

Kurzübersicht zu dem Lil Dragons Program in der Sportschule Bernd Grossmann



- Das Unterrichtsprogramm für Vorschulkinder, das Kinder und Eltern begeistert!
- Das wertvollste Kinderprogramm, das es je gegeben hat!
- Bereits jetzt in Deutschland von Erzieherinnen und Kinderärzten empfohlen!
- Das Lil'Dragon-Programm vermittelt Life Skills wie Respekt, Disziplin, Zusammenarbeit etc., Safety Skills wie Straßenverkehr und einige mehr.

Inzwischen melden Eltern 61% aller Vorschulkinder in einem organisierten, täglichen Programm an. In dieser Umfrage äußerten die Eltern den Wunsch, dass sie ihr Kind so gut wie möglich auf Erfolg in der heutigen Welt voller Herausforderungen vorbereiten wollen. Zudem sei Übergewicht bei Kindern ein enorm motivierender Faktor. Eltern sind inzwischen der Meinung, dass körperliche Aktivität eines der wichtigsten Kriterien für ein gesundes Kind ist.

Das Programm selbst konzentriert sich auf soziale Fertigkeiten wie das Teilen, sich abwechseln, wann man sprechen sollte und wann nicht und natürlich körperliche Aktivitäten, die diverse Martial Arts Bewegungsabläufe beinhalten. Die Kinder arbeiten an ihrer Balance, Koordination, Fitness, Beweglichkeit, Hampelmännern, Sit-ups, Liegestütze, Tempo, Timing, Kraft, Training mit einem Partner und Zusammenarbeit. Das Programm ist dazu gedacht die feinmotorischen Fähigkeiten der Kinder zu fördern und ihnen dabei zu helfen selbstbewusste junge Menschen in jedem Bereich ihres Lebens zu werden

Weitere Bereiche widmen sich den Life und Safety Skills wie z.B. was zu tun ist bei Feuer und Vergiftungen, Sicherheit zu Hause, Umgang mit Fremden und eine kleine Anti-Drogen-Kampagne

„Dieser Altersgruppe bringen wir auch noch keine formellen Katas bei, da diese eine zu hohe Gedächtnisleistung erfordern. Wie könnte ein Ausbilder von einem jungen Kind erwarten eine perfekte Kata oder sogar eine prüfungsrelevante Kata zu vollführen, wenn es sich eventuell sogar mit der Koordination von Hampelmännern oder dem Tritt nach einem Ball schwer tut? Spielerisch ahmen die Kinder die Bewegungsabläufe des Lehrers nach, wobei es nicht so wichtig ist welchen Arm oder welches Bein es nun benutzt. Die Kinder lieben das! Diese Trainingsform gibt den Kindern eine positive Erfahrung ohne den Leistungs- und Gedächtnisdruck.“ (Kimber Hill).