



Wie Sie Ihr Kind  
körperlich und geistig  
fördern können

**Samurai Kids –**  
Das Kampfkunst-Lernprogramm für Kinder  
von Toni Dietl.

 **KampfkunstKollegium**

Zertifizierte Bildungseinrichtung



# INHALT

Vorwort .....	1
Was ist Samurai Kids? Was sind die wichtigsten Merkmale? .....	5
Was ist der Unterschied zwischen der Kampfkunst für Erwachsene und für Kinder? .....	6
Wie Kinder von Kampfkunsttraining profitieren .....	7
Unterrichtseinheiten im Samurai-Kids-Kampfkunstlernprogramm .....	8
Fitness und Gesundheit	
Sicherheit und Selbstverteidigung	
Konzentration und Stärke	
Koordination	
Pädagogisches Konzept hinter dem Samurai-Kids-Programm .....	9
Die Philosophie .....	10
Dr. Antonius Dietl .....	11
Das Kollegium .....	12
Impressum .....	15



# VORWORT

Kampfsport ist eine uralte Methode, um Körper und Geist zu trainieren. Kampfsportler streben nach Harmonie, lernen aber auch effektive Selbstverteidigungstechniken.

Kampfsport für Kinder ist daher keine Förderung der Aggression, sondern ganz im Gegenteil: Hier wird der Abbau von Aggression gefördert. Das Kampfkunstkollegium hat vor über zehn Jahren das Samurai-Kids-Kampfkunstprogramm entwickelt, in dem Kampfsport speziell auf Kinder abgestimmt altersgerecht trainiert wird.

## Die Erfahrung zeigt:

Kinder, die Kampfsport betreiben, haben dadurch auch in vielen anderen Lebensbereichen Vorteile.

Fitness ist ein entscheidendes Element für alle Kampfkunstklassen, besonders dort, wo Kinder involviert sind. Aufwärmübungen mit Hampelmännern, Liegestützen und Dehnübungen sind üblich, und die Bewegungen der Kampfkunst selbst fordern Muskeln und das Herz-Kreislauf-System heraus. Kampfsportler sind dafür bekannt, dass sie geschmeidig, flexibel und körperlich fit sind. Bei Kindern ist dies nicht anders. Für das gesamte spätere Leben wird der Bewegungsapparat, die Konzentrationsfähigkeit sowie die motorische Kompetenz entwickelt und gefördert.

Die Fähigkeit, sich gegen einen Angreifer verteidigen zu können, ist ein ermutigendes Gefühl. Die meisten Kampfkünste verwenden Selbstverteidigung als Eckpfeiler des gesamten Programms. Die genauen Methoden variieren von Disziplin zu Disziplin. Sicher ist, dass Kinder, die regelmäßig üben, sich auf verschiedene Arten zu verteidigen wissen – **nicht nur rein körperlich**.

Kampfkunst hilft Kindern darüber hinaus, sich mental zu fokussieren, trainiert die Fähigkeit, sich auf eine Aufgabe zu konzentrieren, diese bis zum Ende zu durchschauen und mit größerer Wahrscheinlichkeit diszipliniert zu lösen.

Die Disziplin, die im Dojo in Bezug auf Uniformen, Bräuche und Techniken gelehrt wird, überträgt sich oft auf andere Lebensbereiche, einschließlich der Schul- und Haushaltsarbeit.



## Bei der Kampfkunst dreht sich alles um Respekt.

Schläge, Tritte und Abwehrtechniken sind nur zweitrangig gegenüber dem Respekt, der in jedem Moment im Dojo gelehrt wird. Kinder lernen sich vor den Lehrern, die vor ihnen stehen, und vor ihren Partnern zu verbeugen.

Sie lernen auch, andere Schüler so zu behandeln, wie sie selbst behandelt werden möchten. Qualitative Kampfkunstlehrer setzen sich regelmäßig für das Thema Respekt ein und weisen die Schüler an, bei jeder Gelegenheit Respekt gegenüber sich selbst, den eigenen Eltern, anderen Erwachsenen, den Lehrern und auch Gleichaltrigen zu üben.

