DEUTSCHE TAEKWONDO UNION E.V.

Trainer C Breitensport
Kinder
Taekwondo

Ausbildungskonzept

Modulhandbuch

Inhaltsverzeichnis

1. Modul: Rechtliche Grundlagen im Taekwondo (Trainer C Breitensport Kinder) ... 4
2. Modul: Versicherungen im Rahmen der Vereinstätigkeit und Verhalten im Schadensfall ... 6
3. Modul: Jugendschutzgesetz und Stellung des Übungsleiters im Kindertraining ... 8
4. Modul: Kinder vor körperlicher, seelischer und sexueller Gewalt schützen ... 10
5. Modul: Sensibilisierung für Grenzverletzungen im Kindertraining ... 12
6. Modul: Ansprechbarkeit und Handlungskompetenzen bei Kindeswohlgefährdung Fokus: Zusammenarbeit mit Fachstellen im Kinderschutz ... 14
7. Modul: Die Rolle des Übungsleiters – Vorbildfunktion und pädagogische Verantwortung ... 16
8. Modul: Ethisch-moralische Verantwortung im Kindertraining ... 18
9. Modul: Persönlichkeitsentwicklung durch Sport im Kindertraining ... 20
10. Modul: Grundlagen der kindgerechten Vermittlung von Bewegungs- und Technikinhalten ... 22
11. Modul: Didaktische Prinzipien und methodische Vielfalt im Kindertraining ... 24
12. Modul: Besonderheiten der verschiedenen Altersstufen im Kindertraining ... 26
13. Modul: Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Gleichgewichtstraining im Taekwondo – altersgerecht gestalten ... 28
14. Modul: Umgang mit unterschiedlichen Lerntypen und Lernvoraussetzungen im Kindertraining ... 30
15. Modul: Umgang mit besonderen Kindern – ADHS, Autismus und weitere Besonderheiten im Kindertraining ... 32
16. Modul: Grundlagen der Kommunikation im Kindertraining und Aufbau einer positiven Kommunikationskultur ... 34
17. Modul: Nonverbale Kommunikation im Kindertraining ... 36
18. Modul: Gruppenprozesse, Rollenverhalten und Gruppenzusammenhalt im Kindertraining ... 38
19. Modul: Umgang mit Konflikten in Kindergruppen ... 40
20. Modul: Grundlagen der Elternarbeit im Kindertraining ... 42
21. Modul: Vielfalt erkennen – LGBTQ+, Transgender- und Gendergerechtigkeit im Kindertraining ... 44
22. Modul: Aufbau einer Übungsstunde im Kindertraining Fachlich strukturierte Planung, zielgerichtete Umsetzung und methodisch variierende Gestaltung ... 46
23. Modul: Grundlagen der altersgerechten Trainingsplanung im Kindertraining Ziele setzen – Inhalte strukturieren – Entwicklung fördern ... 48
24. Modul: Systematischer Bewegungsaufbau im Kindertraining Von der Grobform zur Feinform – Technik richtig entwickeln ... 50
25. Modul: Bewegungslernen im Kindesalter ... 52
26. Modul: Technikerwerb im Taekwondo – Wie Kinder eine Technik richtig erlernen ... 54
27. Modul: Technik verbessern im Kindertraining ... 56
28. Modul: Poomsae-Vermittlung im Kindertraining ... 58
29. Modul: Ilbotaeryon im Kindertraining ... 60
30. Modul: Vollkontaktvermittlung im Kindertraining ... 62
31. Modul: Hosinsul im Kindertraining Fachliche Grundlagen, technische Vermittlung und methodischer Aufbau ... 64
32. Modul: Poomsae im Kindertraining Fachliche Grundlagen, methodischer Aufbau und Bewegungsanalyse 66

33. Modul: Pratzentraining und Kicken im Kindertraining Technikvermittlung, Trainingsmethodik und Fehlerkorrektur im Taekwondo 68

34. Modul: Motivation, Frustration und emotionale Prozesse im Kindertraining Emotionale Entwicklung verstehen – Training klug gestalten 70

35. Modul: Modelllernen und operantes Konditionieren im Kindertraining Lerntheoretische Grundlagen gezielt im Training nutzen 72

36. Modul: Lernkanäle und pädagogische Einflussnahme im Kindertraining 74

37. Modul: Verletzungsprävention im Kindesalter Belastung verstehen – Risiken erkennen – Sicherheit schaffen 76

38. Modul: Richtiges Erwärmen im Kindertraining Fachgerechte Vorbereitung – zielgerichtete Struktur – kindgerechte Umsetzung 78

39. Modul: Grundlagen der Sportmedizin im Kindertraining Körper verstehen – Bewegungen einordnen – altersgerecht handeln 80

40. Modul: Belastungsdosierung und Regeneration im Kindertraining Belasten – beobachten – erholen lassen82

41. Modul: Koordinationstraining im Kindesalter im Taekwondo Grundlagen schaffen – Bewegungen verfeinern – Leistung vorbereiten 84

42. Modul: Fehleranalyse und methodische Korrektur im Kindertraining Beobachten – analysieren – anleiten . 86

43. Modul: Selbstreflexion als Trainerin oder Trainer im Kindertraining Sich selbst sehen – Verantwortung übernehmen – professionell wachsen 88

44. Modul: Bewegungsbeobachtung im Kindertraining Gezielt hinschauen – Motorik verstehen – Training wirksam steuern 90

45. Modul: Cooldown im Kindertraining Regeneration ermöglichen – zur Ruhe kommen – Lernen sichern..... 92

46. Modul: Gesundheitsförderung durch Bewegung im Kindesalter Bewegung als Grundlage für gesunde Entwicklung 94

47. Modul: Grundlagen der Ernährung im Kindes- und Jugendalter Energie für Bewegung – altersgerecht essen und trinken 96

48. Modul: Sicherheitsaspekte im Kindertraining Sicher trainieren – Risiken erkennen – Verantwortung übernehmen 98

49. Modul: Aufbau und Struktur des Sportsystems in Deutschland Wer macht was – und wie hängt alles zusammen? 100

50. Modul: Qualitätsentwicklung und Evaluation im Kindertraining Gutes Training sichtbar machen und gezielt verbessern 102

51. Modul: Datenschutz im Kindertraining Fotos, Videos, Messenger – was ist erlaubt, was ist verboten? 104

52. Modul: Prüfungsvorbereitung kindgerecht gestalten Motivieren – nicht überfordern – kindgerecht prüfen . 106

53. Modul: Schnuppertraining und Neueinsteiger Ankommen ermöglichen – Vertrauen aufbauen – Begeisterung wecken 108

54. Modul: Taekwondo als Lebensschule Werte vermitteln durch Kampfkunst 110

55. Modul: Inklusion im Kindertraining Vielfalt wahrnehmen – Teilhabe ermöglichen – Barrieren abbauen 112

1. Modul: Rechtliche Grundlagen im Taekwondo (Trainer C Breitensport Kinder)

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen den rechtlichen Rahmen der Aufsichtspflicht im Kindertraining.
- unterscheiden zwischen Sorgfaltspflicht und Aufsichtspflicht und wissen, wie beide praktisch umzusetzen sind.
- können Haftungsfragen im Vereinsalltag einordnen und Risiken durch sachgerechtes Verhalten minimieren.
- wissen, wie sie bei einem Schadens- oder Verletzungsfall juristisch korrekt agieren.
- handeln im Trainingsalltag rechtlich verantwortungsvoll und dokumentationssicher.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Chaos beim Kindertraining – wer haftet?

Situation:
Während deines Kindertrainings verlässt ein Kind ohne Erlaubnis die Halle und verletzt sich im Eingangsbereich. Die Eltern drohen mit rechtlichen Schritten.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du folgende Fragen beantwortest:

- Wann beginnt und endet deine Aufsichtspflicht?
- Was wäre dein korrektes Verhalten in dieser Situation – auch im Gespräch mit den Eltern?
- Welche organisatorischen Vorkehrungen kannst du treffen, um solche Fälle zu vermeiden?

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erläutern die Aufsichtspflicht rechtlich korrekt, reflektieren ihre Verantwortung und entwickeln geeignete Präventionsmaßnahmen für den eigenen Trainingsalltag.

B: Ein Kind wird geschubst – und die Eltern schauen zu

Situation:
Beim freien Spiel vor dem Training kommt es zu einer Rangelei zwischen zwei Kindern. Ein Kind fällt und verletzt sich leicht. Die Eltern des verletzten Kindes machen dich verantwortlich.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Podcast (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Ob die Aufsichtspflicht in dieser Situation bereits galt.
- Wie deine rechtliche Verantwortung einzuschätzen ist.
- Wie du das Gespräch mit den Eltern juristisch korrekt und deeskalierend führst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie zwischen Unfall, Fahrlässigkeit und Pflichtverletzung differenzieren können und Gespräche mit Eltern rechtlich sicher und angemessen führen.

C: Notfall im Training – was tun?

Situation:
Ein Kind klagt während des Trainings über starke Bauchschmerzen, die plötzlich schlimmer werden. Du bist allein mit der Gruppe.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Punkte übersichtlich darstellt:

- Was ist deine Verantwortung im medizinischen Notfall?
- Wann und wie informierst du Eltern, Notruf, Vereinsverantwortliche?
- Welche Maßnahmen solltest du im Vorfeld organisatorisch treffen?

Upload: Dateiformat PDF oder Bilddatei (z. B. .jpg)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden können im Notfall sachgerecht handeln und dokumentieren. Sie kennen ihre Verantwortung als Erstbetreuende und sichern sich organisatorisch ab.

D: Bilder aus dem Training online – geht das?

Situation:

Eine Mutter teilt in der Eltern-WhatsApp-Gruppe ein Gruppenbild vom Kindertraining. Ein anderer Vater beschwert sich, weil sein Kind auf dem Bild zu sehen ist.

Aufgabe:

Formuliere eine kurze Informationsbroschüre oder einen Elternbrief zum Thema Datenschutz und Bildrechte mit folgenden Inhalten:

- Was gilt rechtlich für Foto- und Videoaufnahmen im Kindertraining?
- Welche Zustimmung ist erforderlich und wie sollte diese eingeholt werden?
- Was ist bei Veröffentlichungen im Vereinskontext zu beachten?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen sich mit datenschutzrechtlichen Anforderungen auseinander und entwickeln eine sichere und transparente Lösung für ihren Trainingskontext.

2. Modul: Versicherungen im Rahmen der Vereinstätigkeit und Verhalten im Schadensfall

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die wichtigsten Versicherungsarten im Vereinssport (u. a. gesetzliche Unfallversicherung, Haftpflichtversicherung, Sportversicherung der Landessportbünde).
- können typische Versicherungslücken und Fehlannahmen im Kindertraining benennen.
- wissen, wie sie sich bei einem Schadens- oder Verletzungsfall korrekt verhalten und was dokumentiert werden muss.
- sind in der Lage, Versicherungsschutz für Training, Veranstaltungen und Wettkämpfe sicherzustellen.
- entwickeln ein persönliches Handlungsschema für den Schadensfall im Verein.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Verletzung beim Aufwärmspiel – was ist versichert?

Situation:
Ein Kind rutscht während des Aufwärmens auf einem Hallenbodenstreifen aus und zieht sich eine Sprunggelenksverletzung zu. Die Eltern fragen, ob der Verein oder du persönlich haften – und ob der Unfall gemeldet wurde.

Aufgabe:
Erstelle ein Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du folgende Aspekte behandelst:

- Welche Versicherung greift in diesem Fall?
- Wer ist verantwortlich für die Meldung?
- Was muss dokumentiert werden – und wie?
- Was ist dein konkretes Verhalten als Trainerin oder Trainer?

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden können zwischen gesetzlicher Unfallversicherung und privater Haftung unterscheiden und zeigen Handlungssicherheit im Melde- und Dokumentationsprozess.

B: Brille kaputt – Eltern wütend

Situation:
Ein Kind trägt seine Brille beim Training. Während einer Partnerübung mit Schlagpolstern wird die Brille beschädigt. Die Eltern verlangen Ersatz durch den Verein oder durch dich persönlich.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Podcast (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wer haftet in diesem Fall – und wer nicht?
- Welche Versicherung wäre ggf. zuständig?
- Wie führst du ein sachliches und rechtlich fundiertes Gespräch mit den Eltern?

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen typische Irrtümer über Versicherungspflichten und lernen, wie sie deeskalierend und sachgerecht mit Eltern kommunizieren.

C: Nach dem Turnier ist das Auto verkratzt

Situation:

Nach einem Kinderturnier kehrt eine Mutter mit ihrem Kind zum Auto zurück – der Lack ist zerkratzt. Sie behauptet, ein anderes Kind aus deiner Gruppe sei dafür verantwortlich. Du warst zu diesem Zeitpunkt mit dem Rest der Gruppe auf dem Weg zur Halle.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Welche Versicherung würde in Betracht kommen – und welche nicht?
- Wie dokumentierst du den Vorfall korrekt?
- Wie gehst du als Trainerin oder Trainer in solchen Situationen sicher vor?
- Was sind deine organisatorischen Schutzmaßnahmen bei Fahrgemeinschaften, Absprachen und Beaufsichtigung?

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Verantwortung und Abgrenzung im Bereich der Aufsicht außerhalb des offiziellen Trainings erkennen und organisatorisch absichern können.

D: Trainingsausfall nach einem Sturz

Situation:

Ein Kind stürzt im Training beim Partnerlauf und möchte nicht weitermachen. Die Eltern bringen es am nächsten Tag zum Arzt, lassen aber keine Diagnose mitteilen. Eine Woche später wird der Fall beim Vereinsvorstand und der Versicherung gemeldet – du wirst befragt.

Aufgabe:

Erstelle ein Informationsblatt oder Protokollvorlage für Trainerinnen und Trainer mit folgenden Inhalten:

- Was sollte in einem Verletzungsprotokoll stehen?
- Was ist unmittelbar nach dem Vorfall zu tun?
- Welche Fristen und Wege gelten für die Unfallmeldung bei der Sportversicherung?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie im Schadensfall rechtlich und dokumentationssicher handeln und ihre Rolle im Meldeprozess kennen.

3. Modul: Jugendschutzgesetz und Stellung des Übungsleiters im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die grundlegenden Regelungen des Jugendschutzgesetzes, insbesondere in Bezug auf Aufsicht, Medienkonsum, Rauchen, Alkohol und Veranstaltungen.
- verstehen die besondere Verantwortung des Übungsleiters gegenüber minderjährigen Kindern und Jugendlichen.
- wissen, wie sie ihre Rolle rechtssicher und verantwortungsvoll ausfüllen, insbesondere bei außersportlichen Veranstaltungen.
- können grenzverletzendes Verhalten erkennen, sich klar positionieren und die Kinder aktiv schützen.
- wissen, welche Ansprechpartner und Strukturen sie im Konflikt- oder Verdachtsfall einbinden müssen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Grillfest mit Jugendlichen – wer darf was?

Situation:
Dein Verein plant ein gemeinsames Grillfest mit der Jugendgruppe. Einige Jugendliche fragen, ob sie Bier trinken dürfen, andere wollen bis Mitternacht bleiben. Du bist als verantwortliche Aufsichtsperson vor Ort.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Was ist nach dem Jugendschutzgesetz erlaubt – und was nicht?
- Welche Verantwortung hast du als Übungsleiter?
- Wie kannst du präventiv und deeskalierend handeln?

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden wenden zentrale Inhalte des Jugendschutzgesetzes auf eine reale Vereinssituation an, erkennen ihre Verantwortung als Aufsichtsperson und entwickeln Handlungsstrategien.

B: TikTok-Challenge im Training

Situation:
Zwei Kinder wollen nach dem Training eine TikTok-Challenge filmen und dabei Musik und Bewegungen zeigen, die dich irritieren. Andere Kinder filmen mit. Die Eltern wissen davon nichts.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche Rolle du als Übungsleiter in dieser Situation einnimmst.
- Wie du auf das Verhalten der Kinder angemessen reagierst.
- Welche rechtlichen und pädagogischen Aspekte hier wichtig sind.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren ihre Aufsichtspflicht, erkennen mögliche Gefährdungen und entwickeln altersgerechte Reaktionen auf problematische digitale Mediennutzung im Verein.

C: Übernachtung im Dojang – deine Verantwortung

Situation:

Du planst ein Taekwondo-Wochenende mit Übernachtung im Dojang. Du bist allein mit der Kindergruppe verantwortlich. Ein Kind hat nachts Heimweh, ein anderes muss auf die Toilette. Am nächsten Morgen berichten Eltern, dass ihr Kind sich unwohl gefühlt habe.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat oder Ablaufplan (A4 oder A3), das folgende Punkte regelt:

- Aufsicht und Schutzmaßnahmen bei Übernachtungen.
- Umgang mit Nähe und Distanz.
- Verhaltensregeln für dich als Übungsleiter.
- Notfallkontakte und Informationspflichten gegenüber Eltern und Verein.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen sich mit der Garantenstellung in außersportlichen Kontexten auseinander und entwickeln klare Abläufe für Schutz und Kommunikation.

D: Verdacht auf Missbrauch – was tun?

Situation:

Ein Kind im Training zieht sich stark zurück. Es reagiert auffällig auf Körperkontakt und wirkt verängstigt. Du vermutest, dass etwas nicht stimmt. Du bist dir aber unsicher, wie du vorgehen sollst.

Aufgabe:

Formuliere ein Informationsblatt für Übungsleiterinnen und Übungsleiter mit folgenden

Inhalten:

- Wie erkenne ich Warnsignale für Kindeswohlgefährdung?
- Was darf ich tun – und was nicht?
- Wie dokumentiere ich sachlich?
- Welche internen und externen Stellen muss ich einbinden?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden kennen ihre Rolle als Vertrauensperson, handeln besonnen und rechtlich korrekt und wissen, wie sie Unterstützung holen, ohne übergriffig zu handeln.

4. Modul: Kinder vor körperlicher, seelischer und sexueller Gewalt schützen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- erkennen verschiedene Formen von Gewalt gegen Kinder (körperlich, seelisch, sexualisiert) und deren Merkmale.
- verstehen ihre besondere Verantwortung als Übungsleiterinnen und Übungsleiter im Kindertraining.
- können Anzeichen für mögliche Gefährdungslagen wahrnehmen, sachlich deuten und dokumentieren.
- handeln im Verdachtsfall besonnen, strukturiert und im Rahmen ihrer Zuständigkeit.
- kennen interne Meldewege und externe Fachstellen für Kinderschutz und holen frühzeitig Unterstützung.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Ein Kind wird regelmäßig angeschrien

Situation:
Du beobachtest über mehrere Wochen, dass ein Kind von einem mittrainierenden Elternteil im Beisein der Gruppe laut beschimpft wird. Das Kind wirkt zunehmend verunsichert und zieht sich im Training zurück.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du darstellst:

- Welche Form von Gewalt hier vorliegen könnte.
- Was dein konkretes, rechtlich und pädagogisch korrektes Verhalten ist.
- Wie du zwischen Beobachtung, Vermutung und Handlungspflicht unterscheidest.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen emotionale Gewalt, reflektieren ihre Handlungsverantwortung und entwickeln ein besonnenes, dokumentationssicheres Vorgehen.

B: Körperliche Übergriffe im Training

Situation:
Zwei ältere Kinder trainieren miteinander. Eines schlägt das andere wiederholt zu hart. Das betroffene Kind weint und möchte das Training verlassen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Podcast (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du körperliche Grenzüberschreitungen im Training erkennst.
- Welche Rolle du als Schutzperson einnimmst.
- Wie du mit den beteiligten Kindern und den Eltern sprichst.
- Welche Nachbereitung du im Verein veranlassen würdest.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen Handlungssicherheit bei körperlicher Gewalt und entwickeln Strategien zur Prävention und Nachbereitung im Vereinskontext.

C: Verdacht auf sexualisierte Gewalt

Situation:
Ein Kind vermeidet konsequent Körperkontakt, zieht sich beim Umziehen zurück und reagiert auffällig auf eine bestimmte erwachsene Person im Umfeld. Die Körpersprache ist angespannt, das Verhalten verändert.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsschema oder Entscheidungsbaum (A4 oder A3), der folgende Aspekte abbildet:

- Erste Hinweise und Beobachtungen erkennen
- Abgrenzung zwischen Wahrnehmung, Vermutung und Verdacht
- Verhalten im Ernstfall: Gespräch, Dokumentation, Weitergabe
- Externe Fachstellen und interne Meldewege

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden strukturieren ein eigenes Handlungskonzept für Verdachtsfälle, das auf Professionalität, Zurückhaltung und rechtliche Absicherung ausgerichtet ist.

D: Gewalt durch andere Kinder

Situation:

Ein Kind berichtet, dass es regelmäßig von einem anderen Kind beleidigt und ausgeschlossen wird. Es möchte nicht mehr zum Training kommen und vermeidet Begegnungen.

Aufgabe:

Formuliere ein Informationsblatt für Trainerinnen und Trainer mit folgenden Inhalten:

- Was ist seelische Gewalt unter Kindern?
- Was ist deine Aufgabe im direkten Umgang mit den Kindern?
- Wie kannst du auf eine gute Trainingskultur hinwirken?
- Was gehört in ein anonymisiertes Fallprotokoll?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erkennen psychische Gewalt unter Kindern, handeln präventiv und konstruktiv und entwickeln Maßnahmen zur Förderung eines gewaltfreien Gruppenklimas.

5. Modul: Sensibilisierung für Grenzverletzungen im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen typische Formen von Grenzverletzungen im Trainingsalltag (z. B. unangemessene Berührungen, unklare Nähe, übergriffige Sprache).
- reflektieren ihr eigenes Verhalten im Umgang mit Nähe, Körperkontakt, Vertrauen und Autorität.
- sind in der Lage, zwischen professioneller Beziehungsgestaltung und grenzverletzendem Verhalten zu unterscheiden.
- schaffen in ihrer Trainingsgruppe ein Klima, in dem Kinder ihre Grenzen äußern können.
- kennen wirksame Schutzmaßnahmen zur Prävention von Übergriffen und Missverständnissen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Dehnen mit Körperkontakt – erlaubt oder nicht?

Situation:
Im Techniktraining hilfst du einem Kind bei einer Dehnübung durch leichten Druck auf Rücken und Oberschenkel. Das Kind sagt nichts. Eine Woche später äußert es, dass es das nicht mehr möchte.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erklärst:

- Wie du mit Körperkontakt im Kindertraining generell umgehst.
- Wie du Grenzen respektierst, ohne deinen Auftrag zur Hilfestellung zu vernachlässigen.
- Was du aus der Situation für dein weiteres Verhalten ableitest.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden setzen sich mit der Balance zwischen Hilfestellung und Grenzachtung auseinander und formulieren persönliche Leitlinien für Körperkontakt im Training.

B: Umarmung nach der Gürtelprüfung

Situation:
Ein Kind fällt dir nach der bestandenen Prüfung spontan um den Hals. Du erwiderst die Umarmung. Eine Kollegin kritisiert später, das sei zu viel Nähe gewesen. Du beginnst zu zweifeln.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du reflektierst:

- Wo emotionale Nähe im Kindertraining erlaubt und erwünscht ist – und wo nicht.
- Was du unter professioneller Beziehungsgestaltung verstehst.
- Wie du mit kritischen Rückmeldungen zu deinem Verhalten konstruktiv umgehst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden schärfen ihr Bewusstsein für die Wirkung körperlicher und emotionaler Nähe und entwickeln persönliche Umgangsformen für sensible Momente.

