

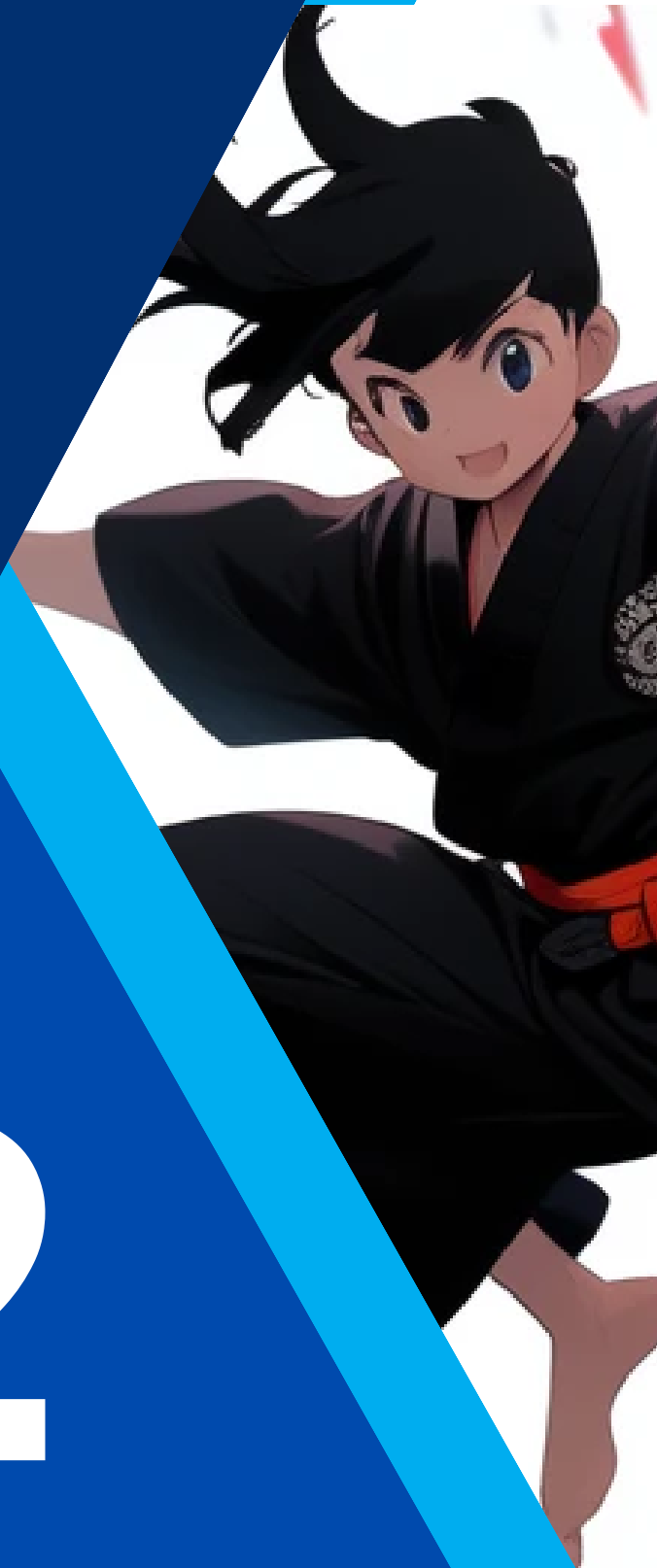
DER ALLTAG EINES KAMPFSPORTLEHRERS

Freuden, Sorgen und
alles dazwischen

TONI DIETL

Kapitel

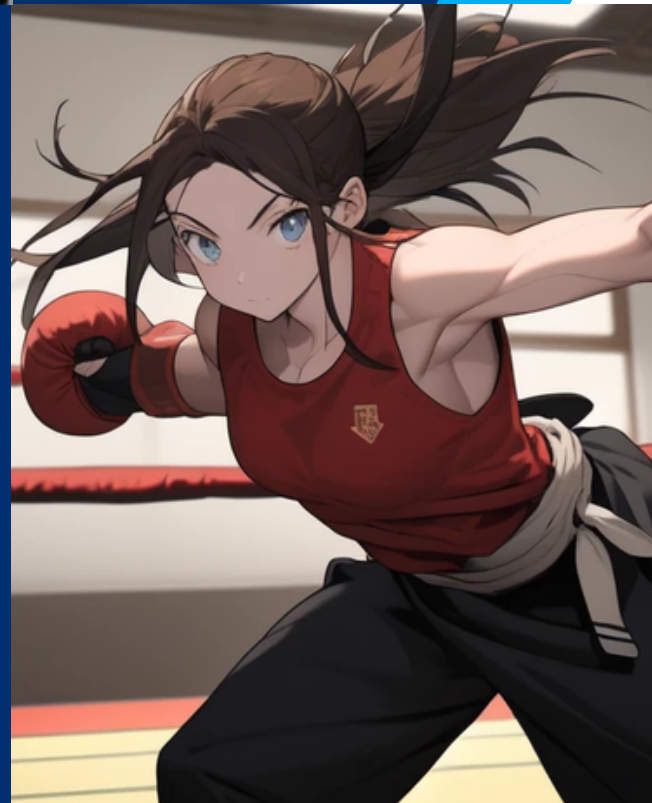
2






KINDER KINDER KINDER

Als Kampfsportlehrer hat man im Kindertraining immer wieder lustige und unerwartete Momente, die einem ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Kinder sind einfach unberechenbar und sorgen oft für die besten Unterhaltungsmomente im Dojo. In diesem Abschnitt möchte ich einige dieser lustigen Momente mit euch teilen.



2.1 DIE LUSTIGSTEN MOMENTE IM KINDERTRAINING

Eines meiner Lieblingsbeispiele ist ein kleiner Junge namens Max, der gerade erst mit dem Training begonnen hatte. Wir übten gerade Tritte auf Pratzen, als Max plötzlich einen besonders kraftvollen Tritt ausführte und dabei so sehr in die Luft sprang, dass er sich selbst überschlug und auf dem Rücken landete. Anstatt sich zu beschweren oder zu weinen, stand er einfach auf, lachte laut und sagte: "Das war ein Ninja-Rückwärtssalto!" Die anderen Kinder brachen in Gelächter aus und ich konnte mir ein Schmunzeln nicht verkneifen. Max hatte definitiv den Kampfgeist eines wahren Ninjas!