Ein Kind, das eine Kampfkunst trainiert, ist im Allgemeinen ein Kind, das selbstbewusst ist. Zudem geben das Gürtel-Ranking-System und das Trainingskartensystem einem Kind messbare Ziele, die es verfolgen kann und die auch realistisch erreichbar sind. Das Gefühl, eine herausragende Leistung erbracht zu haben, wenn ein Kind eine neue Technik durch eigene Beharrlichkeit und persönliches Training beherrscht oder wenn es einen neuen Gürtel erkämpft hat, verlässt es nicht mehr und macht es selbstbewusst – **auch für Lebenssituationen außerhalb der Kampfkunstschule.**

Es bleiben positive Erfahrungen, etwas schaffen und erreichen zu können und für einen Einsatz entsprechend belohnt zu werden.



## Was ist das Samurai-Kids-Kampfkunstprogramm? Was sind die wichtigsten Merkmale?

Beim Samurai-Kids-Kampfkunstprogramm handelt es sich um ein in Deutschland völlig neues und innovatives Unterrichtskonzept in der Kampfkunstbranche, welches über mehrere Jahre gemeinsam mit Pädagogen, Wissenschaftlern und Sicherheitsexperten entwickelt worden ist.

Bei der Entwicklung und pädagogischen Konzeption hat man sich von der üblichen, bisher bekannten Vermittlung von Kampfkunst an Kinder verabschiedet. Innerhalb der vergangenen zwölf Jahre haben mehr als 20.000 Kinder im Alter von vier bis dreizehn Jahren eine Kampfkunst nach dem Samurai-Kids-Kampfkunstprogramm erlernt. Diese wurden in Kampfkunstschulen geschult, die das inzwischen mehrfach ausgezeichnete Programm anwenden und dem Kampfkunstkollegium angeschlossen sind. Zudem wird das Samurai-Kids-Programm von der World Kickboxing & Karate Union (WKU), einer der größten Fachverbände für moderne Martial Arts weltweit, empfohlen.

### Was sind die wichtigsten Merkmale von Samurai Kids?

- Es handelt sich um ein speziell auf Kinder und Jugendliche abgestimmtes Training.
- Der Unterricht erfolgt nach einer positiven, motivierenden Unterrichtsmethode.
- Wichtig ist der altersgerechte Unterricht in Stufen.
- Es handelt sich um Unterrichts- und Lehrmethoden, die nach neuesten neurowissenschaftlichen und pädagogischen Erkenntnissen stattfinden.
- Das Samurai-Kids-Kampfkunstprogramm wird ausnahmslos durch ausgebildete und zertifizierte Kampfkunstlehrer angeboten, die zuvor eine intensive Schulung durch das Kampfkunstkollegium erfolgreich absolviert haben.
- Der Unterricht ist in vier Themenbereiche unterteilt: körperliche Fitness (Gesundheit), Sicherheit, Konzentration und Koordination.
- Kritik wird vermieden, stattdessen wird gelobt und motiviert. Begriffe wie „schlecht“, „falsch“ oder „so nicht“ werden nicht benutzt.
- Zusätzlich zu den Gürtelgraden gibt es ein weiteres Motivationssystem, damit Lernfortschritte erfasst und erkannt werden.
- Kampfkunst nach dem Samurai-Kids-Programm bedeutet zeitgleich eine „Lebensschule plus Wertevermittlung“.



## Was ist der Unterschied zwischen der Kampfkunst für Erwachsene und für Kinder?

In der Kampfkunst-Szene ist es oft geläufig, dass Erwachsene gemeinsam mit Kindern trainieren. Doch dies ist für beide Parteien kontraproduktiv – Erwachsene müssen Rücksicht auf Kinder nehmen und kommen mit ihrem eigenen Lernfortschritt kaum voran. Kinder sind besonders auf den sportlichen Bereich bezogen, motorisch nicht so weit entwickelt wie Erwachsene und die geistige Reife differiert zwangsläufig von der, die Erwachsene besitzen.

