

Kids-WingTsun – Das Unterrichtsangebot der EWTO-Schulen für Kinder

- Gesunde Bewegung
- Sichere Selbstbehauptung
- Angemessene Selbstverteidigung

Die Inhalte des Kids-WingTsun-Programmes

- Koordinierende Bewegungsformen
- Anwendbarkeit der Formelemente
- Fühl- und Balanceübungen
- Der Bewegungszirkel
- Rollenspiele für den Ernstfall
- Schlagpolsterübungen mit Stimmeneinsatz
- Bewegungs- und Ringkampfspiele
- Wertevermittlung durch Motto des Monats
- Leistungen & Kosten
- Was haben wir noch zu bieten

Koordinierte Bewegungsformen

Die Ziele des Formentrainings

- Eine gute Koordination – Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten
- Sich besser konzentrieren können – Optimierung der Konzentrations-Fähigkeiten
- Bewusster bewegen – Bewusstsein einer geraden Körperhaltung
- Gute muskuläre Wahrnehmung erarbeiten – Entspannung und Anspannung



Selbstverteidigung, die funktioniert Anwendbarkeit der Formelemente

2 Beispiele aus der ersten Bewegungsform:

- Ellenbogen gegen Würgen von hinten
- Vorschiebender Arm gegen Ergreifen des Unterarms



Das Besondere → Die Kraft und den Schwung des Angreifers nutzen

Beispiel: Jemand will mich zu sich heranziehen

Fühl- und Balanceübungen

Die Ziele dieser Übungen:

- Optimales Gleichgewicht in allen Situationen
- Erhaltung des Gleichgewichts in Streitsituationen
- Erreichen einer inneren Balance durch die Gewissheit, dass wir körperlich nicht stärker sein müssen, als ein möglicher Angreifer
- Sich selbst und andere fühlen und mitfühlen können



Der Bewegungszirkel nach Zahlen

Spaß und gesunde Bewegung in einem Inhalt:

- Konditionsübungen
- Überkreuzarbeitende Übungen
- Kräftigungsübungen
- Streit-Beendungsätze
- Die Zahlen 1, 2, 3, 4, ...



Im Uhrzeigersinn laufen Zahl 1

Rollenspiele für den Ernstfall

Realistische Rollenspiele zur Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Was macht die Rollenspiele im EWTO-Kids-WingTsun-Konzept so einzigartig?

Umsetzung eines angemessenen mehrstufigen Verhaltens in Streitsituationen!

Stufe 1:

Höfliche Gestik, Mimik und Stimmeinsatz



Stufe 2:

Auffordernde/bestimmende Gestik, Mimik und Stimme



Stufe 3:

Der Wechsel zur angemessenen Selbstverteidigung



Stufe 3 A:

Einsatz der unmissverständlichen Selbstverteidigung



Sonderübungen:



Unbekannte! Nach dem Buch „Geh´ nie mit einem Fremden mit“

Unkompliziertes Verhalten bei Ansprache durch fremde Erwachsene

Bekannte! Nach dem Buch „Mein Körper gehört mir“

Sinnvolle Verhaltensweisen bei Grenzübertreten von Bekannten

Schlagpolsterübungen mit Stimmeneinsatz

Ziele der Übungen:

- Abbau von angestauten Aggressionen
- Entwicklung einer guten Wurf- und Schlagkraft
- Überwindung von Schlaghemmungen
- Herausfinden der stärkeren Hand

Die Stimme gehört vor den Schlag!

- Zu jeder Schlag- oder Trittübung wird der Einsatz der Stimme vorgeschaltet, um die Streitsituation für Zuschauer (Zeugen z.B. Lehrer/innen usw.) klar erkennbar zu machen



Bewegungsspiele & Ringkampfspiele

Ziele:

- Lernen fair miteinander zu spielen
- Seine Kräfte messen und einschätzen lernen
- WIR-Gefühl und Spaß an Bewegung erleben
- Reaktions- und Konzentrationssteigerung erlangen
- Beispiel: sich gegenseitig von zwei Pfeilern stürzen



Das Kids-WingTsun – Motto des Monats

Ziele:

Unterstützung einer „neuen“ Werte-Vermittlung



Werte wie z.B. Hilfsbereitschaft, Fairness, Aufmerksamkeit usw. werden am Schluss eines Unterrichts mit den Kindern besprochen und erklärt.

- Die Kinder werden angehalten, die Mottos auf die Bereiche Freizeit, Familie und Schule zu übertragen
- Poster zu den jeweiligen Mottos von den Zeichnern, die uns Fix und Foxi bescherten, unterstützen unsere EWTO-Schulen bei ihrem Unterrichtsauftrag
- Die Mottos werden gegen Ende jeden Unterrichts über einen Monat lang immer wieder vorgelesen und besprochen. Das Umsetzen der in den Mottos erklärten Verhaltensweisen wird den Kindern mit auf den Weg durch die laufende Woche gegeben
- Die etwas älteren Kinder können gerne im Wechsel selbst die Motto-Geschichten vorlesen



Das Motto des Monats

Unsere Kids-WingTsun Mottos:

- Aufmerksamkeit
- Disziplin
- Eigenverantwortung
- Fleiß
- Hilfsbereitschaft
- Kritikfähigkeit
- Zielstrebigkeit
- Zivilcourage

Dazu gibt es noch eine Serie zu den Themen des Unterrichts:

- Das erste Training
- Die erste Form
- Fühltraining
- Rollenspiele
- Bewegungszirkel
- Schlagkrafttraining
- Spiele
- usw.

Information über die Kosten und Leistungen

- Den EWTO-Jahresbeitrag 49,- € pro Mitgliedsjahr
- Den Monatsbeitrag für die EWTO-Schule vor Ort in Höhe von
zurzeit €. Für weitere Familienmitglieder gibt es folgende Rabatte:

In den EWTO-Gebühren sind folgende Leistungen enthalten:

- Eine spezielle Unfall- und Haftpflichtversicherung
- Die Kids-WingTsun-Urkunden
- Das Infomagazin der EWTO, dieKids-WingTsun Welt
- Der EWTO-Mitgliedsausweis

Die Leistungen der EWTO-Schule vor Ort

- Den monatlichen Kids-WingTsun-Unterricht
- Die Graduierungsabzeichen für die Kinder
- Die Durchführung von Leistungsüberprüfungen
- Bei Bedarf unterstützende persönliche Gespräche

Was haben wir noch zu bieten?