Ein weiteres lustiges Erlebnis hatte ich mit einer kleinen Gruppe von Mädchen, die gerade dabei waren, ihre ersten Karate-Prüfungen abzulegen. Wir übten Kata, eine festgelegte Abfolge von Kampfbewegungen, und die Mädchen waren mit vollem Eifer dabei. Plötzlich stolperte eine der Mädchen über ihre eigenen Füße und fiel hin. Anstatt sich zu entmutigen, stand sie auf, machte eine schnelle Verbeugung und sagte: “Das war **mein Ninja-Tanz!**” Die anderen Mädchen klatschten und lachten, und ich konnte nicht anders, als stolz auf ihre positive Einstellung zu sein. Manchmal sind es gerade diese kleinen Missgeschicke, die den Unterricht so unterhaltsam machen.

Aber nicht nur die Schüler sorgen für lustige Momente, auch ich als Lehrer mache meine eigenen Fehler. Einmal wollte ich den Kindern eine neue Technik zeigen und führte sie selbst vor. Doch statt elegant und kraftvoll auszusehen, stolperte ich über meine eigenen Füße und landete auf dem Boden. Die Kinder brachen in schallendes Gelächter aus und ich konnte nicht anders, als mitzulachen. Es ist wichtig, sich selbst nicht zu ernst zu nehmen und auch über seine eigenen Fehler lachen zu können.

Ninja-Tanz

Ein weiteres lustiges Erlebnis hatte ich mit einem besonders aufgeweckten Mädchen namens Mia. Sie war immer voller Energie und hatte eine unglaubliche Vorstellungskraft.

Einmal während des Trainings fragte ich die Kinder, wie sie sich vorstellen würden, gegen einen Drachen zu kämpfen.