C: Nähe in der Umkleide

Situation:
Du bemerkst, dass manche Kinder dich zum Gespräch in der Umkleide aufsuchen oder dich um Hilfe beim Anziehen bitten. Du bist allein im Gebäude. Du bist dir unsicher, wie du damit umgehen sollst.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Punkte übersichtlich darstellt:

- Welche Situationen bergen Grenzrisiken im Alltag?
- Wie organisierst du dein Training, damit Grenzverletzungen strukturell vermieden werden?
- Was sind deine persönlichen Schutzregeln (z. B. Umgang mit Rückzugsräumen, Transparenz, Tür-offen-Prinzip)?

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden identifizieren alltägliche Risikobereiche und entwickeln organisatorische und persönliche Maßnahmen zur Grenzachtung.

D: „Der Trainer hat Lieblingskinder“

Situation:

Ein Elternteil spricht dich an: Die Tochter fühle sich ausgeschlossen, weil du anderen Kindern mehr Aufmerksamkeit schenkst. Du warst dir dessen nicht bewusst, möchtest das Thema aber ernst nehmen.

Aufgabe:

Verfasse ein Informationsblatt oder Reflexionsbogen (max. 2 Seiten), das folgende Aspekte behandelt:

- Wie erkennst du unbewusste Ungleichbehandlung oder zu enge Bindungen im Training?
- Wie gestaltest du die Beziehung zu allen Kindern professionell und gerecht?
- Welche Hinweise im Verhalten der Kinder oder Rückmeldungen der Eltern solltest du ernst nehmen?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren Beziehungsasymmetrien und entwickeln Strategien für eine gleichwertige, transparente und professionelle Beziehungsgestaltung.

6. Modul: Ansprechbarkeit und Handlungskompetenzen bei Kindeswohlgefährdung Fokus: Zusammenarbeit mit Fachstellen im Kinderschutz

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- wissen, welche externen Stellen im Kinderschutzsystem bei Verdachtsfällen einzubinden sind (z. B. Jugendamt, Beratungsstellen, Kinderschutzfachkräfte).
- können zwischen interner Dokumentation, externer Meldung und fachlicher Beratung unterscheiden.
- verstehen die gesetzlichen Grundlagen zur Weitergabe von Informationen bei Kindeswohlgefährdung (insbesondere § 8a SGB VIII).
- erkennen ihre Rolle als Teil eines institutionellen Schutzkonzepts.
- handeln besonnen und abgestimmt mit den zuständigen Stellen, ohne Verantwortung abzugeben oder zu überschreiten.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Kontakt mit dem Jugendamt – was darfst du sagen?

Situation:
Du wirst vom Jugendamt telefonisch kontaktiert. Man bittet dich um eine Einschätzung zum Verhalten eines Kindes, das in deiner Trainingsgruppe ist. Es gibt einen laufenden Kinderschutzfall.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche Informationen du weitergeben darfst – und welche nicht.
- Wie du das Gespräch dokumentierst und absicherst.
- Was du intern vorbereiten musst, bevor du mit einer Behörde sprichst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen ihre rechtliche Stellung im Kinderschutzsystem, handeln datenschutzkonform und kommunikationssicher im Kontakt mit offiziellen Stellen.

B: Ein Kind braucht Hilfe – du brauchst Beratung

Situation:
Ein Kind zeigt dir gegenüber deutliche Signale von Überforderung und familiärer Belastung. Du möchtest den Eindruck fachlich einschätzen lassen, ohne selbst eine Meldung zu machen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Was der Unterschied zwischen Beratung und Meldung ist.
- Welche Fachstellen du anonym zur Einschätzung kontaktieren kannst.
- Wie du dich als Übungsleiter absicherst, ohne übergriffig zu handeln.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden kennen die Rolle von Fachberatung nach § 8b SGB VIII und zeigen, dass sie Unsicherheiten professionell und strukturiert begegnen können.

C: Netzwerk Kinderschutz im Verein

Situation:

Der Verein möchte ein Schutzkonzept entwickeln und beauftragt dich, eine Übersicht über externe Kooperationspartner und Ansprechstellen im Kinderschutz zu erstellen – abgestimmt auf eure Region.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat oder Übersichtsposter (A4 oder A3), das folgende Punkte enthält:

- Welche Institutionen und Ansprechpartner gibt es im regionalen Kinderschutz?
- Wie erfolgt die Kontaktaufnahme – und in welchen Fällen?
- Was gehört zur Vorbereitung eines Schutzkonzepts aus Trainersicht?

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erarbeiten eine praxistaugliche Struktur für die Zusammenarbeit mit Fachstellen im Verein und legen Grundlagen für institutionellen Kinderschutz.

D: Interne Meldestruktur entwickeln

Situation:

In deinem Verein gibt es keine klaren Abläufe bei Kindeswohlgefährdung. Du möchtest mit der Jugendleitung und dem Vorstand eine interne Meldekette vorschlagen.

Aufgabe:

Formuliere einen Vorschlag für eine interne Vereinbarung (max. zwei Seiten) mit folgenden

Inhalten:

- Wer ist bei Verdacht im Verein anzusprechen – in welcher Reihenfolge?
- Wie wird dokumentiert und wie wird Fachberatung eingebunden?
- Welche Rolle übernehmen Trainerinnen und Trainer – welche nicht?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden gestalten aktiv einen strukturierten, realistischen Handlungsrahmen zur Meldung und Weitergabe von Verdachtsfällen innerhalb des Vereins.

7. Modul: Die Rolle des Übungsleiters – Vorbildfunktion und pädagogische Verantwortung

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- setzen sich mit ihrer Rolle als pädagogisch verantwortliche Person im Kindertraining auseinander.
- verstehen, wie ihr Verhalten, ihre Sprache und ihre Entscheidungen auf Kinder wirken.
- erkennen ihre Vorbildfunktion für Fairness, Kommunikation, Konfliktverhalten und Umgang mit Leistung.
- entwickeln ein Bewusstsein für die Wirkung von Macht, Struktur und Beziehung im Training.
- formulieren eigene Leitsätze für ein kindgerechtes und entwicklungsförderndes Trainerhandeln.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Du wirst laut – und bereust es

Situation:
Im Training hast du zum dritten Mal dieselbe Störung angesprochen. Du wirst laut, sagst etwas im Affekt und merkst direkt danach, dass es zu viel war. Das Kind schaut erschrocken. Die Gruppe ist still.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du deine pädagogische Verantwortung in dieser Situation einschätzt.
- Was du aus dem Vorfall über dich als Übungsleiterin oder Übungsleiter gelernt hast.
- Wie du künftig mit Stress- und Konfliktsituationen umgehen willst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren ihre emotionale Wirkung auf Kinder, entwickeln Strategien für schwierige Momente und stärken ihre pädagogische Haltung.

B: Du bist das Vorbild – ob du willst oder nicht

Situation:
Du merkst, dass die Kinder sich in Sprache und Verhalten stark an dir orientieren. Einzelne übernehmen deinen Tonfall, deine Reaktionen oder sogar deine Witze – auch wenn sie grenzwertig sind.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du deine Vorbildrolle im Kindertraining verstehst.
- Welche bewussten und unbewussten Signale du sendest.
- Wie du Verantwortung für deine Außenwirkung übernimmst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden analysieren die Wechselwirkung zwischen ihrem Auftreten und dem Verhalten der Kinder und leiten daraus konkrete Handlungsabsichten ab.

C: Zwischen Nähe und Distanz – das Kind sucht Halt

Situation:
Ein Kind sucht regelmäßig sehr engen Kontakt zu dir: Es will immer in deiner Nähe sein, sucht körperliche Nähe und nennt dich als Lieblingsperson. Du fühlst dich geehrt, aber auch überfordert.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Wie du deine Beziehung zu Kindern im Training strukturierst.
- Welche Nähe du zulässt und wie du klare Grenzen setzt.
- Was deine pädagogischen Prinzipien im Umgang mit Bindung sind.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren ihre Rolle als sichere Bezugsperson im Training und finden eine professionelle Balance zwischen Empathie und Klarheit.

D: Werte im Training – was vermittelst du eigentlich?

Situation:

Bei einem internen Turnier fällt dir auf, dass viele Kinder sich gegenseitig auslachen, bei Fehlern hämisch reagieren und sich aggressiv im Wettkampfverhalten zeigen. Du fragst dich, woher das kommt – und was du dagegen tun kannst.

Aufgabe:

Formuliere eine persönliche Haltungserklärung (max. zwei Seiten), die folgende Punkte enthält:

- Welche Werte du im Training bewusst leben und vermitteln willst.
- Wie du deine Vorbildrolle in kritischen Momenten einsetzt.
- Wie du mit Normen wie Fairness, Respekt und Zusammenhalt konkret arbeitest.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln ein reflektiertes Selbstverständnis als Wertevermittler im Sport und können diese Haltung situationsgerecht in ihr Training integrieren.

8. Modul: Ethisch-moralische Verantwortung im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- reflektieren ihre Verantwortung als Bezugsperson mit moralischer Wirkung im Kindertraining.
- erkennen Situationen, in denen moralische Integrität, Gerechtigkeit oder Verantwortung unter Druck geraten.
- entwickeln eine wertebasierte Haltung zu Macht, Gerechtigkeit, Umgang mit Fehlern, Gleichbehandlung und Loyalität.
- können in moralischen Konflikten sicher und begründet entscheiden.
- gestalten ihren Trainingsalltag auf Basis eines ethischen Grundverständnisses, das dem Schutz, der Entwicklung und dem Respekt der Kinder dient.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Talent oder Teamgeist – wem gibst du mehr Raum?

Situation:
Ein besonders talentiertes Kind erhält viel Lob und Aufmerksamkeit von dir. Die Eltern sind ehrgeizig, das Kind wird zum Aushängeschild der Gruppe. Andere Kinder ziehen sich zunehmend zurück.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du darstellst:

- Welche ethische Verantwortung du in der Balance zwischen individueller Förderung und Gruppenfairness trägst.
- Wie du Gleichbehandlung in deinem Training sicherstellst.
- Was du über Leistungsdenken im Kindertraining denkst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen, wie schnell pädagogische Entscheidungen ethisch aufgeladen sind und entwickeln Grundsätze für ein gerechtes und verantwortliches Miteinander.

B: Wenn andere weggucken

Situation:
Du erfährst, dass in einem anderen Verein ein Trainer regelmäßig unangemessene Kommentare gegenüber Mädchen macht. Du kennst den Trainer persönlich, warst schon auf Lehrgängen mit ihm. Der Vorstand deines Vereins will sich nicht einmischen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du mit moralischen Dilemmata im Vereinsumfeld umgehst.
- Wo Loyalität aufhört – und Zivilcourage beginnt.
- Welche Handlungsmöglichkeiten du auch ohne formale Zuständigkeit hast.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln eine klare Haltung zu Schweigen, Wegschauen und Verantwortung im Sportkontext – auch über die eigene Gruppe hinaus.

C: Ungleichbehandlung – aber unbewusst?

Situation:

Im Training sprechen dich Kolleginnen darauf an, dass du Jungen häufiger zu Technikdemonstrationen auswählst. Du hattest es nicht bemerkt. Jetzt willst du es prüfen.

Aufgabe:

Gestalte ein Reflexionsplakat (A4 oder A3), das folgende Inhalte enthält:

- Wo im Training unbewusste Ungleichbehandlung vorkommen kann.
- Wie du deine eigenen Muster erkennst.
- Was du konkret verändern willst, um alle Kinder gleichberechtigt einzubeziehen.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren ihre eigene Rolle in Fragen von Gleichbehandlung, Diversität und Vorbildwirkung und formulieren daraus konkrete Veränderungen im Trainingsverhalten.

D: Strafe oder Chance – wie gehst du mit Fehlern um?

Situation:

Ein Kind lügt dich an und verhält sich respektlos. Du bist verärgert, denkst über einen Ausschluss von der nächsten Prüfung nach. Gleichzeitig weißt du, dass es in der Familie des Kindes derzeit schwierig ist.

Aufgabe:

Formuliere einen Entscheidungsbericht (maximal zwei Seiten), in dem du darstellst:

- Wie du in dieser Situation entscheidest – und warum.
- Welche moralischen Kriterien für dich dabei wichtig sind.
- Wie du Gerechtigkeit, Konsequenz und Empathie miteinander in Einklang bringst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen sich mit ihren moralischen Maßstäben auseinander und zeigen, wie sie in belasteten Situationen handlungsfähig und gerecht bleiben.

9. Modul: Persönlichkeitsentwicklung durch Sport im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen den Einfluss sportlicher Lernprozesse auf Selbstbewusstsein, Frustrationstoleranz, Empathie, Selbstdisziplin und soziale Kompetenzen.
- können gezielt Trainingssituationen so gestalten, dass Kinder sich ausprobieren, über sich hinauswachsen und sich im eigenen Tempo entwickeln.
- kennen Prinzipien der stärkenorientierten Förderung im Breitensport.
- reflektieren, wie ihre eigene Haltung zur Leistung, zum Fehler und zur Gruppendynamik die Persönlichkeitsentwicklung der Kinder beeinflusst.
- entwickeln eigene Förderstrategien, um Kinder in ihrer Identitätsbildung zu begleiten.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Das stille Kind wächst über sich hinaus

Situation:
Ein sehr stilles Kind zeigt in einem Partnertraining plötzlich eine klare, deutliche Technik. Die Gruppe applaudiert spontan. Das Kind lächelt stolz – zum ersten Mal seit Wochen.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche Formen der Persönlichkeitsentwicklung du in dieser Situation erkennst.
- Was dein Verhalten als Trainerin oder Trainer zu diesem Moment beigetragen hat.
- Wie du solche Entwicklungsschritte langfristig förderst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen Entwicklungsmomente im Training und benennen strukturelle und persönliche Faktoren, die diese fördern.

B: Ein Kind gibt zu früh auf – wie kannst du stärken?

Situation:
Ein Kind bricht regelmäßig ab, wenn es eine Übung nicht direkt schafft. Es wirkt unsicher, vergleicht sich mit anderen und hat wenig Frustrationstoleranz. Du möchtest seine Entwicklung unterstützen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du mit Misserfolg im Kindertraining entwicklungsfördernd umgehst.
- Welche konkreten Strategien du nutzt, um Selbstwirksamkeit zu stärken.
- Wie du die Gruppe einbeziehst, ohne zu beschämen oder zu belasten.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln Handlungsstrategien zur Förderung von Resilienz und Umgang mit Rückschlägen im Training.

C: Teamgeist statt Einzelkämpfer

Situation:

In deiner Gruppe treten einige Kinder stark leistungsorientiert auf, aber wenig rücksichtsvoll. Andere Kinder trauen sich dadurch kaum noch, im Training laut zu zählen oder sich zu zeigen.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Punkte darstellt:

- Wie förderst du Teamfähigkeit, Fairness und gegenseitige Anerkennung im Training?
- Welche Methoden nutzt du, um auch zurückhaltende Kinder einzubinden?
- Was bedeutet „soziale Entwicklung durch Sport“ konkret in deiner Trainingsgestaltung?

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden formulieren konkrete Ansätze zur Förderung von Gruppenidentität, Rücksichtnahme und Selbstbehauptung in heterogenen Kindergruppen.

D: Stärken sichtbar machen

Situation:

Du stellst fest, dass einige Kinder im Training nur durch Leistung wahrgenommen werden. Andere bringen wichtige soziale oder kreative Stärken ein – aber diese fallen kaum auf.

Aufgabe:

Erstelle eine Dokumentationsvorlage oder eine Methodensammlung (max. zwei Seiten), die folgende Fragen beantwortet:

- Wie kannst du Stärken jenseits der Technikleistung erkennen und sichtbar machen?
- Welche Methoden nutzt du, um individuelle Entwicklung regelmäßig wahrzunehmen und zu spiegeln?
- Wie gestaltest du Feedback so, dass es Persönlichkeit stärkt – nicht bewertet?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden lernen, vielfältige Stärken systematisch zu erfassen und Rückmeldung entwicklungsfördernd zu gestalten.

10. Modul: Grundlagen der kindgerechten Vermittlung von Bewegungs- und Technikinhalten

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen entwicklungspsychologische Grundlagen zur Bewegungs- und Lernfähigkeit von Kindern im Alter von ca. 5 bis 12 Jahren.
- unterscheiden zwischen methodischem Üben, spielerischem Erarbeiten und situativem Lernen.
- können einfache Technikinhalte kindgerecht aufbauen, anpassen und differenzieren.
- reflektieren ihre Rolle als motivierende, verständliche und strukturierende Lernbegleitung.
- gestalten Wiederholungen und Korrekturen so, dass Kinder dauerhaft lernbereit und aktiv bleiben.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Der Apchagi gelingt nicht – wie bleibst du dran?

Situation:
Ein Kind versucht wiederholt einen geraden Apchagi, trifft aber immer schräg. Es wird frustriert, du möchtest helfen – ohne zu überfordern.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du darstellst:

- Wie du diesen Technikinhalt in Teilschritte zerlegst.
- Welche spielerischen oder vereinfachenden Übungsformen du wählst.
- Wie du auf Frustration kindgerecht reagierst und Motivation erhältst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie kindliche Bewegungsfehler erkennen, analysieren und altersgerecht bearbeiten können – ohne Druck, aber mit Klarheit.

B: Technik oder Spiel? – Was lernen Kinder eigentlich?

Situation:
Nach dem Training fragst du dich, ob deine spielerischen Übungen wirklich zur Technikentwicklung beigetragen haben – oder ob sie nur „Spaß“ gemacht haben.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wodurch sich spielerisches Lernen von bloßer Beschäftigung unterscheidet.
- Wie du Spiele strukturierst, sodass technische Lernziele erhalten bleiben.
- Wie du Spiel und Technik im Training sinnvoll kombinierst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen die didaktische Funktion von Spielen im Techniktraining und entwickeln Kriterien für den gezielten Einsatz.

C: Die Jüngsten machen nicht mit

Situation:
Du hast eine Gruppe mit vielen Kindern unter 6 Jahren. Sie sind neugierig, aber unkonzentriert. Ein klassischer Technikaufbau funktioniert nicht. Du willst trotzdem Bewegungsideen mit Technikinhalten kombinieren.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Inhalte übersichtlich darstellt:

- Grundprinzipien für Bewegung und Technikvermittlung im Vorschulalter.
- Drei konkrete Spielideen mit Technikschwerpunkt (z. B. Apchagi, Sogi, Baro).
- Hinweise zur Anleitung, Motivation und Dosierung bei sehr jungen Kindern.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln eigene, realistische Methoden für die Arbeit mit sehr jungen Kindern und zeigen methodische Vielfalt.

D: Wiederholen ohne Langeweile

Situation:

Du merkst, dass die Kinder in deiner Gruppe die Techniken kennen – aber sie schleichen sich wiederholt Fehler ein. Du willst üben, ohne dass Langeweile aufkommt oder die Motivation sinkt.

Aufgabe:

Formuliere eine Methodensammlung (maximal zwei Seiten), die folgende Punkte behandelt:

- Wie kann ich Technik wiederholen, ohne dass es eintönig wird?
- Welche Variationen, Ziele oder Formate helfen bei der Aktivierung?
- Wie kann ich auch im Technikteil Kreativität zulassen?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln ein methodisches Repertoire zur Wiederholung und Festigung technischer Inhalte, das kindgerecht motivierend bleibt.

11. Modul: Didaktische Prinzipien und methodische Vielfalt im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen grundlegende didaktische Prinzipien für das Kindertraining (z. B. vom Leichten zum Schweren, vom Bekannten zum Unbekannten, Ganzes–Teil–Ganzes).
- unterscheiden verschiedene methodische Zugänge (z. B. entdeckendes Lernen, spielerisches Lernen, Nachahmung, Anleitung, Selbststeuerung).
- können für unterschiedliche Altersgruppen und Inhalte passende Methoden auswählen und kombinieren.
- reflektieren die Wirkung ihrer Methodenauswahl auf Motivation, Lernerfolg und Trainingsklima.
- gestalten methodisch abwechslungsreiche Einheiten unter Berücksichtigung von Ziel, Gruppe und Entwicklungsstand.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Die Stunde funktioniert nicht – was änderst du?

Situation:
Du hast eine Einheit geplant mit einem klaren Technikschwerpunkt. Nach zehn Minuten merkst du, dass die Kinder überfordert sind, abschweifen oder die Aufgabe nicht verstehen. Du willst flexibel reagieren.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche didaktischen Prinzipien du bei der Anpassung deiner Stunde berücksichtigst.
- Wie du spontan deine Methode wechselst.
- Was du aus dieser Situation für zukünftige Einheiten mitnimmst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie methodisch flexibel auf Überforderung oder Desinteresse reagieren können, ohne das Lernziel aus dem Blick zu verlieren.

B: Ein Technikteil soll spielerisch vermittelt werden

Situation:
Du willst den Kihap, die Konzentration und die Zielgenauigkeit im Kicken fördern – aber ohne Frontalunterricht. Du planst stattdessen ein Spiel mit methodischem Anspruch.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welches Spiel du auswählst oder entwickelst.
- Wie du das Spiel so anleitest, dass der technische Lernimpuls erhalten bleibt.
- Wie du das Spiel reflektierst und auflöst, ohne die Kinder zu demotivieren.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden beschreiben, wie sie aus einem Spiel eine didaktisch begründete Lernform machen und gleichzeitig kindgerecht motivieren.

C: Drei Wege, ein Ziel

Situation:

Du sollst Kindern in einer gemischten Gruppe den Jireugi (Faustst oß) beibringen. Du willst dafür drei verschiedene methodische Zugänge anbieten – passend zu unterschiedlichen Lerntypen.

Aufgabe:

Gestalte ein Methodendiagramm oder ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das drei methodisch unterschiedliche Wege zur Vermittlung des Jireugi darstellt – z. B. durch Nachahmung, durch Zielarbeit, durch Partnerübung. Füge Hinweise zur Differenzierung und Motivation hinzu.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie unterschiedliche methodische Zugänge kombinieren können und wissen, wann welche Methode hilfreich ist.

D: Strukturen geben – aber Freiräume lassen

Situation:

Du planst eine Einheit zum Thema Gleichgewicht und Koordination. Du willst den Kindern ermöglichen, selbst Lösungen zu finden, aber trotzdem eine klare Struktur geben.

Aufgabe:

Erstelle eine strukturierte Übungssammlung (maximal zwei Seiten), in der du drei methodische Aufgabenformulierungen entwickelst, die:

- Raum für Entdecken und Ausprobieren lassen,
- aber auch ein erkennbares Ziel verfolgen,
- und sich für 6- bis 10-Jährige eignen.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln methodisch offene Lernformen mit klarem Fokus und reflektieren, wie man kindgerechtes Explorieren anleiten kann.

12. Modul: Besonderheiten der verschiedenen Altersstufen im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden … (1) Krippenkinder (ca. 1–3 Jahre), (2) Kindergartenkinder (ca. 4–6 Jahre), (3) Grundschulkinder (ca. 6–9 Jahre), (4) Kinder bis zur Pubertät (ca. 9–12 Jahre).

