

Taekwon-Do Kid's Kehitysohjelma





TKD ohjelma

- ITF:n kehittämä / rahoittama





TKD ohjelma

3-7 vuotiaille lapsille

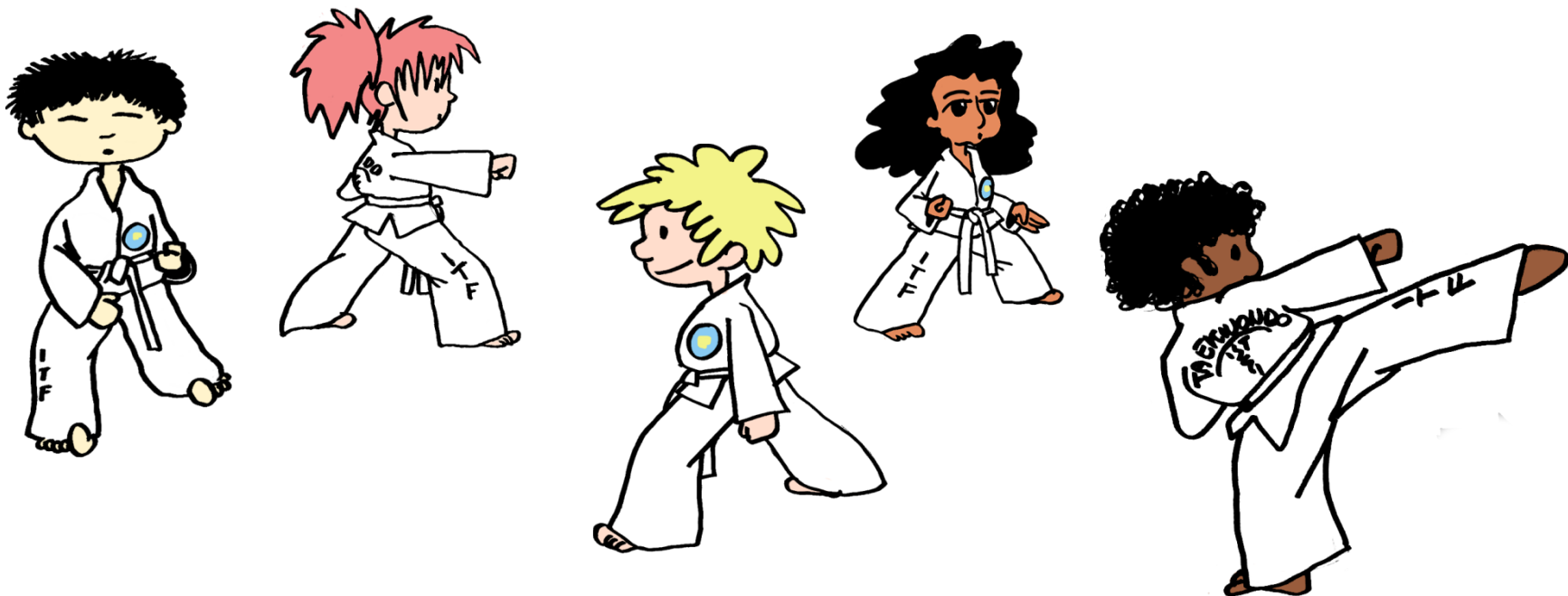
- 1 vuosi
- 2 vuotta
- 3 vuotta
- 4 vuotta
- 5 vuotta
- 6 vuotta
- 7 vuotta
- 8 vuotta
- 9 vuotta
-





TKD ohjelma

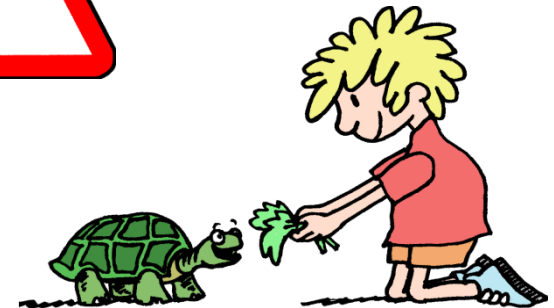
Opettaa ymmärrystä Taekwon-Dosta ja perusliikkeitä.





TKD ohjelma

Opettaa lapselle miten toimia erilaisissa tilanteissa elämässä ja miten välttää vaaratilanteita.