Die meisten Kinder gaben normale Antworten wie “Ich würde ihn treten” oder “Ich würde ihn mit meinem Schwert schlagen”.

Doch Mia hatte eine ganz andere Idee. Sie sagte: “Ich würde den Drachen mit meiner Superkraft des Lachens besiegen! Ich würde ihn so zum Lachen bringen, dass er sich vor Lachen auf den Boden rollt!”

Die anderen Kinder und ich konnten uns vor Lachen kaum halten.

Mia hatte definitiv eine einzigartige Herangehensweise an den Kampfsport.

Diese lustigen Momente im Kindertraining zeigen, dass der Unterricht nicht nur lehrreich, sondern auch voller Spaß und Lachen sein kann. Kinder haben eine erfrischende Art, die Dinge zu sehen und bringen uns immer wieder zum Staunen.

Als **Kampfsportlehrer** ist es wichtig, diese **Momente** zu **schätzen** und sich daran zu erinnern, warum wir diesen Beruf gewählt haben. Die Kinder sind unsere größte Motivation und ihre Freude am Training ist ansteckend.

Also, liebe Kampfsportlehrer, lasst uns gemeinsam über die lustigen Momente im Kindertraining lachen und uns von der Begeisterung der Kinder inspirieren.

Denn am Ende des Tages ist es genau das, was unseren **Beruf so besonders macht**.



2.2 DIE HERAUSFORDERUNGEN BEIM DISZIPLINIEREN

Das ist oft leichter gesagt als getan

Als Kampfsportlehrer steht man vor vielen Herausforderungen, und eine der größten ist sicherlich das Disziplinieren der Schüler. Kinder, Jugendliche und sogar Erwachsene können manchmal ihre Grenzen austesten und es ist unsere Aufgabe, sie auf den richtigen Weg zu bringen.

Doch das ist oft leichter gesagt als getan.

Kinder sind voller Energie und manchmal ist es schwierig, ihre Aufmerksamkeit zu bekommen. Ich erinnere mich an eine Situation, in der ich versuchte, den Kindern beizubringen, wie man einen korrekten Fauststoß ausführt. Statt aufmerksam zuzuhören, rannten sie wild im Raum herum und lachten. Es war frustrierend, aber ich wusste, dass ich ihre Aufmerksamkeit gewinnen musste, um ihnen etwas beizubringen.

AUFMERKSAMKEIT

Also beschloss ich, eine kleine Übung einzuführen, um ihre Aufmerksamkeit zu fesseln. Ich bat sie, sich in einer Reihe aufzustellen und ihre Hände vor sich zu halten.

Dann sagte ich: "Wenn ich 'Eins' sage, hebt ihr eure rechte Hand hoch. Wenn ich 'Zwei' sage, hebt ihr eure linke Hand hoch.

Und wenn ich 'Drei' sage, klatscht ihr in die Hände." Die Kinder waren sofort fokussiert und konzentriert. Sie wollten unbedingt richtig reagieren und hatten Spaß dabei. Nachdem sie die Übung ein paar Mal gemacht hatten, waren sie viel ruhiger und bereit, den Unterricht fortzusetzen.

ABER NICHT NUR KIDS

Aber nicht nur Kinder können eine Herausforderung sein, auch Jugendliche können manchmal rebellisch sein. Sie sind in einer Phase ihres Lebens, in der sie ihre eigene Identität suchen und Grenzen testen.

Es ist wichtig, ihnen gegenüber streng, aber auch verständnisvoll zu sein. Ich erinnere mich an einen Jugendlichen, der immer wieder zu spät zum Training kam und sich nicht an die Regeln hielt.



ERWACHSENE

Ich setzte mich mit ihm zusammen und sprach über seine Probleme und Sorgen. Ich zeigte ihm, dass ich ihn verstehe und dass ich für ihn da bin. Diese persönliche Verbindung half ihm, seine rebellische Phase zu überwinden und sich wieder auf das Training zu konzentrieren.

Auch bei Erwachsenen kann es schwierig sein, Disziplin aufrechtzuerhalten.

