

Austausch-, Aus- und Weiterbildungs-
programm für Aikidoka, Sempai und Sensei

Aikido mit Kindern und Jugendlichen 2023/24



KIKENTAI BERLIN



Kikentai • Berlin

Schule für Kampfkunst & Bewegung
Palisadenstraße 49 HH, 10243 Berlin
www.kikentai.berlin

info@kikentai.berlin (Axel Buksnowitz)
kids@kikentai.berlin (Ilka Flora)



Warum Budo mit Kindern?

Budo basiert auf konstruktiven Lebenseinstellungen und realen ethischen Werten. Menschen definieren sich darüber, was sie im Leben tun. Kinder natürlich auch: Kampfkunst macht Spaß, und ist als positive Identifikation und Lebensgefühl echt "cool"! Mit unserer Aikido-Praxis können wir gemeinsam mit unseren Kindern in eine harmonische und friedvolle Welt hineinwachsen. Stark sein zu können, ohne andere dabei zu verletzen, ist eine prägende Erfahrung. Der ganzheitliche Ansatz im Aikido-Training leistet, im besonderen als Ausgleich zur eher intellektuellen Ansprache im Schulalltag, einen wertvollen Beitrag für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen. Neben verbesserter Koordination und Raumgefühl profitieren die Kinder von einer Schärfung der Sinne: sie sind aufmerksamer und können sich besser konzentrieren.

Kinder bedeuten die Zukunft für unsere Dojos. Ohne Kindetraining würden unsere Matten vergeisen, unsere eigene Entwicklung würde stagnieren oder zum Selbstzweck werden. Abgesehen davon, zeigt sich, dass das, womit sich Menschen in jungen Jahren beschäftigen, prägend für deren ganzes Leben ist. Je eher wir Kinder für Aikido begeistern können, desto stärker werden sie sich später mit den positiven Werten dieser Kampfkunst identifizieren und schwierige Lebensphasen im Erwachsenwerden meistern können. Kinder zu begleiten und ihnen zu ermöglichen, ihr eigenes Können zu erleben, ist ein starkes Vermächtnis! Es bedeutet Wege zu finden, Aikido als reife und moderne Form der Selbstbehauptung kindgerecht zu vermitteln, und setzt voraus, dass wir uns selbst gut kennen und unsere eigenen Erfahrungen mitbringen.

Die Initiator*innen

haben gemeinsam über 50 Jahre Aikidopraxis und unterrichten im 2009 gegründetem Kikentai Dojo in Berlin. Das Dojo wird zum Großteil von minderjährigen Mitgliedern belebt. Seit Beginn gab es vor allem viele kleine Kinder im Dojo, die mit ihrer Energie und nicht-zuletzt auch ihren Beiträgen das Dojo unterstützen. Mit zunehmender Dankbarkeit für und Hingabe an die Arbeit mit Kindern entstand im Austausch mit anderen, die im Kinderaikido aktiv sind, der Wunsch, gesammelte Erfahrungen zu teilen, weiterzugeben und weiter zu entwickeln.

Konfrontiert mit Fragen und Problemen, die die junge Generation beschäftigen, ist der Alltag im Dojo geprägt von der Auseinandersetzung damit, was diese Generation braucht, um ihr Wirken selbstbestimmt zu gestalten. Begleitet von dem Bedürfnis, starke Charaktere heranwachsen zu sehen, die sich entgegen den Versuchungen unserer Wohlstandsgesellschaft behaupten können.

Das Programm

... möchte einen fundierten Beitrag leisten, Aikido in die junge Welt zu tragen. Neben den ganzheitlichen Aspekten in der Aikidopraxis mit Kindern und Beispielsessions, die praktisch erfahren werden, möchten wir in theoretischer Form auch Grundlagen und Hintergründe zu Budo, Pädagogik, Philosophie uvm. beleuchten und uns damit auseinandersetzen. Einige Fragen, die uns dabei beschäftigen, sind:

Wodurch entwickeln Kinder Lernbereitschaft? Welche Bedingungen braucht es, damit Lernen stattfinden kann? Was trägt dazu bei, dass Kinder sich als Teil einer Gemeinschaft erleben? Wie können klare Regeln vermittelt werden, die Respekt fördern und zur Reflexion anregen? Welche Rolle möchte ich als Lehrer*in spielen? Wie kann ich Selbstlernen unterstützen?

Und natürlich geht es, entgegen dem Prinzip, wie man als der Stärkere gewinnt, ums "Erleben", wie Kinder sich selbstwirksam in ihrer Kraft behaupten können und einen respektvollen und konstruktiven Umgang mit ihrem (mitunter auch kämpferischem) Potential finden.

