trifft teilweise zu	5 (20,00%)
Trifft kaum zu	3 (12,00%)
Trifft nicht zu	8 (32,00%)
Keine Angabe	2 (8,00%)

---

Summe 25

**2.) Sehen sie einen erzieherischen Aspekt im Kung Fu Training?**

Ja	23 (92,00%)
Nein	1 (4,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe 25

**3.) Welchen Aspekt sehen Sie am ehesten?**

Drill und Disziplin	4 (16,00%)
Vorbildfunktion durch Trainer	13 (52,00%)
Vorbildfunktion durch ältere Schüler	1 (4,00%)
Aufeinandertreffen vieler Generationen	2 (8,00%)
Anderes	1 (4,00%)
Keine Angabe	4 (16,00%)

---

Summe 25

#### **4.) Welche der folgenden Aspekte sehen Sie durch Kung Fu besonders gefördert?**

Konzentration	20 (80,00%)
Bewegung (Motorik)	21 (84,00%)
Selbstvertrauen	18 (72,00%)
Anpassungsfähigkeit	5 (20,00%)
Kreativität	2 (8,00%)
Verantwortung für Andere	7 (28,00%)
Verantwortung für das eigene Handeln	12 (48,00%)
Anderes	2 (8,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Nennungen (Mehrfachwahl möglich!) 87  
geantwortet haben 25

#### **5.) Halten Sie Kinder Kung Fu für sinnvoll?**

Ja	25 (100,00%)
Nein	0 (0,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Summe 25

#### **6.) Wie lange besucht Ihr Kind die WuDao?**

Seit sechs Monaten	11 (44,00%)
Seit einem Jahr	2 (8,00%)
Seit eineinhalb Jahren	3 (12,00%)
Seit zwei Jahren	0 (0,00%)
Seit zweieinhalb Jahren	1 (4,00%)
Seit drei Jahren	1 (4,00%)
Länger als drei Jahre	3 (12,00%)
Keine Angabe	4 (16,00%)

---

Summe 25

### **7.) Macht Kung Fu Ihrem Kind aus Ihrer Sicht Spaß?**

Ja	23 (92,00%)
Nein	0 (0,00%)
Keine Angabe	2 (8,00%)

---

Summe	25
-------	----

### **8.) Hat Kung Fu Ihr Kind verändert? Bitte bewerten Sie folgende Aussagen:**

#### **Die schulische Leistung meines Kindes hat sich verbessert.**

Trifft voll zu	0 (0,00%)
Trifft zu	4 (16,00%)
Trifft teilweise zu	9 (36,00%)
Trifft kaum zu	3 (12,00%)
Trifft nicht zu	4 (16,00%)
Keine Angabe	5 (20,00%)

---

Summe	25
-------	----

#### **Mein Kind ist ausgeglichener.**

Trifft voll zu	2 (8,00%)
Trifft zu	8 (32,00%)
Trifft teilweise zu	6 (24,00%)
Trifft kaum zu	4 (16,00%)
Trifft nicht zu	1 (4,00%)
Keine Angabe	4 (16,00%)

---

Summe	25
-------	----

#### **d) Mein Kind ist aggressiver.**

Trifft voll zu	0 (0,00%)
Trifft zu	1 (4,00%)
Trifft teilweise zu	1 (4,00%)
Trifft kaum zu	4 (16,00%)
Trifft nicht zu	16 (64,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe	25
-------	----

#### **Mein Kind ist entspannter.**

Trifft voll zu	1 (4,00%)
Trifft zu	6 (24,00%)
Trifft teilweise zu	10 (40,00%)
Trifft kaum zu	3 (12,00%)
Trifft nicht zu	0 (0,00%)
Keine Angabe	5 (20,00%)

---

Summe	25
-------	----

#### **Mein Kind lernt erfolgreicher.**

Trifft voll zu	0 (0,00%)
Trifft zu	5 (20,00%)
Trifft teilweise zu	6 (24,00%)
Trifft kaum zu	5 (20,00%)
Trifft nicht zu	4 (16,00%)
Keine Angabe	5 (20,00%)