- unterscheiden die körperlichen, emotionalen, sozialen und kognitiven Merkmale von Kindern in vier Entwicklungsstufen:
- kennen altersgerechte Anspracheformen, Übungsgestaltung und Bewegungsformen.
- können typische Verhaltensweisen und Bedürfnisse deuten und darauf eingehen.
- gestalten methodisch passende Trainingssituationen für jede Altersstufe.
- reflektieren, wie sich ihre Rolle als Trainerin oder Trainer je nach Altersgruppe verändert.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Altersdurchmischte Gruppe – was tun?

Situation:
Du übernimmst eine Anfängergruppe mit Kindern zwischen drei und acht Jahren. Schnell merkst du, dass der Unterschied im Verhalten, Verständnis und Bewegungsvermögen groß ist.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du mit altersheterogenen Gruppen umgehst.
- Wie du Übungen differenzierst und kommunizierst.
- Wie du trotzdem ein gemeinsames Gruppenerlebnis schaffst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie altersbedingte Unterschiede erkennen und methodisch sinnvoll damit umgehen können – ohne einzelne Kinder zu überfordern oder zu unterfordern.

B: Warum macht das Kind nicht mit?

Situation:
Ein Kindergartenkind läuft beim Technikteil ständig weg, spielt lieber für sich oder unterbricht die Gruppe mit Zwischenrufen. Du willst es nicht ausschließen, aber auch keine Störung zulassen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche entwicklungspsychologischen Besonderheiten in diesem Alter typisch sind.
- Wie du pädagogisch sinnvoll reagierst.
- Welche Rahmenbedingungen helfen, damit kleine Kinder sich zurechtfinden.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen entwicklungsbedingte Verhaltensweisen bei jüngeren Kindern und zeigen, wie sie geduldig, klar und entwicklungsfördernd reagieren.

C: Von der Bewegung zur Technik – wann ist ein Kind „reif“?

Situation:
Du willst mit einer Gruppe Apchagi trainieren. Einige Kinder sind sehr jung (3–5 Jahre), andere deutlich weiter. Du bist unsicher, ob und wie du Technikvermittlung in dieser Gruppe angehen kannst.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Inhalte übersichtlich darstellt:

- Welche technischen Inhalte sich für welche Altersstufe eignen.
- Welche methodischen Ansätze du je nach Alter verwendest.
- Welche Ziele du realistisch formulieren solltest – in Bezug auf Haltung, Koordination, Wiederholung.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden können Technikinhalte entwicklungsgemäß zuordnen, methodisch aufbauen und altersgerecht kommunizieren.

D: Pubertätsnähe verändert alles

Situation:

Ein Teil deiner Kindergruppe nähert sich der Pubertät. Plötzlich verändern sich Verhalten, Gruppenstruktur und Motivation. Du erkennst erste Abgrenzungstendenzen, Unsicherheiten und neue Konflikte.

Aufgabe:

Verfasse einen kurzen Leitfaden (maximal zwei Seiten) mit folgenden Inhalten:

- Was verändert sich bei Kindern im Übergang zur Pubertät (körperlich, emotional, sozial)?
- Wie veränderst du als Trainerin oder Trainer deine Ansprache, Struktur und Erwartungen?
- Welche Inhalte und Methoden sind jetzt sinnvoll – und welche weniger?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden verstehen, dass Kinder im Alter von 9–12 Jahren in eine neue Entwicklungsphase eintreten und passen ihr Verhalten, ihre Kommunikation und ihre Trainingsziele daran an.

13. Modul: Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Gleichgewichtstraining im Taekwondo – altersgerecht gestalten

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die altersabhängigen körperlichen Voraussetzungen und Grenzen von Kindern im Bereich Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit und Gleichgewicht.
- können diese konditionellen und koordinativen Fähigkeiten in kindgerechter Form trainieren, ohne Leistungsdruck aufzubauen.
- kennen geeignete Übungsformen für unterschiedliche Altersgruppen im Taekwondo (Krippe, Kindergarten, Grundschule, bis zur Pubertät).
- gestalten Trainingseinheiten mit gezieltem Schwerpunkt unter Berücksichtigung des kindlichen Bewegungsdrangs und Sicherheitsaspekten.
- reflektieren, wie sie Belastung, Motivation und Wiederholung altersgerecht steuern.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Die Kleinen kippen beim Kicken

Situation:

Deine Vorschulkinder haben Schwierigkeiten, bei Apchagi oder Jopchagi das Gleichgewicht zu halten. Manche fallen um, andere halten sich an der Wand fest. Du willst das Training gezielt verbessern.

Aufgabe:

Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du zeigst:

- Welche Gleichgewichtsübungen du im Kindertraining einsetzt.
- Wie du diese spielerisch anleitest.
- Wie du Fortschritte beobachtest und Kinder motivierst, weiter zu üben.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Gleichgewichtsentwicklung verstehen und gezielt, sicher und altersgerecht fördern können.

B: Schnelligkeit – aber ohne Vergleich

Situation:

Ein Kind fragt, wer der oder die Schnellste ist. Andere reagieren mit Neid, Stolz oder Rückzug. Du willst Schnelligkeit trainieren – aber ohne Konkurrenzdruck.

Aufgabe:

Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du Schnelligkeit im Kindertraining förderst.
- Welche Spielformen du nutzt.
- Wie du Leistung ohne Bewertung sichtbar machen kannst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erkennen, wie Schnelligkeit kindgerecht trainiert und kommuniziert werden kann, ohne soziale Vergleiche zu verstärken.

C: Beweglichkeit spielerisch fördern

Situation:

Deine Gruppe ist sehr motiviert, aber du merkst, dass viele Kinder Bewegungseinschränkungen im Hüftbereich zeigen. Du willst gezielt die Beweglichkeit fördern – ohne langweiliges Dehnen.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3) mit folgenden Inhalten:

- Drei spielerische Beweglichkeitsübungen mit Bezug zum Taekwondo.
- Hinweise zur Durchführung bei unterschiedlichen Altersstufen.
- Tipps zur kindgerechten Einbettung im Training.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln motivierende Formen zur Förderung von Beweglichkeit mit Bezug zur Sportart, Altersstufe und Alltagsmotorik.

D: Wie viel Krafttraining ist sinnvoll?

Situation:

Eltern fragen dich, ob du auch "richtiges Krafttraining" mit den Kindern machst. Du erklärst, dass Kraft durchaus trainiert werden kann – aber anders, als die Eltern sich das vielleicht vorstellen.

Aufgabe:

Formuliere ein Informationsblatt (max. zwei Seiten) für Eltern, in dem du erläuterst:

- Was altersgerechtes Krafttraining im Kinder-Taekwondo bedeutet.
- Welche Inhalte du einsetzt – und warum.
- Was du bewusst vermeidest und wie du Verletzungen vorbeugst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden können das Thema Krafttraining im Kindesalter fachlich fundiert und sachlich erklären – nach innen (Eltern) wie nach außen (Vorstand, Öffentlichkeit).

14. Modul: Umgang mit unterschiedlichen Lerntypen und Lernvoraussetzungen im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- erkennen, dass Kinder unterschiedlich lernen – je nach Wahrnehmung, Motivation, Vorerfahrung, Sprache und körperlicher Entwicklung.
- unterscheiden grundlegende Lerntypen (z. B. visuell, auditiv, kinästhetisch, sozial) und reflektieren deren Bedeutung im Bewegungstraining.
- können Übungen und Trainingsformen differenzieren, um verschiedene Lernvoraussetzungen zu berücksichtigen.
- nutzen gezielt verschiedene Vermittlungsmethoden und Rückmeldungsformen.
- gestalten ihr Training so, dass alle Kinder aktiv teilnehmen und Lernerfolge erleben – unabhängig von Tempo, Hintergrund oder Ausgangsniveau.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Alle üben – aber jedes Kind anders

Situation:
Du leitest eine Einheit zum Thema Apchagi. Während einige Kinder sehr schnell mitkommen, brauchen andere deutlich mehr Zeit, andere verstehen die Übung nur, wenn sie sie vormachen dürfen.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du darstellst:

- Wie du die Technik mit mehreren Zugängen erklärst.
- Wie du dabei auf verschiedene Lerntypen eingehst.
- Wie du alle Kinder gleichzeitig einbindest – ohne Über- oder Unterforderung.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen die Vielfalt an Lernwegen im Kindertraining und zeigen, wie sie Technikvermittlung methodisch differenziert gestalten.

B: Sprache allein reicht nicht

Situation:
Du merkst, dass ein Kind die mündlichen Erklärungen nicht versteht. Es spricht wenig Deutsch. Du möchtest trotzdem, dass es aktiv mitlernt und Erfolgserlebnisse hat.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche alternativen Zugänge du nutzt, um Bewegung zu vermitteln.
- Wie du Körpersprache, Visualisierung und Vorzeigen einsetzt.
- Wie du Kommunikation im Training auch nonverbal gestaltest.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren den Stellenwert von Sprache im Training und zeigen, wie sie auch bei sprachlichen Hürden Lernzugänge eröffnen.

C: Verschiedene Voraussetzungen – ein Ziel

Situation:

Du planst eine Übung zu Reaktionsschnelligkeit. Die Kinder sind jedoch sehr unterschiedlich: einige schnell, andere eher vorsichtig; manche leistungsstark, andere ängstlich. Du willst dennoch ein gemeinsames Ziel verfolgen.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- Wie du dieselbe Übung in drei verschiedenen Schwierigkeitsstufen anpasst.
- Welche Hilfsmittel, Regeln oder Aufgabenstellungen du variierst.
- Wie du die Kinder zur Selbststeuerung ermutigst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln ein Verständnis für innere Differenzierung im Kindertraining und gestalten Übungen mit Wahlmöglichkeiten und variablen Anforderungen.

D: Lernen braucht Zeit – aber wie lange?

Situation:

Ein Kind braucht deutlich länger als andere, um eine Technik zu verstehen. Die anderen Kinder langweilen sich. Du willst das Kind nicht unter Druck setzen – und die Gruppe nicht verlieren.

Aufgabe:

Erstelle ein Trainerprotokoll oder eine methodische Skizze (maximal zwei Seiten), in dem du zeigst:

- Wie du Übungsschleifen organisierst, ohne zu wiederholen.
- Welche Differenzierungsformen du bei Zeit und Tempo einsetzt.
- Wie du Lernfortschritt auch bei langsameren Kindern sichtbar machst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Tempo- und Leistungsunterschiede im Training auffangen, wertschätzend begleiten und individuelle Fortschritte ermöglichen.

15. Modul: Umgang mit besonderen Kindern – ADHS, Autismus und weitere Besonderheiten im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen grundlegende Merkmale von Aufmerksamkeitsstörungen (ADHS), Autismus-Spektrum-Störungen (ASS) und anderen häufigen Besonderheiten im Kindertraining.
- können Verhaltensweisen im Training einordnen und reagieren nicht vorschnell oder abwertend.
- gestalten Trainingssituationen strukturiert, transparent und vorhersagbar – auch für Kinder mit besonderem Unterstützungsbedarf.
- entwickeln angemessene Kommunikations- und Interventionsstrategien, um Kindern mit ADHS, ASS oder ähnlichen Diagnosen gerecht zu werden.
- beziehen Eltern und gegebenenfalls Bezugspersonen in die Trainingsgestaltung mit ein und kommunizieren wertschätzend.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Ständiges Unterbrechen – ADHS?

Situation:
Ein Kind fällt durch ständiges Reinrufen, Herumlaufen und Regelverletzungen auf. Andere Kinder fühlen sich gestört. Du erfährst später von den Eltern, dass das Kind ADHS hat.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du die Situation reflektierst, ohne das Kind zu stigmatisieren.
- Wie du den Trainingsrahmen so gestaltest, dass Impulsivität abgefedert wird.
- Welche konkreten Maßnahmen du im Alltag nutzt (z. B. Ritualisierung, Strukturierung, Pausenmanagement).

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie mit ADHS-Symptomen im Training umgehen, ohne autoritär oder ausgrenzend zu reagieren.

B: Autismus – und niemand versteht ihn

Situation:
Ein Kind in deiner Gruppe vermeidet Blickkontakt, spricht kaum, reagiert auf Geräusche stark und nimmt Anweisungen wörtlich. Die anderen Kinder reagieren irritiert.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Was typische Merkmale von ASS im Training sein können.
- Wie du deine Sprache und deine Anweisungen anpasst.
- Wie du die Gruppe für den Umgang sensibilisierst – ohne das Kind bloßzustellen.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie mit autismusspezifischen Verhaltensweisen umgehen, ein stabiles Trainingsklima schaffen und soziale Einbindung fördern.

C: Auffälliges Verhalten – aber keine Diagnose

Situation:

Ein Kind zeigt auffälliges Verhalten – starke Wutanfälle, Weinen, sozialer Rückzug, extreme Ängstlichkeit. Es liegt keine Diagnose vor. Du möchtest trotzdem angemessen handeln.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Inhalte übersichtlich darstellt:

- Wie du grundsätzlich mit „besonderem Verhalten“ ohne Etikettierung umgehst.
- Welche allgemeinen pädagogischen Grundprinzipien du anwendest.
- Welche Grenzen deiner Verantwortung du erkennst – und wann du externe Hilfe empfiehlst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren den Umgang mit Unsicherheiten und entwickeln eine klare, reflektierte Haltung zwischen Unterstützung und Selbstschutz.

D: Eltern mit vielen Fragen – was darfst du sagen?

Situation:

Eltern fragen dich, ob dir am Verhalten ihres Kindes etwas auffällt. Du selbst hast gewisse Vermutungen (z. B. Entwicklungsverzögerung, soziale Unsicherheit), bist dir aber unsicher, ob und wie du etwas sagen darfst.

Aufgabe:

Formuliere einen Gesprächsleitfaden (max. zwei Seiten) mit folgenden Punkten:

- Wie führst du ein sensibles Elterngespräch ohne Diagnose-Vermutung?
- Was darfst du als Übungsleitung sagen – und was nicht?
- Wann empfiehlst du weiterführende Stellen – und wie formulierst du das?

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie sich ihrer Rolle bewusst sind, professionell kommunizieren und Eltern konstruktiv begleiten können – ohne medizinische Verantwortung zu übernehmen.

16. Modul: Grundlagen der Kommunikation im Kindertraining und Aufbau einer positiven Kommunikationskultur

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen grundlegende Merkmale gelingender Kommunikation mit Kindern in verschiedenen Altersstufen.
- verstehen den Einfluss von Körpersprache, Stimme und Präsenz im Trainingskontext.
- setzen bewusst positive, klare und motivierende Sprache im Training ein.
- entwickeln Rituale und Strukturen, die zur Kommunikationskultur beitragen.
- reagieren auf Missverständnisse, Konflikte und Störungen sprachlich angemessen und deeskalierend.
- reflektieren ihre Rolle als sprachliches Vorbild im Trainingsalltag.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Das Kind versteht dich nicht

Situation:
Du erklärst eine Partnerübung. Ein Kind fragt zum dritten Mal nach, andere Kinder sind bereits ungeduldig. Du merkst, dass deine Erklärweise für manche Kinder zu komplex ist.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du zeigst:

- Wie du deine Sprache vereinfachst und visuell unterstützt.
- Wie du dich vergewisserst, dass alle Kinder die Aufgabe verstanden haben.
- Welche Rolle Körpersprache und Wiederholung spielen.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie sprachlich einfach, anschaulich und kindgerecht kommunizieren – unter Einbezug nonverbaler Elemente.

B: „Ich kann das nicht!“ – Umgang mit Selbstzweifeln

Situation:
Ein Kind reagiert bei jeder neuen Aufgabe mit „Ich kann das nicht!“ oder verweigert die Mitarbeit. Andere Kinder schauen irritiert, du möchtest die Situation auffangen, ohne Druck aufzubauen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du verbal reagierst, um dem Kind Mut zu machen.
- Welche Gesprächsstrategien du nutzt, um Motivation zu fördern.
- Wie du eine unterstützende Gruppenkommunikation etablierst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie empathisch und ermutigend kommunizieren – insbesondere bei Unsicherheiten und Selbstabwertung.

C: Kommunikationsrituale im Kindertraining

Situation:

Deine Gruppe ist unruhig, Abläufe dauern lange, Kinder reden durcheinander oder hören nicht zu. Du willst eine bessere Kommunikationsstruktur etablieren.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), auf dem du:

- Drei konkrete Kommunikationsrituale für den Trainingsalltag erläuterst (z. B. Anfangs-und Endrituale, Zuhörsignale, Rückmeldeschleifen).
- Zeigst, wie du sie einführst und konsequent anwendest.
- Verdeutlichst, welchen Effekt sie auf die Trainingskultur haben.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden gestalten bewusste sprachlich-strukturelle Elemente im Training und bauen damit eine positive, respektvolle Kommunikationskultur auf.

D: Kritik, ohne zu verletzen

Situation:

Ein Kind führt eine Technik falsch aus. Du willst korrigieren – ohne die Motivation zu zerstören. Gleichzeitig beobachtest du, dass andere Kinder sich über das Kind lustig machen.

Aufgabe:

Formuliere ein Reflexionspapier (max. zwei Seiten), in dem du darstellst:

- Wie du im Kindertraining Korrektur, Lob und Rückmeldung sprachlich ausbalancierst.
- Wie du wertschätzende Kommunikation bei Fehlern gestaltest.
- Wie du ein respektvolles Miteinander in der Gruppe förderst – auch bei Rückschlägen.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie sprachlich sensibel und motivierend korrigieren können – und gleichzeitig eine wertschätzende Gruppenkultur stärken.

17. Modul: Nonverbale Kommunikation im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die Bedeutung nonverbaler Signale im Umgang mit Kindern – insbesondere im Trainingskontext.
- erkennen, wie ihre eigene Körpersprache auf Kinder wirkt.
- setzen gezielt unterstützende nonverbale Elemente zur Leitung, Motivation und Rückmeldung ein.
- beobachten Körpersprache und Verhalten der Kinder differenziert und situationssensibel.
- entwickeln ein Gespür für Missverständnisse, Spannungen und Unsicherheiten auf nonverbaler Ebene.
- stärken durch bewusste nonverbale Kommunikation ihre pädagogische Präsenz.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Ohne Worte – und doch verstanden

Situation:
In einer neuen Gruppe musst du eine Übung anleiten, obwohl es sehr laut ist und du kaum zu Wort kommst. Trotzdem führst du die Gruppe sicher durch die Aufgabe – mit Mimik, Gestik und klarer Präsenz.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du zeigst:

- Wie du nonverbale Elemente gezielt zur Anleitung nutzt.
- Welche Wirkungen bestimmte Gesten, Körperhaltungen oder Blickrichtungen haben.
- Wie du deine Körpersprache trainierst und reflektierst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen, wie sie durch Haltung, Mimik und Präsenz auch ohne Worte führen, leiten und motivieren können.

B: Körpersprache der Kinder richtig deuten

Situation:
Ein Kind wirkt unbeteiligt, steht abseits und beteiligt sich kaum. Es sagt nichts – aber es zeigt durch seine Körperhaltung und sein Verhalten, dass etwas nicht stimmt.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du Körpersignale von Kindern deutest, ohne zu schnell zu bewerten.
- Wie du mit Rückzug, Spannung oder Nervosität nonverbal achtsam umgehst.
- Wie du im Training Reaktionen beobachtest und entsprechend reagierst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie kindliche Körpersprache wahrnehmen und mit Zurückhaltung und Achtsamkeit interpretieren können.

C: Positive Atmosphäre – ohne viele Worte

Situation:
Du übernimmst eine unruhige Kindergruppe. Du willst eine vertrauensvolle, konzentrierte Atmosphäre aufbauen – bevor du überhaupt mit dem Training beginnst.

Aufgabe:
Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- Wie du mit deiner Körpersprache eine positive Grundstimmung herstellst.
- Welche Raumanordnung, Positionierung und Bewegungsmuster du nutzt.
- Welche nonverbalen Rituale du im Kindertraining etablierst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln ein Bewusstsein für die Wirkung von Haltung, Abstand und Präsenz – jenseits von Worten.

D: Missverständnisse ohne Sprache klären

Situation:

Ein Kind missversteht eine Übung, führt sie wiederholt falsch aus und reagiert irritiert auf deine Korrektur. Du merkst, dass es deine Worte nicht einordnet, aber auf deine Körpersprache reagiert.

Aufgabe:

Formuliere ein Reflexionspapier (maximal zwei Seiten), in dem du beschreibst:

- Wie du mit nonverbalen Mitteln korrigieren und unterstützen kannst.
- Wie du Körpersprache bewusst einsetzt, um Missverständnisse zu vermeiden.
- Welche Rolle dein eigener Tonfall und Blickkontakt dabei spielen.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren, wie sie durch bewusste nonverbale Kommunikation schwierige Situationen deeskalieren und Verständigung erleichtern können.

18. Modul: Gruppenprozesse, Rollenverhalten und Gruppenzusammenhalt im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen grundlegende Phasen von Gruppenprozessen im Kindertraining (z. B. Forming, Storming, Norming, Performing).
- erkennen typische Rollenverhalten (z. B. Anführer, Mitläufer, Außenseiter) und deren Einfluss auf das Gruppengeschehen.
- entwickeln Strategien, um Gruppenprozesse aktiv zu begleiten und ein positives Trainingsklima zu fördern.
- gestalten Übungen, die das Wir-Gefühl stärken und soziales Lernen unterstützen.
- greifen bei Konflikten deeskalierend und entwicklungsorientiert ein.
- fördern gezielt die Integration einzelner Kinder in die Gruppe.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Neue Gruppe – neue Regeln

Situation:
Du übernimmst eine neue Kindergruppe mit großer Unruhe, wenig Rücksichtnahme und ersten Grüppchenbildungen. Du willst eine gute Gruppenstruktur aufbauen.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du in den ersten Einheiten Gruppenregeln etablierst.
- Wie du durch deine Haltung und dein Verhalten Gruppenprozesse positiv lenkst.
- Wie du Kinder aktiv in die Gestaltung der Gruppe einbeziehst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Gruppenprozesse bewusst gestalten und durch klare Strukturen von Beginn an ein gutes Miteinander fördern.

B: Der Außenseiter in der Gruppe

Situation:
Ein Kind wird von anderen Kindern kaum beachtet, ausgeschlossen oder ausgelacht. Du nimmst wahr, dass es sich zunehmend zurückzieht.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du Rollenverhalten erkennst und reflektierst.
- Wie du Gruppendynamiken durch gezielte Interventionen veränderst.
- Wie du das betroffene Kind stärkst, ohne es zu stigmatisieren.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren ihre Rolle als Gruppenleiter*in im Umgang mit Ausgrenzung und stärken gezielt soziale Einbindung.

C: Wir-Gefühl aufbauen

Situation:

Du hast eine bestehende Gruppe übernommen. Die Kinder arbeiten zwar nebeneinander, aber kaum miteinander. Es gibt wenig echtes Teamgefühl.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- Drei konkrete Übungen oder Rituale zur Förderung des Gruppenzusammenhalts.
- Wie du diese in die Trainingsroutine integrierst.
- Wie du ihre Wirkung beobachtest und weiterentwickelst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Teamgeist gezielt fördern und soziale Prozesse aktiv mitgestalten.

