

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

Aikido mit Kindern und Jugendlichen

2023/24/25



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)

Stand: 22.7.2024



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 vergreisen, 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 gemeinsame 50 Jahre Aikidopraxis und unterrichten im 2009 gegründetem Kikentai Dojo in Berlin. Das Dojo wird zum Großteil von minderjährigen Mitgliedern belebt. Seit Beginn gibt es vor allem auch viele kleine Kinder im Dojo, die mit ihrer freudvollen Energie, Begeisterung und Lebensfreude das Dojo bereichern. Mit zunehmender Dankbarkeit für und Hingabe an die Arbeit mit Kindern entstand im Austausch mit anderen im Kinder-Budo Aktiven der Wunsch, die gesammelten Erfahrungen zu teilen, weiterzugeben und zu entwickeln.

Konfrontiert mit Fragen und Herausforderungen, 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”! Es geht darum, 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 Impulse.

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 auf Dich!

Was bringst Du mit?

Natürlich hast Du Spaß an der Arbeit mit Kindern und Freude an Bewegung. Du bist verantwortungsbewusst und kommunizierst mit Herz. 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 physiologischen 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 zusammenzuwirken 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
- Kosten für Supervision, praktische Erfahrungen und Mentoring im Rahmen des Assistenztrainings nach Absprache mit Deinem Dojo

Junge Aikidoka (U20) erhalten eine Ermäßigung von 50% auf die Workshops! Frage gern Deine/n Dojo-Leiter*in für weitere Unterstützung!

Weiterhin steht in Aussicht, die Teilnahme am kompletten Programm mit Stipendien für Kinder-Budo-Lehrer*innen der "Budostiftung Anita Köhler" zu fördern.

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)

Initiiert im Herbst 2023, finden jährlich 3 Wochenend-Workshops mit unterschiedlichen Referent*innen im Raum Berlin/Brandenburg statt, darunter auch ein 3-tägiges Intensiv-Camp im Sommer. Jeder Workshop wird verschiedene Module mit spezifischen praktischen, theoretischen und pädagogischen Schwerpunkten beinhalten. Jede/r Referent*in wird ein praktisches Erleben der Inhalte in einer Beispieleinheit geben. Ebenfalls bieten wir Raum für Reflexion, Feedback, Fragen und Austausch. Ein Workshop beinhaltet 3-4 Module, welche von den jeweiligen Referent*innen geleitet werden.

Das komplette Programm ist modular aufgebaut, ein Einstieg ist jederzeit möglich. Als Weiterbildung zertifiziert, umfasst das Programm ca. 200 Stunden: die Teilnahme an insgesamt 15 Workshop-Modulen, den im Programm-Pass dokumentierten Erfahrungsaufbau incl. Supervision sowie die eigene Praxis in Begleitung eines Mentors. Die Weiterbildung richtet sich an Aikidoka, welche an einer tiefgründigen Auseinandersetzung interessiert sind und dies auch ermöglichen möchten. Die Teilnahme am kompletten Programm bietet den Teilnehmenden u.a. auch die Chance, von einem regelmäßigen Austausch mit den Referent*innen und untereinander zu profitieren.

Abgesehen davon, das Programm als Weiterbildung zu absolvieren, kann jeder einzelne Workshop auch ohne Programm-Pass wahrgenommen und besucht werden. Kinder-Lehrer*innen, die bereits Erfahrungen haben, profitieren dabei vom Austausch mit anderen und nutzen die Möglichkeit, schwerpunktmäßig ihr eigenes Know-how zu vertiefen.

Die Referent*innen sind im Rahmen des Programms eingeladen, in den Austausch miteinander zu gehen und ihre eigene Lehre weiterzuentwickeln.

Termine

Die Workshops finden in der Regel 3x jährlich statt. Termine und Ausschreibungen veröffentlichen wir unter www.kikentai.berlin/Kids-Sensei_Programm.

