

# DKV- Sound-Karate®

**Lehr- und Prüfungsprogramm  
für Kinder und Jugendliche  
in Verein und Schule**



[www.karate.de](http://www.karate.de)

Zweite, überarbeitete Ausgabe 2010

Die 2. überarbeitete Auflage der Konzeption »DKV-Sound-Karate für Verein und Schule« wurde erstellt von:

Ralf Brünig, Referent DKV-Sound-Karate, Schulsportreferent im DKV und im KVBW

Unter Mitarbeit von:

Helmut Spitznagel, Jugendreferent im DKV und im KVBW

Rudolf Eichert, Wissenschaftlicher Koordinator im DKV und Referent für Aus- und Fortbildung im DKV und im KVBW

---

# Rahmenbedingungen für DKV-Sound-Karate<sup>©</sup>

# 2

## 2.1. Im Verein

Die bisherigen Erfahrungen mit dem Training von DKV-Sound-Karate<sup>©</sup> für Kinder sind äußerst positiv, was sich unter anderem an der deutlich rückläufigen Fluktuationsrate der Kinder in diesen Vereinen ablesen lässt.

Die Konzeption DKV-Sound-Karate<sup>©</sup> ist bewusst so gestaltet, dass kindgerechtes Trainieren geradezu zum Prinzip wird: Methodik und Didaktik gehen hier bewusst von entwicklungsbedingten kindlichen Bedürfnissen und Gegebenheiten aus, auch die pädagogisch so wichtige Entwicklung von Sozialkompetenz ist integraler Bestandteil dieser Konzeption.

Durch vielfältige Angebote in Aus- und Fortbildung für Trainer trägt der DKV Sorge dafür, dass in den Vereinen ein qualifiziertes Sound-Karate-Training durch lizenzierte Sound-Karate-Trainer / Verein angeboten werden kann.

Durch die enge Verzahnung von Lehrprogramm und Prüfungsprogramm „DKV-Sound-Karate<sup>©</sup>“ ist eine Graduierung der Kinder und Jugendlichen in den Vereinen analog zu den sonstigen Kyu-Prüfungsordnungen im DKV gewährleistet. Die Prüfer müssen im Besitz einer SOK-Prüferlizenz sein.

Dadurch, dass die verbindlichen Inhalte des „Pflichtteils“ um die des „Wahlteils“ (Selbstbehauptung, Selbstverteidigung, Kata und Kumite mit Partner) erweitert wurden, ist sicher gestellt, dass das Kind nach dem Sound-Karate-Training keine Probleme in Bezug auf das anschließende Vereinstraining hat – ob in einer Stilrichtung oder im Stiloffenen Karate.

## 2.2. In der Schule

In die Lehr bzw. Bildungspläne aller Bundesländer der Bundesrepublik Deutschland hat inzwischen eine Thematik Einzug gehalten, die, bei jeweils unterschiedlicher Formulierung, das „Ringern, Raufen, Kämpfen“ als „Lern- und Bewegungsfeld“ oder als „Kompetenzerwerb“ usw. beinhaltet.

Die Überzeugung, die seitens der Kultusministerien dahinter steht, ist, dass die generell sozialisationsfördernde und sozialerzieherische Funktion des Sports durch die pädagogisch fundierte Unterweisung im „Ringern, Raufen, Kämpfen“ um so mehr dazu führen kann, dass sich bei den Kindern soziale Kompetenzen herausbilden und festigen (vor allem Mündigkeit, Kooperation, Kommunikation, Solidarität, Konfliktbewältigung, Regelkonformität, Emanzipation).

Sportunterricht hat die originäre Aufgabe, die Entwicklung von Motorik, Koordination, Athletik, auditiver und visueller Kompetenz usw. zu fördern.

Die Kultusministerien der Bundesländer sind bereit, das DKV-Sound-Karate<sup>©</sup> als Beitrag des DKV in diesem Kontext zu akzeptieren. In einigen Bundesländern wurde und wird vereinzelt DKV-Sound-Karate<sup>©</sup> im Pflichtbereich unterrichtet, deshalb kann es dort dann z.B. auch für Abschlussprüfungen als Thema gewählt werden.

Durch das Angebot des speziellen „1/2-Tages-Upgrades / Schule“ in der Aus- und Fortbildung für Trainer / Lehrer trägt der DKV Sorge dafür, dass in den Schulen ein qualifizierter Sound-Karate-Unterricht durch lizenzierte Sound-Karate-Trainer / Schule angeboten werden kann.