Einige kommen gestresst von der Arbeit und haben Schwierigkeiten, sich zu konzentrieren.

Andere haben vielleicht Schwierigkeiten, mit den Anforderungen des Trainings Schritt zu halten.

Als Lehrer ist es **unsere Aufgabe, sie zu motivieren** und ihnen zu helfen, ihre Ziele zu erreichen. Ich erinnere mich an einen erwachsenen Schüler, der immer wieder frustriert war, weil er nicht so schnell Fortschritte machte wie andere. Ich ermutigte ihn, geduldig zu sein und sich auf seine eigenen Fortschritte zu konzentrieren. Ich erklärte ihm, dass jeder seinen eigenen Weg hat und dass es wichtig ist, kontinuierlich zu trainieren, um besser zu werden.

Mit der Zeit gewann er sein Selbstvertrauen zurück und konnte seine Ziele erreichen.

MOTIVATION

Trotz all der Herausforderungen ist es jedoch unglaublich lohnend, zu sehen, wie sich die Schüler entwickeln und Fortschritte machen. Wenn ein Kind zum ersten Mal einen korrekten Fauststoß ausführt oder ein Jugendlicher seine rebellische Phase überwindet, wissen wir, dass wir einen Unterschied gemacht haben.

Und das ist es, was uns **als Kampfsportlehrer antreibt** - die Möglichkeit, das Leben unserer Schüler positiv zu beeinflussen und sie auf ihrem Weg zu begleiten.

ALSO, LIEBE KAMPFSPORTLEHRER

Also, liebe Kampfsportlehrer, lasst uns gemeinsam die Herausforderungen beim Disziplinieren meistern und unsere Schüler auf ihrem Weg unterstützen. **Lasst uns geduldig, verständnisvoll und motivierend sein.**

Denn am Ende des Tages ist es die Beziehung zu unseren Schülern, die zählt und die uns als Lehrer erfüllt.

2.3 DIE BELOHNUNGEN DES KINDERTRAININGS

Kinder sind einfach unglaublich. Sie sind voller Energie, Neugierde und vor allem Spaß.

Als Kampfsportlehrer habe ich das **Privileg**, mit ihnen zu arbeiten und ihre Entwicklung zu begleiten.

Obwohl das Kindertraining manchmal eine Herausforderung sein kann, gibt es auch viele Belohnungen, die es zu einem lohnenden Erlebnis machen.

Eine der **größten Belohnungen** des Kindertrainings ist es, zu **sehen**, wie die Kinder **Fortschritte** machen.

Wenn sie anfangen, die Techniken zu beherrschen, die sie zu Beginn noch nicht einmal aussprechen konnten, ist das einfach unbezahlbar.

Es ist ein **stolzer Moment** für sie und auch für mich als Lehrer.

Ich erinnere mich an einen kleinen Jungen namens Max, der anfangs sehr schüchtern war und kaum ein Wort gesagt hat.

Aber nach ein paar Monaten Training konnte er nicht nur die Techniken perfekt ausführen, sondern auch vor der ganzen Gruppe sprechen. **Sein**

Selbstvertrauen ist förmlich explodiert und das hat mich unglaublich glücklich gemacht.





KINDERTRAINING

Ein weiterer Aspekt, der das Kindertraining so lohnend macht, ist die Freude, die die Kinder beim Training haben. Sie sind voller Energie und Begeisterung und das überträgt sich auf mich als Lehrer. Es gibt nichts Schöneres, als zu sehen, wie sie mit einem breiten Grinsen im Gesicht ihre Techniken üben und dabei vollkommen in ihrem Element sind. Manchmal sind sie so begeistert, dass sie vor lauter Energie kaum stillhalten können. Aber genau das ist es, was das Kindertraining so lebendig und Spaßig macht.



Neben den Fortschritten und der Freude gibt es auch noch andere Belohnungen, die das Kindertraining mit sich bringt. Zum Beispiel die **Dankbarkeit der Eltern**. Es ist ein unglaublich gutes Gefühl, wenn Eltern zu mir kommen und mir sagen, wie sehr sich ihr Kind durch das Training positiv verändert hat. Sie erzählen mir von verbessertem Selbstvertrauen, Disziplin und Respekt, die ihr Kind durch den Kampfsport gelernt hat. Das sind Momente, in denen ich weiß, dass ich den richtigen Beruf gewählt habe und dass meine Arbeit einen echten Einfluss auf das Leben der Kinder hat.

