

3. KMS Advanced-Instruktoren - Lehrgang in Liestal

Freitag, 12. September 2014, startete (nach 2009-2011 und 2011-2013) die dritte Auflage der Krav Maga Self Protect - Advanced Ausbildung für fortgeschrittene Instruktoren oder Leiter/innen von KMS Centern (die das Anforderungsprofil erfüllen). Die Aus- und Weiterbildung setzt sich aus 8 Modulen (à 1 ½ Tagen/9 Std.) aus verschiedenen Themenbereich zusammen und dauert bis zur Prüfung rund 24 Monate.



Am ersten Modul nahmen 12 Instruktoren teil, die am Freitagabend mit zwei Theorielektionen (zu Kompetenzen allgemein und der Kompetenz Methodik im speziellen) in die Ausbildung starteten. Das erste Modul zielte darauf hin, einerseits die Grundlagen der Instruktion im methodischen, wie aber andererseits im praktischen (technischen) Sinn anhand des 3-Stufen-Modells (Einsteiger, Fortgeschrittener und Könner) und Koordinativen Fähigkeiten zu erörtern und für alle Instruktoren besser verständlich zu machen.



Als Einstieg in die Praxis, wurden am Samstagvormittag Gruppen à je zwei Personen zusammengestellt, welche individuell eine Lektion von 15 Minuten vorbereiteten. Die Themen waren aus dem Basic-Programm (Befreiungen, Block- oder Fausttechniken, Grundschriffe und Verschiebungen des Körpers) und mussten mit einer koordinativen Fähigkeit (Orientieren, Differenzieren, Reagieren, Rhythmisieren und Koppeln) verknüpft und hervorgehoben werden. Das Ziel dieser Gruppenarbeit war für die Teilnehmer, mit einfachen Basic-Techniken zu variieren oder kreative, mit taktischen Elementen verbundene Trainingssequenzen für Einsteiger, Fortgeschrittene und Könner zu gestalten.



Nachdem am Vormittag von den Gruppen etliche gute Lektions-Beispiele präsentiert worden waren, dienten die Themen und Trainingsübungen am Nachmittag, um die Verknüpfung mit dem 3-Stufen Modell aufzuzeigen sowie Variationen, Drillübungen, taktisch-mentale Übungen daraus zu kreieren. Dabei ging es wie am Vormittag darum, die methodischen Möglichkeiten mit einfachen Basic-Techniken auf Einsteiger-, Fortgeschrittenen- und Könner-Stufe einzusetzen

und den Teilnehmern die Vielfalt von Übungen zu zweit, zu dritt und mit vier Personen erleben zu lassen. Nebst der methodischen Kompetenz eines Instructors im Basic-Bereich, zeigte das erste Modul dieser Ausbildung für höhere Instrukoren auch auf, dass durch strukturierte Lektionen mehrere Aspekte wie: Kondition und Emotion (in der Energie) sowie Koordination und Mental-Taktik (in der Steuerung) miteinander (physisch/psychisch) vernetzt werden können.

Im Weitern wurde auch an praktischen Beispielen erläutert, wie und mit welchen Werkzeugen als Instruktor (dem Lehrenden) oder beim Studenten (dem Lernenden) in den einzelnen Stufen gearbeitet wird und wie man diese in der Praxis angewendet.



Herzlichen Dank an die Instrukoren, für Ihre kreativen Inputs und dem engagierten Gestalten des 1. Moduls.

Das zweite Modul findet am 31. Okt. / 01. Nov. 2014 statt und ist das Erarbeiten von Advanced - Lektionen im Bereich der Methodikkompetenz.

Giuseppe Puglisi
Chefinstruktor KMS Schweiz

Die Module beinhalten folgende Themen

- *Modul 1 / Grundlagen Basic(Theorie/Praxis)*
- *Modul 2 / Grundlagen Advanced (Th/Praxis)*
- *Modul 3 / Bodenkampf (Takedowns/Hebel)*
- *Modul 4 / Women Protect (Frauen-SV)*
- *Modul 5 / Faustfeuerwaffen (Theorie/Praxis)*
- *Modul 6 / Messerkampf (Theorie/Praxis)*
- *Modul 7 / Sicherheitstraining für Behörden*
- *Modul 8 / Trainingslehre Basic/Advanced*