D: Wenn zwei sich streiten

Situation:

Zwei Kinder geraten regelmäßig in Konflikt. Die Auseinandersetzungen beeinflussen die gesamte Gruppe. Du möchtest deeskalierend und entwicklungsorientiert eingreifen.

Aufgabe:

Formuliere ein schriftliches Fallprotokoll (maximal zwei Seiten), in dem du darstellst:

- Wie du auf Konflikte in der Gruppe reagierst.
- Welche Gesprächs- und Vermittlungsstrategien du nutzt.
- Wie du daraus langfristig Gruppenzusammenhalt stärkst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln Handlungsstrategien für typische Konflikte und zeigen, wie sie Gruppenprozesse durch konstruktive Konfliktbearbeitung stabilisieren.

19. Modul: Umgang mit Konflikten in Kindergruppen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- erkennen typische Konfliktarten im Kindertraining (z. B. Sachkonflikte, Beziehungskonflikte, Rollenkonflikte).
- verstehen die kindlichen Ursachen und Ausdrucksformen von Streit, Frust, Ausgrenzung und Machtkämpfen.
- reflektieren die Rolle von Regeln, Sprache und Führung im Umgang mit Konflikten.
- entwickeln ein deeskalierendes, kindgerechtes Repertoire an Gesprächs- und Interventionsstrategien.
- fördern Konfliktfähigkeit, Perspektivübernahme und Selbstregulation in der Gruppe.
- greifen bei eskalierenden oder wiederkehrenden Konflikten frühzeitig und strukturiert ein.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: „Der hat mich geschubst!“ – akuter Streit im Training

Situation:
Zwei Kinder geraten während des Partnertrainings in Streit. Es wird laut, ein Kind schreit, das andere läuft wütend davon. Die Gruppe ist aufgewühlt.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du zeigst:

- Wie du in akuten Konflikten eingreifst, ohne Partei zu ergreifen.
- Wie du die Situation deeskalierst und Struktur wiederherstellst.
- Wie du nach dem Training mit den Kindern (und ggf. Eltern) weiterarbeitest.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie in akuten Konflikten ruhig, strukturiert und kindgerecht reagieren – ohne moralisch zu belehren oder zu bagatellisieren.

B: „Ich will nicht mit dem!“ – wiederholte Ablehnung

Situation:
Ein Kind wird von mehreren anderen regelmäßig als Partner abgelehnt. Das Kind fühlt sich ausgegrenzt und zieht sich zurück. Du nimmst die Situation wiederholt wahr.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du verdeckte Konflikte erkennst und pädagogisch bearbeitest.
- Wie du soziale Verantwortung und Empathie in der Gruppe förderst.
- Wie du durch Gruppenstruktur und Partnerwahl Ausgrenzung entgegenwirkst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie wiederkehrende soziale Spannungen aufgreifen, ohne Kinder zu beschämen – und wie sie langfristig Gruppenverantwortung aufbauen.

C: Ständiges Provozieren – was tun?

Situation:
Ein Kind provoziert ständig durch freche Bemerkungen, provozierendes Lachen oder gezieltes Stören. Andere Kinder reagieren zunehmend gereizt. Die Atmosphäre kippt.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- Wie du zwischen Ausdrucksform und Bedürfnis unterscheidest.
- Wie du mit provokantem Verhalten pädagogisch sicher umgehst.
- Wie du die Gruppe schützt, ohne das Kind bloßzustellen.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln Handlungssicherheit im Umgang mit provozierendem Verhalten – zwischen Autorität, Beziehung und Gruppenverantwortung.

D: Eskalation bei einem Spiel

Situation:

Ein Bewegungsspiel eskaliert: Kinder beschuldigen sich gegenseitig, eine Regel gebrochen zu haben. Zwei Kinder fangen an zu weinen, die Stimmung ist angespannt.

Aufgabe:

Verfasse ein Reflexionsprotokoll (maximal zwei Seiten), in dem du darstellst:

- Wie du in emotionalen Gruppenmomenten Orientierung gibst.
- Wie du mit Regeln, Sprache und Struktur Ruhe zurückbringst.
- Wie du die Situation später aufgreifst, um daraus zu lernen.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Eskalationen nach Spielkonflikten reflektiert aufgreifen und die Kinder in ihrer Konfliktfähigkeit stärken.

20. Modul: Grundlagen der Elternarbeit im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen Ziele, Chancen und Herausforderungen der Elternarbeit im Vereinssport.
- gestalten die Kommunikation mit Eltern klar, wertschätzend und situationsangemessen.
- nutzen geeignete Formen der Kontaktpflege (z. B. Tür-und-Angel-Gespräche, Elterninfos, Elterngespräche).
- handeln souverän bei Kritik, Sorgen oder Konflikten mit Eltern.
- entwickeln transparente Kommunikations- und Informationsstrukturen für ihr Kindertraining.
- reflektieren ihre eigene Haltung gegenüber Eltern und die Wirkung ihrer Kommunikation.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Eltern beschweren sich über „zu wenig Fortschritt“

Situation:
Nach dem Training kommen zwei Eltern auf dich zu und sagen, dass ihr Kind im Training „nichts Neues lernt“ und sie sich mehr Förderung erwarten.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du zeigst:

- Wie du im Gespräch ruhig und wertschätzend bleibst.
- Wie du dein Trainingskonzept altersgerecht erklärst.
- Wie du Eltern in die pädagogische Logik des Breitensports einbeziehst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie in belastenden Gesprächssituationen sachlich, empathisch und klar kommunizieren können.

B: Wie Eltern Informationen wirklich bekommen

Situation:
Wichtige Informationen (z. B. Trainingsausfall, neue Zeiten, Verhalten beim Gürteltest) werden häufig von den Eltern nicht gelesen oder nicht verstanden. Das sorgt für Chaos und Beschwerden.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche Kommunikationswege du nutzt (z. B. Gruppenchat, Aushang, Elternbrief)
- Wie du Informationen klar und strukturiert aufbereitest.
- Wie du mit wiederkehrender Informationsverweigerung umgehst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln funktionale Kommunikationsstrukturen – mit Fokus auf Verständlichkeit, Zuverlässigkeit und Transparenz.

C: Eltern aktiv einbinden – aber wie?

Situation:
Du möchtest Eltern stärker einbeziehen (z. B. bei Fahrdiensten, Festen, Wettkämpfen, Regelvermittlung), aber viele halten sich zurück oder mischen sich unangemessen ein.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- Wie du Eltern konstruktiv einbeziehst, ohne Trainingsinhalte zu gefährden.
- Wie du Rollen klar abgrenzt (Trainer – Eltern – Kind).
- Welche konkreten Beteiligungsformen sich im Kindertraining bewährt haben.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren Formen elterlicher Beteiligung und entwickeln klare Strukturen zur Zusammenarbeit.

D: Der sensible Moment – Kritik an einem Kind

Situation:

Du musst mit Eltern über das Verhalten ihres Kindes sprechen, z. B. weil es andere Kinder wiederholt stört oder Regeln missachtet. Die Eltern reagieren empfindlich oder abwehrend.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Reflexionsprotokoll (maximal zwei Seiten), in dem du darstellst:

- Wie du solche Gespräche vorbereitest und führst.
- Wie du Kritik an Kindern sensibel formulierst.
- Wie du eine lösungsorientierte Perspektive mit den Eltern erarbeitest.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie auch in schwierigen Gesprächsanlässen die Beziehung zu Eltern aufrechterhalten und konstruktiv arbeiten.

21. Modul: Vielfalt erkennen – LGBTQ+, Transgender- und Gendergerechtigkeit im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen zentrale Begriffe und Zusammenhänge rund um Geschlechtsidentität, sexuelle Orientierung und geschlechtliche Vielfalt.
- verstehen die besondere Schutzbedürftigkeit von queeren und transidenten Kindern.
- handeln diskriminierungssensibel und stärken ein inklusives Trainingsklima.
- reflektieren ihre eigene Haltung sowie die Sprache und Strukturen ihres Trainings.
- können sensibel auf Fragen, Unsicherheiten oder offene Identitätsentwicklungen reagieren.
- entwickeln Trainingsrituale, Regeln und Kommunikationsweisen, die Gendergerechtigkeit im Sport fördern.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Namensänderung im Training

Situation:
Ein Kind bittet dich, im Training einen anderen Namen zu verwenden als den, der in der Mitgliedsliste steht. Du weißt, dass dieser Wunsch mit der geschlechtlichen Identität des Kindes zusammenhängt.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du sensibel und respektvoll auf den Wunsch eingehst.
- Wie du mit dem Verein und den Eltern kommunizierst.
- Welche Rolle du als Vorbild für die Gruppe einnimmst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie respektvoll mit geschlechtlicher Selbstbezeichnung umgehen und ein sicheres Umfeld für betroffene Kinder schaffen.

B: „Das ist doch nichts für Jungs!“ – stereotype Rollenzuschreibungen

Situation:
Im Training äußert ein Kind oder ein Elternteil: „Das ist doch nichts für Jungs!“ oder „Mädchen machen das anders.“ Es entstehen stereotype Diskussionen.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du auf stereotype Aussagen reagierst.
- Wie du Geschlechtervielfalt kindgerecht thematisierst.
- Wie du deine Trainingsinhalte gendergerecht gestaltest.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie auf stereotype Rollenzuschreibungen im Kindertraining reagieren und ein wertschätzendes Klima für alle Kinder sichern.

C: Sprache und Rituale im Training

Situation:
Dir fällt auf, dass Begrüßungen, Lob und Sprache im Training oft unbewusst geschlechtlich kodiert sind. Du willst dein Training inklusiver gestalten.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Welche Begriffe und Routinen im Training kritisch hinterfragt werden sollten.
- Wie du mit kleinen Änderungen mehr Geschlechtergerechtigkeit erreichst.
- Wie du die Kinder altersgerecht einbeziehst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren Sprache und Rituale und gestalten ihr Training diskriminierungssensibel um.

D: Ein Kind mit transgeschlechtlicher Identität in deiner Gruppe

Situation:

Ein Kind, das biologisch als Junge geboren wurde, nimmt seit Kurzem als Mädchen am Training teil. Du spürst Verunsicherung in der Gruppe und im Elternkreis.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Reflexionsprotokoll (maximal zwei Seiten), in dem du beschreibst:

- Welche Maßnahmen du triffst, um das Kind zu schützen und zu stärken.
- Wie du mit Eltern und Kindern kommunizierst.
- Welche Regeln und Rituale du zur Inklusion nutzt.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen Handlungssicherheit im Umgang mit transgeschlechtlichen Kindern und schaffen ein respektvolles Miteinander im Training.

22. Modul: Aufbau einer Übungsstunde im Kindertraining Fachlich strukturierte Planung, zielgerichtete Umsetzung und methodisch variierende Gestaltung

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die standardisierte Grundstruktur einer Übungsstunde (Einstieg – Hauptteil – Abschluss).
- planen Trainingseinheiten mit klarem inhaltlichem Schwerpunkt (Technik, Koordination, Anwendung).
- nutzen methodische Bausteine zur Steuerung von Belastung, Motivation und Lernfortschritt.
- setzen Übergänge, Wiederholungen und Varianten zielgerichtet ein.
- beachten Sicherheitsaspekte, altersgemäße Belastung und zeitliche Rahmensetzung.
- können eigene Einheiten logisch strukturieren, schriftlich dokumentieren und reflektieren.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Deine erste selbst geplante Kindertrainingseinheit

Situation:
Du sollst zum ersten Mal eine Kindergruppe im Anfängerbereich unterrichten. Schwerpunkt ist „Grundtechniken im Stand“.

Aufgabe:
Erstelle einen vollständigen Trainingsplan (45 Minuten) mit den Abschnitten:

- Einstieg und Aufwärmen (spielorientiert, thematisch passend)
- Technikvermittlung (z. B. Apchagi, Jireugi, Abwehrstellung)
- Übungs- oder Spielform zur Anwendung
- Abschluss (Reflexion, Spiel, Ritual)

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie eine komplette, in sich stimmige Kindertrainingseinheit planen können.

B: Struktur erkennen – Fehler vermeiden

Situation:
Ein neuer Trainer springt kurzfristig für eine Kindergruppe ein. Er unterrichtet ohne Plan, beginnt mit Partnerkampf, vergisst das Aufwärmen und bricht das Training hektisch ab.

Aufgabe:
Erstelle ein Informationsblatt (maximal eine Seite), in dem du:

- die Bedeutung der Stundenstruktur erläuterst,
- typische Planungsfehler benennst,
- Maßnahmen zur Vorbereitung, Strukturierung und Absicherung aufzeigst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen die Bedeutung einer klaren Struktur und können typische Anfängerfehler vermeiden.

C: Methodische Vielfalt im Stundenaufbau

Situation:

Ein Trainer nutzt über Wochen hinweg immer die gleiche Struktur. Die Kinder verlieren Motivation und zeigen geringe Fortschritte.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), auf dem du:

- drei unterschiedliche Möglichkeiten zur methodischen Gestaltung von Einstieg, Hauptteil und Abschluss darstellst,
- Variationen im Aufbau (z. B. Stationsform, Zirkel, Partnerarbeit) aufzeigst,
- Hinweise zur Steuerung von Motivation und Lernfreude gibst.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden dokumentieren verschiedene methodische Ansätze im strukturierten Kindertraining.

D: Transfer – aus der Theorie in die Praxis

Situation:

Du hast eine Trainingsvorlage mit der Struktur: Aufwärmen – Technik – Anwendung – Spiel. Nun sollst du daraus ein realitätsnahes Training entwickeln.

Aufgabe:

Nimm die Strukturvorgabe auf und:

- wähle ein konkretes Trainingsziel (z. B. Kombination aus Block und Konter),
- plane zu jedem Abschnitt eine passende Übung,
- erläutere, wie du Übergänge schaffst und Wiederholungen gezielt einsetzt.

Upload: PDF oder Audio (max. vier Minuten)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen theoretisches Strukturwissen in eine anwendungsbezogene Planung um.

23. Modul: Grundlagen der altersgerechten Trainingsplanung im Kindertraining Ziele setzen – Inhalte strukturieren – Entwicklung fördern

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die Grundprinzipien der Trainingsplanung im Kindesalter.
- planen Taekwondo-Trainingseinheiten strukturiert und altersgerecht.
- berücksichtigen kognitive, motorische, emotionale und soziale Entwicklungsphasen in ihrer Planung.
- wählen Inhalte und Schwerpunkte entsprechend der Altersgruppe, Gruppenzusammensetzung und Trainingsziele aus.
- kombinieren vorbereitende, technische und spielerische Inhalte zu einem sinnvollen Gesamtverlauf.
- dokumentieren ihre Planung nachvollziehbar und reflektieren Wirkung und Umsetzbarkeit.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Planungsauftrag für die Grundschule

Situation:
Du trainierst mit einer Gruppe von Kindern im Alter von 7 bis 10 Jahren. Ziel ist es, koordinative Fähigkeiten und Grundtechniken zu fördern.

Aufgabe:
Erstelle einen vollständigen Trainingsplan (ca. 60 Minuten), der folgende Punkte berücksichtigt:

- klarer Stundenzielbezug,
- altersgerechte Erwärmung,
- methodisch sinnvoller Aufbau technischer Inhalte,
- spielerischer Ausklang oder Reflexion.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden strukturieren eine Trainingseinheit fachlich fundiert und altersgerecht.

B: Trainingsplanung für Vorschulkinder

Situation:
Du arbeitest mit Kindergartenkindern (4–6 Jahre) und sollst eine kurze Einheit (30 Minuten) vorbereiten.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Video (max. drei Minuten), in dem du:

- deinen Aufbau der Einheit erläuterst,
- Besonderheiten dieser Altersstufe nennst,
- konkrete Übungen zur Bewegungsförderung und Regelverinnerlichung erklärst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Trainingsplanung auf entwicklungspsychologische Grundlagen stützen.

C: Vom Ziel zur Methode

Situation:
Du möchtest eine Technik in einer altersgemischten Kindergruppe (6–11 Jahre) vermitteln, ohne Überforderung oder Langeweile zu riskieren.

Aufgabe:

Erstelle eine Tabelle (eine Seite), die für drei Altersgruppen (6–7, 8–9, 10–11 Jahre):

- je ein konkretes Lernziel benennt,
- passende Inhalte und Methoden zuordnet,
- die Belastungsdosierung begründet.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Inhalte je nach Altersstufe differenzieren und methodisch steuern.

D: Reflexion einer misslungenen Einheit

Situation:

Du hast eine Trainingseinheit geplant, aber sie verlief chaotisch. Einige Kinder waren überfordert, andere unterfordert.

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (drei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- woran deine Planung gescheitert ist,
- welche entwicklungsbedingten Aspekte du unterschätzt hast,
- wie du deine Planung künftig besser auf die Zielgruppe abstimmst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren Planungsfehler und leiten Verbesserungen für zukünftige Trainings ab.

24. Modul: Systematischer Bewegungsaufbau im Kindertraining Von der Grobform zur Feinform – Technik richtig entwickeln

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen den methodischen Aufbau komplexer Bewegungen im kindlichen Lernprozess.
- setzen grundlegende Prinzipien der Bewegungsschulung (z. B. vom Einfachen zum Komplexen, vom Bekannten zum Neuen) im Techniktraining um.
- planen kleinschrittige Übungsreihen zur Entwicklung einer Zieltechnik.
- berücksichtigen altersgemäße Bewegungsvoraussetzungen und typische Lernverläufe.
- erkennen häufige Fehlerquellen in der Bewegungsausführung und leiten methodische Korrekturen ab.
- wählen geeignete Vermittlungsformen, Hilfsmittel und Rückmeldestrategien zur Unterstützung des Lernprozesses.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Bewegungsreihe zum Yopchagi

Situation:
Du möchtest den Seitkick (Yopchagi) in einer Gruppe von 9-jährigen Kindern methodisch aufbauen.

Aufgabe:
Erstelle eine schriftliche Übungsreihe (eine Seite), in der du den Bewegungsaufbau in vier sinnvolle Schritte gliederst:

- Vorbereitende Übungen
- Technikeinstieg
- Hauptphase mit Bewegungsfeinschliff
- Anwendung in Spielsituation oder Partnerarbeit Füge zu jedem Schritt kurze methodische Hinweise hinzu.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie eine komplexe Technik systematisch und kindgerecht vermitteln.

B: Fehler erkennen – Bewegung anleiten

Situation:
Ein Kind zeigt beim Jireugi (Faustst oß) wiederholt falsche Körperhaltung und unkontrollierte Endposition.

Aufgabe:
Erstelle ein kurzes Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du:

- zwei häufige Fehler im Bewegungsablauf beschreibst,
- zeigst, wie du die Bewegung korrigieren würdest,
- eine passende Vorübung oder Hilfestellung demonstrierst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen typische Fehlerbilder und reagieren methodisch sicher.

C: Kindliche Bewegungsentwicklung berücksichtigen

Situation:
Du planst eine Technik-Einheit für 5–6-jährige Kinder und möchtest den Dolyo-Chagi vorbereiten.

Aufgabe:

Erstelle ein Plakat (A4 oder A3), auf dem du darstellst:

- motorische Voraussetzungen dieser Altersgruppe,
- geeignete Vorübungen zur Technikvorbereitung,
- Bewegungsziele der Einheit (z. B. Koordination, Körpergefühl, Richtungskontrolle). Arbeite mit kurzen, klaren Beschreibungen und ggf. Skizzen.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden planen technische Inhalte realistisch auf Grundlage entwicklungsbezogener Merkmale.

D: Bewegungslernen mit Hilfsmitteln

Situation:

Du möchtest den Apchagi mithilfe einfacher Materialien (z. B. Bälle, Seile, Markierungsteller, Pratzen) vermitteln.

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du:

- drei methodisch sinnvolle Einsatzmöglichkeiten von Hilfsmitteln erläuterst,
- den didaktischen Mehrwert begründest,
- auf mögliche Fehlerbilder und Steuerungshinweise eingehst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen Hilfsmittel gezielt zur Verbesserung der Bewegungsausführung ein.

25. Modul: Bewegungslernen im Kindesalter

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die grundlegenden Phasen der motorischen Entwicklung im Kindesalter.
- unterscheiden zwischen sensomotorischem, motorischem und koordinativem Lernen.
- verstehen, wie Bewegungslernen durch Wiederholung, Motivation, Wahrnehmung und Feedback beeinflusst wird.
- gestalten Übungen so, dass sie dem Lernstand und Lerntempo der Kinder entsprechen.
- erkennen typische Bewegungsfehler und entwickeln kindgerechte Korrekturstrategien.
- begleiten Kinder geduldig und wertschätzend im Lernprozess – auch bei Rückschritten.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Ein Kind „lernt einfach nicht“ – was tun?

Situation:
Ein Kind im Training bekommt eine Technik nicht richtig hin, obwohl du sie mehrfach erklärt hast. Andere Kinder beherrschen sie bereits. Das Kind wirkt frustriert.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du Bewegungslernen bei Kindern verstehst.
- Wie du das Kind gezielt unterstützt, ohne Druck aufzubauen.
- Wie du Frustration vorbeugst und Erfolgserlebnisse schaffst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie individuelle Lernverläufe verstehen und Kinder motivierend begleiten – auch bei motorischen Schwierigkeiten.

B: Viele Wiederholungen, aber keine Verbesserung?

Situation:
Du hast eine Übung mehrfach wiederholt – trotzdem schleichen sich bei vielen Kindern dieselben Fehler ein. Die Technik wird nicht besser.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Warum Wiederholung allein nicht ausreicht.
- Welche Bedeutung Wahrnehmung, Variation und Feedback beim Bewegungslernen haben.
- Wie du deine Übung methodisch überarbeitest.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Bewegungslernen differenziert verstehen und ihr Übungsdesign reflektieren.

C: Bewegung verstehen durch Wahrnehmung

Situation:
Dir fällt auf, dass manche Kinder bestimmte Bewegungen nur nachmachen, aber sie nicht wirklich „verstehen“. Sie können sie nicht an neue Situationen anpassen.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Welche Rolle Körperwahrnehmung, Orientierung und Differenzierung beim Bewegungslernen spielen.
- Wie du Wahrnehmung gezielt förderst.
- Welche Übungsformen das „Bewegungsverstehen“ stärken.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erkennen, dass Bewegungslernen mehr als bloßes Nachahmen ist – und lernen, Wahrnehmung gezielt zu fördern.

D: Bewegungsfehler erkennen und korrigieren

Situation:

Ein Kind führt eine Technik falsch aus. Du willst korrigieren – ohne die Motivation zu zerstören und ohne Überforderung.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Reflexionsprotokoll (maximal zwei Seiten), in dem du erläuterst:

- Wie du kindgerecht korrigierst.
- Welche Fehler du direkt angehst – und welche nicht.
- Wie du positives Feedback und Korrektur kombinierst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln eine reflektierte Haltung zur Fehlerkorrektur im motorischen Lernprozess und setzen sie konstruktiv um.

