

Konzeptionale Erweiterung -  
Angebotsfokus unter dem Aspekt des von der  
Bundesregierung entworfenen Programms

## “Aktionsprogramm Aufholen nach Corona”

Vorstellung möglicher Zenkido®-Angebote





## 1. Ausgangssituation:

Die Corona-Pandemie hat über die Gefahr der offensichtlichen und direkten gesundheitlichen Auswirkungen der Krankheit für die Betroffenen selbst auch Sekundärfolgen für die gesamte Bevölkerung; die Maßnahmen, die zur Eindämmung der Pandemie getroffen wurden, verstärkten neben den damit verbundenen psychosozialen Folgen einen Trend, der bereits vor dem Beginn der Pandemie zu beobachten war:

Kinder und Jugendliche bewegen sich zu wenig.

Während Ursachen hierfür mannigfaltig und nicht erst seit Auftreten des Corona-Virus zu suchen sind, so hat sich dennoch gerade für Kinder und Jugendliche das "Corona-Jahr 2020" durch eine Zunahme von Medienkonsum (vgl. JIM-Studie 2020 → <https://www.mpfs.de/studien/jim-studie/2020>) ausgezeichnet, der wiederum einhergeht mit weniger Zeit für Bewegung.

Diese sekundären Pandemie-Folgen für Kinder und Jugendliche haben sich bereits während des ersten Lockdowns im Jahr 2020 gezeigt und wurden beispielsweise durch eine Studie des Universitätsklinikums Münster ebenfalls bestätigt (<https://www.wn.de/Muenster/4326908-Pandemie-Folgen-Jugendliche-bewegen-sich-weniger-und-sind-mehr-online>).

"Die Zeit" berichtet im Mai 2021 nun ein Jahr nach den Erkenntnissen der o.g. Studie und bestätigt erneut die Notwendigkeit einer Förderung von Bewegung bei Kindern und Jugendlichen.

<https://www.zeit.de/news/2021-05/12/kinder-leiden-in-der-corona-krise-an-bewegungsmangel>

Des Weiteren ist die Abmilderung der Folgen der "Anti-Corona-Maßnahmen" als demokratie-stärkend mit einem hohen gesamtgesellschaftlichen Stellenwert zu versehen, wie der aktuelle "16. Kinder- und Jugendbericht - Förderung demokratischer Bildung im Kindes- und Jugendalter" belegt:

- *"Die Bundesregierung ist sich bewusst, dass gerade junge Menschen durch Kontaktsperrungen in ihrem Streben nach Freiräumen und ihrer Entwicklung sehr stark belastet werden."*
- *"Eingeschränkte Freiräume, Homeschooling, unsichere Ausbildungs- und Berufsperspektiven - die Auswirkungen der Corona-Krise machen in besonderer Weise deutlich, dass die Gestaltung jugendlicher Lebenslagen eine politische Gemeinschaftsaufgabe ist, die nicht an Zuständigkeitsgrenzen scheitern sollte. Für diesen Ansatz steht auch die Jugendstrategie der Bundesregierung."*
- *"Der Bildungsraum junger Menschen ist durch die pandemisch veränderte Lernsituation deutlich ungleicher und damit undemokratischer geworden. Diese Ungleichheiten könnten sich durch den Imperativ der Kontaktvermeidung und die Eindämmung der Kontaktkreise, die für Viele zu einer Reduzierung gesellschaftlicher Begegnungen führt, weiterhin verschärfen."*

„Datenerhebungen zeigen eine deutliche Zunahme von Depressionen oder Angstzuständen bei Kindern und Jugendlichen. Die Zahlen haben sich in Deutschland und einigen anderen Ländern verdoppelt, teilweise sogar verdreifacht“, sagte Christopher Prinz vom OECD (Organisation für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung) Berlin Centre, bei einer digitalen Diskussionsveranstaltung mit dem Titel "Psychische Gesundheit in der Pandemie – Junge Menschen unter Druck".