Durch die enge Verzahnung von Lehrprogramm und Prüfungsprogramm „DKV-Sound-Karate<sup>®</sup>“ ist eine Graduierung der Kinder und Jugendlichen in den Schulen analog zu den sonstigen Kyu-Prüfungsordnungen im DKV gewährleistet. Die Prüfer müssen im Besitz einer SOK-Prüferlizenz sein.

Wo dies nicht der Fall ist, kann der DKV-Schulsportreferent und / oder der Referent DKV-Sound-Karate<sup>®</sup> im Einzelfall auf Antrag nach Prüfung dem jeweiligen Leiter des schulischen Sound-Karate-Unterrichts eine einmalige Prüfberechtigung erteilen. Diese muss zu jeder Prüfung neu beantragt werden.

Das für die Umsetzung von DKV-Sound-Karate<sup>®</sup> an staatlichen Schulen notwendige Curriculum liegt in Form dieses „Lehr- und Prüfungsprogramm DKV-Sound-Karate<sup>®</sup>“ vor, es deckt durch die Möglichkeit der flexiblen Handhabung alle Schularten, Klassen- und Schulstufen ab.

Die Konzeption „DKV-Sound-Karate<sup>®</sup>“ steht im Einklang mit den kultusministeriellen Vorgaben in Bezug auf den Unterricht in Kampfsport an staatlichen Schulen in Deutschland.

---

# Struktur des DKV-Sound-Karate<sup>®</sup>: Lehr- und Prüfungsprogramm

# 4

## 4.1. Lehrprogramm - Übersicht:

### Pflichtteil und Wahlteil

#### Pflichtteil:

Der Pflichtteil umfasst sämtliche Basis-Module, die für das DKV-Sound-Karate<sup>®</sup> existentiell sind.

→ **Deshalb müssen alle Module des Pflichtteils unterrichtet werden.**

- Grundlegende Motorik- und Rhythmusschulung
- Parcours
- Zirkeltraining
- Techniken am Ball
- Viererblöcke
- Spielformen, Spiele

#### Wahlteil:

Der Wahlteil bietet immer nur zusätzlich wählbare Inhalte, die jedoch nicht als Ersatz für nicht behandelte Pflichtteile eingesetzt werden dürfen (→ additiv, nicht substitutiv):

→ **Es muss mindestens 1 Modul des Wahlteils unterrichtet werden.**

→ **Es dürfen höchstens 2 Module des Wahlteils unterrichtet werden.**

- Selbstbehauptung (SB)
- Selbstverteidigung (SV)
- Kata
- Kumite mit Partner (nur im Verein)

## 4.2. Prüfungsprogramm - Übersicht:

### Pflichtteil

**Alle in „Lehrprogramm“ dargestellten Basis-Module werden (→ exemplarisch) geprüft:**

- Grundlegende Motorik- und Rhythmusschulung
- Parcours
- Zirkeltraining
- Techniken am Ball
- Viererblöcke
- Spielformen, Spiele

## Wahlteil

Es wird eines der unterrichteten Module des Wahlteils (→ exemplarisch) geprüft.

- Selbstbehauptung (SB)
- Selbstverteidigung (SV)
- Kata
- Kumite mit Partner (nur im Verein)

## Zusammenfassung

Die detaillierte Zuordnung Lehr- / Prüfinhalte ↔ Alter / Klasse / Trainingsjahr:  
Siehe Kapitel 9, Seite 18 und Kapitel 10, Seite 19 ff.