Kinder werden so nicht fair bewertet und stehen – real oder gefühlt – unter Druck, Erwachsenen gleich zu sein, was sich demotivierend auf Kinder auswirken kann.

**Außerdem ist schon längst aus der Gehirnforschung bekannt, dass Kinder erst im Alter von zwölf bis dreizehn Jahren die Flexibilität, Beweglichkeit und Gewandtheit von Erwachsenen erreichen.**

Der Maßstab ist völlig anders. Und daher müssen Kinder und Erwachsene sowohl in der Kampfkunst als auch in der Schule altersgerecht getrennt unterrichtet werden. Kindern sollte Kampfkunst mit ihren ganz eigenen Anforderungen und praxisnah zu ihrem Lebensumfeld vermittelt werden.

Erfahrungsgemäß können Jugendliche erst ab dem 16. Lebensjahr am Unterricht von Erwachsenen hinsichtlich Leistungsgerechtigkeit, Motivation und Selbsterfahrung unproblematisch teilnehmen.



## Wie Kinder von Kampfkunsttraining profitieren

Kinder, die am Samurai-Kids-Programm teilnehmen, profitieren in vielerlei Hinsicht:

- Ihr Fitnesszustand steigt und der Gesundheitsstatus sowie die Körperspannung verbessern sich nachhaltig.
- Der Umgang mit und das Verhalten von Kindern in Gefahrensituationen verändert sich positiv.
- Kinder gewinnen an Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein.
- Die Konzentrationsfähigkeit von Kindern steigt.
- Das Verantwortungsbewusstsein von Kindern nimmt zu.
- Kinder entwickeln mehr Disziplin und (Selbst-)Vertrauen.
- Kampfkunst unterstützt das Bewegungsbedürfnis von Kindern.
- Kinder können Aggressionen abbauen.
- Kinder lernen Regeln zu akzeptieren und erfahren einen solidarischen Umgang.



# Die verschiedenen Unterrichtseinheiten im Samurai-Kids-Programm im Überblick

## a. Fitness und Gesundheit

Diese Unterrichtseinheit fördert die Gesundheit und Vitalität und ist so eine gute Basis auch für andere Sportarten, auch solche außerhalb der Kampfkunst. Kinder erlangen hier mehr Selbstbewusstsein durch größere Fitness, entwickeln sich physisch und motorisch weiter. Die Lerneffekte, die hier erzielt werden, sind: Schulung der Motorik, größere Beweglichkeit, mehr Sprungkraft sowie der Abbau von Handicaps.

## b. Sicherheit und Selbstverteidigung / Wertevermittlung

In dieser Lerneinheit werden Sicherheit, Stärke und Selbstbewusstsein sowie der souveräne Umgang mit Gefahrensituationen vermittelt. Die Lerneffekte, die aus dieser Einheit gewonnen werden, sind: das Erkennen und Vermeiden von Gefahren und die Abwehr von körperlichen Angriffen anderer. Das Kampfkunstkollegium arbeitet mit der Polizei im Rahmen von Prävention, Schutz und Verständigung bei Jugendlichen und Kindern zusammen.

## c. Konzentration, Stärke und Fokussierung

Hierbei lernen die Kinder ihre eigenen Stärken kennen und bauen diese aus. In dieser Unterrichtseinheit geht es darum, das Selbstwertgefühl zu steigern und das Bewusstsein über die Einsatzmöglichkeiten der eigenen Stärken zu erhöhen. Außerdem wird das Durchhaltevermögen gefördert. Die Lerneffekte daraus sind: saubere und präzise sowie schnelle Ausführung von Bewegungen, die Konzentrationsförderung auf sowie das strategische und taktische Verhalten im Wettkampf. Zu guter Letzt lernen die Kinder sich auf andere Menschen einzustellen, verbessern so indirekt auch ihre soziale Kompetenz. Auch lernen sie, sich auf ein bestimmtes Ziel hin oder auf die Bewältigung einer Herausforderung zu fokussieren.