TKD Ohjelma

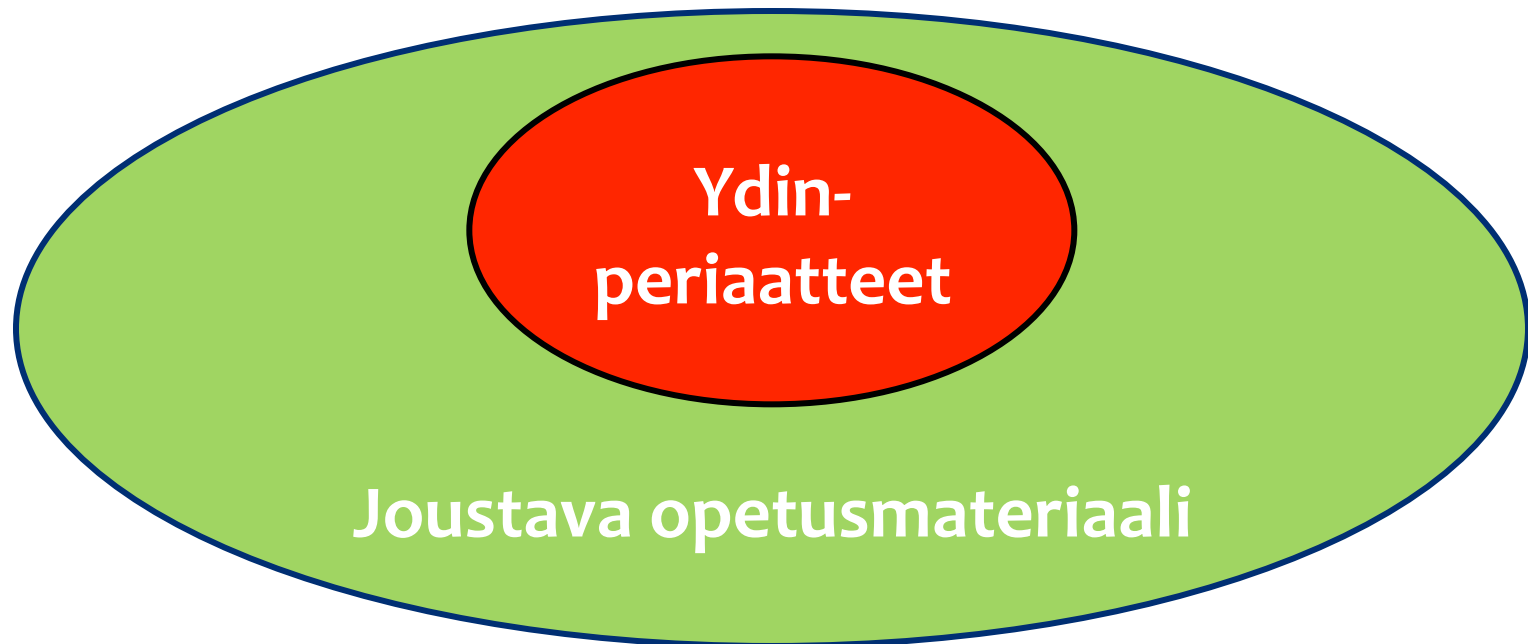
Ohjaa lapsia kehittämään sosiaalisia käyttäytymismalleja ja toimimaan avuliaammin.





TKD ohjelman periaatteet

Ohjelma perustuu ydinperiaatteisiin, joiden avulla lapset kehittyvät mahdollisimman tasapainoisiksi ihmisiksi.





TKD ohjelman periaatteet

- Luo ympäristö jossa positiivinen palaute kehittää lapsen itsetuntoa.
- Luo hauska ja rento ympäristö, joka motivoi ja rohkaisee lasta oppimaan leikkien kautta, sekä ymmärtämään että oppiminen on hauskaa.
- Seuraa opetustavoitteita, jotka kehittävät erilaisia taitoja järjestelmällisesti ja askel askeleelta, opettaen lapsille kuinka asiat opitaan pienin askelin.



Oppitunnit

Ohjelman oppitunnit rakennetaan siten että lapset pysyisivät keskittyneinä ja motivoituneina läpi koko tunnin.

- Koulutetun ohjaajan vetämiä.
- 30 – 45 minuuttia.
- Koostuu 2 – 5 minuutin palasista.
- Terveellinen sekoitus hauskoja leikkejä ja opettavampia osuuksia.
- Tasapainoinen sekoitus mielen ja kehon taitoja.
- Tunnit voi joustavasti koota eri ryhmien erikoisominaisuuksia silmällä pitäen.