Lehrprogramm DKV-Sound-Karate®					
<b>Pflichtteil</b> → Basis-Module mit verbindlichen Inhalten			<b>Wahlteil</b> → Wahlweise zusätzliche Inhalte (Mind. 1, max. 2)		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Motorik- und Rhythmusschulung</li> <li>- Parcours (Allg/Spez/Komb)</li> <li>- Zirkeltraining (Allg/Spez/Komb)</li> <li>- Techniken am Ball</li> <li>- Viererblöcke</li> <li>- Spiele</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstbehauptung (SB)</li> <li>- Selbstverteidigung (SV)</li> <li>- Kata</li> <li>- Kumite mit Partner (KmP) [Nur im Verein]</li> </ul>		
Prüfungsprogramm DKV-Sound-Karate®					
Lebens-Alter	Trainings-jahr	Klassen-stufe	Gradu-ierung	Pflichtteil Verpflichtende Prüfung aller Module	Wahlteil Prüfung von 1 Modul
6	1.	1	9. Kyu	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegende Motorik- und Rhythmusschulung</li> <li>- Parcours</li> <li>- Zirkeltraining</li> <li>- Techniken am Ball</li> <li>- Viererblöcke</li> <li>- Spiele</li> </ul>	Kata
7	2.	2	8. Kyu		Kata, SB // KmP [Nur im Verein]
8	3.	3	7. Kyu		Kata, SB // KmP [Nur im Verein]
9	4.	4	6. Kyu		Kata, SB // KmP [Nur im Verein]
10	5.	5	5. Kyu		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kata</li> <li>- Selbstbehauptung</li> <li>- Selbstverteidigung</li> <li>- Kumite mit Partner [Nur Verein]</li> </ul>
11	6.	6	4. Kyu		
12	7.	7	3. Kyu		
13	8.	8	2. Kyu		
14	9.	9	1. Kyu		
15	10.	10	1. Kyu		
16	11.	11	1. Dan		
17	12.	12	1. Dan		
18	13.	13	1. Dan		

Abbildung 1: Lehr- und Prüfungsprogramm DKV-Sound-Karate®

# Relevante Übungs- / Unterrichtsziele

# 5

## 5.1. Leitgedanken

### Relevant für den Einsatz in Verein und Schule:

- Das DKV-Sound-Karate® soll Kindern und Jugendlichen helfen, zu einem psychischen und physischen Wohlbefinden zu gelangen.
- Das DKV-Sound-Karate® ist ein hervorragend geeigneter Weg zur Entwicklung der motorischen, koordinativen und kognitiven Fähigkeiten.
- Das DKV-Sound-Karate® bietet durch seine spezielle Methodik und Didaktik hervorragende Möglichkeiten, soziale Kompetenzen zu erwerben und zu festigen.
- Das DKV-Sound-Karate® bietet viele Freiräume, die zur Übernahme von Verantwortung und zur sozialen Interaktion und Kommunikation genutzt werden können.
- Das DKV-Sound-Karate® bietet durch seine spezielle Gestaltung viele Möglichkeiten für eine konzentrierte, engagierte und motivierte Teilnahme, wobei die Regelkonformität als pädagogisch bedeutsamer Aspekt permanent relevant ist.
- Das DKV-Sound-Karate® strebt eine breit angelegte Ausbildung der motorischen, koordinativen und athletischen Grundlagen an. Dabei ist die Spezialisierung ein hervorragend geeignetes Mittel, aber nicht das eigentliche oder alleinige Ziel.

### Besonders relevant für den Einsatz an Schulen:

- Das DKV-Sound-Karate® fördert die ganzheitliche und harmonische Entwicklung der Persönlichkeit der Schüler unter Berücksichtigung der Lehr- und Bildungspläne an den staatlichen Schulen in allen Bundesländern der Bundesrepublik Deutschland.
- Das DKV-Sound-Karate® bietet ein Lehrprogramm, das ab der 1. Klasse fortlaufend stufenweise bis zur 12. (13.) Klasse umgesetzt werden kann.
- Das DKV-Sound-Karate® ist methodisch, didaktisch und pädagogisch an die Alters-, Klassen-, Könnens- und Entwicklungsstufen der Kinder und Jugendlichen angepasst.
- Das DKV-Sound-Karate® wurde konzipiert im Einklang mit den kultusministeriellen Vorgaben in Bezug auf den Unterricht in Kampfsport an staatlichen Schulen in Deutschland.

## 5.2. Zusammenstellung der wesentlichen Ziele

- **Motorische Ausbildung**  
Die Ausbildung der Motorik ist das wichtigste Übungsziel. Sie darf kein sich zufällig ergebendes Nebenprodukt sein.
- **„Spielerisches Lernen“ und „Lernen im Spiel“**  
Das spielerische Ausprobieren, Experimentieren, Erforschen auf allen Lernebenen (s. Kap. 6) führt zu Problemlösungen und den daraus resultierenden Lernprozessen.
- **„Soziales Lernen“ im Spiel und im Sound-Karate-Üben generell**  
Es gilt, die sozialerzieherischen Elemente des (Sound-) Karate-Übens und des spielerischen Umgangs damit zu nutzen, um den Erwerb sozialer Kompetenzen zu befördern. Dies geschieht durch das Einüben pro-sozialer Verhaltensweisen in allen Phasen und auf allen Ebenen des Sound-Karate-Programms.
- **Grundlagenausbildung vor Spezialisierung**  
Der Ausbildung einer breiten (allgemein-) sportlichen Grundlage ist unbedingt der Vorzug vor einer frühzeitigen Spezialisierung zu geben.