## d. Koordination

In der Unterrichtseinheit Koordination wird das Bewegungsgefühl u.a. durch Musik gefördert. Hier werden kampfkunstspezifische Bewegungsabfolgen erlernt und Kampfkunsttechniken verbessert. Durch diese Einheit wird die Gehirnleistung gesteigert und die Aufnahme- sowie Merkfähigkeit verbessert. Auch hier stehen motorische und kognitive Kompetenzen im Fokus und werden stetig verbessert und weiterentwickelt.





# Das Pädagogische Konzept hinter dem Samurai-Kids-Programm

## Motivation gilt im Samurai-Kids-Programm als oberste Priorität.

Das pädagogische Konzept, das hinter dem Samurai-Kids-Programm steht, wurde von Toni Dietl und Nadine Joachim in Zusammenarbeit mit Professor Dr. Marco Ennemoser, Professor an der Universität Gießen für pädagogische Psychologie, entwickelt. Das gesamte Konzept basiert auf Motivation. Basierend auf der Erfahrung der drei Experten entstand ein System mit Trainingskarten, Streifen-tests und Dan-Gürteln, welches durch klare Unterrichtsgliederung einen besseren Lernfortschritt erzeugt. Diese Lehrmethode ist inzwischen weltweit in vielen Dojos im Einsatz.

Statt den Fokus auf die Vermeidung von Fehlern zu legen, werden im Samurai-Kids-Programm individuelle Stärken gefördert. Damit baut sich das Selbstbewusstsein der Kinder auf, das Lernklima wird gefördert und die Lernfortschritte werden anerkannt und gelobt.

Es gibt im Samurai-Kids-Programm kein Notensystem und keine verletzend Kritik. Auf Verbesserungspotenziale wird stattdessen mit aufbauenden Worten hingewiesen.

Jede Schülerin und jeder Schüler des Samurai-Kids-Kampfkunstprogrammes erhält am Ende jeder Unterrichtsstunde einen positiven Eintrag in die Trainingskarte und Feedback in positiver Form. Damit verlassen die Kinder den Unterricht immer motiviert und in guter, selbstbewusster Stimmung.

Gürtel-Prüfungen gibt es lediglich in Form von Tests. Diese erfolgen in regelmäßigen Abständen, um in kleinen Lernschritten zum Erfolg zu kommen.

Anstatt klassische Gürtelprüfungen abzuschließen, werden im Samurai-Kids-Programm Gürtelverleihungen zelebriert. Der Gürtel ist somit die Belohnung für das Engagement eines jeden Kindes.



## Die Philosophie

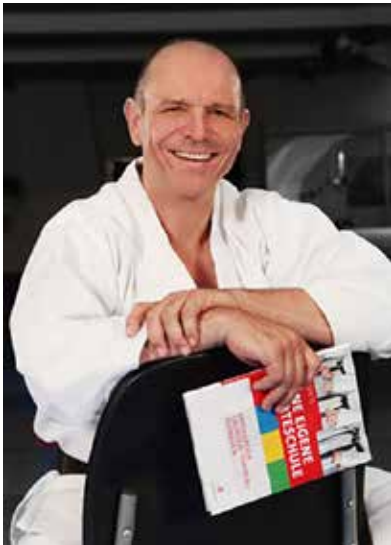
„Es ist unser Ziel, die Kinder stark zu machen – stark fürs Leben, mit Spaß und Freude am Lernen.“

„Kampfkunst als Lebensschule“ bedeutet, dass Lehrer den Kampfsport so an die Kinder weitergeben, wie sie es in ihrer Ausbildung zum Trainer im Samurai-Kids-Programm gelernt haben.

Für jeden kann der Kampfsport so zum Lebensweg werden. Die Kampfkunst bietet somit große Chancen für junge Menschen und kann zu weit mehr werden als nur zu einem Hobby.