Aber natürlich gibt es auch Herausforderungen beim Kindertraining. **Manchmal** sind die **Kinder** unaufmerksam oder haben Schwierigkeiten, sich zu **konzentrieren**. Es kann frustrierend sein, wenn man versucht, ihnen etwas beizubringen und sie einfach nicht zuhören wollen. Aber auch in solchen Momenten gibt es Belohnungen. Wenn es mir gelingt, ihre **Aufmerksamkeit zu gewinnen** und sie dazu zu bringen, sich zu konzentrieren, ist das ein kleiner Sieg für mich.

Es zeigt mir, dass ich als Lehrer in der Lage bin, ihre Aufmerksamkeit zu gewinnen und sie zu motivieren.

Konzentration

Vorbild sein

Ein weiterer Aspekt, der das Kindertraining so lohnend macht, ist die Möglichkeit, eine **positive Vorbildfigur** für die Kinder zu sein. Als Kampfsportlehrer habe ich die Verantwortung, nicht nur Techniken zu vermitteln, sondern auch Werte wie Respekt, Disziplin und Durchhaltevermögen zu vermitteln. Wenn ich sehe, wie die Kinder diese Werte in ihrem täglichen Leben anwenden, bin ich stolz auf sie und auf meine **Rolle als Lehrer**.

Insgesamt ist das Kindertraining eine unglaublich **lohnende Erfahrung**. Es gibt mir die Möglichkeit, die Entwicklung der Kinder zu begleiten, ihre Fortschritte zu sehen und ihre Freude am Training zu teilen. Es ist eine Herausforderung, aber auch eine große **Belohnung**, die mich jeden Tag motiviert, **mein Bestes zu geben**.



2.4 DIE SORGEN UM DIE SICHERHEIT DER KINDER

Als Kampfsportlehrer liegt mir die **Sicherheit meiner Schüler**, insbesondere der Kinder, sehr am Herzen. Jedes Mal, wenn ich sie im Training sehe, kommen mir jedoch auch Sorgen und Ängste in den Sinn. Schließlich möchte ich, dass sie Spaß haben und gleichzeitig unversehrt bleiben. In diesem Abschnitt möchte ich über meine Gedanken und die Maßnahmen sprechen, die ich ergreife, um die Sicherheit meiner jungen Schüler zu gewährleisten. Eine der größten Sorgen ist natürlich die **Verletzungsgefahr**. Kampfsport ist eine körperliche Aktivität, bei der es zu Stößen, Schlägen und Tritten kommen kann. Es ist **unvermeidlich**, dass sich gelegentlich jemand weh tut. Aber als Lehrer ist es meine Aufgabe, das Risiko so gering wie möglich zu halten. Deshalb achte ich immer darauf, dass meine Schüler die **richtige Schutzausrüstung** tragen. Von Kopfschützern über Zahnschutz bis hin zu Schienbeinschonern - ich Sorge dafür, dass sie gut geschützt sind. Außerdem lege ich großen Wert auf eine gründliche Aufwärmphase, um Verletzungen durch unzureichende Vorbereitung zu vermeiden.



Ein weiterer Aspekt, der mir Sorgen bereitet, ist das **Verhalten** der Schüler untereinander. Kinder können manchmal grob miteinander umgehen, sei es aus Unachtsamkeit oder aus Übermut. Es ist wichtig, dass sie lernen, ihre Kraft zu kontrollieren und auf ihre Mitschüler Rücksicht zu nehmen. Deshalb lege ich großen Wert auf **Disziplin und Respekt** im Training. Ich erkläre ihnen immer wieder, dass sie ihre Techniken beherrschen müssen, um Verletzungen zu vermeiden. Außerdem ermutige ich sie, aufmerksam zu sein und auf ihre Mitschüler zu achten.