26. Modul: Technikerwerb im Taekwondo – Wie Kinder eine Technik richtig erlernen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die methodischen Prinzipien des motorischen Technikerwerbs im Taekwondo.
- wissen, wie Techniklernen altersgerecht geplant, aufgebaut und vermittelt wird.
- können die Bewegung in sinnvolle Lernschritte unterteilen und mit geeigneten Hilfsmitteln unterstützen.
- gestalten Technikvermittlung unter Berücksichtigung von Fehlerquellen, Variationen und Wiederholungsstrategien.
- erkennen typische Fehlerbilder und entwickeln kindgerechte Korrekturmaßnahmen.
- motivieren Kinder durch kreative, spielerische oder materialgestützte Technikarbeit.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Technik kindgerecht aufbauen – Beispiel Apchagi

Situation:
Du willst im Anfängertraining Apchagi (gerader Fußstoß nach vorne) einführen. Die Kinder sind 6 bis 8 Jahre alt.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erklärst:

- Wie du den Technikerwerb strukturierst (z. B. Stand – Schwung – Zielkontakt).
- Welche Hilfsmittel und kindgerechten Bilder du nutzt.
- Wie du Feedback und Wiederholungen sinnvoll einbaust.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden demonstrieren, wie sie eine Technik kleinschrittig, verständlich und motivierend aufbauen.

B: Fehler beim Yopchagi – und jetzt?

Situation:
Viele Kinder führen den Yopchagi (Seitwärtskick) aus, ohne die Hüfte zu drehen. Die Technik ist kraftlos und instabil.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Warum dieser Fehler häufig auftritt.
- Welche Übungen helfen, das Problem zu beheben.
- Wie du korrektes Technikgefühl aufbaust, ohne Druck zu erzeugen.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden lernen, Fehlerbilder zu analysieren und passende, kindgerechte Korrekturen zu entwickeln.

C: Technikvermittlung kreativ gestalten

Situation:
Du möchtest eine neue Technik nicht frontal im Kreis erklären, sondern kreativ, bewegungsorientiert und kindgerecht vermitteln.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Drei alternative Wege zur Technikvermittlung (z. B. über ein Spiel, mit Material, durch eine Geschichte).
- Worauf du bei der Steuerung der Aufmerksamkeit achtest.
- Wie du die Kinder aktiv einbeziehst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Technikvermittlung kindgerecht und motivierend gestalten – jenseits reiner Nachahmung.

D: Techniktransfers ermöglichen

Situation:

Die Kinder können eine Technik im Stand ausführen – aber sobald sie sich bewegen sollen oder ein Partner dazukommt, funktioniert sie nicht mehr.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Konzeptpapier (maximal zwei Seiten), in dem du erklärst:

- Wie du Techniklernen vom isolierten Üben zum anwenden bringst.
- Welche methodischen Übergänge du nutzt (z. B. vom Schattenboxen zur Partnerform).
- Wie du spielerische Elemente in den Transfer einbaust.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden lernen, Techniklernen vom isolierten Training in bewegte Anwendungssituationen zu übertragen.

27. Modul: Technik verbessern im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- erkennen, dass Technikverbesserung ein langfristiger, individueller Prozess ist.
- wissen, welche Voraussetzungen für nachhaltige Technikentwicklung erfüllt sein müssen (Motivation, Wiederholung, gezieltes Feedback, Variation).
- analysieren Technikfehler und leiten passende Korrekturmaßnahmen ab.
- nutzen unterschiedliche methodische Zugänge zur Verbesserung von Bewegungsqualität.
- gestalten Techniktraining abwechslungsreich und mit motivierenden Elementen.
- wenden altersgerechte Feedbackformen an (z. B. visuell, sprachlich, kinästhetisch).

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Die Technik sitzt noch nicht – und jetzt?

Situation:
Ein Kind zeigt nach mehreren Trainingsstunden immer noch eine instabile Ausführung beim Yopchagi. Der Fuß kippt ab, das Gleichgewicht fehlt, die Bewegung ist kraftlos.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du vorgehst, um gezielt Verbesserungen zu erzielen.
- Welche Übungen du nutzt – auch außerhalb der reinen Technik.
- Wie du Feedback altersgerecht gibst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Verbesserungsschritte methodisch durchdacht, kindgerecht und systematisch anleiten.

B: Alle machen mit – aber jeder auf seinem Level

Situation:
Du willst im Techniktraining unterschiedliche Lernniveaus berücksichtigen, ohne jemanden zu über- oder unterfordern. In der Gruppe sind sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du Technikverbesserung differenziert gestaltest.
- Wie du individuelle Lernziele integrierst.
- Welche Rolle Selbstbeobachtung und Selbsteinschätzung im Training spielen können.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden lernen, Technikverbesserung in heterogenen Gruppen umzusetzen und jedes Kind gezielt zu fördern.

C: Spielerisch zur besseren Technik

Situation:
Du möchtest Techniken wie Apchagi, Yopchagi oder Dollyo-Chagi nicht nur isoliert trainieren, sondern spielerisch verbessern.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Drei kreative Spielformen zur Technikverbesserung.
- Welche Technikaspekte im Spiel besonders angesprochen werden.
- Wie du das Spiel reflektierst und Technikbewusstsein förderst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln motivierende Spielformen zur Technikschulung – mit klarem methodischem Fokus.

D: Fortschritt sichtbar machen

Situation:

Du möchtest Kindern und Eltern zeigen, wie sich die Technik verbessert hat – ohne Leistungsdruck zu erzeugen.

Aufgabe:

Erstelle ein schriftliches Konzept (maximal zwei Seiten), das beschreibt:

- Wie du technische Fortschritte im Training sichtbar machst.
- Welche Feedbackformen du nutzt (z. B. Video, Partnerfeedback, Rückmeldebögen).
- Wie du dabei Motivation, Selbstwirksamkeit und Lernfreude stärkst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln einfache Verfahren, um Fortschritt im Techniktraining transparent und positiv zu gestalten.

28. Modul: Poomsae-Vermittlung im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen den didaktischen Aufbau der Poomsae-Vermittlung im Kindertraining.
- kennen die methodischen Prinzipien zur Einführung und Festigung von Poomsae-Elementen.
- gestalten kindgerechte Übungsformen zur Vermittlung von Bewegungsrichtungen, Techniken und Rhythmus.
- erkennen altersbedingte Herausforderungen beim Poomsae-Training und gehen pädagogisch sinnvoll damit um.
- entwickeln Rituale, Spiele und kreative Zugänge zur Poomsae-Vermittlung.
- nutzen Struktur, Wiederholung und Visualisierung gezielt zur Unterstützung des Lernprozesses.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Erste Poomsae – erste Schritte

Situation:
Du möchtest mit einer Anfängergruppe (6 bis 8 Jahre) die erste Poomsae (Taegeuk Il-Jang) einführen. Viele Kinder haben noch Schwierigkeiten, sich Bewegungsfolgen zu merken.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erklärst:

- Wie du den Einstieg in die Poomsae gestaltest.
- Welche didaktischen Hilfsmittel du nutzt (z. B. Richtungsmarkierungen, Bilder, Geschichten).
- Wie du die Kinder motivierst, auch bei Unsicherheiten dranzubleiben.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Poomsae kindgerecht einführen und Bewegungssicherheit aufbauen.

B: Alles in der richtigen Richtung?

Situation:
Einige Kinder in deiner Gruppe haben Schwierigkeiten mit dem Raumweg – sie drehen sich in die falsche Richtung oder verlieren die Orientierung.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche typischen Orientierungsfehler im Poomsae-Training vorkommen.
- Welche Spiele, Bodenmarkierungen oder Partnerübungen du zur Verbesserung einsetzt.
- Wie du Frustration vermeidest und die Raumorientierung schrittweise aufbaust.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln Strategien zur Förderung von Raumorientierung und Bewegungsverständnis in der Poomsae.

C: Rhythmus und Ausdruck im Kindertraining

Situation:
Du möchtest, dass Kinder nicht nur die Bewegungen der Poomsae ablaufen, sondern einen Rhythmus und Ausdruck entwickeln.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Wie du Rhythmus, Atemführung und Ausdrucksqualität kindgerecht vermittelst.
- Welche spielerischen oder musikalischen Methoden du einsetzen kannst.
- Wie du Selbstwahrnehmung und Motivation stärkst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden gestalten Poomsae-Vermittlung nicht nur technisch, sondern auch rhythmisch und ausdrucksstark.

D: Korrektur ohne Überforderung

Situation:

Ein Kind führt eine Poomsae falsch aus. Du willst verbessern – aber ohne das Kind zu verunsichern oder zu demotivieren.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Reflexionsprotokoll (maximal zwei Seiten), in dem du erläuterst:

- Wie du Korrektur altersgerecht und behutsam gestaltest.
- Wie du Kindern hilfst, Fehler selbst zu erkennen.
- Welche Hilfsmittel du zur Unterstützung nutzt (z. B. Video, Spiegel, Partnerfeedback).

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren, wie sie Korrektur im Poomsae-Training motivierend und unterstützend gestalten.

29. Modul: Ilbotaeryon im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die pädagogische Bedeutung des Ilbotaeryon für Körperkontrolle, Respekt, Distanzgefühl und Partnersensibilität.
- kennen methodische Zugänge zur kindgerechten Vermittlung von Einschrittkampf.
- setzen Sicherheit, Fairness und Vertrauen in den Mittelpunkt der Partnerarbeit.
- gestalten Übungen so, dass Kinder Regeln, Struktur und Absprachen lernen.
- erkennen typische Fehlerquellen (z. B. mangelnde Kontrolle, Unsicherheit, Rollenverwirrung) und reagieren pädagogisch sinnvoll.
- nutzen Ilbotaeryon als Übungsform zur Verbindung von Technik und Sozialverhalten.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Ilbotaeryon – Einstieg mit Anfängern

Situation:
Du möchtest Ilbotaeryon mit einer Anfängergruppe im Alter von 7 bis 9 Jahren einführen. Einige Kinder haben noch wenig Körperkontrolle und kennen keine Partnerübungen.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche Regeln und Rituale du zu Beginn einführst.
- Wie du erste Bewegungsformen des Ilbotaeryon strukturierst.
- Wie du Sicherheit und gegenseitigen Respekt förderst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Einschrittkampf in einer Anfängergruppe pädagogisch verantwortungsvoll einführen.

B: Wenn Kinder „kämpfen“ wollen – aber nicht zuhören

Situation:
Einige Kinder in deiner Gruppe sind sehr motiviert, den Einschrittkampf zu machen – aber sie halten sich nicht an die Absprachen, stoppen nicht rechtzeitig oder machen sich über den Partner lustig.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du mit solchen Verhaltensweisen pädagogisch umgehst.
- Welche Rolle Feedback, Gruppengespräche und Regeln spielen.
- Wie du respektvolles Verhalten im Partnertraining förderst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren, wie sie mit Regelverstößen und respektlosem Verhalten im Ilbotaeryon altersgerecht umgehen.

C: Bewegungsqualität und Kontrolle

Situation:
In deiner Gruppe fällt dir auf, dass viele Kinder bei der Ausführung unsicher sind: Sie schlagen zu früh, zu kraftvoll oder treffen den Partner versehentlich.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Welche Voraussetzungen Kinder für gutes Ilbotaeryon-Training brauchen.
- Wie du Bewegungsqualität und Kontrolle kindgerecht aufbaust.
- Welche Vorübungen und methodischen Schritte du nutzt.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie das Bewegungsgefühl und die Sicherheit im Einschrittkampf systematisch fördern.

D: Ilbotaeryon spielerisch verpacken

Situation:

Du möchtest Ilbotaeryon nicht nur als ernste Partnerübung einführen, sondern auch über spielerische und motivierende Zugänge.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Übungskonzept (maximal zwei Seiten), in dem du beschreibst:

- Zwei kreative Spielformen zur Einführung oder Festigung von Ilbotaeryon-Elementen.
- Wie du Technik, Regelverhalten und Partnersensibilität darin schulst.
- Wie du das Spiel steuerst und reflektierst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln motivierende Spielformen, um Ilbotaeryon als kindgerechtes Lernfeld zu etablieren.

30. Modul: Vollkontaktvermittlung im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die didaktischen und sicherheitsrelevanten Grundlagen zur Einführung des Vollkontakts im Kindertraining.
- gestalten methodische Übergänge vom Techniktraining zum wettkampfnahen Kontakttraining.
- fördern Körperspannung, Reaktionsfähigkeit, Distanzgefühl und taktisches Verhalten auf spielerische Weise.
- setzen Schutzausrüstung und Regeln reflektiert ein.
- vermeiden Überforderung, Angst oder aggressives Verhalten durch eine klare Trainingsstruktur.
- unterscheiden zwischen Wettkampforientierung und Breitensportförderung im Kontaktbereich.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Einstieg ins Kontakttraining – wie gestalte ich das?

Situation:
Du leitest eine Kindergruppe (8–10 Jahre), die bisher nur Techniktraining kennt. Nun möchtest du erste Elemente des kontaktorientierten Trainings einführen.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (maximal drei Minuten), in dem du erklärst:

- Wie du den Übergang vom Technik- zum Kontakttraining gestaltest.
- Welche Rituale, Regeln und Übungen du verwendest.
- Wie du auf Ängste oder Unsicherheiten eingehst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie den Einstieg in den Vollkontakt kindgerecht und sicher gestalten.

B: „Das war zu doll!“ – Wenn Kinder sich beschweren

Situation:
Nach einer Partnerübung mit leichtem Kontakt beklagt sich ein Kind, dass der Partner „viel zu fest“ getreten hat. Das andere Kind fühlt sich unfair beschuldigt.

Aufgabe:
Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie du mit dieser Situation pädagogisch sinnvoll umgehst.
- Wie du Empathie und Verantwortungsgefühl förderst.
- Wie du über Regel- und Rollenklarheit Konflikten vorbeugst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren den Umgang mit Konflikten im Kontakttraining und fördern respektvolles Verhalten.

C: Methodische Zugänge zum Vollkontakt

Situation:
Du möchtest eine Einheit gestalten, in der Kinder erste Erfahrungen mit taktischen und kontaktorientierten Elementen sammeln – ohne Schreckmoment, Frust oder Dominanzverhalten.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das darstellt:

- Welche methodischen Schritte und Übungen du nutzt, um Kinder kontaktfähig zu machen.
- Wie du kontrollierte Belastung, Pausen und Partnerwechsel gestaltest.
- Wie du Motivation und Spaß im Vordergrund behältst.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie das Kontakttraining schrittweise und spielerisch entwickeln.

D: Sicherheit im Fokus

Situation:

In deinem Verein trainieren Kinder regelmäßig mit Schutzausrüstung. Du beobachtest aber, dass die Regeln nicht konsequent eingehalten werden.

Aufgabe:

Verfasse ein schriftliches Sicherheitskonzept (maximal zwei Seiten), in dem du erklärst:

- Welche Standards für Kontakttraining im Kinderbereich gelten sollten.
- Wie du mit der Gruppe ein Regelwerk erarbeitest.
- Wie du Eltern informierst und einbindest.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden sichern Vollkontakttraining im Kinderbereich organisatorisch, pädagogisch und kommunikativ ab.

31. Modul: Hosinsul im Kindertraining Fachliche Grundlagen, technische Vermittlung und methodischer Aufbau

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die grundlegenden Prinzipien der Selbstverteidigung im Taekwondo (Befreiung, Kontrolle, Distanzgewinn, Stabilisierung).
- können zentrale Techniken (z. B. Griffbefreiung, einfache Hebel, Körpersperren, Kontrolle durch Stellung und Abstand) demonstrieren und erläutern.
- unterscheiden zwischen Partnerübungen, Anwendungstechniken und freien Reaktionen.
- strukturieren methodische Übungsreihen für Anfänger- und Fortgeschrittenengruppen.
- wenden kindgerechte Progressionsmodelle an (z. B. von isolierter Technik zu Anwendung unter Druck).
- beachten Sicherheitsaspekte, Partnerwahl und Belastungssteuerung in der technischen Vermittlung.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Technikeinführung – Griffbefreiung außen

Situation:
Du planst eine Technikeinheit für Kinder (8–10 Jahre) zum Thema „Griffbefreiung außen – mit Schritt zurück“.

Aufgabe:
Erstelle ein Video-Tutorial (maximal drei Minuten), in dem du:

- die Technik korrekt demonstrierst,
- die Bewegungsprinzipien erläuterst,
- methodische Hinweise zur Vermittlung gibst.

Upload: Videoformat (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen ihre technische Fachkompetenz in Demonstration und Methodik.

B: Methodikreihe Hosinsul – von der Technik zur Anwendung

Situation:
Du möchtest eine methodische Progression für eine Selbstverteidigungstechnik aufbauen.

Aufgabe:
Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- die Technik (z. B. Griffbefreiung, Unterarm-Hebel oder Stellungskontrolle),
- methodische Schritte vom isolierten Üben bis zur stressnahen Anwendung,
- technische Schwerpunkte und Variationen.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg, .png)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln technische und methodische Klarheit im Aufbau eines Hosinsul-Bausteins.

C: Hosinsul für Prüfungen – kindgerecht und korrekt

Situation:
Du begleitest eine Prüfungsgruppe (7–9 Jahre). Die Kinder sollen einfache Hosinsul-Techniken für ihre Gürtelprüfung vorbereiten.

Aufgabe:

Erstelle ein schriftliches Konzept (maximal zwei Seiten), in dem du beschreibst:

- welche Techniken sinnvoll sind,
- wie du auf korrekte Ausführung achtest,
- wie du Fehlerquellen erkennst und gezielt korrigierst.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Hosinsul im Rahmen des Prüfungsprogramms sauber und kindgerecht vermitteln können.

D: Hosinsul-Fehlerbilder erkennen und korrigieren

Situation:

Bei einer Trainingseinheit siehst du, dass Kinder bei einer Technik wiederholt Fehler machen (z. B. falscher Griffansatz, Gleichgewichtsverlust, mangelnde Körperspannung).

Aufgabe:

Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- welche Fehler du beobachtest,
- worauf du bei der Analyse achtest,
- mit welchen methodischen Mitteln du gezielt korrigierst.

Upload: Audiodatei (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen ihre Fähigkeit zur technischen Analyse und didaktischen Reaktion.

32. Modul: Poomsae im Kindertraining Fachliche Grundlagen, methodischer Aufbau und Bewegungsanalyse

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die allgemeinen Strukturprinzipien des Formenlaufs (Poomsae) im Taekwondo: Bewegungsrichtungen, Rhythmus, Dynamik, Gleichgewicht, Technikausführung.
- analysieren Bewegungsabläufe hinsichtlich Stellung, Arm-Bein-Koordination, Kraftverlauf und Präzision.
- identifizieren typische Fehlerbilder bei Kindern und entwickeln methodisch geeignete Korrekturmaßnahmen.
- planen strukturierte Trainingseinheiten mit technischen Schwerpunkten.
- bauen methodische Reihen zur Poomsae-Vermittlung auf – von Einzeltechnik bis zur vollständigen Form.
- setzen Hilfsmittel (Spiegel, Markierungen, Video, Partnerfeedback) gezielt zur Qualitätsverbesserung ein.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Bewegungsfehler erkennen – saubere Technik aufbauen

Situation:
Mehrere Kinder zeigen wiederholt Schwierigkeiten bei Stellung, Handführung und Bewegungsfluss in der Formenausführung.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Video (max. drei Minuten), in dem du:

- ein exemplarisches Bewegungsproblem zeigst,
- typische Ursachen erklärst,
- methodische Korrekturmaßnahmen darstellst (z. B. isolierte Technikübung, koordinative Vorbereitung).

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie technische Probleme differenziert erkennen und fachlich begründet verbessern können.

B: Methodik – Technikvermittlung im Formenlauf

Situation:
Du möchtest eine komplexere Technik (z. B. Block-Kick-Kombination oder Wechselstellung mit Richtungsänderung) einführen und korrekt aufbauen.

Aufgabe:
Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Punkte zeigt:

- methodische Zerlegung der Technik,
- koordinative und technische Vorübungen,
- didaktische Hinweise zur Vermittlung bei Kindern.

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg/.png)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln strukturiertes methodisches Vorgehen bei komplexeren Technikfolgen.

C: Trainingsplanung für eine Poomsae-Einheit

Situation:

Du planst eine Trainingseinheit für Kinder (9–11 Jahre) mit dem Schwerpunkt Technikqualität und Raumorientierung.

Aufgabe:

Erstelle einen Trainingsplan (45 Minuten) mit folgenden Aspekten:

- Aufwärmen mit vorbereitenden koordinativen Elementen
- Technikdrills (z. B. Schrittführung, Block-Kick-Kombinationen, Rhythmusübungen)
- Integration in Poomsae-Sequenzen
- Wiederholung oder kreative Anwendung zum Abschluss

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden strukturieren ein vollständiges Poomsae-Training mit technischem Schwerpunkt und methodischer Klarheit.

D: Bewertungskriterien im Formenlauf – verständlich erklärt

Situation:

Kinder bereiten sich auf eine Gürtelprüfung oder Vorführung vor. Sie möchten wissen, worauf es in der Form wirklich ankommt.

Aufgabe:

Erstelle ein Informationsblatt (maximal eine Seite), in dem du altersgerecht erklärst:

- Was eine saubere Form ausmacht (Technik, Ablauf, Dynamik),
- Welche typischen Fehler vermieden werden sollten,
- Wie Kinder sich gezielt verbessern können.

Upload: PDF-Dokument

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Bewertungsmaßstäbe fachlich korrekt und kindgerecht kommunizieren können.

33. Modul: Pratzentraining und Kicken im Kindertraining Technikvermittlung, Trainingsmethodik und Fehlerkorrektur im Taekwondo

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die technischen Merkmale und methodischen Besonderheiten von Grundtritten im Kinder-Taekwondo (z. B. Apchagi, Dollyochagi, Yopchagi).
- analysieren Kicks hinsichtlich Haltung, Dynamik, Kraftübertragung und Zielgenauigkeit.
- wenden methodisch strukturierte Übungsreihen an – von Vorübung bis zur dynamischen Anwendung.
- setzen Pratzen zielgerichtet zur Technikverbesserung, Automatisierung und Differenzierung ein.
- identifizieren und korrigieren typische Fehlerbilder im Kindertraining.
- planen alters- und leistungsgerechte Kickeinheiten mit methodischer Variation und Sicherheitsbezug.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Methodischer Aufbau eines Kicks

Situation:
Deine Kindergruppe (8–10 Jahre) soll den Apchagi technisch sauber und kontrolliert lernen – mit klarer Beinführung, Standstabilität und Zielgenauigkeit.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Video (max. drei Minuten), in dem du:

- den Kick in Teilschritte zerlegt vermittelst,
- passende Vorübungen zeigst (z. B. mit Seil, Markierung, Partner),
- auf typische Fehler und ihre Korrektur eingehst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie eine Kicktechnik systematisch aufbauen und fachlich fundiert vermitteln.

B: Pratzeneinsatz im Kindertraining – gezielt und methodisch

Situation:
Im Training sollen Pratzen nicht nur „zum Kicken“, sondern gezielt zur Technikverbesserung eingesetzt werden.