---

Summe	25
-------	----

**Mein Kind ist konzentrierter.**

Trifft voll zu	2 (8,00%)
Trifft zu	3 (12,00%)
Trifft teilweise zu	10 (40,00%)
Trifft kaum zu	4 (16,00%)
Trifft nicht zu	2 (8,00%)
Keine Angabe	4 (16,00%)

---

Summe 25

**Mein Kind ist verantwortungsvoller.**

Trifft voll zu	3 (12,00%)
Trifft zu	9 (36,00%)
Trifft teilweise zu	7 (28,00%)
Trifft kaum zu	1 (4,00%)
Trifft nicht zu	2 (8,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe 25

**Mein Kind hat sich im Vergleich zu vor dem Training nicht verändert.**

Trifft voll zu	2 (8,00%)
Trifft zu	1 (4,00%)
Trifft teilweise zu	3 (12,00%)
Trifft kaum zu	3 (12,00%)
Trifft nicht zu	13 (52,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe 25

**Mein Kind hat mehr Selbstvertrauen.**

Trifft voll zu	6 (24,00%)
Trifft zu	13 (52,00%)
Trifft teilweise zu	5 (20,00%)
Trifft kaum zu	0 (0,00%)
Trifft nicht zu	1 (4,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Summe 25

**Mein Kind bewegt sich anders.**

Trifft voll zu	3 (12,00%)
Trifft zu	10 (40,00%)
Trifft teilweise zu	6 (24,00%)
Trifft kaum zu	0 (0,00%)
Trifft nicht zu	3 (12,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe 25

### **9.) Was ist für Sie am Kindertraining wichtig?**

Spiel	3 (12,00%)
Spaß	20 (80,00%)
Disziplin	19 (76,00%)
Gemeinsames Lernen in der Gruppe	20 (80,00%)
Förderung von Selbstvertrauen	23 (92,00%)
Anderes	4 (16,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Nennungen (Mehrfachwahl möglich!) 89  
geantwortet haben 25

### **10.) Ist es Ihnen wichtig, dass Kindertrainer eine spezielle Qualifizierung besitzen?**

Jugendleiterschein	5 (20,00%)
Trainerschein	15 (60,00%)
Pädagogisches Studium	4 (16,00%)
Medizinisches Studium	1 (4,00%)
Ausbildung zum Physiotherapeuten/Ergotherapeuten	1 (4,00%)
Ausbildung zum Erzieher/Kinderpfleger/Sozialassistent	3 (12,00%)
Es reicht eine menschliche Eignung (Charaktereigenschaft)	13 (52,00%)
Es ist mir nicht wichtig	3 (12,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Nennungen (Mehrfachwahl möglich!) 45  
geantwortet haben 25

### **11.) Ist ihnen die Größe der Kindertrainingsgruppe wichtig?**

Ja	22 (88,00%)
Nein	2 (8,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe 25

### **12.) Warum haben Sie die WuDao als Kampfkunstschule für Ihr Kind gewählt?**

Nähe zum Wohnort	23 (92,00%)
Guter Ruf der Schule	11 (44,00%)
Qualifizierung der Trainer	7 (28,00%)
Bestes Preis-Leistungs-Angebot	2 (8,00%)
Ein Freund/Freunde meines Kindes trainierten bereits dort	5 (20,00%)
Kein besonderer Grund	4 (16,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)
<hr/>	
Nennungen (Mehrfachwahl möglich!) geantwortet haben	52 25

### **13.) Angaben zur MUTTER**

<b>Alter</b>		<b>Nationalität</b>	
bis 20 Jahre	0 (0,00%)	Deutsch	16 (64,00%)
bis 25 Jahre	0 (0,00%)	Türkisch	2 (8,00%)
bis 30 Jahre	4 (16,00%)	Russisch	1 (4,00%)
bis 35 Jahre	11 (44,00%)	Albanisch	1 (4,00%)
bis 40 Jahre	7 (28,00%)	Iranisch	1 (4,00%)
bis 45 Jahre	1 (4,00%)	Ägyptisch	1 (4,00%)
bis 50 Jahre	2 (8,00%)	Griechisch-Deutsch	1 (4,00%)
bis 55 Jahre	0 (0,00%)	Polnisch	1 (4,00%)
älter als 55 Jahre	0 (0,00%)	Keine Angabe	1 (4,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)		
<hr/>		<hr/>	
Summe	25	Summe	25

