



Handout Prüfung zum 9. Kup Kleinkinder

Liebe Eltern!

Young-Ung Taekwondo ist nicht nur ein Kampfsport, sondern auch eine Lebensschule. Das spielerische Moment steht bei unseren Kleinkindertrainings im Vordergrund. Die Kinder lernen wie nebenbei sich richtig zu bewegen, sich zu konzentrieren und ihre eigenen Fähigkeiten durch Lernen am Erfolg und Misserfolg richtig einzuschätzen.

Unser Prüfungsprogramm unterstützt Sie und Ihre Kinder, indem, neben den Taekwondo-Elementen, auch alltägliche Tätigkeiten eingefordert werden.

Dazu brauchen wir auch Ihre Hilfe und Mitarbeit!

Prüfungsprogramm Kleinkinder zum 9. Kup setzt sich aus 5 Disziplinen zusammen:

1. Hyong 1: Chon-Chi-Hyong = Himmel und Erde

Es entwickelt in Ihrem Kind ein Hochmass an Koordination und Bewegungsverständnis. Das gleichzeitige Bewegen von Händen und Armen schafft hervorragende motorische Synapsen in der Gehirnentwicklung. Desweiteren eicht sich Ihr Kind durch die Bewegungsform auf die 4 Himmelsrichtungen. Das Orientierungsvermögen erhöht sich erheblich.

Da die Übung sehr schwierig ist, haben wir dieses Prüfungselement bei Kleinkindern etwas abgemildert. Ihr Kind muss allerdings in der Lage sein durch „Gesehen – Umsetzen - Nachmachen“ die **Hyong fehlerfrei in Ihren Grundelementen nachzumachen**.

2. Fersentritt auf ein am Boden liegendes Holzbrett

Dieser **Tritt nach unten** fordert bereits jetzt schon die Fähigkeit sich auf eine Sache zu fokussieren und die entsprechende Energie – körperlich und mental – zu aktivieren. Das Durchbrechen eines Brettes verschafft Ihrem Kind ein nicht zu unterschätzendes Erfolgserlebnis.

3. Koordination (Ist Voraussetzung um auf die Prüfungsliste zu kommen und wird vorab vom Kleinkindertrainer in der Trainingsstunde geprüft)

Bei dieser Disziplin haben die Kinder 2 Übungen vorzuweisen:

a) 10 Sek. auf einem Bein stehn (li + re)

b) 3 Grundkicks auf ein Target nach Ansage

Hierbei kontrollieren wir die Entwicklung des Gleichgewichtssinnes und das Umsetzen von Übungsanweisungen.

4. Sicherheit (Ist Voraussetzung um auf die Prüfungsliste zu kommen und wird vorab vom Kleinkindertrainer in der Trainingsstunde geprüft)

Um Ihr Kind auch auf einen Notfall vorzubereiten, z.B. wenn es sich verläuft muss es nachstehende Dinge wissen und beachten! Dafür ist auch wieder Ihre Hilfe gefordert, indem Sie diese Punkte zusätzlich zu Hause mit Ihrem Kind besprechen.

Situation: Kind hat sich verlaufen!

Hierbei wird dem Kind erklärt, dass es sich Hilfe in einer Institution (z.B. Kassiererin vom BILLA, Polizist) holen und sich nicht an einen Fremden wenden soll!

Jetzt ist es wichtig, dass das Kind folgende Punkte weiss:

- komplette Wohnadresse

- Eigener Name

- Alle Namen der engsten Familienangehörigen

5. Ordnung (Ist Voraussetzung um auf die Prüfungsliste zu kommen und wird vorab vom Kleinkindertrainer in der Trainingsstunde geprüft)

Unser Taekwondo-System berührt neben der körperlichen auch die mentale Ebene Ihres Kindes. Es vermittelt unter anderem, dass in allem eine Ordnung steckt.

Ordnung hat eine orientierende Wirkung und gibt durch die Wiederkehr bestimmter Abläufe Sicherheit. Dies zu fördern ist gerade in unserer hoch komplexen Zeit wichtig.

Bereits kleine Kinder sind auf der Suche nach Ordnung. Sie finden sie zu Beginn im Alltag wie z.B. Essen, Wachsein und Schlafen. Sehr früh schaffen Kinder bereits selbst Ordnungsstrukturen, beispielsweise wenn sie frei spielen. Ohne Ordnung ist kein vernünftiges Lernen möglich.

Zur ersten Prüfung fordern wir daher:

- **Geschirr nach dem Essen selbst abräumen**
- **Sich selbst an – und ausziehen (wird abgeprüft)**
- **Schmutzwäsche aufräumen**

Die Kontrolle funktioniert nur mit Ihrer Mithilfe!

Bitte lassen Sie nach Anmeldung Ihres Kindes sofort diese Elemente einfließen!