Aufgabe:
Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das folgende Punkte darstellt:

- Drei konkrete Pratzenübungen mit jeweils klarer Zielsetzung (z. B. Zielgenauigkeit, Dynamik, Reaktion)
- Hinweise zur Partnerarbeit und Fehlerkorrektur
- Varianten zur Differenzierung nach Leistungsstand

Upload: PDF oder Bilddatei (.jpg/.png)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden dokumentieren ihr methodisches Verständnis für strukturiertes Pratzentraining.

C: Trainingsplanung Kicktechniken

Situation:
Du planst eine Einheit zum Thema „Kombination aus Apchagi und Yopchagi“ für Kinder im Alter von 9–12 Jahren.

Aufgabe:

Erstelle eine vollständige Trainingseinheit (45 Minuten) mit folgenden Elementen:

- Aufwärmen mit vorbereitenden Bewegungen
- Technikvorbereitung mit methodischen Übungen
- Anwendung an der Pratze oder mit Partner
- Abschluss mit Wiederholung oder Wettkampfform

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden planen ein fachlich fundiertes Kicktraining mit methodischer Progression und Zielorientierung.

D: Fehlerbilder erkennen und korrigieren

Situation:

Ein Kind kickt unsauber – verliert das Gleichgewicht, kickt zu niedrig, trifft unpräzise. Du willst das gezielt verbessern.

Aufgabe:

Erstelle einen Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Welche typischen Fehlerbilder beim Kicken im Kindertraining auftreten
- Wie du diese methodisch analysierst
- Welche Übungen und Hinweise zur Verbesserung beitragen

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie technische Fehler differenziert erkennen und zielgerichtet korrigieren können.

34. Modul: Motivation, Frustration und emotionale Prozesse im Kindertraining Emotionale Entwicklung verstehen – Training klug gestalten

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die Bedeutung von Motivation und Frustration im Lernprozess von Kindern.
- erkennen emotionale Reaktionen wie Enttäuschung, Überforderung oder Unterforderung frühzeitig.
- entwickeln Strategien, um Motivation gezielt zu fördern und Rückschläge pädagogisch sinnvoll zu begleiten.
- gestalten Trainingsinhalte so, dass sie positive Selbstwirksamkeitserfahrungen ermöglichen.
- nutzen altersgerechte Rituale, Feedbackformen und Anerkennungskultur als emotional stabilisierende Elemente.
- reflektieren ihre eigene Rolle als emotionaler Resonanzraum für die Kindergruppe.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Tränen im Training – wie reagieren?

Situation:
Ein Kind weint nach einer misslungenen Übung laut und zieht sich zurück. Es will nicht mehr mitmachen.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du darstellst:

- Wie du in dieser Situation angemessen und ruhig reagierst,
- Welche Motive hinter der Reaktion stehen könnten,
- Wie du das Kind emotional wieder einbindest, ohne Druck auszuüben.

Upload: Video (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen Handlungssicherheit im Umgang mit emotionalen Krisen im Kindertraining.

B: Unmotivierte Kinder – und jetzt?

Situation:
Eine Gruppe von Kindern wirkt teilnahmslos und hat keine Lust, die Technikübungen mitzumachen. Ein Kind sagt: „Das ist langweilig."

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- Wie du Motivation wieder aufbauen kannst (methodisch, emotional, kommunikativ),
- Wie du erkennst, ob die Inhalte oder der Aufbau ungeeignet sind,
- Welche Formen der Mitbestimmung oder Variation sinnvoll wären.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie mit Motivationsverlust umgehen und die Trainingsgestaltung entsprechend anpassen können.

C: Trainingsreflexion – zwischen Euphorie und Frust

Situation:
Du möchtest deine letzte Trainingseinheit mit Fokus auf emotionale Prozesse reflektieren.

Aufgabe:

Erstelle eine schriftliche Reflexion (ca. eine Seite), in der du darstellst:

- Wann und wie Motivation entstand,
- Wo Frustration auftrat und wie du reagiert hast,
- Was du aus diesen Beobachtungen für die nächste Einheit mitnimmst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren emotional wirkende Faktoren und leiten konkrete Verbesserungen ab.

D: Motivation sichtbar machen

Situation:

Du willst Kindern zeigen, dass Anstrengung und Durchhalten sich lohnen, ohne ständig materielle Belohnungen zu nutzen.

Aufgabe:

Gestalte ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das verschiedene Formen von nicht-materieller Motivation zeigt:

- Rituale, Anerkennung, Verantwortung, Fortschrittsvisualisierung etc.
- Beispiele aus dem Taekwondo-Alltag
- Hinweise zur altersgerechten Anwendung

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Motivation fördern, ohne auf Belohnungssysteme angewiesen zu sein.

35. Modul: Modelllernen und operantes Konditionieren im Kindertraining Lerntheoretische Grundlagen gezielt im Training nutzen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die Prinzipien des Modelllernens (nach Bandura) und des operanten Konditionierens (nach Skinner) als zentrale lernpsychologische Grundlagen.
- erkennen im Trainingsalltag typische Lernsituationen, in denen diese Mechanismen wirken.
- nutzen gezielt positive Verstärkung, differenziertes Feedback und geeignete Vorbilder zur Verhaltensbeeinflussung.
- reflektieren eigene Wirkung als Modellperson im Kindertraining.
- wenden die Prinzipien zur gezielten Steuerung von Lern- und Sozialverhalten im Taekwondo-Training an.
- vermeiden ineffektive oder widersprüchliche Verstärker und Modellwirkungen im Alltag.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Lernen durch Zuschauen – deine Vorbildwirkung

Situation:
Ein Kind beginnt, deine Körpersprache und Tonlage beim Erklären zu imitieren. Andere übernehmen den „Siegesschrei“ deines Co-Trainers – auch außerhalb des Trainings.

Aufgabe:
Erstelle ein Audio-Kommentar (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- Wie Modelllernen im Training wirkt,
- Welche bewussten und unbewussten Modellreize du gibst,
- Wie du dich als Vorbild gezielt einsetzt – fachlich und sozial.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren ihr eigenes Verhalten als Modell und verstehen, wie Vorbildlernen funktioniert.

B: Verstärker richtig einsetzen – operantes Konditionieren im Alltag

Situation:
Ein Kind ruft bei jeder gelungenen Aktion laut „Ich war der Beste!“ – andere Kinder reagieren genervt. Ein anderes Kind bemüht sich sehr, bekommt aber kaum Rückmeldung.

Aufgabe:
Erstelle ein Informationsblatt (max. eine Seite), das erklärt:

- Was operantes Konditionieren bedeutet (inkl. positiver/negativer Verstärker),
- Welche Verstärker im Training sinnvoll und welche problematisch sind,
- Wie Lob, Aufmerksamkeit und Konsequenz pädagogisch wirksam eingesetzt werden.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden verstehen, wie Verstärkung gezielt zur Verhaltenssteuerung im Training genutzt werden kann.

C: Verhalten gezielt fördern – methodisch planen

Situation:

Du möchtest bei einer neuen Gruppe bestimmte Verhaltensweisen verstärken: konzentriertes Zuhören, Fairness beim Partnertraining, mutiges Ausprobieren.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), auf dem du:

- drei Zielverhalten definierst,
- jeweils passende Verstärkerformen darstellst,
- Hinweise zur Umsetzung im Alltag gibst.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden übertragen die Theorie des operanten Konditionierens in die praktische Trainingssteuerung.

D: Modelllernen und Verstärkung im Zusammenspiel

Situation:

Ein Kind kopiert das Verhalten eines älteren Schülers – z. B. lautes Kommentieren, Besserwisserei, übertriebene Gesten – obwohl du diese nicht unterstützt.

Aufgabe:

Erstelle ein schriftliches Fallbeispiel (max. eine Seite), in dem du darstellst:

- Wie Modelllernen und Verstärkung gemeinsam wirken,
- Welche ungewollten Effekte auftreten können,
- Wie du pädagogisch angemessen reagierst, um gewünschtes Verhalten zu fördern.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden analysieren komplexe Lernsituationen und entwickeln geeignete Handlungsstrategien.

36. Modul: Lernkanäle und pädagogische Einflussnahme im Kindertraining

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die zentralen Lernkanäle (visuell, auditiv, kinästhetisch) und deren Bedeutung im motorischen Lernen.
- gestalten Übungssituationen so, dass Kinder über mehrere Wahrnehmungskanäle angesprochen werden.
- reflektieren, welche sprachlichen, gestischen und körpernahen Mittel sie im Training einsetzen.
- nutzen gezielte pädagogische Einflussnahme, um Lernprozesse zu strukturieren, Verhalten zu lenken und Motivation zu unterstützen.
- erkennen Überforderung und reagieren methodisch und sprachlich angemessen.
- fördern aktives, differenziertes Lernen durch klare Signale, Impulse und Rückmeldungen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Eine Technik für alle Sinne

Situation:
Deine Aufgabe ist es, den Dollyochagi (Halbkreisfußtritt) so zu vermitteln, dass verschiedene Lernkanäle angesprochen werden.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du:

- den Tritt visuell klar demonstrierst,
- ihn verbal erklärst (sprachliche Bilder, Trittbeschreibung, Anweisungen),
- eine Übung zur kinästhetischen Erfahrung gestaltest (z. B. Partnerübung oder Selbstwahrnehmung mit Hilfsmittel).

Upload: Video (.mp4 oder Link zur Plattform)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie Lernkanäle gezielt und methodisch integriert werden können.

B: Lernimpulse setzen – wie du Einfluss nimmst

Situation:
Ein Kind in deiner Gruppe beobachtet genau, ist aber körperlich zögerlich. Ein anderes bewegt sich impulsiv, hört aber kaum zu.

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erklärst:

- Wie du mit unterschiedlichen Lernzugängen arbeitest,
- Wie du pädagogisch Einfluss nimmst, ohne zu überfordern,
- Welche Impulse Kinder zum aktiven, sicheren Lernen anregen.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren ihr methodisches Verhalten in Bezug auf Wahrnehmung und pädagogische Führung.

C: Lernkanäle planen – Inhalte strukturieren

Situation:

Du möchtest eine kurze Technikabfolge (z. B. Apchagi – Jireugi – Abwehr) vermitteln und dabei alle drei Lernkanäle berücksichtigen.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsblatt (max. eine Seite), das darstellt:

- Welche Lernschritte du setzt,
- Welche Sinne du jeweils ansprichst (Sehen, Hören, Fühlen),
- Welche Rückmeldungen du wann und wie gibst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Lernprozesse ganzheitlich strukturieren und methodisch begründen können.

D: Von der Wahrnehmung zum Können

Situation:

Ein Kind in deiner Gruppe lernt über Nachahmung, ein anderes braucht viele Wiederholungen mit Hilfestellung.

Aufgabe:

Erstelle ein übersichtliches Plakat (A4 oder A3), in dem du:

- drei verschiedene „Lernertypen“ kurz beschreibst,
- je eine Methode zur Förderung des Lernprozesses nennst,
- darstellst, wie du die Gruppe trotzdem gemeinsam führst.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren Unterschiedlichkeit im Wahrnehmungsverhalten und entwickeln methodische Lösungen.

37. Modul: Verletzungsprävention im Kindesalter Belastung verstehen – Risiken erkennen – Sicherheit schaffen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen typische Verletzungsrisiken im Taekwondo-Kindertraining und ihre Ursachen.
- unterscheiden zwischen altersbedingten körperlichen Voraussetzungen und riskantem Trainingsverhalten.
- planen Trainingsinhalte so, dass sie präventiv wirken – durch sinnvolle Progression, Aufwärmen und methodische Schritte.
- erkennen Überforderungssignale und leiten angemessene Maßnahmen ein.
- setzen Hilfsmittel, Partnerübungen und Sicherheitsregeln gezielt ein.
- integrieren Aufklärung, Rituale und klare Regeln zur Prävention in ihr Training.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Vorsicht, falsches Vorbild!

Situation:
Ein älteres Kind zeigt beeindruckende Sprungtechniken. Jüngere versuchen es nachzumachen – ohne Aufwärmen oder Anleitung. Ein Kind verletzt sich leicht am Fußgelenk.

Aufgabe:
Erstelle ein Video (max. drei Minuten), in dem du erklärst:

- welche Risiken durch ungeplante Nachahmung entstehen,
- wie du diese Situation pädagogisch auffängst,
- wie du ähnliche Situationen künftig vorbeugst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen Risiken durch falsches Vorbildverhalten und entwickeln Präventionsmaßnahmen.

B: Präventionskonzept für deine Gruppe

Situation:
Du willst dein Kindertraining so gestalten, dass es möglichst verletzungsfrei bleibt – auch bei hoher Bewegungslust.

Aufgabe:
Erstelle ein schriftliches Konzept (eine Seite), das folgende Punkte enthält:

- Welche häufigen Verletzungen du vermeiden möchtest,
- Welche Maßnahmen du in Aufwärmen, Techniktraining und Partnerarbeit einbaust,
- Welche Regeln du mit der Gruppe entwickelst und wie du sie vermittelst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden planen vorausschauend und entwickeln systematische Präventionsstrategien.

C: Sicherheitscheck – deine Halle, dein Material

Situation:
Du bist verantwortlich für eine neue Trainingshalle. Du willst sicherstellen, dass Umgebung und Material keine Risiken bergen.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), auf dem du darstellst:

- Welche sicherheitsrelevanten Punkte du regelmäßig überprüfst,
- Wie du Material altersgerecht einsetzt,
- Was du im Vorfeld der Einheit vorbereitest, um Verletzungen zu vermeiden.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Sicherheitsmanagement im Kindertraining strukturiert betreiben können.

D: Von der Überforderung zur Prävention

Situation:

Ein Kind zeigt plötzlich Schmerzen im Knie nach mehreren schnellen Technikwiederholungen. Du hattest das Pensum für alle gleich geplant.

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erklärst:

- Welche Fehler dir bei der Belastungssteuerung unterlaufen sind,
- Wie du Anzeichen von Überforderung künftig früher erkennst,
- Welche Anpassungen du für heterogene Gruppen vornimmst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren das Zusammenspiel von Trainingssteuerung, Belastung und Verletzungsrisiken.

38. Modul: Richtiges Erwärmen im Kindertraining Fachgerechte Vorbereitung – zielgerichtete Struktur – kindgerechte Umsetzung

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die physiologischen Ziele und Wirkmechanismen des Erwärmens im Kindesalter.
- unterscheiden zwischen allgemeiner, spielerischer und spezifischer Erwärmung.
- gestalten Aufwärmprogramme mit klarer methodischer Zielsetzung (Kreislauf, Mobilisation, Bewegungsvorbereitung, Fokus).
- setzen das Erwärmen als leistungsförderndes, verletzungspräventives und gruppenstabilisierendes Element ein.
- passen das Erwärmen alters- und entwicklungsgerecht an (Krippe, Kita, Grundschule, Vorschulalter, Vorpubertät).
- wählen Inhalte so aus, dass sie den spezifischen Anforderungen der Hauptbelastung (z. B. Kicken, Kraft, Koordination, Techniktraining) entsprechen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Erwärmen für eine Technikeinheit

Situation:
Du bereitest ein Techniktraining zu Yopchagi (Seittritt) vor. Die Kinder sind zwischen sechs und acht Jahre alt.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du:

- das Ziel des Aufwärmens begründest,
- den Aufbau (allgemein, spezifisch, mental) darstellst,
- zwei konkrete Übungen demonstrierst und deren Wirkung erklärst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie ein Aufwärmen funktional auf das Training vorbereitet und kindgerecht gestaltet wird.

B: Spiel oder Warm-up?

Situation:
Ein Kollege setzt regelmäßig Fangspiele ein. Die Kinder haben Spaß – aber sind danach oft erschöpft oder unkonzentriert.

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erklärst:

- Welche Merkmale ein sinnvolles Aufwärmspiel auszeichnen,
- Wo die Grenze zwischen Spiel und zielführendem Warm-up liegt,
- Wie du spielerische Erwärmung strukturiert planst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren die didaktische Funktion von Aufwärmspielen und erkennen Fehlsteuerung durch unpassende Inhalte.

C: Erwärmen für eine Kickeinheit

Situation:

Du möchtest eine Trainingseinheit mit viel Dynamik, Kickhöhe und Hüftbewegung vorbereiten.

Aufgabe:

Erstelle ein schriftliches Trainingsblatt (eine Seite), das folgende Punkte enthält:

- Ziel und Aufbau des Aufwärmens,
- drei Übungen mit Schwerpunkt auf Mobilisation und Aktivierung,
- Begründung, warum genau diese Übungen vor der Haupteinheit sinnvoll sind.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden begründen inhaltlich schlüssig, wie das Aufwärmen die Zielbewegung vorbereitet.

D: Altersgerechtes Erwärmen – was bedeutet das?

Situation:

Du trainierst mit einer altersgemischten Gruppe (5–9 Jahre) und möchtest alle sicher und gezielt auf das Training vorbereiten.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), auf dem du:

- drei entwicklungsbedingte Unterschiede im Aufwärmverhalten erläuterst,
- je eine geeignete Übung pro Altersstufe nennst,
- allgemeine Regeln zur kindgerechten Belastungsdosierung darstellst.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden lernen, wie sie das Aufwärmen an unterschiedliche Entwicklungsniveaus fachlich anpassen.

39. Modul: Grundlagen der Sportmedizin im Kindertraining Körper verstehen – Bewegungen einordnen – altersgerecht handeln

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die grundlegenden Funktionen von Herz-Kreislauf-System, Atmung und Muskulatur im Zusammenhang mit Bewegung.
- benennen die wichtigsten Muskelgruppen für das Taekwondo-Training und ihre Funktionen.
- verstehen altersbedingte Besonderheiten der Belastbarkeit von Knochen, Sehnen, Gelenken und Muskulatur.
- berücksichtigen sportmedizinisches Grundwissen bei der Auswahl und Dosierung von Übungen.
- erklären Bewegungszusammenhänge anhand einfacher anatomischer Prinzipien.
- vermitteln sportmedizinische Grundlagen kindgerecht und methodisch reduziert im Training.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: Wie arbeitet der Körper beim Apchagi?

Situation:
Du möchtest Kindern erklären, welche Muskelgruppen bei einem Apchagi (Vorwärtstritt) besonders arbeiten – ohne medizinischen Fachjargon.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Video (max. drei Minuten), in dem du:

- die Bewegung des Apchagi zeigst,
- drei beteiligte Muskelgruppen nennst und ihre Funktion beschreibst,
- eine kindgerechte Erklärung gibst, die du im Training verwenden könntest.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie sportmedizinisches Wissen praktisch anwenden und kindgerecht aufbereiten können.

B: Atmung, Herz, Kreislauf – einfach erklärt

Situation:
Ein Kind fragt dich nach dem Training, warum das Herz beim Laufen so schnell schlägt und man schneller atmen muss.

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du:

- den Zusammenhang von Bewegung, Sauerstoffbedarf und Herzfrequenz erklärst,
- auf kindgerechte Analogien oder Bilder zurückgreifst,
- die Bedeutung für das Aufwärmen und Ausdauertraining im Kindertraining erläuterst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden demonstrieren, wie sie physiologische Prozesse verständlich machen und im Training berücksichtigen.

C: Muskeln, Gelenke, Knochen – kindgerecht belastet?

Situation:

Du planst eine Einheit mit vielen Sprungtritten und fragst dich: Welche Belastungen wirken auf kindliche Gelenke und Knochen – und was ist zu viel?

Aufgabe:

Erstelle ein Informationsblatt (eine Seite), auf dem du:

- die beanspruchten Strukturen bei Sprüngen beschreibst (z. B. Kniegelenk, Wirbelsäule),
- altersbedingte Grenzen benennst,
- konkrete Empfehlungen für Belastungssteuerung und Pausen gibst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden wenden sportmedizinisches Wissen auf typische Trainingssituationen im Kinder-Taekwondo an.

D: Die wichtigsten Muskelgruppen für das Taekwondo

Situation:

Du möchtest ein gezieltes Kraft- und Techniktraining für Kinder ab acht Jahren aufbauen. Es soll auf die beanspruchte Muskulatur abgestimmt sein.

Aufgabe:

Erstelle ein Plakat (A4 oder A3), das:

- fünf wichtige Muskelgruppen benennt,
- ihre Funktion im Taekwondo kurz beschreibt,
- je eine geeignete Übung zur Kräftigung oder Mobilisation zeigt.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden verknüpfen anatomisches Wissen mit trainingspraktischen Inhalten.

40. Modul: Belastungsdosierung und Regeneration im Kindertraining Belasten – beobachten – erholen lassen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die physiologischen Grundlagen kindlicher Belastbarkeit und Erholungsfähigkeit.
- kennen altersgemäße Belastungsgrenzen und typische Überlastungszeichen.
- gestalten Taekwondo-Trainingseinheiten mit sinnvoller Belastungsstruktur.
- setzen aktive und passive Regenerationsmethoden altersgerecht ein.
- erkennen Überforderung im Training und reagieren angemessen.
- fördern langfristige Leistungsentwicklung durch gezielte Belastungssteuerung und ausreichende Erholungsphasen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

A: K.O. nach dem Training

Situation:
Mehrere Kinder wirken nach deiner Einheit müde, unkonzentriert und klagen über Muskelkater. Du fragst dich, ob du überfordert hast.

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (drei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- welche Fehler du in der Belastungsdosierung vermutest,
- wie du Belastung künftig besser planst und steuerst,
- wie du sinnvolle Regenerationsphasen integrierst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden reflektieren Überforderungsmomente und zeigen Wege zur verbesserten Belastungssteuerung.

B: Trainingsgestaltung mit System

Situation:
Du möchtest drei aufeinanderfolgende Trainingseinheiten für 9-jährige Kinder planen. Ziel ist eine moderate Leistungssteigerung – ohne Überlastung.

Aufgabe:
Erstelle einen dreiteiligen Trainingsplan mit Angaben zu:

- Belastungsintensität und -dauer,
- geplanten Erholungsphasen innerhalb und zwischen den Einheiten,
- altersgerechten Hinweisen zur Pausen- und Spielgestaltung.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie Belastung systematisch steuern und altersgerecht dosieren.

C: Warnsignale erkennen – Verantwortung übernehmen

Situation:
Ein Kind wirkt im Training zunehmend erschöpft, verliert die Konzentration, beteiligt sich nur noch passiv.

Aufgabe:

Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), auf dem du:

- typische Überlastungssymptome im Kindertraining benennst,
- angemessene Reaktionen darstellst (Pause, Gespräch, Trainingsanpassung),
- präventive Maßnahmen skizzierst.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erkennen Warnsignale frühzeitig und leiten fachlich begründete Maßnahmen ein.

D: Regeneration – mehr als Nichtstun

Situation:

Ein Trainerkollege meint: „Kinder brauchen keine Regeneration, die sind am nächsten Tag sowieso wieder fit.“

Aufgabe:

Erstelle ein kommentiertes Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du:

- die Bedeutung der Regeneration im Kindertraining fachlich begründest,
- zwei altersgerechte Regenerationsmethoden vorstellst,
- auf Unterschiede zur Erwachsenenregeneration eingehst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden begründen Regeneration als festen Bestandteil kindgerechten Trainings.