**Auch Du kannst Lehrer und Ausbilder in der Kampfkunst werden!**





## Toni Dietl

Dr. Antonius Dietl (Toni Dietl) widmete sein gesamtes Leben dem Kampfsport. Er ist Karateka (7. Dan), ehemaliger Bundestrainer des Deutschen Karateverbandes (DKV), Vizepräsident der World Kickboxing and Karate Union (WKU) sowie Chairman MAIA Europa (Martial Art Industry Association). Er ist Diplom-Trainer des Deutschen Sportbundes, Master of Business Administration (MBA) und promovierte im Internationalen Management. In Friedrichshafen leitet er eine der größten Kampfkunstschulen im deutschsprachigen Raum. Zudem ist er Gründer und Geschäftsführer des Kampfkunstkollegiums, eines Zusammenschlusses mehrerer Hundert Vereine, Verbände und Kampfkunstschulen. Er ist mehrfacher Buchautor („Deine eigene Karateschule“, „Warum Karate“ und „Samurai Kids – Sicher durchs Leben“). Für seine Leistungen und Verdienste für den Sport und die Jugend wurde er 1988 von Bundespräsident Richard von Weizsäcker mit dem Silbernen Lorbeerblatt der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet. Als aktiver Sportler war er mehrmals Deutscher Meister und Europameister, einmal Vize-Weltmeister, Weltcup Sieger und World Games Sieger. Zwischen 1980 und 1992 war er führender der Weltrangliste der World Karate Federation (WKF). Er ist Mitveranstalter der Martial Arts Super Show in Dortmund.

Im Rahmen des Kampfkunstkollegiums unterstützt er Kampfsporttrainer auf ihrem Weg in die Selbständigkeit, veranstaltet Tagungen und Schulungen und berät Kampfkunstschulen rund um die Themen Geschäftsentwicklung, Wachstum, Marketing und Management.



# KampfkunstKollegium

Zertifizierte Bildungseinrichtung



## Das Kollegium

Das Kampfkunstkollegium ist die erste Anlaufstelle für Kampfkunstschulen, selbständige Kampfkunsttrainer und Kampfkunst-Vereine, wenn es um Serviceleistungen, Ausbildungen, Dan-Grade und Wissen rund um die Kampfkunst geht. Im Kampfkunstkollegium sind mehrere Hundert Dojos, Vereine und Trainer zusammengeschlossen, um sich Wissen anzueignen und um von zahlreichen Angeboten zu profitieren. Gründer und Inhaber des Kampf-kunstkollegiums ist die Karate-Legende Toni Dietl.

Das Kampfkunstkollegium berät und begleitet Menschen, die aus ihrer Kampf-kunst-Leidenschaft ein ertragreiches Business machen möchten auf ihrem Weg in die Selbständigkeit genauso wie erfahrene Dojo-Leiter rund um die Themen Management, Marketing, Organisation, Personalentwicklung sowie Aus- und Weiterbildung. Im Kampfkunstkollegium können Dan-Prüfungen nach DIN-Norm abgelegt werden. Auch wurde im Kampfkunstkollegium das Erfolgsprogramm für Kinder „Samurai Kids“ erfunden, das nur ausgewählte Kampfkunstschulen anbieten dürfen. Das Kampfkunstkollegium gibt regelmäßig Bücher und Whitepaper heraus, bietet Fortbildungen an, sieht sich als Dienst- und Servicestelle für Kampfkunstschulen und selbständige Kampf-kunsttrainer und setzt sich sportpolitisch und gesellschaftlich für die Interessen der Kampfkunstszene ein.



## SAMURAI KIDS: KARATE FÜR KINDER. SICHER DURCHS LEBEN

### Karate für Ihr Kind

In Deutschland ist Karate als Kampfkunst und Sportart recht neu. Noch neuer und ungewöhnlicher ist Karate für Kinder. In diesem Buch wird das Programm „Samurai Kids“ vorgestellt, das speziell auf Kinder im Alter von 4 bis 13 Jahren zugeschnitten ist – auf ihre Bedürfnisse, ihre körperlichen und geistigen Fähigkeiten und darauf, sie zu motivieren und anzuspornen.