<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/124048/Corona-und-Psyche-Experten-mahnen-junge-Menschen-besonders-zu-unterstuetzen>



**Zenkido® - Pädagogisches Kampfkunstangebot - Jugendhilfe und Coaching** möchte mit dem vorliegenden Angebot der Absicht der Bundesregierung, vielen Verantwortlichen aus der Kinder- und Jugendhilfe sowie dem aus der persönlichen Betroffenheit (seit März 2020 Wegfall aller Zenkido®-Gruppenangebote) resultierenden Wunsch Rechnung tragen, sowohl physischen wie auch psychosozialen Folgen der Corona-Pandemie entgegenzuwirken und mit gezielten gruppen- oder individualpädagogischen Modulen dazu beizutragen, Kinder und Jugendliche sowie deren Familien beim "Aufholen nach Corona" zu unterstützen.

## **2. Module**

Schwerpunkte der Module setzen sich grundsätzlich aus verschiedenen Methoden und Inhalten der bisherigen Gruppenangebote zusammen, haben aber "nach Corona" ein anderes Maß an Sensibilität sowohl hinsichtlich des Umgangs mit individuellen Bedürfnissen nach Nähe und Distanz als auch den dann jeweils geltenden behördlichen Bestimmungen zu berücksichtigen.

Zudem richtet sich der Fokus dieses Angebots auf die aktuell sich abzeichnenden besonderen Auswirkungen im Zusammenhang mit den Schutzmaßnahmen zur Eindämmung der Corona-Pandemie. Dabei sind gemäß dem Aktionsprogramm "Aufholen nach Corona" die außerschulische Kinder- und Jugendarbeit sowie die Unterstützung im Alltag besonders förderungswürdig. Dementsprechend richtet sich auch der Fokus der Module auf den Austausch mit den jeweiligen Teilnehmer\*Innen und den Transfer der jeweiligen Modulinhalte auf den Alltag der Kinder und Jugendlichen.

Dauer und Anzahl der jeweiligen Einheiten sowie die dann mögliche Gruppengröße und das Altersspektrum werden im Einzelfall besprochen. Die neben den kampfkunstpädagogischen Inhalten und Methoden möglichen Schwerpunkte können in unterschiedlicher Gewichtung folgende Themenkomplexe behandeln:

- **Nähe und Distanz**
- **Kooperations- und Gruppenspiele**
- **Körperbewusstsein und Körperwahrnehmung**
- **Vertrauen**
- **Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit und Kraft**
- **Selbstschutz und Selbstverteidigung**
- **Angst, Stress, Frustration - Umgang und Reduktion**
- **Kreativität in Bewegung**
- **Ich- und Sozialkompetenz**
- **Förderung der Sensomotorischen Integration**

## **3. Ort**

Das Angebot kann sowohl im Zenkido®-Dojo in Friedrichsthal durchgeführt werden als auch in Räumlichkeiten vor Ort des Auftraggebers. Entsprechende Rahmenbedingungen werden individuell verhandelt.



#### **4. Qualifikation des Anbieters**

Pascal Anna:

- Jugend- und Heimerzieher
- Heilpädagogische Zusatzqualifikation
- Zusatzqualifikation Medienpädagogik und Mediendidaktik
- Trauma-Assistent
- Systemischer Deeskalationscoach
- Systemischer Familienberater

Ausführlichere Darstellung:

<https://www.zenkido.org/über-zenkido/über-mich/>

#### **5. Kontakt**

Mail: [jugendhilfe@zenkido.org](mailto:jugendhilfe@zenkido.org)  
[info@zenkido.org](mailto:info@zenkido.org)

Tel.: 0176 775 256 75

Post: Zenkido® - Jugendhilfe und Coaching  
Schulstraße 17  
66453 Gersheim

Weiterführende Informationen über **Zenkido® - Pädagogisches Kampfkunstangebot - Jugendhilfe und Coaching** finden Sie auf [www.zenkido.org](http://www.zenkido.org)