41. Modul: Koordinationstraining im Kindesalter im Taekwondo Grundlagen schaffen – Bewegungen verfeinern – Leistung vorbereiten

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die grundlegenden koordinativen Fähigkeiten (z. B. Reaktionsfähigkeit, Gleichgewicht, Rhythmisierung, Kopplung, Differenzierung, Umstellung).
- verstehen die Bedeutung koordinativer Schulung für das Techniklernen und die motorische Entwicklung.
- setzen altersgemäße, Taekwondo-spezifische Koordinationsübungen zielgerichtet ein.
- passen das Koordinationstraining an Alter, Entwicklungsstand und Vorerfahrungen der Kinder an.
- steuern koordinative Reize methodisch sinnvoll über Aufgabenstellung, Materialeinsatz und Variationsformen.
- kombinieren koordinative Inhalte mit Technik-, Partner- und Spielformen im Kindertraining.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Koordinationstraining mit Partnerübungen

Situation:
Du möchtest die Kopplungs- und Reaktionsfähigkeit in deiner Kindergruppe gezielt fördern. Die Kinder sind 8 bis 10 Jahre alt.

Aufgabe:
Erstelle ein Video (max. drei Minuten), in dem du zwei koordinative Partnerübungen im Taekwondo-Kontext zeigst und kommentierst:

- Ziel der Übung
- methodische Hinweise zur Umsetzung
- Varianten zur Steigerung oder Vereinfachung

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen praxisnahe, gut angeleitete und kindgerechte Koordinationseinheiten im Partnerkontext.

B: Gerätebasiertes Koordinationstraining

Situation:
Dir stehen Hütchen, Seile, Koordinationsleitern, Weichmatten und Pratzen zur Verfügung. Ziel ist die Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit.

Aufgabe:
Erstelle ein Plakat (A4 oder A3), das drei koordinative Übungen mit Materialeinsatz darstellt:

- Aufbau und Durchführung
- zu schulende koordinative Fähigkeit
- methodische Tipps zur Altersanpassung

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln kreative Übungsideen mit vorhandenem Material und setzen diese gezielt ein.

C: Integration ins Techniktraining

Situation:

Du möchtest koordinative Elemente direkt mit Techniktraining verknüpfen, um die Bewegungsqualität zu verbessern.

Aufgabe:

Erstelle eine schriftliche Trainingsskizze (eine Seite), in der du eine koordinative Vorübung, eine Technikübung und eine Anwendungseinheit sinnvoll kombinierst. Begründe die Auswahl und beschreibe kurz den methodischen Aufbau.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden kombinieren Koordinationstraining fachlich fundiert mit Taekwondo-spezifischen Lernzielen.

D: Koordinationstraining für Vorschulkinder

Situation:

Du trainierst mit einer Gruppe von 4–6-jährigen Kindern und möchtest koordinative Grundlagen spielerisch fördern.

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du drei geeignete Spielideen erläuterst:

- Was wird koordiniert?
- Wie wird das Spiel kindgerecht erklärt?
- Welche Beobachtungskriterien helfen bei der Einschätzung des Leistungsstandes?

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie koordinative Förderung altersgemäß und motivierend umsetzen können.

42. Modul: Fehleranalyse und methodische Korrektur im Kindertraining Beobachten – analysieren – anleiten

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die Grundformen von Bewegungsfehlern (z. B. Koordinationsfehler, Haltungsmängel, Bewegungsreihenfolgen).
- beobachten kindliche Bewegungsabläufe gezielt und strukturiert.
- analysieren fehlerhafte Technikausführungen anhand zentraler Merkmale (z. B. Gelenkwinkel, Bewegungsrichtung, Timing).
- unterscheiden zwischen entwicklungsbedingten Bewegungsmustern und tatsächlichen Fehlern.
- wählen geeignete methodische Korrekturmaßnahmen je nach Fehlerart, Alter und Trainingsphase.
- geben kindgerechte Rückmeldungen und nutzen verschiedene Formen der Korrektur (verbale Hinweise, Bewegungsbilder, Vorzeigen, taktile Hilfen).

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Korrigieren eines Dollyo-Chagi

Situation:
Ein Kind zeigt beim Dollyo-Chagi eine stark ausweichende Oberkörperbewegung und trifft das Ziel nicht korrekt.

Aufgabe:
Erstelle ein Video (max. drei Minuten), in dem du:

- die Fehlerursache erklärst,
- zwei methodische Korrekturmöglichkeiten demonstrierst,
- auf eine altersgemäße Ansprache achtest.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Fehler analysieren und durch gezielte methodische Maßnahmen beheben können.

B: Fehler beobachten – richtig dokumentieren

Situation:
Du willst einen systematischen Blick auf die Bewegungsqualität in deiner Kindergruppe entwickeln.

Aufgabe:
Erstelle ein einfaches Beobachtungsprotokoll (eine Seite), mit dem typische Fehlerbilder bei drei Grundtechniken dokumentiert werden können.

- Wähle drei Techniken aus (z. B. Apchagi, Jireugi, Yopchagi)
- Füge Beobachtungsschwerpunkte, Kriterien und eine kurze Anleitung hinzu

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden strukturieren ihre Beobachtung und verschriftlichen relevante Fehlerindikatoren.

C: Kindgerechtes Korrigieren im Gespräch

Situation:
Ein Kind reagiert sensibel auf Korrekturen. Du willst seine Technik verbessern, ohne zu demotivieren.

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- wie du Feedback formulierst,
- wie du positive Verstärkung nutzt,
- welche konkreten Formulierungen du zur Korrektur verwendest.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen sprachlich und pädagogisch passende Formen der Bewegungsrückmeldung.

D: Fehlerursachen verstehen – Übungsauswahl anpassen

Situation:

Mehrere Kinder führen den Apchagi zu niedrig und kraftlos aus. Du vermutest koordinative und körperliche Ursachen.

Aufgabe:

Erstelle eine Trainingsskizze (eine Seite), die drei methodische Vorübungen zur Fehlervermeidung beschreibt. Begründe jeweils, welche Voraussetzung damit verbessert wird (z. B. Gleichgewicht, Streckmuskulatur, Zielorientierung).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden planen gezielte Übungsauswahl auf Grundlage einer fundierten Fehleranalyse.

43. Modul: Selbstreflexion als Trainerin oder Trainer im Kindertraining Sich selbst sehen – Verantwortung übernehmen – professionell wachsen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- setzen sich mit ihrer Rolle als Trainerperson im Kindertraining auseinander.
- reflektieren das eigene Verhalten im Umgang mit Kindern, Eltern und anderen Bezugspersonen.
- hinterfragen eigene Entscheidungen, Routinen und Kommunikationsweisen kritisch.
- erkennen persönliche Stärken und Entwicklungsfelder.
- entwickeln Strategien zur Weiterentwicklung des eigenen Trainerverhaltens.
- nutzen Rückmeldung (z. B. von Kindern, Kollegen oder Eltern) zur Verbesserung ihrer Arbeit.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Wenn es schief läuft

Situation:
In einer deiner Trainingseinheiten hast du dich überfordert gefühlt. Die Kinder waren laut, du hast keine klare Linie gefunden und warst am Ende unzufrieden.

Aufgabe:
Erstelle eine persönliche Audio-Reflexion (drei bis vier Minuten), in der du schilderst:

- was passiert ist,
- was du rückblickend anders machen würdest,
- was du daraus für dein zukünftiges Handeln mitnimmst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden lernen, herausfordernde Situationen als Lernanlass zu nutzen und ihr eigenes Verhalten zu reflektieren.

B: Mein Trainerbild – meine Wirkung

Situation:
Du hast den Eindruck, dass deine Art der Leitung und dein Auftreten großen Einfluss auf die Kindergruppe hat – im Positiven wie im Negativen.

Aufgabe:
Erstelle ein Plakat (A4 oder A3), auf dem du darstellst:

- wie du dich selbst als Trainerperson siehst,
- wie du glaubst, von den Kindern wahrgenommen zu werden,
- welche Wirkung du entfalten möchtest und wie du daran arbeitest.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden setzen sich mit ihrem professionellen Selbstbild auseinander und entwickeln ein realistisches und handlungsorientiertes Rollenverständnis.

C: Rückmeldung als Spiegel nutzen

Situation:

Du erhältst Rückmeldungen von Eltern und einer Kollegin, die dich nachdenklich machen. Es geht um deine Kommunikation im Training.

Aufgabe:

Erstelle einen kurzen Reflexionsbericht (max. eine Seite), in dem du:

- die Rückmeldungen beschreibst,
- analysierst, wie du sie einordnest,
- darstellst, was du künftig verändern oder beibehalten willst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden lernen, Rückmeldungen einzuordnen, anzunehmen und konstruktiv in ihr Verhalten zu integrieren.

D: Ich als Trainerperson – ein Blick von außen

Situation:

Du willst deinen Trainingsstil besser verstehen und lässt dich bei einer Einheit filmen. Danach betrachtest du die Aufzeichnung.

Aufgabe:

Wähle eine drei- bis fünfminütige Trainingssequenz und kommentiere sie in einem Video (max. drei Minuten):

- Was beobachtest du an dir selbst?
- Welche Wirkung hat dein Verhalten auf die Gruppe?
- Was willst du künftig weiterentwickeln?

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden nutzen audiovisuelle Selbstbeobachtung zur kritischen Reflexion ihres Auftretens und ihrer Handlungsweisen.

44. Modul: Bewegungsbeobachtung im Kindertraining Gezielt hinschauen – Motorik verstehen – Training wirksam steuern

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die Bedeutung gezielter Bewegungsbeobachtung im kindlichen Techniktraining.
- unterscheiden zwischen qualitativer und quantitativer Beobachtung.
- erkennen typische Bewegungsmuster und Abweichungen im Taekwondo-Kindertraining.
- nutzen strukturierte Beobachtung zur Diagnose von Lernständen, Bewegungsdefiziten und Entwicklungspotenzialen.
- setzen Beobachtungsergebnisse um in methodische Konsequenzen für die Trainingsgestaltung.
- reflektieren ihre Beobachtungsrolle und vermeiden vorschnelle Bewertungen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Bewegungsanalyse am Beispiel Apchagi

Situation:
Du beobachtest eine Gruppe von 7- bis 9-jährigen Kindern beim Apchagi. Einige führen die Technik dynamisch und zielgerichtet aus, andere wirken unsicher oder unausbalanciert.

Aufgabe:
Erstelle ein kommentiertes Beobachtungsvideo (max. drei Minuten), in dem du:

- zwei Ausführungsvarianten filmst (eine sichere, eine unsichere),
- beschreibst, was du beobachtest,
- mögliche Ursachen und methodische Reaktionen darstellst.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden wenden gezielte Bewegungsbeobachtung praktisch an und leiten daraus Trainingsentscheidungen ab.

B: Kindliche Bewegungsmerkmale einschätzen

Situation:
Du möchtest den aktuellen Bewegungsstand deiner Gruppe systematisch erfassen.

Aufgabe:
Erstelle einen Beobachtungsbogen (A4), der drei Taekwondo-spezifische Bewegungsmerkmale altersgerecht erfasst (z. B. Gleichgewicht, Körperstreckung, Zielorientierung beim Kicken). Füge kurze Kriterien zur Einschätzung (Skala oder Beschreibungen) und eine Anleitung zur Anwendung im Training hinzu.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln ein Beobachtungsinstrument mit Bezug zur kindlichen Motorik im Taekwondo.

C: Von der Beobachtung zur Anpassung

Situation:
Du hast bei mehreren Kindern wiederholt Schwierigkeiten bei der Technikkoordination festgestellt. Deine bisherigen Übungen greifen nicht wie gewünscht.

Aufgabe:

Erstelle einen kurzen Reflexionsbericht (ca. eine Seite), in dem du:

- eine konkrete Beobachtung beschreibst,
- analysierst, was vermutlich dahintersteckt,
- zeigst, wie du dein Training methodisch anpasst (z. B. durch Vorübungen, Hilfsmittel oder Spielintegration).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden dokumentieren, wie Beobachtungen in konkrete methodische Steuerung überführt werden.

D: Bewegungsbeobachtung im Vorschulalter

Situation:

Du arbeitest mit einer Gruppe von 4- bis 6-jährigen Kindern. Du möchtest verstehen, wie sich Bewegungsfähigkeit in diesem Alter zeigt – jenseits von Technikpräzision.

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- welche Beobachtungskriterien in dieser Altersgruppe sinnvoll sind,
- wie du typische Entwicklungsschritte erkennst,
- wie du ohne zu bewerten auf Bewegungsdefizite reagierst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erkennen die Besonderheiten der Bewegungsbeobachtung im frühen Kindesalter und gehen sensibel damit um.

45. Modul: Cooldown im Kindertraining Regeneration ermöglichen – zur Ruhe kommen – Lernen sichern

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die physiologischen und psychologischen Funktionen eines Cooldowns bei Kindern.
- verstehen, welche Maßnahmen den Abwärmprozess und die Erholung unterstützen.
- gestalten Cooldown-Phasen altersgerecht, abwechslungsreich und mit pädagogischer Zielsetzung.
- nutzen den Cooldown zur emotionalen Ausleitung, Teambildung und Stimmungsregulierung.
- unterscheiden zwischen aktiven und passiven Formen des Cooldowns und wissen, wann welche Form geeignet ist.
- integrieren spielerische, entspannende und reflektierende Elemente in die Cooldown-Phase.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Cooldown-Ideen für Grundschulkinder

Situation:
Du möchtest deine Cooldown-Phasen kreativer gestalten und suchst nach Ideen, die körperlich wirksam und gleichzeitig kindgerecht sind.

Aufgabe:
Erstelle ein Handout (eine Seite) mit drei konkreten Cooldown-Beispielen für Grundschulkinder, darunter:

- eine aktive Variante (z. B. lockeres Bewegungsspiel),
- eine passive Variante (z. B. ruhige Atemübung oder Dehnung),
- eine spielerisch-ritualisierte Form (z. B. Abschlusskreis oder „Entspannungsreise“).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, wie sie verschiedene Formen des Cooldowns situationsgerecht und kindorientiert einsetzen.

B: Der Cooldown als pädagogisches Werkzeug

Situation:
Dir ist wichtig, dass das Training nicht hektisch endet, sondern ruhig und wertschätzend. Du möchtest den Cooldown zur Reflexion nutzen.

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- welche Bedeutung der Cooldown für das soziale Miteinander hat,
- wie du ihn nutzt, um Werte zu vermitteln (z. B. Rücksicht, Dankbarkeit),
- welche konkreten Rituale du dabei einsetzt.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen den pädagogischen Mehrwert des Cooldowns und gestalten ihn bewusst.

C: Cooldown bei jüngeren Kindern (3–6 Jahre)

Situation:

Du arbeitest mit einer Kita-Gruppe und möchtest auch in dieser Altersgruppe ein kleines Abwärmprogramm integrieren.

Aufgabe:

Erstelle ein bebildertes Plakat (A4 oder A3), das drei einfache Cooldown-Elemente für diese Altersgruppe darstellt. Verwende dabei kindgerechte Sprache und visuelle Darstellung (Skizzen oder Symbolbilder).

Upload: Bilddatei oder PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie auch sehr junge Kinder ruhig und methodisch durch die letzte Trainingsphase begleiten.

D: Wirkung und Gestaltung eines Cooldowns

Situation:

Ein erfahrener Trainer fragt dich, warum du dir im Kindertraining überhaupt die Mühe machst, ein Cooldown anzuleiten.

Aufgabe:

Erstelle ein Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du auf einfache Weise erläuterst:

- welche Wirkung Cooldowns haben (körperlich, emotional, pädagogisch),
- welche Kriterien einen guten Cooldown im Kindertraining ausmachen,
- wie du ihn selbst gestaltest.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden begründen ihren didaktischen Handlungsansatz überzeugend und praxisnah.

46. Modul: Gesundheitsförderung durch Bewegung im Kindesalter Bewegung als Grundlage für gesunde Entwicklung

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen zentrale gesundheitsförderliche Wirkungen von Bewegung im Kindesalter.
- erkennen Risikofaktoren wie Bewegungsmangel, Fehlhaltungen oder Übergewicht frühzeitig.
- wissen, wie Taekwondo-Training zur körperlichen, psychischen und sozialen Gesundheit beiträgt.
- können ihre Übungsstunden bewegungsförderlich und gesundheitsorientiert gestalten.
- beachten individuelle Voraussetzungen und fördern ein ausgewogenes Belastungs-Verhältnis.
- integrieren Gesundheitsaspekte sichtbar und altersgerecht in ihre Trainingsarbeit.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Bewegung tut gut – aber wie viel?

Situation:
Ein Elternpaar äußert sich besorgt, dass ihr Kind zu viel trainiere. Gleichzeitig stellst du fest, dass andere Kinder wenig Ausdauer oder Körperspannung haben.

Aufgabe:
Erstelle ein Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du darstellst:

- warum regelmäßige Bewegung wichtig ist,
- was gesundheitsförderlich ist und was Überforderung bedeutet,
- wie Taekwondo altersgerecht und gesundheitsbewusst dosiert werden kann.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Bewegung aus medizinisch-gesundheitlicher Sicht einordnen und Eltern fundiert informieren können.

B: Bewegungsmangel – was tun?

Situation:
Du merkst, dass einige Kinder große Schwierigkeiten mit Gleichgewicht, Körperspannung und Bewegungskoordination haben. Der Alltag scheint stark bewegungsarm.

Aufgabe:
Erstelle ein Plakat (A3 oder A4), das folgende Punkte übersichtlich darstellt:

- mögliche Folgen von Bewegungsmangel im Kindesalter,
- welche motorischen Grundfähigkeiten besonders gefördert werden sollten,
- wie dein Training gezielt gegensteuern kann.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie typische Defizite erkennen und bewegungsförderlich reagieren können.

C: Gesund durch Taekwondo

Situation:
Du gestaltest einen Vereins-Infoabend zum Thema „Taekwondo als Gesundheitssport für Kinder“.

Aufgabe:

Erstelle ein Handout (max. 1 Seite), das anschaulich erklärt:

- welche körperlichen und psychosozialen Gesundheitsaspekte durch Taekwondo gefördert werden,
- wie altersgerechte Trainingsinhalte diese Ziele unterstützen,
- welche Haltung der Trainerperson dabei entscheidend ist.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden formulieren überzeugend und sachlich den gesundheitlichen Wert von Kindertraining im Taekwondo.

D: Kinder fördern – nicht überfordern

Situation:

Ein Kind in deiner Gruppe zeigt deutliche Anzeichen von Überforderung (z. B. Erschöpfung, Rückzug, häufige Schmerzen).

Aufgabe:

Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erläuterst:

- wie du solche Signale erkennst,
- welche gesundheitsförderlichen Konsequenzen du im Training daraus ziehst,
- wie du ggf. das Gespräch mit Eltern führst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, dass sie Belastung, Erholung und Entwicklung im Sinne der Gesundheitsförderung steuern können.

47. Modul: Grundlagen der Ernährung im Kindes- und Jugendalter Energie für Bewegung – altersgerecht essen und trinken

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die wichtigsten Grundlagen einer kindgerechten, sportorientierten Ernährung.
- wissen, welche Rolle Flüssigkeit, Makronährstoffe und Mahlzeitenrhythmus im Training spielen.
- können Ernährungsempfehlungen altersgerecht, realistisch und praxisnah weitergeben.
- erkennen unausgewogene Ernährung oder Mangelzustände und reagieren sensibel.
- geben kindgerechte Tipps für den Trainingsalltag (z. B. Vor dem Training, nach dem Training, Wettkampftag).
- achten auf ihren eigenen Einfluss als Vorbild beim Thema Ernährung und Essverhalten.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Trinkverhalten im Kindertraining

Situation:
Dir fällt auf, dass Kinder oft durstig zum Training kommen oder in der Pause stark zuckerhaltige Getränke dabeihaben.

Aufgabe:
Gestalte ein Informationsblatt für Kinder und Eltern zum Thema Trinken im Sport. Es soll enthalten:

- empfohlene Getränke vor, während und nach dem Training,
- Hinweise zur Menge und Temperatur,
- Gründe, warum Trinken im Sport wichtig ist.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden vermitteln altersgerechte Informationen zu einem zentralen Aspekt sportlicher Ernährung.

B: Training auf nüchternen Magen – ja oder nein?

Situation:
Ein Kind sagt, es habe nichts gegessen – es wirkt antriebslos und unkonzentriert. Die Eltern berichten, es isst oft nur unregelmäßig.

Aufgabe:
Erstelle eine kurze Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erklärst:

- warum regelmäßiges Essen für Kinder wichtig ist,
- wie eine gute Mahlzeit vor dem Training aussehen kann,
- welche Haltung du als Trainer gegenüber Essverhalten einnimmst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden setzen sich mit Essgewohnheiten im Alltag und ihrem Einfluss auf das Training auseinander.

C: Snackideen für den Sporttag

Situation:
Du bereitest eine Kindergruppe auf einen langen Turniertag oder eine Gürtelprüfung vor. Viele bringen unpassende oder zu wenig Verpflegung mit.

Aufgabe:
Stelle eine Snackliste (max. eine Seite) mit geeigneten, leicht transportierbaren Zwischenmahlzeiten für Kinder zusammen. Unterteile nach:

- vor dem Wettkampf/Training,
- zwischendurch,
- nach dem Training. Begründe die Auswahl mit kurzen Hinweisen (z. B. schnell verfügbar, gute Energiequelle).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erstellen praxisnahe Handlungsempfehlungen für Eltern und Kinder.

D: Eltern fragen nach Ernährungsempfehlungen

Situation:
Mehrere Eltern fragen dich, was ihr Kind vor dem Training essen sollte und ob Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll sind.

Aufgabe:
Erstelle ein kurzes Video-Statement (zwei bis drei Minuten), in dem du sachlich und praxisnah erklärst:

- wie eine ausgewogene Kinderernährung aussieht,
- welche Rolle Nahrungsergänzung spielt (oder nicht),
- was realistisch im Alltag umsetzbar ist.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden kommunizieren fachlich fundiert und alltagstauglich zu einem sensiblen Thema.

48. Modul: Sicherheitsaspekte im Kindertraining Sicher trainieren – Risiken erkennen – Verantwortung übernehmen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen typische Gefahrenquellen im Taekwondo-Training mit Kindern.
- führen einfache sicherheitsrelevante Checks vor und während der Trainingseinheit durch.
- richten Hallen- und Trainingsmaterialien sicher ein.
- setzen organisatorische Maßnahmen zur Vermeidung von Unfällen um.
- handeln im Notfall ruhig, systematisch und juristisch korrekt.
- verstehen ihre Verantwortung hinsichtlich Verkehrssicherungspflicht und Garantenstellung.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Sicherheit im Dojang – was beachten?

Situation:
Du übernimmst eine neue Trainingsgruppe und möchtest den Trainingsraum sicher einrichten.

Aufgabe:
Erstelle ein Checklisten-Plakat (A4 oder A3), das vor jedem Kindertraining verwendet werden kann. Es soll folgende Punkte enthalten:

- Hallencheck,
- Materialcheck,
- Kleidung und Ausrüstung der Kinder.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln eine klare Struktur zur systematischen Unfallvermeidung.

B: Ein Unfall – wer ist verantwortlich?

Situation:
Ein Kind stolpert über eine Matte, die sich am Rand gelöst hat, und verletzt sich am Handgelenk. Die Eltern stellen Fragen zur Haftung.