Folgende Workshops sind für 2024/2025 geplant:

- 4. Workshop:** November 2024, Kikentai.Berlin
- 5. Workshop:** Januar/Februar 2025, Kikentai.Berlin
- 6. Workshop:** Juni 2025, Kikentai.Berlin

Bisher haben 3 Workshops stattgefunden:

1. Workshop: 14./15.10. 2023, 10-18h, 10-13h, Kikentai.Berlin
2. Workshop: 20./21.1. 2024, 10-18h, 10-13h, Kikentai.Berlin
3. Workshop: 14./16.6. 2024, 18-21h, 10-18h, 10-13h, Landdojo Fergitz

Ein Einstieg ins Programm / eine Teilnahme an den Workshop ist jederzeit möglich.

Referent*innen

- **Axel Buksnowitz,**
6. Dan Aikikai, Dojo-Cho Kikentai.Berlin, Dipl.ing.
- **Ilka Flora,**
2. Dan Aikikai, Kikentai.Berlin, Master of visuel arts
- **Jeannine Schröder,**
1. Dan Aikikai, Budopädagogik Master, Dipl.soz.päd.
- **Hagen Wießner,**
4. Dan Aikikai, Dojo-Cho Kenkokan, Shiatsu-Praktiker (GSD),
Budopädagoge (IfBP), Dipl.soz.päd. (FH)
- **Christiane Gräf,**
4. Dan Aikikai, Dojo-ChoAikido am Tempelhofer Hafen, Kommunikationstrainerin
- **Rico Kuhles,**
Dojo-Cho Aikido-Gemeinschaft OderSpree e.V.
- **Werner Gräf,**
5. Dan Aikikai, Dojo-Cho Aikido & Gewaltfreie Kommunikation, Journalist & Berater
- **Ishlar Smolny,**
3. Dan Aikikai, Dojo-Cho Dachoyama-Aikido, Pianistin
- **Ana Purwa,**
1. Dan Aikikai, Dojo-Cho IZUMI Aikido, Schauspielerin & Sprecherin
- **Martina Loos,**
2. Dan Aikikai, Dojo-Cho Aikido School Athens, Dr.in phil.
- **Jacqueline von Arb,**
3. Dan Aikikai, Dojo-Cho JuShinKan
- **Martin Svihla,**
5. Dan Aikikai, Dojo-Cho Aikido Praha Vinohrady
- **Svein Hatlen / Christian Bleckman,**
3. Dan Aikikai, Vanadis Aikidoklubb

Module

- e) Grundlagen, Prinzipien und Entwicklungsstufen 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)
- g) Etikette, Rituale, Rhythmus: Settings im Stundenaufbau (IF)
- r) motorische Entwicklung, Emotion und Entwicklung im Sport (ML)
- m) Entspannte Samurai: Fantasiereisen, Shiatsu & partnergestützte Körperwahrnehmung (HW)
- p) Aikido on the road: Aikido-Events, Aikido-Messaging, Aikido-Marketing (Kolloquium: AB &)
- i) Die Komfortzone verlassen: Waffentraining mit Jugendlichen (CG)
- j) Erwachsen werden mit Budo: Motivation, Sinnfindung, Gender (IS)
- h) Spielend lernen: Hilfsmittel im Budo (IF)
- d) Sozialkompetenz & No-competition games (ML)
- k) Was bedeutet Kämpfen? Selbstbehauptung und Budo (AB)
- f) Principles in the regular training: Developing and practising Ukemi and Contact (JvA)
- l) "Schwierige Kinder?!" — Gruppendynamiken, emotionale Energien und Temperamente begleiten und entwickeln (JS)
- n) miteinander in Kontakt gehen: Aikido und gewaltfreie Kommunikation (WG)
- w) Instead of winning & loosing: protecting each other as a base of having fun (SH / CB)
- o) Milestones and Challenges: Graduierungen im Kinder-Budo (Kolloquium: AB &)
- u) Inspiring physical education: Creating / perceiving contact & moving together in space (nn)
- v) Budo und Gemeinschaft: Rituale für das Miteinander im Aikidotraining (RK)
- q) Running a Dojo: Aikido mit Kindern als Business-case (Kolloquium: AB &)