

MULTI-MEDIA-KARATE / SOUND-KARATE IM SCHULSPORT

Es gibt mehrere schlüssige Begründungen dafür, dass ein verantwortungsbewusst erteilter Sound – Karate – Unterricht an Schulen sehr positive Wirkungen zeitigen kann:

- Sound – Karate eignet sich hervorragend zur Gewaltprävention und –therapie an Schulen.
- Es trägt nachweislich als sporttherapeutische Maßnahme zur Aggressionsverminderung bei.
- Die Multi – Media – Karate / Sound – Karate – Konzeption stellt ein durchgängiges Konzept für die motorische Ausbildung der Kinder und Jugendlichen von Klasse 1 – 13 dar.

DIE KONZEPTION „SCHULPROJEKT SOUND – KARATE“

Sie eignet sich in ganz besonderer Weise für die Umsetzung an öffentlichen Schulen in allen 16 Bundesländern der Bundesrepublik Deutschland. Sie wurde vom italienischen Karateverband adaptiert und auf Grundlage und im Einklang mit den gültigen Lehrplänen und dem nach wie vor bundesweit gültigen Verbot von „Sportarten mit gefährlichen Schlagtechniken“ im Schulsport konzipiert.

- Die Sound-Karate- Konzeption stellt erstmalig ein durchgängiges Karateprojekt dar, das alle Kinder zwischen der 1. Klasse der Primarstufe, bzw. einem Alter von ca. 6 Jahren, und der 13. Klasse der Sekundarstufe II, bzw. einem Alter von ca. 19 Jahren, erfasst.
- Die Inhalte der Konzeption sind ausdrücklich nicht auf die Ausbildung von Spezialisten ausgerichtet. Durch ihren multimedialen Ansatz soll eine breite Ausbildung der sportlichen Grundlagen (motorische, athletische, ...) ermöglicht werden.
- Der gezielte strukturierte Einsatz von verschiedenen Medien im Unterricht hilft das Training abwechslungsreich und motivierend zu gestalten. Bei dieser multi-medialen Schulung stellt der Einsatz aktueller Popmusik einen besonders motivierenden Schwerpunkt dar.
- Durch den Einsatz von Bällen bei der Techniksulung und bei Partnerübungen wird der letzte Rest eines ohnehin schon minimalen Verletzungsrisikos eliminiert.
- Die Inhalte sind wegen ihrer besonderen bewegungserzieherischen Relevanz für den schulischen Sportunterricht genauso gut geeignet wie wegen ihrer sozialerzieherischen Wirkung.
- Die Struktur der Konzeption mit der Zuordnung ihrer Elemente zu den Klassenstufen:

	Primarstufe				Sekundarstufe (Sek) I						Sek II		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Basis-Parcours 1/2/3/4/5	1	1	1	2	2	3	4	5	3	4	5	5	5
Zirkel A/B/C						A	B	C	A	B	C	C	C
Technik-Kombinationen	x	x	x										
Techniken mit Softball				x	x	x							
Sound-Karate							x	x	x	x	x	x	x
Kumite Anfänger/Fortgeschritt.							A	A	A	A	F	F	F

Abbildung 1: Inhaltliche Struktur / Klassenzuordnung der Sound – Karate – Konzeption

Inhaltliche Ausgestaltung der in der Struktur-Übersicht verwendeten Begriffe:

<i>Basis-Parcours</i>	: Übungen zur Motorik-, Kraft- und Schnelligkeitsschulung, keine Karatetechniken
<i>Zirkel</i>	: Mischung von Dehn- und Kräftigungsübungen und Kombinationen von Karatetechniken zur Motorikschulung
<i>Technik-Kombinationen</i>	: Technik- und Motorikschulung durch Kombinationen von Karatetechniken
<i>Techniken mit Softball</i>	: Technik- und Motorikschulung und „Partnerübungen“ mit aufgehängtem Softball als „Partner“
<i>Sound-Karate</i>	: Technik-, Rhythmus- + Motorikschulung durch Karatetechniken nach aktueller Popmusik (4/4-Takt, max.110 BPM)
<i>Kumite A / F</i>	: Kampfschulung (wo möglich) mit eingeschränktem Technikrepertoire

INHALTE DER „SOUND-KARATE“-KONZEPTION:

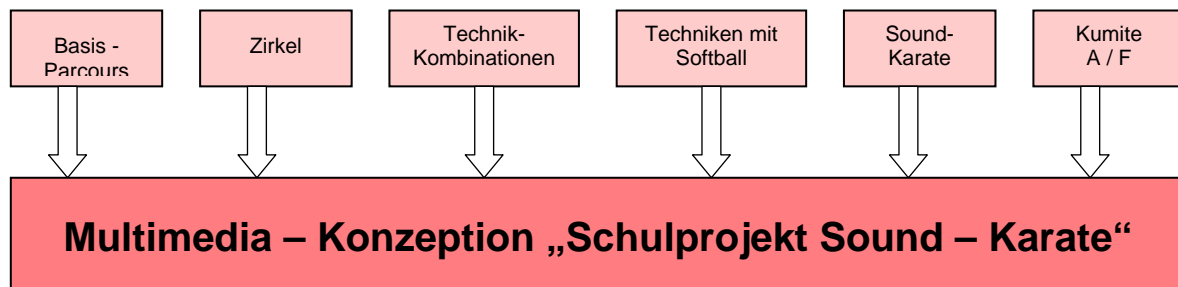


Abbildung 2: Inhalte der Multimedia-Konzeption „Schulprojekt Sound-Karate“

Die Inhalte im Detail sind der u.a. Konzeption „Schulprojekt Sound – Karate“ zu entnehmen.

Der Verfasser unterrichtet seit 1987 Karate-Do an seiner Schule, seit 2001 auch Sound-Karate. Die Erfahrungen mit dem schulischen Sound-Karate-Unterricht sind so positiv, dass die Hilfestellung des Verfassers bei der Einführung dieses Angebotes vom Kultusministerium Baden-Württemberg ausdrücklich gewünscht wird. Er lizenziert im Auftrag des DKV „Sound-Karate-Trainer im Schulsport“, die bundesweit mit großem Erfolg Sound-Karate an staatlichen Schulen unterrichten.

LITERATUR:

- BRÜNIG, RALF / SPITZNAGEL, HELMUT: Schulprojekt „Sound – Karate“ Multi-Media-Karate-Konzeption für Primarstufe / Sekundarstufe I / Sekundarstufe II Adaption der Konzeption des italienischen Karateverbandes, Affalterbach 2001, 152 S.
- BRÜNIG, RALF: Gewaltprävention und –therapie durch Karate an Schulen Affalterbach, 2002, 13 S.
- BRÜNIG, RALF: Sound-Karate als Schulsport in Deutschland, Affalterbach, 2005, 8 S.

ANSPRECHPARTNER:

Ralf Brünig, Tobias-Mayer-Schule, Hauptschule mit Werkrealschule, Marbach/Neckar
Schulsportreferent Deutscher Karate Verband e.V. und Karateverband Baden – Württemberg e.V.
Siegelhäuser Str. 29, 71563 Affalterbach
Tel.: 07144 / 83 13 60 , Fax: 07144 / 83 13 62 , eMail: Bruenig.JR@t-online.de