Opettavat osat

Lapset oppivat sekä oppitunnilla että kotiläksyjen myötä

- Pelit ja leikit
- Fyysiset harjoitteet
- Tehtävät
- Roolileikit
- Tarinankerronta
- Keskustelut
- Ongelmanratkaisu
- Tietovisat ja palapelit





Pääopetussuunnitelma

1. Elämän taitoja
 2. Mielen taitoja
 3. Taekwon-Do asenteita
 4. Kunto ja terveys
 5. Koordinaatio
 6. Taekwon-Do taitoja
- + Täydennyssuunnitelma





Pääopetussuunnitelma

1. Elämän taidot

- Itsenäisyys
- Organisoititaidot
- Yhteistyö
- Johtaminen
- Ohjeiden seuraaminen
- Vastuun ottaminen





Pääopetusuunnitelma

2. Mielen taidot

- Muisti
- Keskittyminen
- Taekwon-Do tiedot





Pääopetus suunnitelma

3. Taekwon-Do asenteet

○ Taekwon-Don pääperiaatteet

- Kohteliaisuus
- Rehellisyys
- Utteruus
- Itsehillintä
- Periksiantamattomuus

○ Empatia

○ Rehellisyys

○ Luottamus

○ Kunnioitus





Pääopetussuunnitelma

4. Kunto ja terveys

- Kuntoilu
 - Notkeus
 - Voima
 - Kestävyys
- Hygienia
- Terveet ruokailutottumukset





Pääopetus suunnitelma

5. Koordinaatio

- Tasapaino
- Liike
- Tarkkuus





Pääopetussuunnitelma

6. Taekwon-Do taidot

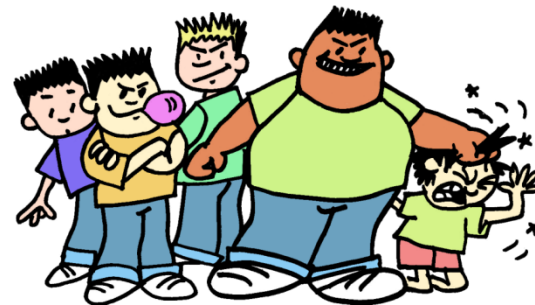
- Taekwon-Do asennot
- Taekwon-Do työkalut
- Taekwon-Do torjunnat
- Taekwon-Do lyönnit
- Taekwon-Do potkut
- Taekwon-Do liikesarjat





+ Täydennyssuunnitelma

1. Vaaran välttäminen
2. Vahingollinen käyttäytyminen





+ Täydennyssuunnitelma

1. Vaaran välttäminen

- Tunnista vaara
- Vältä vaara
- Hätätilanteet

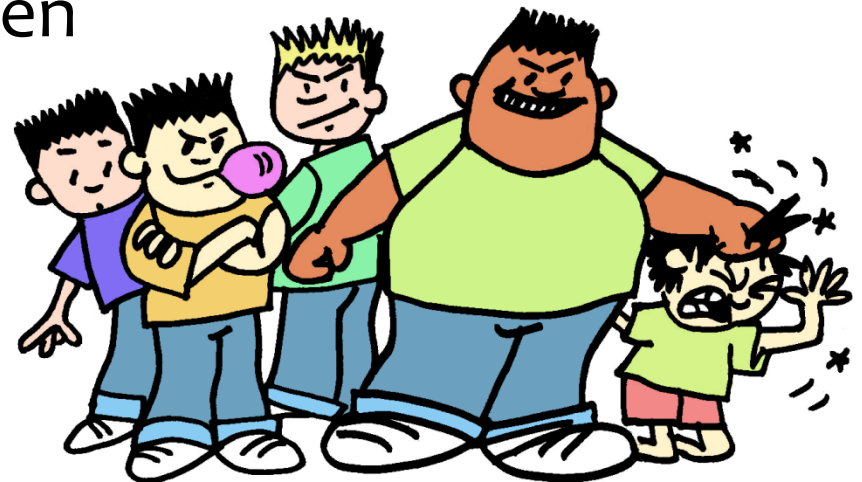




+ Täydennyssuunnitelma

2. Vahingollinen käyttäytyminen

- Välinpitämättömyys
- Ongelmien aiheuttaminen
- Epärehellisyys
- Kiusaaminen
- Aggressiivisuus
- Kidnappaus