**Familienstand**

Ledig	5 (20,00%)
geschieden	4 (16,00%)
verwitwet	0 (0,00%)
Lebensgemeinschaft	7 (28,00%)
verheiratet	9 (36,00%)
Sonstige	0 (0,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Summe 25

**Sind sie Alleinerziehend?**

Ja	9 (36,00%)
Nein	16 (64,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Summe 25

**Ihr höchster, allgemeinbildender Schulabschluss:**

keinen Schulabschluss (unter 8. Klasse)	0 (0,00%)
Hauptschulabschluss	3 (12,00%)
Realschulabschluss/Mittlere Reife	15 (60,00%)
Gymnasium/Abitur	7 (28,00%)

---

Summe 25

**Ihr höchster Berufsabschluss:**

Berufsausbildung	16 (64,00%)
Studium	5 (20,00%)
Duales Studium	0 (0,00%)
Keines	1 (4,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe 25

**Sind Sie zur Zeit in Arbeit?**

Ja	18 (72,00%)
Nein	6 (24,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe 25

#### **14.) Angaben zum VATER**

##### **Alter**

bis 20 Jahre	0 (0,00%)
bis 25 Jahre	0 (0,00%)
bis 30 Jahre	1 (4,00%)
bis 35 Jahre	3 (12,00%)
bis 40 Jahre	11 (44,00%)
bis 45 Jahre	5 (20,00%)
bis 50 Jahre	1 (4,00%)
bis 55 Jahre	2 (8,00%)
älter als 55 Jahre	0 (0,00%)
Keine Angabe	2 (8,00%)

---

Summe

---

25

##### **Nationalität**

Deutsch	18 (72,00%)
Albanisch	1 (4,00%)
Polnisch	1 (4,00%)
Russisch	1 (4,00%)
Zindi	1 (4,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe

---

25

##### **Familienstand**

ledig	2 (8,00%)
geschieden	4 (16,00%)
verwitwet	0 (0,00%)
Lebensgemeinschaft	7 (28,00%)
verheiratet	9 (36,00%)
Sonstige	1 (4,00%)
Keine Angabe	2 (8,00%)

---

Summe

---

25

##### **Sind sie Alleinerziehend?**

Ja	2 (8,00%)
Nein	20 (80,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe

---

25

##### **Ihr höchster, allgemeinbildender Schulabschluss:**

keinen Schulabschluss (unter 8. Klasse)	0 (0,00%)
Hauptschulabschluss	7 (30,43%)
Realschulabschluss/Mittlere Reife	14 (60,87%)
Gymnasium/Abitur	2 (8,70%)

---

Summe

---

23



**Ihr höchster Berufsabschluss:**

Berufsausbildung	17 (68,00%)
Studium	3 (12,00%)
Duales Studium	2 (8,00%)
Keines	0 (0,00%)
Keine Angabe	3 (12,00%)

---

Summe 25

**Sind Sie zur Zeit in Arbeit?**

Ja	22 (88,00%)
Nein	1 (4,00%)
Keine Angabe	2 (8,00%)

---

Summe 25

**15.) Allgemeine Angaben****Wohnort**

Hamburg	24 (96,00%)
Anderes	0 (0,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)

---

Summe 25

**Stadtteil**

Horn	16 (64,00%)
Billstedt	5 (20,00%)
Billbrook	0 (0,00%)
Rothenburgsort	0 (0,00%)
Hamm Nord	2 (8,00%)
Hamm Mitte	0 (0,00%)
Hamm Süd	0 (0,00%)
Marienthal	0 (0,00%)
Jenfeld	0 (0,00%)
Anderes	2 (8,00%)
Keine Angabe	0 (0,00%)

---

Summe 25

**Wie viele Kinder haben Sie?**

1	11 (44,00%)
2	11 (44,00%)
3	1 (4,00%)
4	2 (8,00%)
5	0 (0,00%)
>5	0 (0,00%)

