

## Warum ist Kindertraining und Kindersport so wichtig?

Bewegung ist für Kinder und Jugendliche nicht nur Grundlage für eine gesunde körperliche Entwicklung. Sie bedeutet für Kinder auch Erfahrungen über sich selbst und die Umwelt zu sammeln. Fähigkeiten, wie z. B. Beweglichkeit und Koordination, die im Kindesalter trainiert werden, sind ein Potential, von dem man ein Leben lang profitiert. Nur im frühen Schulkindalter (3-10 Jahre) werden Grundlagen für Fähigkeiten, wie z.B. Schnelligkeit geschaffen. Bei uns werden die Kinder spielerisch an den Sport herangeführt. Spaß steht dabei im Vordergrund. Das Erlernen einer asiatischen Sportart stärkt das Selbstbewusstsein. Im Unterricht lernen die Kinder soziales Miteinander und Respekt vor den Mitschülern.

Wir möchten den Spaß an der Bewegung vermitteln, denn Bewegung fördert die geistige Entwicklung des Kleinkindes.

Die Kinder entwickeln Körperbewusstsein. Durch diese Körpererfahrungen wächst auch das Selbstbewusstsein und somit auch das Selbstvertrauen.

Die Übungen sind vielseitig und sportartenübergreifend. Es sollen unter anderem das Gleichgewicht und die Koordination geschult werden.

Das Lil'Dragons Programm ist DAS Unterrichtsprogramm für Vorschulkinder, das Eltern begeistert! Das wertvollste Kinderprogramm das es je gegeben hat. Bereits jetzt in Deutschland von Erzieherinnen und Kinderärzten empfohlen! Wir zeigen Ihnen, wie es geht!

### Lernziele:

- Technomotorische Lernziele: z.B. Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination, Gleichgewicht, Dehn- und Bewegungsfähigkeit
- Psychomotorische Lernziele: z.B. Motivation, Emotion, Willenskraft, Disziplin, Konzentration, Aufmerksamkeit, Selbstsicherheit
- Affektive Lernziele: z.B. die den Gefühlen, Interessen, Stimmungen, Gemüt u. Werten zugehören, wie z.B. Spaß, Freude bei einer sportlichen Betätigung.
- Kognitive Lernziele: z.B. Fähigkeiten des Denkens, Vorstellens u. Gedächtnisses; Spielregeln etc.
- Soziale Lernziele: z.B. Toleranz, Integrationsfähigkeit, Respekt

# Lil' DRAGON

## Neu aus den USA

für Kinder ab 3 Jahren!

**Bringen Sie  
Ihr Kind  
auf die  
Erfolgsspur!**

Dieses Programm ist dazu gedacht, die feinmotorischen Fähigkeiten der Kinder zu fördern und ihnen dabei zu helfen selbstbewusste Menschen in jedem Lebensbereich zu werden.

Wir vermitteln:

- Respekt
- Sicherheit
- Konzentration
- Selbst-/Disziplin

und viel Spaß.

**Das Kinderprogramm, das Eltern begeistert • wird von Erzieherinnen und Kinderärzten empfohlen!**  
**Vereinbaren Sie noch heute einen Termin für Ihr Kind!**



# Lil' Dragon Programm (24 Monate Lehrplan)

Es ist mir wirklich eine besondere Freude Ihnen mein spezielles Kinderprogramm vorstellen zu dürfen. Das primäre Ziel meines Systems ist es Vor- und Grundschulkindern eine „Ja, das schaffe ich.“-Einstellung zu vermitteln. Der Unterricht ist so gestaltet, dass es den Kindern einfache, systematische Fortschritte und schnell Resultate bereiten kann.

Ich habe das großartige Vergnügen seit mehr als 20 Jahren Kampfkünste zu lehren und bin extrem glücklich damit. Ich habe eine Leidenschaft entwickelt, die sich besonders dem Unterricht mit Schülern jedes Alters widmet. Ich war Weltmeister in drei verschiedenen Kampfsportarten und hatte mehrmals das Glück in Film- und Fernsehproduktionen mitzuwirken. Außerdem wurde ich mit meinen Shows- und Vorführungen in ganz Europa bekannt.

Es liegt etwas Besonderes, Einzigartiges darin, wenn man das Leben von Kindern mit seiner Lehre beeinflussen und unterstützen kann, sei es bei ihnen zu Hause, in der Schule, bei der Arbeit oder beim Spielen. Es gibt mir ein Gefühl der Selbsterfüllung. Ich glaube, die asiatischen Kampfkünste sind eine großartige Chance, das Leben positiv zu beeinflussen, insbesondere das von Kindern.