Aufgabe:
Erstelle eine Audioaufnahme (zwei bis vier Minuten), in der du erklärst:

- was du im Training konkret falsch gemacht hast oder hättest besser machen können,
- welche juristische Verantwortung du in dieser Situation trägst,
- welche Vorsorgemaßnahmen daraus für dich folgen.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden setzen sich kritisch mit ihrer Verantwortung auseinander und lernen aus Fehlern.

C: Sicherheitsregeln im Kindertraining vermitteln

Situation:
Dir fällt auf, dass viele Kinder im Training unachtsam mit Pratzen umgehen oder beim Spielen rücksichtslos agieren.

Aufgabe:

Gestalte ein Poster (A4 oder A3) mit fünf einfachen Sicherheitsregeln, die du den Kindern beibringen möchtest. Formuliere diese in einfacher, verständlicher Sprache und mit klarer Symbolik oder Bildsprache.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen, wie sie sicherheitsrelevante Themen kindgerecht kommunizieren und durch Rituale oder Regeln verankern.

D: Notfall – richtig handeln

Situation:

Ein Kind fällt während des Trainings unglücklich und zeigt eine auffällige Reaktion. Du bist mit der Gruppe allein.

Aufgabe:

Erstelle ein Ablaufdiagramm (z. B. als Flussdiagramm oder Tabelle), das die Schritte im Notfall klar darstellt:

- Sofortmaßnahmen,
- Information an Eltern,
- Dokumentation,
- Information an den Verein.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden sichern ihr Handeln im Notfall organisatorisch und juristisch ab.

49. Modul: Aufbau und Struktur des Sportsystems in Deutschland Wer macht was – und wie hängt alles zusammen?

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen den föderalen Aufbau des Sportsystems in Deutschland.
- kennen die Rollen und Aufgaben von DOSB, DTU, Landessportbund und Landesfachverband.
- erkennen den Unterschied zwischen Sportverbänden und Sportvereinen.
- wissen, wie Trainerlizenzen strukturiert und anerkannt sind.
- können sich im System orientieren und wissen, wer wofür zuständig ist.
- nutzen das Sportsystem aktiv zur Förderung ihrer Trainingsgruppe (z. B. Fördermaßnahmen, Turniere, Fortbildungen).

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Wer ist für was zuständig?

Situation:
Ein Elternteil möchte wissen, ob du „beim Verband“ arbeitest, und fragt, warum nicht jedes Turnier gleich abläuft.

Aufgabe:
Erstelle ein kurzes Erklärvideo (max. drei Minuten), in dem du erläuterst:

- wie das Sportsystem in Deutschland aufgebaut ist,
- welche Rollen Verein, Verband, Landessportbund und DOSB spielen,
- warum regionale Unterschiede bestehen.

Upload: Video (.mp4 oder Link)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden stellen den Aufbau des Sportsystems adressatengerecht und anschaulich dar.

B: Wege zur Förderung – was ist möglich?

Situation:
Du möchtest für dein Kindertraining neue Matten beantragen oder ein Kinderturnier veranstalten – weißt aber nicht, welche Fördermöglichkeiten es gibt.

Aufgabe:
Erstelle ein Infoblatt (max. eine Seite), das folgende Punkte übersichtlich erklärt:

- welche Organisationen Förderungen anbieten,
- für welche Zwecke Fördermittel beantragt werden können,
- wie man als Verein an Informationen und Formulare kommt.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen die Bedeutung des Sportsystems als Ressource für die Vereinsarbeit.

C: Lizenzen und ihre Anerkennung

Situation:

Ein Trainerkollege hat eine andere C-Lizenz (z. B. Kinderturnen), möchte aber bei euch Kindertraining leiten. Du musst entscheiden, ob das möglich ist.

Aufgabe:

Erstelle ein Audio-Podcast (zwei bis vier Minuten), in dem du erklärst:

- wie Trainerlizenzen im deutschen Sportsystem organisiert sind,
- wer sie anerkennt und verlängert,
- was bei fachspezifischen Unterschieden zu beachten ist.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden verstehen die Struktur und Bedeutung der DOSB-Lizenzsystematik.

D: Mein Platz im Sportsystem

Situation:

Du sollst auf einer Vereinsversammlung kurz darstellen, wie du als Trainer im System eingebunden bist – und wo du dich weiterentwickeln kannst.

Aufgabe:

Erstelle eine kurze schriftliche Selbstdarstellung (ca. 300–400 Wörter), in der du erklärst:

- wie dein Weg zur Trainerlizenz verlief,
- welche Organisationen dich begleiten,
- welche Entwicklungsmöglichkeiten du siehst (z. B. Fortbildungen, neue Lizenzstufen).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden reflektieren ihre eigene Position im Sportsystem und nutzen dessen Strukturen aktiv.

50. Modul: Qualitätsentwicklung und Evaluation im Kindertraining Gutes Training sichtbar machen und gezielt verbessern

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die Bedeutung von Qualitätssicherung im Kindertraining.
- kennen einfache Formen der Evaluation auf Ebene der Trainingsgestaltung, Gruppendynamik und Kinderentwicklung.
- können Feedback gezielt einholen, auswerten und in die Planung einfließen lassen.
- reflektieren ihre eigene Trainerrolle im Hinblick auf Wirksamkeit, Zielerreichung und Lernfortschritt der Kinder.
- entwickeln Instrumente zur kontinuierlichen Verbesserung des Trainings.
- nutzen Rückmeldungen von Kindern, Eltern und Kolleginnen als Ressource für Entwicklung.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Dein Training auf dem Prüfstand

Situation:
Du möchtest wissen, ob dein Kindertraining bei den Kindern ankommt und ob sie sich weiterentwickeln.

Aufgabe:
Erstelle ein einfaches Evaluationsinstrument (z. B. Smiley-Abfrage, Blitzlicht, kurze Umfrage) zur Einschätzung deines Trainings durch die Kinder. Beschreibe, wie du es einsetzt, welche Fragen du stellst und wie du mit den Ergebnissen umgehst.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie kindgerechtes Feedback sinnvoll einholen und nutzen können.

B: Eltern als Feedbackpartner

Situation:
Im Elterngespräch wirst du gefragt, wie sich das Kind sportlich und sozial entwickelt. Du möchtest gleichzeitig Rückmeldung zur Trainingsqualität bekommen.

Aufgabe:
Entwickle einen kurzen Elternfragebogen (max. 1 Seite), der folgende Aspekte abfragt:

- Zufriedenheit mit der Trainingsgestaltung,
- beobachtete Entwicklung des Kindes,
- Vorschläge für Verbesserungen. Formuliere die Fragen klar, sachlich und datenschutzkonform.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden nutzen Elternfeedback zur Reflexion und Weiterentwicklung der Trainingsqualität.

C: Kollegiales Feedback nutzen

Situation:
Du hospitierst bei einer anderen Kindertrainerin oder einem anderen Trainer und wirst selbst beobachtet.

Aufgabe:
Erstelle ein Beobachtungsraster (z. B. als Tabelle), das folgende Punkte enthält:

- Struktur der Stunde,
- Umgang mit den Kindern,
- methodische Vielfalt,
- Sicherheit und Klarheit der Anweisungen. Beschreibe, wie du auf Basis des Feedbacks deine Arbeit verbessern willst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden erkennen kollegiale Rückmeldung als Chance zur Qualitätsentwicklung.

D: Qualität sichern im Verein

Situation:
Euer Verein möchte ein internes Qualitätssicherungssystem für das Kindertraining einführen.

Aufgabe:
Erstelle ein kurzes Konzeptpapier (ca. 300–400 Wörter), in dem du darstellst:

- warum Qualitätssicherung im Kindertraining wichtig ist,
- welche einfachen Instrumente ihr nutzen könntet,
- wie eine regelmäßige Evaluation ohne großen Aufwand gelingen kann.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden denken strukturiert über Qualitätsentwicklung im Verein nach und entwickeln umsetzbare Vorschläge.

51. Modul: Datenschutz im Kindertraining Fotos, Videos, Messenger – was ist erlaubt, was ist verboten?

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- kennen die datenschutzrechtlichen Grundlagen im Kindertraining.
- unterscheiden zwischen interner Dokumentation, öffentlicher Nutzung und privater Weitergabe von Daten.
- wissen, wann und wie eine Einwilligung zur Verwendung von Bild- und Tonmaterial erforderlich ist.
- handeln rechtssicher im Umgang mit Gruppenfotos, Social Media, Messenger-Diensten und Elternkommunikation.
- kommunizieren klar und nachvollziehbar mit Eltern über Datenschutzfragen.
- dokumentieren Einwilligungen und vermeiden datenschutzrechtliche Risiken im Vereinskontext.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Gruppenfoto in der WhatsApp-Gruppe

Situation:
Eine Mutter stellt ein Gruppenfoto vom Training in die WhatsApp-Elterngruppe. Ein Vater beschwert sich, da sein Kind abgebildet ist und er nicht zugestimmt hat.

Aufgabe:
Formuliere einen Elternbrief zum Thema Bildrechte und Datenschutz im Training. Der Text soll enthalten:

- rechtliche Grundlagen (Einwilligung, Widerruf),
- Regeln für den Umgang mit Fotos in Messenger-Gruppen,
- Verhalten im Vereinskontext.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden geben verständliche, rechtlich korrekte Informationen an Eltern weiter.

B: Videoanalyse im Training

Situation:
Du möchtest Kinder während des Trainings filmen, um gemeinsam Bewegungen zu analysieren. Einige Eltern sind unsicher.

Aufgabe:
Erstelle eine Informationsseite (max. eine Seite), auf der du erklärst:

- warum du Aufnahmen machst,
- wie die Videos genutzt und gespeichert werden,
- wie Einwilligungen korrekt eingeholt werden.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden handeln rechtlich korrekt bei interner Videonutzung und können diese transparent begründen.

C: Kommunikation über Messenger

Situation:

Du nutzt WhatsApp, um mit Eltern Trainingszeiten abzustimmen. Ein Elternteil verweigert die Teilnahme aus Datenschutzgründen.

Aufgabe:

Erstelle ein Audio-Statement (zwei bis vier Minuten), in dem du erläuterst:

- welche datenschutzrechtlichen Risiken bei Messengerdiensten bestehen,
- welche Alternativen es gibt,
- wie du Kommunikation datensicher organisierst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen sich kritisch mit digitalen Kommunikationswegen im Verein auseinander.

D: Bilder für den Vereinsauftritt

Situation:

Der Verein möchte auf seiner Homepage Kinderbilder vom Training zeigen. Du wirst gebeten, entsprechende Fotos zu liefern.

Aufgabe:

Erstelle eine einfache Vorlage für eine datenschutzkonforme Einwilligungserklärung der Eltern zur Nutzung von Bildern (inkl. Widerruf, Nutzungszweck, Speicherdauer).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden entwickeln rechtssichere Formulare für die Vereinsarbeit.

52. Modul: Prüfungsvorbereitung kindgerecht gestalten Motivieren – nicht überfordern – kindgerecht prüfen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die Bedeutung kindgerechter Prüfungsvorbereitung im Breitensport-Taekwondo.
- kennen motivationsfördernde Methoden zur Prüfungsvorbereitung im Kindertraining.
- können den Vorbereitungsprozess individuell und spielerisch gestalten.
- setzen Rollenspiele, Prüfungssimulationen und kindgerechte Rituale gezielt ein.
- kennen verschiedene Prüfungsformate und deren didaktische Aufbereitung.
- ermöglichen eine angstfreie, entwicklungsangemessene Prüfungssituation.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Prüfungsangst erkennen – und kindgerecht begegnen

Situation:
Ein Kind weint vor der Gürtelprüfung und möchte nicht teilnehmen. Die Eltern sind verunsichert.

Aufgabe:
Erstelle ein Audio-Statement (zwei bis drei Minuten), in dem du erklärst:

- wie du in dieser Situation reagierst,
- wie du Prüfungsängste frühzeitig erkennst,
- welche Methoden du im Training zur Angstprävention nutzt.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen, dass sie emotional sensibel und methodisch überlegt auf Prüfungsängste eingehen können.

B: Vom Rollenspiel zur echten Prüfung

Situation:
Du möchtest deine Kindergruppe spielerisch auf die Gürtelprüfung vorbereiten und dabei Selbstvertrauen stärken.

Aufgabe:
Gestalte ein Ablaufplakat oder eine Übersicht (A4 oder A3) für eine „Generalprobe“ im Rollenspielformat. Beschreibe, welche Rollen die Kinder übernehmen, wie du Feedback gibst und welche Lerneffekte du erwartest.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden planen eine kindgerechte Prüfungs-Generalprobe mit hoher Lernwirksamkeit.

C: Prüfungsformate im Breitensport kreativ nutzen

Situation:
In deiner Gruppe gibt es große Unterschiede in Alter, Können und Prüfungsreife. Du möchtest trotzdem eine faire und motivierende Prüfung durchführen.

Aufgabe:
Erstelle eine kurze schriftliche Ausarbeitung (ca. 300–400 Wörter), in der du erläuterst:

- wie du die Prüfung kindgerecht gestaltest,
- wie du individuelle Lernstände berücksichtigst,
- welche Prüfungsformate du einsetzt (z. B. Stationenprüfung, Kleingruppen, Portfolio).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden zeigen methodische Vielfalt und pädagogisches Augenmaß bei der Prüfungsorganisation.

D: Elternarbeit im Prüfungsprozess

Situation:
Eltern äußern Kritik am Prüfungsergebnis und zweifeln am Wert des Gürtelsystems.

Aufgabe:
Erstelle ein Informationsblatt oder Elternhandout (max. 1 Seite), das verständlich darlegt:

- welche Funktion Prüfungen im Kindertraining haben,
- wie du die Kinder vorbereitest,
- welche Bedeutung du dem Prüfungserlebnis beimisst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden kommunizieren klar und pädagogisch fundiert über den Prüfungsprozess im Kindertraining.

53. Modul: Schnuppertraining und Neueinsteiger Ankommen ermöglichen – Vertrauen aufbauen – Begeisterung wecken

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- gestalten Schnuppertrainings strukturiert, motivierend und kindgerecht.
- berücksichtigen typische Herausforderungen der Eingangsphase (Orientierung, Bindung, Überforderung).
- setzen Rituale und Kommunikationsformen gezielt ein, um Anfängerkinder gut in die Gruppe zu integrieren.
- erkennen die Bedeutung des ersten Elternkontakts und gestalten diesen professionell und einladend.
- nutzen einfache pädagogische Mittel zur Überwindung von Ängsten und Unsicherheiten.
- schaffen ein Umfeld, in dem neue Kinder gerne wiederkommen.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Erster Eindruck zählt

Situation:
Ein Kind kommt zum ersten Mal ins Training. Es kennt niemanden, beobachtet schüchtern – und du möchtest es gut integrieren.

Aufgabe:
Erstelle ein Handlungsplakat (A4 oder A3), das zeigt:

- wie du den Einstieg für neue Kinder gestaltest,
- welche Rituale, Spiele oder Kommunikationsformen du nutzt,
- wie du die Integration in die Gruppe begleitest.

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden planen kindgerechte, niedrigschwellige Einstiegssettings.

B: Schnuppertraining strukturiert vorbereiten

Situation:
Du sollst eine Schnuppereinheit für eine neue Anfängergruppe durchführen. Die Eltern schauen zu.

Aufgabe:
Erstelle einen Stundenverlaufsplan (45–60 Minuten), der zeigt:

- wie du das Training aufbaust,
- welche Inhalte du wie vermittelst,
- wie du Motivation und Sicherheit erzeugst. Beziehe die Begrüßung und den Abschluss bewusst ein.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden gestalten Schnupperstunden methodisch durchdacht und adressatengerecht.

C: Der erste Elternkontakt

Situation:
Nach dem Training wollen mehrere Eltern wissen, wie es weitergeht. Einige sind kritisch, andere begeistert.

Aufgabe:

Erstelle ein kurzes Informationsblatt oder Elternhandout (max. 1 Seite), das folgende Punkte umfasst:

- Ablauf und Ziele des Anfängertrainings,
- Hinweise zur Mitgliedschaft und zur Prüfungsstruktur,
- pädagogische Leitlinien eures Vereins.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden kommunizieren transparent und souverän mit Eltern in der Einstiegsphase.

D: Ängste ernst nehmen

Situation:

Ein Kind möchte unbedingt mitmachen, weint aber in der Umkleide und traut sich nicht auf die Matte.

Aufgabe:

Erstelle ein Audio-Statement (zwei bis drei Minuten), in dem du erläuterst:

- wie du in dieser Situation reagierst,
- welche Rolle Eltern, Trainer und Gruppe spielen,
- wie du mit dem Kind weiterarbeitest.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden zeigen einfühlsames und professionelles Verhalten in herausfordernden Einstiegsphasen.

54. Modul: Taekwondo als Lebensschule Werte vermitteln durch Kampfkunst

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen die besondere Rolle von Taekwondo als wertebildende Kampfkunst.
- benennen zentrale Werte im Kindertraining wie Respekt, Disziplin und Selbstkontrolle.
- gestalten Trainingssituationen so, dass Werte erlebbar und nachvollziehbar werden.
- thematisieren Werte explizit im Alltag und machen sie im Gruppengeschehen sichtbar.
- reflektieren die eigene Vorbildfunktion als Wertevermittler.
- nutzen Rituale, Symbole und Sprache gezielt zur Unterstützung der werteorientierten Entwicklung.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Werte sichtbar machen

Situation:
Deine Kindergruppe ist laut, unkonzentriert und unterbricht dich häufig. Du möchtest eine neue Kultur des Miteinanders etablieren.

Aufgabe:
Erstelle ein Plakat oder Poster für deine Trainingshalle, das drei zentrale Taekwondo-Werte kindgerecht darstellt. Beziehe dabei Rituale, Sprache und konkrete Verhaltensformen ein (z. B. Begrüßung, Umgang mit Fehlern, Aufmerksamkeit).

Upload: PDF oder Bilddatei

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden lernen, Werte nicht nur zu benennen, sondern im Alltag sichtbar zu machen.

B: Werte thematisieren – aber wie?

Situation:
Du möchtest gezielt mit den Kindern über Respekt, Disziplin und Selbstkontrolle sprechen – ohne dass es moralisch wirkt oder langweilt.

Aufgabe:
Erstelle ein kleines Unterrichtskonzept (ca. 300–400 Wörter) für eine kindgerechte Werte-Einheit. Beschreibe:

- welche Methoden du nutzt (z. B. Rollenspiele, Geschichten, Gruppengespräche),
- welche Werte du konkret aufgreifst,
- wie du die Inhalte in die Trainingsstunde integrierst.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln kreative, reflektierte Methoden zur expliziten Thematisierung von Werten.

C: Du bist das Vorbild

Situation:
Ein Kind beschwert sich, weil du bei einem Turnier laut geworden bist – und meint: „Du sagst doch immer, man soll ruhig bleiben."

Aufgabe:
Nimm eine Audioaufnahme (zwei bis drei Minuten) auf, in der du reflektierst:

- welche Bedeutung dein eigenes Verhalten für die Wertevermittlung hat,
- wie du mit Widersprüchen in deiner Rolle umgehst,
- was du daraus für dein weiteres Trainerhandeln ableitest.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden setzen sich ehrlich mit ihrer Vorbildfunktion auseinander.

D: Werte als Teil der Vereinsidentität

Situation:
Der Verein möchte seine werteorientierte Ausrichtung nach außen deutlicher zeigen. Du wirst gefragt, wie das Kindertraining dazu beitragen kann.

Aufgabe:
Erstelle einen kurzen Text (ca. 300 Wörter) für die Vereins-Homepage oder ein Elterninformationsblatt, in dem du erklärst:

- welche Rolle Werte im Kindertraining spielen,
- wie diese im Taekwondo konkret gelebt werden,
- warum der Verein darauf besonderen Wert legt.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden lernen, Wertearbeit auch nach außen klar und verständlich zu kommunizieren.

55. Modul: Inklusion im Kindertraining Vielfalt wahrnehmen – Teilhabe ermöglichen – Barrieren abbauen

Lernziele

Die Teilnehmenden …

- verstehen Inklusion als Haltung und Auftrag im Kindertraining.
- erkennen die Vielfalt kindlicher Entwicklungsverläufe und Lebenslagen.
- berücksichtigen körperliche, psychische und kognitive Einschränkungen im Trainingsaufbau.
- kennen methodische Anpassungsmöglichkeiten für inklusive Lernsituationen.
- gestalten Trainingssettings, in denen alle Kinder mit ihren Stärken teilhaben können.
- reflektieren ihre eigene Rolle im Umgang mit Unterschiedlichkeit.

Anforderungssituationen (eine aus vier wählbar)

erfolgt einzeln. Das Ergebnis wird digital eingereicht.

A: Ein Kind mit Trisomie 21 im Training

Situation:
Ein Kind mit Trisomie 21 kommt regelmäßig ins Training. Es benötigt mehr Zeit, wechselt häufig die Position und braucht intensive Zuwendung.

Aufgabe:
Erstelle einen Trainingsplan (30 Minuten), der das Kind integriert, ohne die Gruppe zu überfordern. Zeige:

- wie du Aufgaben differenzierst,
- wie du soziale Unterstützung durch andere Kinder aktivierst,
- wie du Überforderung vermeidest.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden planen ein inklusives Trainingssetting mit methodischer Vielfalt.

B: Psychische Belastungen im Kindertraining

Situation:
Ein Kind zeigt auffälliges Verhalten (häufige Wutausbrüche, Rückzug, plötzliche Tränen). Die Eltern sprechen von einer „emotionalen Überlastung“.

Aufgabe:
Erstelle ein Audio-Statement (zwei bis drei Minuten), in dem du erläuterst:

- wie du auf dieses Verhalten im Training reagierst,
- welche Grenzen dir als Trainer gesetzt sind,
- welche Unterstützungswege du kennst und wie du mit Eltern kooperierst.

Upload: Audio (.mp3 oder .m4a)

Ziel der Bearbeitung:
Die Teilnehmenden entwickeln Handlungssicherheit im Umgang mit psychisch belasteten Kindern.

C: Barrieren erkennen – und abbauen

Situation:
Ein Kind im Rollstuhl interessiert sich für dein Taekwondo-Angebot. Du möchtest es einbeziehen, bist dir aber unsicher.

Aufgabe:

Erstelle ein Informationsblatt (max. 1 Seite), in dem du darstellst:

- welche Barrieren in deiner Trainingsumgebung bestehen,
- wie du Trainingselemente anpassen würdest,
- welche externen Unterstützungsangebote du einbeziehst (z. B. Rehasport, Schulbegleitung, Elternarbeit).

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden erkennen Barrieren und entwickeln pragmatische Lösungen zur Teilhabe.

D: Inklusion braucht Haltung

Situation:

Ein anderer Trainer sagt: „Bei uns geht das nicht – mit so schwierigen Kindern kannst du kein normales Training machen."

Aufgabe:

Verfasse eine schriftliche Antwort (ca. 300–400 Wörter), in der du erläuterst:

- was Inklusion im Kindertraining bedeutet,
- warum Taekwondo dafür ein geeigneter Lernraum ist,
- welche Haltung Trainer einnehmen sollten.

Upload: PDF

Ziel der Bearbeitung:

Die Teilnehmenden setzen sich mit ihrer eigenen Haltung zu Inklusion auseinander und argumentieren fundiert.