---

Summe 25

**16.) Wie alt sind Ihre Kinder?**

1 Jahr	1 (4,00%)	11 Jahre	1 (4,00%)
2 Jahre	1 (4,00%)	12 Jahre	3 (12,00%)
3 Jahre	1 (4,00%)	13 Jahre	2 (8,00%)
4 Jahre	3 (12,00%)	14 Jahre	2 (8,00%)
5 Jahre	3 (12,00%)	15 Jahre	1 (4,00%)
6 Jahre	5 (20,00%)	19 Jahre	1 (4,00%)
7 Jahre	7 (28,00%)	26 Jahre	1 (4,00%)
8 Jahre	3 (12,00%)	Keine Angabe	2 (8,00%)
9 Jahre	3 (12,00%)	_____	_____
10 Jahre	2 (8,00%)	geantwortet haben	25

**17.) Wie viele ihrer Kinder besuchen aktuell die WuDao und wie alt sind sie?**

<b>Anzahl</b>		<b>Alter</b>	
1	20 (80,00%)	3 Jahre	1 (4,00%)
2	4 (16,00%)	4 Jahre	2 (8,00%)
Keine Angabe	1 (4,00%)	5 Jahre	3 (12,00%)
_____	_____	6 Jahre	4 (16,00%)
Summe	25	7 Jahre	6 (24,00%)
		8 Jahre	3 (12,00%)
		9 Jahre	3 (12,00%)
		10 Jahre	2 (8,00%)
		12 Jahre	3 (12,00%)
		14 Jahre	1 (4,00%)
		Keine Angabe	1 (4,00%)
		_____	_____
		geantwortet haben	25

## Anhang 9

- Kreuztabelle 1: Zusammenhang zwischen geistiger Haltung und Charakterschulung

x-Achse: Kung Fu fördert eine besondere geistige Haltung

y-Achse: Kung Fu schult den Charakter

### Zusammenhang zwischen geistiger Haltung und Charakterschulung

	Trifft voll zu	Trifft zu	Trifft teilweise zu	Trifft kaum zu	Trifft nicht zu	Keine Angabe	Anteil
Trifft voll zu	32,0%	4,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	36,0%
Trifft zu	16,0%	16,0%	8,0%	0,0%	0,0%	0,0%	40,0%
Trifft teilweise zu	0,0%	8,0%	12,0%	0,0%	0,0%	0,0%	20,0%
Trifft kaum zu	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Trifft nicht zu	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Keine Angabe	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	4,0%	4,0%
Anteil	48,0%	28,0%	20,0%	0,0%	0,0%	4,0%	100,0%

N [25]

- Kreuztabelle 2: Zusammenhang zwischen erzieherischem Aspekt und Sinn im Training

x-Achse: Sehen Sie einen erzieherischen Aspekt im Kung Fu Training?

Y-Achse: Halten sie Kinder Kung Fu für sinnvoll?

### Zusammenhang zwischen Erzieherischem Aspekt und Sinn im Training

	Ja	Nein	Keine Angabe	Anteil
Ja	92,0%	4,0%	4,0%	100,0%
Nein	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Keine Angabe	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Anteil	92,0%	4,0%	4,0%	100,0%

N [25]

- Kreuztabelle 3: Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und Konzentriertheit

x-Achse: Welche der folgenden Aspekte sehen Sie durch Kung Fu besonders gefördert?

X-Achse: Mein Kind ist konzentrierter.

### Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und Konzentriertheit

	Konzentration	Bewegung (Motorik)	Selbstvertrauen	Anpassungsfähigkeit	Kreativität	Verantwortung für Andere	Verantwortung für das eigene Handeln	Ästhetik	Keine Angabe	Anteil
Trifft voll zu	2,3%	2,3%	2,3%	0,0%	0,0%	2,3%	1,1%	0,0%	0,0%	10,3%
Trifft zu	2,3%	1,1%	2,3%	0,0%	0,0%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	6,9%
Trifft teilweise zu	6,9%	10,3%	6,9%	2,3%	1,1%	2,3%	8,1%	1,1%	0,0%	39,1%
Trifft kaum zu	4,6%	4,6%	4,6%	2,3%	0,0%	2,3%	4,6%	1,1%	0,0%	24,1%
Trifft nicht zu	2,3%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	4,6%
Keine Angabe	4,6%	4,6%	3,5%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	14,9%
Anteil	23,0%	24,1%	20,7%	5,8%	2,3%	8,1%	13,8%	2,3%	0,0%	100,0%

N [25]

- Kreuztabelle 4: Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und Selbstvertrauen

x-Achse: Welche der folgenden Aspekte sehen Sie durch Kung Fu besonders gefördert?

y-Achse: Mein Kind hat mehr Selbstvertrauen.

### Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und Selbstvertrauen

	Konstanz	Bewegung (Motorik)	Selbstvertrauen	Anpassungsfähigkeit	Kreativität	Verantwortung für Andere	Verantwortung für das eigene Handeln	Audienz	Keine Angabe	Anteil
Trifft voll zu	4,6%	4,6%	4,6%	1,1%	0,0%	3,5%	3,5%	2,3%	0,0%	24,1%
Trifft zu	11,5%	13,8%	11,5%	3,5%	2,3%	3,5%	5,8%	0,0%	0,0%	51,7%
Trifft teilweise zu	5,8%	4,6%	4,6%	1,1%	0,0%	1,1%	4,6%	0,0%	0,0%	21,9%
Trifft kaum zu	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Trifft nicht zu	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	2,3%
Keine Angabe	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Anteil	23,0%	24,1%	20,7%	5,8%	2,3%	8,1%	13,8%	2,3%	0,0%	100,0%

N [25]

- Kreuztabelle 5: Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und Verantwortung

x-Achse: Welche der folgenden Aspekte sehen Sie durch Kung Fu besonders gefördert?

y-Achse: Mein Kind ist verantwortungsvoller.

### Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und Verantwortung

	Konsequenz	Bewegung (Motorik)	Selbstvertrauen	Anpassungsfähigkeit	Kreativität	Verantwortung für Andere	Verantwortung für das eigene Handeln	Anderes	Keine Angabe	Anteil
Trifft voll zu	2,3%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	2,3%	2,3%	0,0%	0,0%	9,2%
Trifft zu	6,9%	9,2%	8,1%	3,5%	1,1%	4,6%	3,5%	1,1%	0,0%	38,0%
Trifft teilweise zu	6,9%	8,1%	5,8%	0,0%	0,0%	0,0%	6,9%	0,0%	0,0%	27,6%
Trifft kaum zu	1,1%	1,1%	1,1%	1,1%	0,0%	1,1%	1,1%	1,1%	0,0%	8,1%
Trifft nicht zu	2,3%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	4,6%
Keine Angabe	3,5%	3,5%	3,5%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	12,7%
Anteil	23,0%	24,1%	20,7%	5,8%	2,3%	8,1%	13,8%	2,3%	0,0%	100,0%

N [25]

- Kreuztabelle 6: Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und einer veränderten Bewegung

x-Achse: Welche der folgenden Aspekte sehen Sie durch Kung Fu besonders gefördert?

y-Achse: Mein Kind bewegt sich anders.

### Zusammenhang der Aspekte, die durch Kung Fu besonders gefördert werden und einer veränderten Bewegung.

	Konkret #1	Bewegung (Mozzok)	Selbstvertrauen	Anpassungsfähigkeit	Kreativität	Verantwortung für Andere	Verantwortung für das eigene Handeln	Anderes	Keine Angabe	Anteil
Trifft voll zu	3,5%	2,3%	2,3%	1,1%	0,0%	2,3%	2,3%	0,0%	0,0%	13,8%
Trifft zu	9,2%	11,5%	6,9%	2,3%	1,1%	2,3%	8,1%	0,0%	0,0%	41,4%
Trifft teilweise zu	3,5%	4,6%	5,8%	1,1%	0,0%	2,3%	2,3%	2,3%	0,0%	21,9%
Trifft kaum zu	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%
Trifft nicht zu	3,5%	2,3%	2,3%	0,0%	0,0%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	10,3%
Keine Angabe	3,5%	3,5%	3,5%	1,1%	1,1%	0,0%	0,0%	0,0%	0,0%	12,7%
Anteil	23,0%	24,1%	20,7%	5,8%	2,3%	8,1%	13,8%	2,3%	0,0%	100,0%

N [25]

## **8 Selbstständigkeitserklärung**

Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Bachelorarbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Quellen und erlaubten Hilfsmittel benutzt habe.

Weiter erkläre ich, die Bachelorarbeit in gleicher oder ähnlicher Form keiner anderen Prüfungsbehörde vorgelegt zu haben.

Anne Löffler

10. Juli 2011, Neubrandenburg