

Karate an Ihrer Schule!

Laut Lehrplan des Landes Schleswig-Holstein versteht sich „Schulsport“ als ein wesentlicher Bestandteil einer ganzheitlichen Bildung und Erziehung. Im Zentrum der Betrachtung steht die körperliche Bewegung.

Schulsport soll den Schülern abwechslungsreiche Bewegungsangebote bieten, um den unterschiedlichen Sinngebungen des Sporttreibens gerecht zu werden. Der Schüler kann diese Angebote als Erlebnis, als Wagnis und Abenteuer, als Wettkampf und Leistung, als Möglichkeit der Gesunderhaltung, als ästhetisches Empfinden, als geselliges Ereignis oder als Spaß und Freude empfinden (Ministerium für Bildung, 2013, S. 15 ff.).

Schulsport versucht körperliche Bewegung als natürliche Möglichkeit zur Selbstreflexion und damit zum integrativen Bestandteil des individuellen Selbstkonzeptes des Schülers zu entwickeln. Aus einer Vielzahl von Studien geht hervor, dass Kampfsportarten eine positive Wirkung auf die körperliche Wahrnehmung, der psychologischen Stabilität und der motorischen Fähigkeiten haben. Insbesondere das Karate des Deutschen Karate Verbandes bietet hierfür sportwissenschaftliche- und sportpädagogisch fundierte Konzepte des Karate.

Karate könnte im Schulsport ergänzend (AG, Projekttag) oder integrativ (Lehrplan Ringen, Raufen und Verteidigen) Berücksichtigung finden.

Der Deutsche Karate Verband, als einziger vom DOSB anerkannten Fachverband für Karate, bietet hierfür unterschiedliche Konzepte und Möglichkeiten an. Insbesondere die Konzepte des „Soundkarate“, der „Selbstbehauptung und Selbstverteidigung“ und des „Japanese Do Coaching“ zeigen die vielfältigen Möglichkeiten Karate im Schulsport unterzubringen.

Als grundlegendes Konzept bietet sich „Schulsport – Soundkarate“ an. Dieses durchgängige Konzept von der 1. bis zur 13. Klasse findet seinen Ursprung in Italien.

Die Zielssetzung des Konzeptes ist es, die motorischen Fähigkeiten und Bedürfnisse von Kinder zu fördern. Dafür sind grundlegende Karatetechniken in eine, durch Einsatz von Medien wie Musik, Takt, Trainingsgeräten und Trainingskarten, angereicherte Umgebung überführt worden.

Aufgrund der Vielfalt seiner geistigen und vor allem körperlichen Anforderungen dient Karate und unter der pädagogischer Ausrichtung des Soundkarate der physischen Ausbildung, insbesondere Körperspannung, Entspannung, Körpergefühl, Aktions- und Reaktionsschnelligkeit, gezielte Atemtechniken.

Karate fordert in vielerlei Hinsicht eine korrekte geistige Haltung: Selbstdisziplin und Selbstvertrauen, Einschätzung und Respektierung der eigenen Verletzbarkeit und der des anderen, Verantwortungsbewusstsein, Fairness, Aggressionskontrolle.

Es gehört zum geistigen Prinzip des Karate, dass sich der Lernende nicht entmutigen lassen darf, sondern mit Beharrlichkeit, Geduld und mit Unterstützung durch den Lehrenden an der Vervollkommnung seiner körperlichen und geistigen Fähigkeiten arbeitet.

Damit erfüllt Karate die Kriterien des „Themenfeldes 9: Raufe, Ringen und Verteidigen“ des Lehrplanes Sport (Sek. 1) des Landes Schleswig-Holstein.

Argumente für „Karate als Schulsport“ an Ihrer Schule

Weitere gute Argumente für das Karate des DKV, welcher der einzige offiziell anerkannte Fachverband für Karate durch das Bundesministerium für Inneres ist, fehlt es nicht. Genannt seien in diesem Zusammenhang:

1. Karate kann alle Bestandteile des Themenbereiches 9 „Rufen, Ringen und Verteidigen“ des Lehrplanes Schleswig-Holstein erfüllen.
2. Attraktivität Ihrer Schule wird gesteigert.
3. Der positive Forschungsstand zum Karate siehe „**Wissenschaftliche Ausarbeitungen zum Thema**“.
4. Das Erfahrungs- und Lernfeld bzw. Bewegungsfeld „Kämpfen“ an den Schulen in Niedersachsen, Bayern. Dort wird zum Teil schon Karate unterrichtet im regulären Schulbetrieb unterrichtet.
5. Die ersten sportpraktischen Abiturprüfungen im Karate (z.B. in Niedersachsen)
6. Qualifizierte SV-Ausbilder und Gewaltschutztrainer
7. Das Siegel Sport pro Gesundheit für den DKV
8. Anerkannte Kooperationspartner, wie die Barmer-GEK und die Deutsche Jugendfeuerwehr

Wir, der Karate Verband Schleswig-Holstein, bieten Ihnen für Ihre Schule oder Bildungsinstitution

1. Weiterbildungen für Lehrer, Referendare und andere Angestellte im Bildungsbereich.
2. Beratung und Implementierung von „Karate im Schulsport“ auf Grundlage der Soundkarate-Konzeption des DKV.
3. Ein ganzheitliches Karatekonzept für Arbeitsgemeinschaften und Projekttag an Ihrer Schule.
4. Ausgebildete Trainer (DOSB) für Karate, Soundkarate, Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für zeitlich begrenzte Kurse und Veranstaltungen (AG's, Projekttag).

Sie haben noch Fragen?

StR Dipl. Hdl. Christian Haß
BA Business Management (FH)
2. DAN Koshinkan Karate

Email: info@koshinkan-ploen.de

Tel.: 04522 7627756

Weitere Links:

[Fachstrukturmodell Karate \(Wirkungsräume\)](#)