Die Offenheit, Begeisterungsfähigkeit und Natürlichkeit, die Kinder mitbringen, dürfen wir als Geschenk empfangen und dieses mit Achtsamkeit "entfalten".

Das Team

10 Menschen können mehr als 2, und gemeinsam macht alles viel mehr Spaß!

Unser Programm möchte einen Rahmen schaffen, gemeinsam mit anderen engagierten Kinder-Budo-Lehrer*innen in einen Austausch zu gehen, voneinander zu lernen und Erfahrungen weiterzugeben. Viele Referent*innen bedeuten viele persönliche Erfahrungen und umso mehr Fragen, Möglichkeiten und Einsichten.

Deine Perspektive

... ist eine Investition in Deine eigene Entwicklung, in einen Weg, der Freude bereitet und der Dir Sinn bringt. Du engagierest Dich in einem Rahmen, wo Respekt und persönliche Entwicklung im Austausch miteinander gepflegt werden. Gemeinsam mit Gleichgesinnten wirst Du wertvolle Erfahrungen sammeln, die Dich auf Deinem Weg voranbringen und Dich wachsen lassen. Deiner Rolle bewusst, profitiert auch Dein selbstbestimmtes und empathisches Auftreten. Letztendlich kann Dein Engagement als Aikido-Lehrer*in für Kinder in Vollzeit-Dojos, oder auch in anderen Projekten, ganz oder teilweise Lebensgrundlage für Dich sein. Gern unterstützen wir Dich auf Deinem Weg. Wir freuen uns über jede Bereicherung unseres Teams!



Was bringst Du mit?

Natürlich hast Du Spaß an der Arbeit mit Kindern und Freude an Bewegung. Du bist verantwortungsbewusst und kommunizierst beherzt. Deine Begeisterung für Budo und Deine Freude am Umgang mit Kindern schätzt Du als eine Gabe, die Du weiter nähren und entwickeln möchtest. Erfahrungen im physischen und/oder pädagogischen Bereich bringst Du gerne mit. Einen Erste-Hilfe-Kurs am Kind hast du bereits absolviert oder Du hast vor, dies zu tun. Wir freuen uns über Dein Interesse, mit uns zusammenzuarbeiten und die Motivation, Dich als Kinder-Budo-Lehrer*in weiter zu entwickeln!

Dein Beitrag — Dein Gewinn!

- Mit folgenden Kosten müsstest Du rechnen, wenn Du am Programm teilnehmen möchtest:
- ca. 150* Euro pro Seminar/Workshop in Berlin
 - ca. 200-250* Euro pro Intensiv-Seminar mit 4-5 Modulen in Brandenburg, zzgl. ca. 100 Euro für Kost&Logis
 - im Rahmen des Assistenztrainings evtl. Kosten für Supervision, praktische Erfahrungen und Mentoring je nach Absprache, mit Deinem Dojo

*Wir planen eine Ermäßigung für alle jungen Aikidoka (U20) um 50%!
Frage gern Deine/n Dojo-Leiter*in für weitere Unterstützung!

Get in contact:

Infos+Unterlagen, Anmeldung, Aufnahme in die Chat-Group (Signal & Facebook):
ilka@kikentai.berlin (Ilka Flora)

Inhalt und Umfang des Programms

Das Programm setzt sich aus drei Schwerpunkten zusammen:

- Seminare & Workshops am Wochenende: zu Pädagogik, Budo-Philosophie, praktischer Erfahrung und Lehre,
- dokumentierter Erfahrungsaufbau und -austausch durch Hospitation, Supervision und Kurs-Assistenz in einem Aikido-Dojo
- eigenes Studium und Praxis (regelmässiges Aikido-Training in einem Aikido-Dojo)

Insgesamt sind 5 Wochenend-Seminare bzw. Workshops geplant, die mit unterschiedlichen Referent*innen im Raum Berlin/Brandenburg stattfinden. Die Mehrzahl der Wochenenden werden im Kikentai-Dojo stattfinden, ein verlängertes Wochenende planen wir extern auf dem Land. Jedes Seminar wird verschiedene Module mit spezifischen praktischen, theoretischen und pädagogischen Schwerpunkten beinhalten. Während der teilweise auch hybrid stattfindenden Veranstaltungen gibt es ebenfalls Raum für Reflexion, Feedback, Fragen und Austausch. Jede/r Referent*in wird ein praktisches Erleben der Inhalte in einer Beispieleinheit geben. Pro Seminar/Workshop stellen wir uns 3-4 Module mit der entsprechenden Anzahl an Referent*innen vor.