## Martial Arts Unterricht ist sehr viel mehr als Schlagen und Treten, es ist eine positive Lebenseinstellung.

Mein Programm vermittelt mehr als Kampfkunst. Es enthält Inhalte zu Safety und Life Skills. Diese helfen den Kindern bei der Entwicklung, durch die Förderung von sozialem, emotionalem, körperlichem und intellektuellem Wachstum. Betrachten Sie dieses Programm als ein Dreieck, bei dem die Kampfkünste, Safety und Life Skills eine Seite bilden. Ein weiterer Bonus ist all das, was die Kinder indirekt während des Kurses lernen:

- Lernen zu teilen
- Selbstbewusstsein entwickeln
- Einen Sinn für Unabhängigkeit entwickeln
- Lernen sich abzuwechseln
- In ihrer Neugierde bestärkt
- Aussprache und Sprache verbessern
- Körperliche Kräfte verbessern
- Koordination und Ausdauer trainieren
- Liebe zum Lernen entwickeln
- Grundlegende motorische Fähigkeiten erlernen
- Ihr Körperbewusstsein verbessern
- Lernen Anweisungen zu folgen
- In ihrer Sozialisation bestärkt
- Lernen Probleme zu lösen
- Verantwortung zeigen
- Selbstkontrolle lernen
- Lernen sich respektvoll zu verhalten
- U.v.m.

## Unterrichtsinhalte:

### Praxis:

- Gleichgewicht
- Beweglichkeit
- Koordination
- Geschicklichkeit
- SV Techniken

### Theorie mit Praxis verbunden:

- Verhalten gegenüber Fremden
- "Nein" sagen ist ok!
- Zusammenarbeit, Teamwork
- Disziplin
- Respekt
- Aufmerksamkeit, Gedächtnistraining,
- Zuhören etc.
- Gesundheit (Hygiene - Hände waschen, Zähne putzen, Bakterien etc.)
- Hilfe altersgerecht (Bakterien, Schnitte, Ersticken, Verbrennungen, Blaue flecken etc.)
- Anti-Drogen (Tabak, Alkohol, Vitamine, Medizin, Vergiftungsquellen etc.)
- Brandsicherheit (Brandmelder, was tun bei Rauch, Feuerübung, Notruf etc.)
- Sicherheit zu Hause (Verhalten gegenüber Tieren, Wasser, Strom etc.)
- Straßenverkehr (Autos, Fahrräder, Roller, Skates, Ampel - Rotes Licht ... Grünes Licht etc.)
- Sicherheit und Wetter (Blitz und Donner, Hitze und Sonne etc.)

Der Ausdruck „Life und Safety Skills“ lässt sich nur schwer in seiner eigentlichen Bedeutung ins Deutsche übersetzen. Gemeint sind damit Fähigkeiten und Wissen, die für den Alltag und die Persönlichkeitsentwicklung von großer Bedeutung sind. Darunter fällt z.B. Wissen darüber, was im Falle eines Feuers zu tun ist, dass Reinigungsmittel tabu sind und wie man sich angemessen gegenüber älteren Mitmenschen verhält. Um keinen Aspekt dieses Ausdrucks zu unterschlagen wurde er komplett aus dem Englischen übernommen.

## Ansporn durch Patches

Wenn eine Lerneinheit mit Life- und Sicherheit-Skills abgeschlossen wurde, müssen Aufnäher zur Motivation der Kinder auf die Schulter der Lil' Dragon Anzüge angebracht werden - daß steigert das Selbstwertgefühl und Selbstbewusstsein der kleinen Drachen. Diese Aufnäher sind gegen Vorlage der Urkunde im Dojo-Shop erhältlich.

## Gürtelfarben & Prüfungen:

Anfänger: weiß, weiß/orange, weiß/gelb

Fortgeschrittene Anfänger: weiß/grün, weiß/lila, weiß/blau

Fortgeschrittene: weiß/braun, weiß/rot, weiß/schwarz, weiß/gold

Gürtelprüfungen finden alle drei Monate statt!

In Vorbereitung auf die Prüfungen finden im Unterricht kleine Tests statt, bei denen Basics abgefragt werden und die Kinder mit Streifen/Balken an Ihren Gürteln belohnt werden!

## Der Unterricht im Mewis-Dojo ist in jedem Fall altersgerecht!

Für die Vorschulkinder (3-7 Jahre) unterrichten wir das Lil' Dragon Programm, für die Altersgruppe der Schulkinder gibt es bei uns das Samurai-Kids Programm. Für unsere Schüler in der Oberstufe (ab 12 Jahren) bieten wir das Sport-Warrior System an.

Die Schüler werden in diesen altersspezifisch aufbauenden Programmen sukzessive auf die weiterführenden Kampfkunstsysteme des Mewis-Dojo vorbereitet.

Durch das Erlernen der wichtigsten Kampfkunsth Fertigkeiten, wird hierdurch eine nachhaltige Grundlage geschaffen.

# Lil' DRAGON



**Lebens-  
fertigkeiten**

Persönliche  
Sicherheit

Gute  
Angewohnheiten

Positive  
Einstellung

Selbstkontrolle

Körperliche  
Fitness

Konflikt-  
vermeidung

Umgang  
mit  
Fremden

Gutes  
Benehmen