Ein ganz wichtiger Aspekt ist dabei, den Kindern durch spezielle Selbstschutz- und Selbstverteidigungsregeln Sicherheit zu vermitteln: Sie lernen praktische Regeln, die sie im Lebensalltag in Gefahren- und Konfliktsituationen anwenden können. Im Buch wird erklärt, wie das Kinderprogramm „Samurai Kids“ im Einzelnen funktioniert, welche Vorteile Ihr Kind davon hat und wie die Karatelehrer ausgebildet werden, die nach diesem Programm unterrichten. Dabei kommen Eltern zu Wort, deren Kinder Karate lernen, Karatelehrer sowie Fachleute, die an der Entwicklung des Programms mitgewirkt haben, und nicht zuletzt Kinder, die über ihre Erlebnisse berichten.



Taschenbuch: 163 Seiten

Verlag: Karate Kollegium; Auflage: 1 (1. November 2014)

Sprache: Deutsch

ISBN-10: 3000473602

ISBN-13: 978-3000473609

<https://www.amazon.de/Samurai-Kids-Karate-Kinder-Sicher/dp/3000473602>



## DEINE EIGENE KARATESCHULE: ERFOLGREICH GRÜNDEN – FÜHREN – AUSBAUEN

Für viele Karateka ist es ein Traum, aus ihrem Hobby einen Beruf zu machen und eine eigene Karateschule zu eröffnen. In diesem Buch wird ein praxiserprobter Weg zum eigenen Dojo vorgestellt. Sie erfahren alles, was sie als Starter wissen müssen und was Sie als bereits etablierter Dojo-Leiter beachten sollten: von den Finanzen über die Räume und ihre Ausstattung, über die Mitgliedergewinnung bis zur Gestaltung des Unterrichts und zur Mitarbeiterführung. Das Buch zeigt, dass es einfacher ist als gedacht, mit einer eigenen Karateschule erfolgreich zu sein. Der Weg ist risikolos, wenn man richtig vorgeht. Der Start ist sowohl haupt- als auch nebenberuflich möglich. Einzige Voraussetzung: die Begeisterung für Karate.



Taschenbuch: 208 Seiten

Verlag: schlatt-books; Auflage: 1 (13. Juli 2012)

Sprache: Deutsch

ISBN-10: 3937745270

ISBN-13: 978-3937745275

<https://www.amazon.de/Deine-Eigene-Karateschule-Erfolgreich-Gründen-Führen-Ausbauen/dp/3937745270>

## Impressum

KampfkunstKollegium GmbH & Co. KG  
Sitz: Friedrichshafen  
Telefon: kostenfrei 0800 130 140 5  
[www.kampfkunstkollegium.com](http://www.kampfkunstkollegium.com)  
[info@kampfkunstkollegium.com](mailto:info@kampfkunstkollegium.com)

Autor & Herausgeber dieses Ratgebers:  
Dr. Antonius Dietl

## Urheberrecht

Version: Juli 2018

Alle Inhalte, Bilder sind urheberrechtlich geschützt. Eine Nutzung dieser Inhalte ist für private Zwecke erlaubt. Für geschäftliche oder Schulungszwecke bedarf es einer schriftlichen Genehmigung oder wo vermerkt, des Herausgebers.



KampfkunstKollegium

Zertifizierte Bildungseinrichtung



**Kampfkunst Kollegium GmbH & Co. KG**

Sitz: Friedrichshafen

Telefon: kostenfrei 0800 130 140 5

[www.kampfkunstkollegium.com](http://www.kampfkunstkollegium.com)

[info@kampfkunstkollegium.com](mailto:info@kampfkunstkollegium.com)

Gefördert durch:

