

## **Gedanken zum Wettkampf-Karate (by Patrick Joki)**

Aus gegebenem Anlass möchte ich nun einige Worte über Wettkampftraining für Kinder niederschreiben, da sich viele Eltern nicht bewusst sind was es heißt ein Dojo, oder Verein Wettkampforientiert auszurichten.

In unseren Karate *schulen* wird im Karate-*Unterricht* von professionellen Karate-*Lehrern* Karate *unterrichtet*. Sinn und Zweck eines Unterrichts ist das Vermitteln von Wissen. Doch welches Wissen wird primär in unseren Dojo (übersetzt, Ort des Weges) vermittelt? Die gesundheitlichen Aspekte des Karate möchte ich hier nicht berücksichtigen, denn darin sind wir uns ja alle einig!

Ich verweise einmal auf die Startseite unserer Webseite, denn dort ist die Definition unserer Idee von Karate bereits niedergeschrieben, der Vollständigkeit halber zitiere ich von dort:  
*„Ziel der JKA ist es, der Versportlichung (Leistungsdruck, primäre Ausbildung zum Wettkämpfer, etc.) entgegenzuwirken.*

*JKA-Karate wird als ganzheitliches Verteidigungs-, Gesundheits-, und Bewegungssystem gelehrt, dessen Ziel nicht Sieg oder Niederlage über einen Gegner, sondern ein Bestehen von geistigen und körperlichen Prüfungen ist und eine Weiterbildung des menschlichen Charakters im Schweiß des Unterrichts darstellt.“*

Grundlage dieser Idee sind die ehrwürdigen Dojokun- die Verhaltensregeln der Karateschule. Auch diese möchte ich hier noch einmal wiedergeben, denn dann wird eventuell klar welches Wissen unseren Schülern vermittelt werden soll:

*Suche nach der Perfektion deines Charakters*

*Sei aufrichtig, loyal und zuverlässig*

*Sei achtsam in deinem Streben*

*Ehre die Prinzipien der Etikette*

*Verzichte auf Gewalt durch eine friedvolle Grundhaltung“*

Ein wettkampforientierter *Verein* muss seine *Athleten* entgegengesetzt dieser Idee *trainieren*! Der *Trainer* oder *Coach* muss den Kindern die Siegeswillen eintrainieren, im Vordergrund des *Trainings* kann keine ganzheitliche Wissensvermittlung stattfinden, denn wie es der Name bereits richtig beschreibt handelt es sich um reines *Training*, in dem *körperliche Fertigkeiten austrainiert* werden *müssen* um besser, schneller und trickreicher zu sein als der *Gegner*. Techniken müssen dem Wertungstrend der Kampfrichter angepasst werden, extrovertiertes Verhalten wird auf einer Kampffläche als „Gütesiegel“ gewünscht.

Ein erfolgreicher Wettkämpfer (Kinder sowohl Erwachsene) muss *mindestens vier Mal wöchentlich* reines Wettkampftraining betreiben. Zusätzlich wird im jeweiligen Stützpunkt trainiert. Über das Jahr aufgegliedert gibt es verschiedene Trainingspläne. Es beginnt mit einer Aufbauphase, in der die körperlichen Fertigkeiten durch spezielles Krafttraining trainiert werden, gefolgt von einer Technik und Taktikphase, bis hin zu einer „heißen“ Wettkampfphase, in der unter Wettkampfbedingungen trainiert wird. Dann folgen die Wettkämpfe, zunächst „kleine, unbedeutende“ Regionalturniere, dann Wettkämpfe auf Landesebene (Mitteldeutsche Meisterschaft, Ostdeutsche Meisterschaft, Bayrische JKA- Meisterschaft, etc.) in letzter Instanz kommen die großen Turniere wie JKA-Cup, Deutsche Meisterschaft, bzw. Internationale Veranstaltungen.

Seid ihr bereit dazu, liebe Kinder und Eltern???

Wird so mit den Kindern gearbeitet sind Medaillen und Pokale an der Tagesordnung und das Kind wird eventuell sogar einmal Weltmeister!

Und dann???

Was ist mit den schulischen Leistungen? Komprimierter Unterricht, Abi-Vorbereitung, dem ersten Partner?

Wir betreiben Karate, kein Fußball, in dessen dritter Liga jeder Spieler bereits gut leben kann! Selbst ein Weltmeister im Karate verdient außer Lorbeeren nichts!

Wir bereiten unsere Kinder auf den Alltag vor, anstatt Weltmeister bringen wir *Wegmeister* des Lebens hervor, d.h. junge, charakterstarke, unbeugsame, quer denkende Menschen, welche durch Dojokun und Karate-*Unterricht* und dem entsprechend ausgebildeten *Sensei* den Unebenheiten des Lebens standhalten können!

Ich als Karate-Lehrer würde mich freuen wenn wir als Eltern aufhören würden den „Erfolg“ unserer Kinder an der Menge der gewonnenen Pokale zu messen!