# Modell für DKV-Sound-Karate<sup>®</sup> - Training und - Unterricht

# 7

Beim unten dargestellten idealtypischen Modell wird bewusst auf eine Zuordnung zu Alters- und Klassenstufen und Graduierungen verzichtet, weil hier sozusagen die durchgängig relevanten Sound-Karate-Prinzipien mit den für sie charakteristischen Inhalts-Modulen deutlich werden sollen.

Auch dort, wo keine idealen Bedingungen für Training bzw. Unterricht angetroffen werden, kann und muss die dargestellte Struktur umgesetzt werden.

Auch dort, wo mit Spät- oder Quereinsteigern gearbeitet wird, behalten diese Prinzipien ihre Gültigkeit.

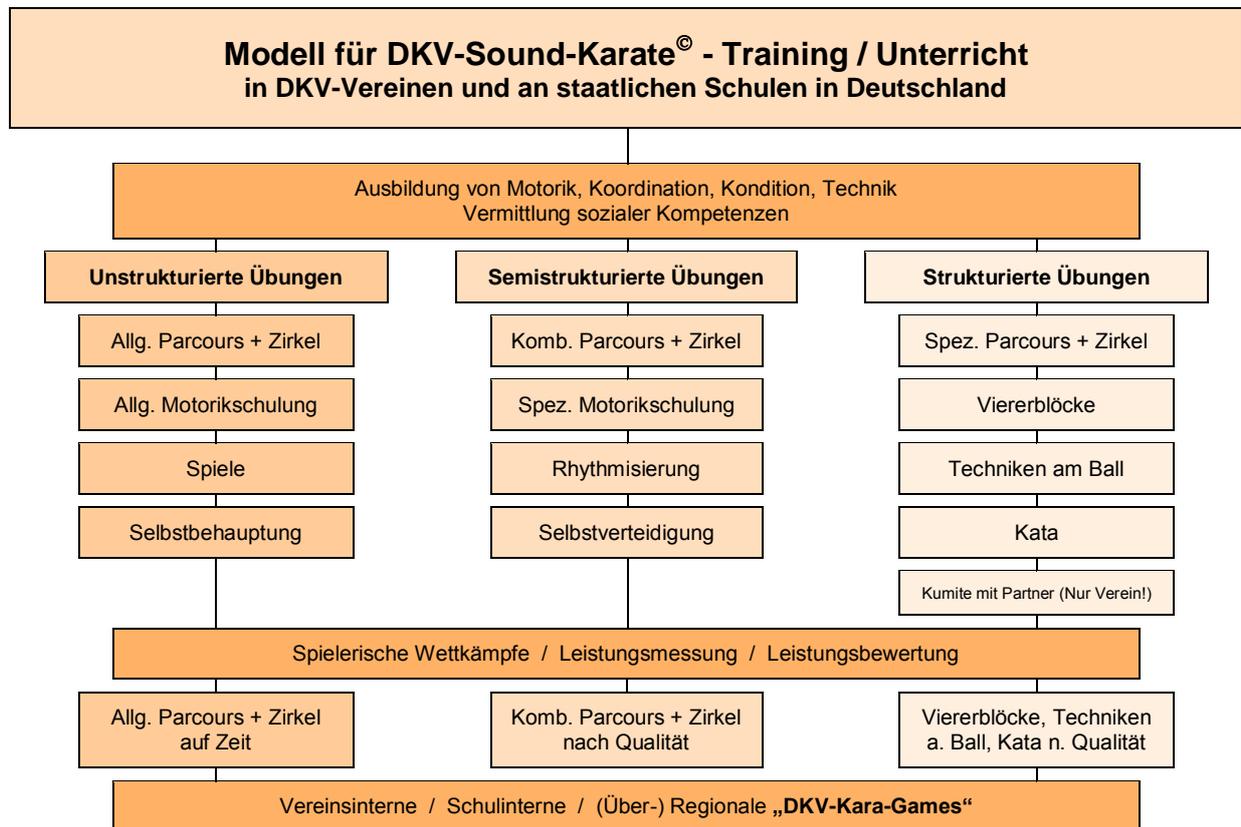


Abbildung 4: Modell für DKV-Sound-Karate<sup>®</sup> – Training / Unterricht