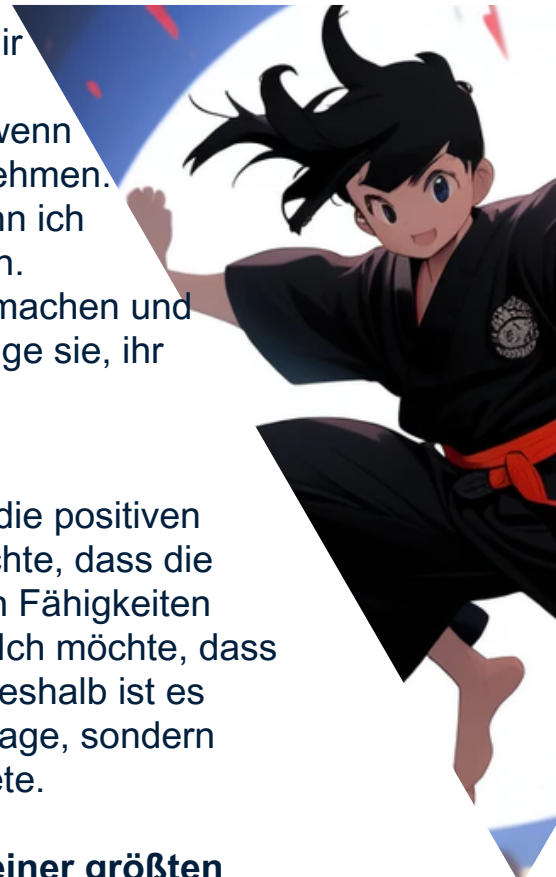
Auch **außerhalb des Trainings** mache ich mir Gedanken um die Sicherheit der Kinder. Wenn sie das Dojo verlassen, möchte ich sicherstellen, dass sie in guten Händen sind. Deshalb habe ich strenge Regeln für den Abholprozess.

Nur autorisierte Personen dürfen die Kinder abholen, und ich überprüfe immer sorgfältig die Identität derjenigen, die sie abholen möchten. Ich halte auch engen Kontakt zu den Eltern und informiere sie regelmäßig über den Fortschritt ihrer Kinder. So können wir **gemeinsam sicherstellen**, dass sie in einer **sicheren Umgebung** aufwachsen.

Natürlich gibt es auch **Situationen**, in denen ich mir Sorgen um die Sicherheit der Kinder mache, die außerhalb meiner Kontrolle liegen. Zum Beispiel, wenn sie außerhalb des Trainings an Wettkämpfen teilnehmen. Obwohl ich weiß, dass sie gut vorbereitet sind, kann ich nicht verhindern, dass sie auf starke Gegner treffen. In solchen Momenten versuche ich, ihnen Mut zu machen und ihnen zu zeigen, dass ich an sie glaube. Ich ermutige sie, ihr Bestes zu geben und sich nicht von ihren Ängsten einschüchtern zu lassen.

Trotz all meiner Sorgen und Ängste versuche ich, die positiven Aspekte des Kampfsports hervorzuheben. Ich möchte, dass die Kinder Selbstvertrauen aufbauen, ihre körperlichen Fähigkeiten verbessern und lernen, sich selbst zu verteidigen. Ich möchte, dass sie Spaß haben und Freude am Training haben. Deshalb ist es wichtig, dass ich meine Sorgen nicht auf sie übertrage, sondern ihnen ein sicheres und unterstützendes Umfeld biete.

Insgesamt ist die Sicherheit der Kinder eine meiner größten Prioritäten als Kampfsportlehrer.



UNTERRICHT

Mein Ziel ist es, in einfacher und freundschaftlicher Art zu schreiben, sodass sich auch andere Kampfsportler, ob Kampfkunstlehrer oder Kampfsportler, motiviert fühlen, meine Geschichten als Blogartikel zu teilen und zu kommentieren. Ich möchte eine Atmosphäre schaffen, in der sich die Leser unterhalten und inspiriert fühlen, während sie die Höhen und Tiefen des Kampfsportlehrer-Alltags miterleben.



TONI DIETL



RUCTOR