

## Das Entwicklungstraining für Kinder von 5-12 Jahre **JudoSpielpädagogik**

Kinder stehen bereits in der Grundschule unter hohem Erwartungs- und Leistungsdruck.

Wenn nicht rechtzeitig ausgleichende Kompetenzen vermittelt werden, die helfen mit den Belastungen des Lebens umzugehen, kann dies zu Entwicklungsstörungen (Motorik, Sprache, Schule), Verhaltensauffälligkeiten (ADS, ADHS, Aggressivität) und sozial-emotionalen Problemen (Ängste, Selbstwert, Schüchternheit) führen.

Zu diesen Kompetenzen gehören: sich entspannen und konzentrieren, kreativ mit belastenden Situationen und Emotionen umgehen, friedvoll kommunizieren und Konflikte lösen können.

Diese Stress kompensierenden Fähigkeiten sind die Grundlage für die in Zukunft immer wichtiger werdenden Anforderungen an gesellschaftliche Leistungsträger, wie geistige und körperliche Flexibilität, Motivation, Kreativität und Teamfähigkeit.

Die Friedenskunst Ju-Do (jap.: der sanfte Weg) versteht sich bereits in ihren Ursprüngen weder als reine Leibesertüchtigung, noch als Selbstverteidigung oder gar als Wettkampfsport. Ihr primäres Ziel war die harmonische Reifung der Persönlichkeit zu einem ganzen, friedfertigen und glücklichen Menschen.

Die JudoSpielpädagogik ist eine moderne Interpretation dieses traditionellen japanischen Übungsweges für die Bedürfnisse von Kindern im Vor- und Grundschulalter. Sie verbindet die Essenz der Kampfkunst Judo mit Bewegungserziehung, Pädagogik und Psychologie. Im Unterricht werden sensorische Fähigkeiten entwickelt, mentale und emotionale Stärken geschult, sowie soziale Kompetenzen geübt. Auf der Grundlage jüngster Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften werden die Schüler und Schülerinnen spielerisch auf die Herausforderungen des Lebens

vorbereitet.

Christian Sonnenschein studierte Sonderpädagogik auf Lehramt und im Aufbaustudium Bewegungstherapie an der Universität zu Köln. Anschließend arbeitete er als Lehrer und Bewegungstherapeut an einer Schule in Wuppertal. Er ist seit 1986 Judoka und seit 1994 Danträger (schwarzer Gürtel), hat langjährige Erfahrung als Judo-Fachübungsleiter im Vereins-, Schul- und Rehasport gesammelt, sowie eine Judoausbildung an der Sporthochschule Köln abgeschlossen.

Christian Sonnenschein fand in der JudoSpielpädagogik (JSP) eine ideale Trainingsmethode für die Bedürfnisse von Vor- und Grundschulkindern.

Er ist zur Zeit der einzige JudoSpielpädagoge, der diese Methode frei- und hauptberuflich lehrt.

Der ausgebildete Heilpraktiker (Psychotherapie) versteht sein Angebot weder als Sport noch als Therapie, sondern als einen „sanften Weg“ zur harmonischen Entwicklung des ganzen Menschen auf körperlicher, seelischer, geistiger und sozialer Ebene.

Die JudoSpielpädagogik ist ein Angebot für alle Kinder von 5 bis 12 Jahren und bewährt sich seit über 15 Jahren als präventive und therapiebegleitende Maßnahme. Da bewusst auf Wettkämpfe, Prüfungen und klassisches Techniktraining verzichtet wird, ist der Unterricht eine wirkliche Alternative für Kinder, die am regulären wettkampf- und leistungsorientierten Sport nicht teilnehmen können oder wollen.

Fortlaufende Kurse finden in Höxter und Brakel statt. Weitere Informationen finden Eltern, Therapeuten, Pädagogen und andere Interessierte auf [www.judo-spielpaedagogik.de](http://www.judo-spielpaedagogik.de) oder telefonisch unter 05271-697110. Nach vorheriger Absprache kann ein Termin für eine unverbindliche Schnupperstunde vereinbart werden.