Das komplette Programm wird mit seinen 5 Seminaren/Workshops, dem dokumentierten Erfahrungsaufbau incl. Supervision sowie eigener Praxis in Begleitung eines Mentors, ca. 200 Stunden umfassen und richtet sich an alle interessierten Budoka, welche an einer tiefgründigen Auseinandersetzung interessiert sind und dies auch ermöglichen möchten. Die Teilnahme am kompletten Programm bietet den Teilnehmenden u.a. auch den Bonus, von einem regelmäßigen Austausch in Chat-Groups mit Referent*innen und untereinander zu profitieren. Daneben kann jedes einzelne Seminar/Workshop als schwerpunktmäßige Vertiefung des eigenen Know-how unabhängig von den anderen Wochenenden wahrgenommen und besucht werden.

Termine

- 1) 14./15.10. 2023, 10-18h, 10-13h, Kikentai.Berlin
- 2) 20./21.1. 2024, 10-18h, 10-13h, Kikentai.Berlin
- 3) vorraussichtlich 14./16.6. 2024, 18-21h, 10-18h, 10-13h, Landdojo Fergitz o.ä.
- 4) Oktober/November 2024, Kikentai.Berlin
- 5) Januar/Februar 2024, Kikentai.Berlin

Referent*innen

- Axel Buksnowitz, 6. Dan Aikikai, Dojo Kikentai.Berlin, Dipl.ing.
- Ilka Flora, 2. Dan Aikikai, Dojo Kikentai.Berlin, Dipl.des., Master of visuel arts
- Jeannine Schröder, 1. Dan Aikikai, Budopädagogik Master, Dipl.soz.päd.
- Hagen Wießner, 4. Dan Aikikai, Dojo Kenkokan, Shiatsu-Praktiker (GSD), Budopädagoge (IfBP), Dipl.soz.päd. (FH)
- Christiane Gräf, 4. Dan Aikikai, Aikido am Tempelhofer Hafen, Kommunikationstrainerin
- Rico Kuhles, leitet mehrere Aikido-Dojos in Brandenburg
- Werner Gräf, 5. Dan Aikikai, Aikido & Gewaltfreie Kommunikation, Journalist & Berater
- Ishlar Smolny, 3. Dan Aikikai, Dachoyama-Aikido, Pianistin
- Ana Purwa, 1. Dan Aikikai, IZUMI Aikido, Schauspielerin & Sprecherin
- Martina Loos, 2. Dan Aikikai, Aikido School Athens, Dr.in phil.

Module

- e) Grundlagen, Prinzipien und Entwicklungstufen der Form im Kinderbudo (AB)
- a) Aikido für die Kleinsten: nonverbales Vermitteln, Grundlagen, Evolution der Form (RK)
- c) Budo-Werte: Ein Grundgerüst für das Training von Kindern und Jugendlichen (HW)

- b) Einblick in die Budopädagogik: Entwicklungspsychologie, Konzeptarbeit, Rolle des Pädagogen für Kinder zwischen 4 und 6 Jahren (JS)
- r) motorische Entwicklung, Emotion und Entwicklung im Sport (ML)
- h) Spielend lernen: "Eselsbrücken", Hilfsmittel und Budo-Games (IF)
- u) Außerhalb des Unterrichts: Kontaktaufbau und -pflege, Kommunikation (IF, ML)

- m) Entspannte Samurai: Fantasiereisen, Shiatsu & partnergestützte Körperwahrnehmung (HW)
- j) Erwachsen werden mit Budo: Motivation, Sinnfindung, Gender (IS)
- i) Die Komfortzone verlassen: Waffentraining mit Jugendlichen (CG)
- p) Aikido on the road: Teambuilding, Aikido-Events, Aikido-Marketing (IS, IF, CG)

- g) Etikette, Rituale, Rhythmus: Settings im Stundenaufbau (IF)
- f) Prinzipien im regelmäßigen Training: Entwicklung und Praxis von Ukemi & Kontakt (AP)
- l) "Schwierige Kinder?!" Umgang mit emotionalen Energien und Temperamenten (JS)
- k) Was bedeutet Kämpfen? Selbstbehauptung und Budo (AB)

- o) Graduierungen im Kinderbudo (AB, CG, RK)
- d) Sozialkompetenz & No-competition games (ML)
- n) miteinander in Kontakt gehen: Aikido und gewaltfreie Kommunikation (WG)
- q) Running a Dojo: Aikido mit Kindern als Buisness-case (RK, CG, AP, AB)