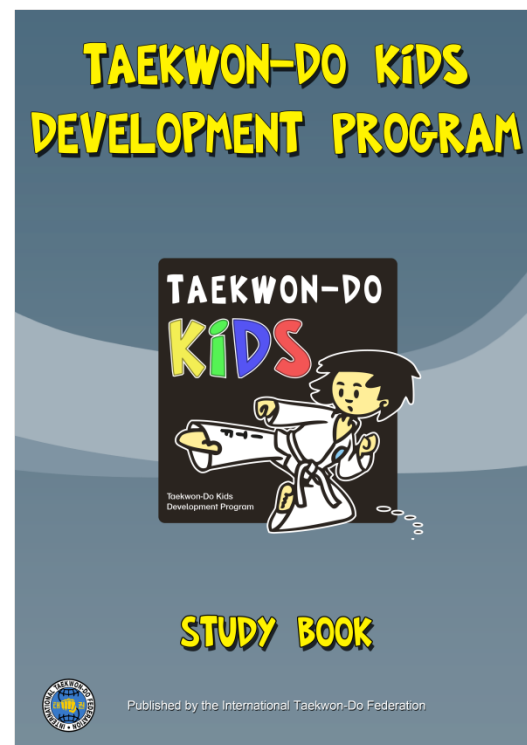
Oppilaan materiaali

- Oppikirja
- Tavoitelista joka tasolle
- Reenikortti
- Palkinnot ja saavutukset



TKD oppikirja

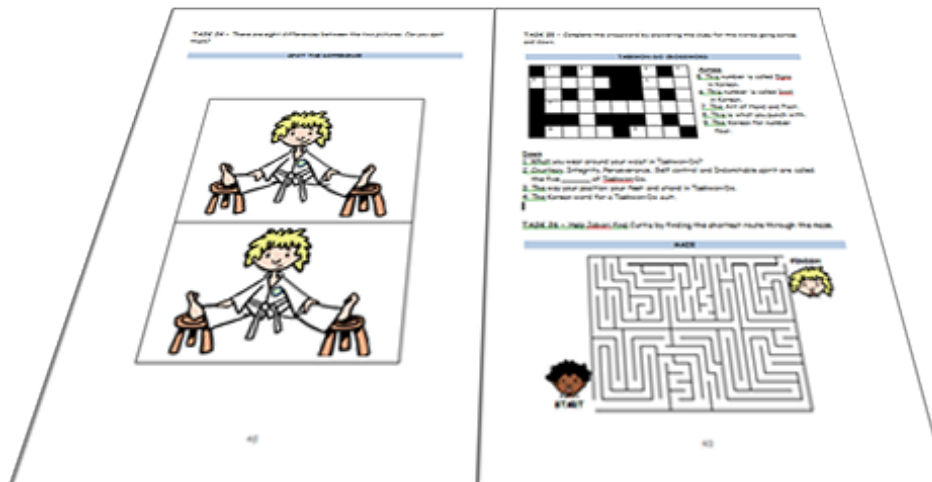
166 sivua auttavat sekä lasta, vanhempia että ohjaajaa





TKD oppikirja

48 tehtävää, jotka muodostavat osan kotitehtävistä





TKD oppikirja

“Osaan jo”- kohdat jotka kannustavat oppilasta yrittämään uusia taitoja/ tehtäviä

(Keep one hand on a wall if you need help keeping your balance for the next exercises).



Lean over sideways, lift your leg to the side, then keep bending and straightening the knee (like Turning Kicks).



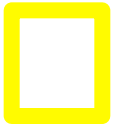
Lean over sideways, lift your leg to the side, then bring your knee and foot closer to you and then push it away again (like a Side Kick).

You can also practise a similar exercise with your body facing the wall, leaning forwards, towards the wall. This time you must lift your leg up and push it away behind you (like a Back Kick).



TKD oppikirja

‘Osaan jo’- kohdat



Vanhemmat tai oppilas itse voi täyttää keltaiset kohdat.



Vain opettaja voi päättää koska vihreät kohdat on saavutettu.



TKD oppikirja

Kirjassa on yli 300 sarjakuvaa, joista monet perustuvat 5 karrikoidun hahmon ympärille.



Keke on kohtelias



Iina hillitsee itsensä



Raimo on rehellinen



Ulla on uuttera







Paavo on periksiantamaton



Tavoitelista

Opettaja merkitsee listaan (leima/tarra) aina kun oppilas saa tehtävän tehtyä.

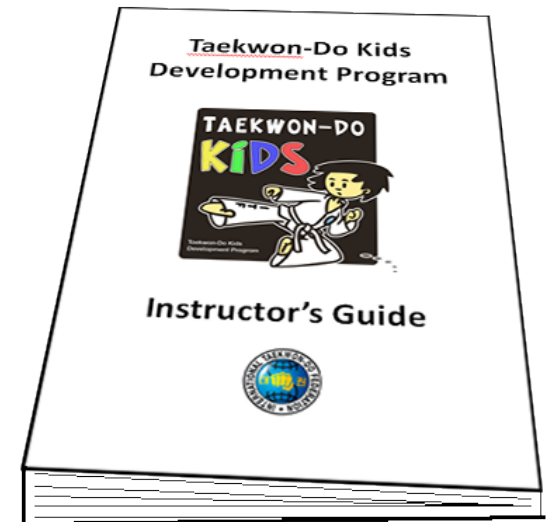
Kun kaikki tehtävät on suoritettu, on oppilas tältä osin valmis vyökokeeseen.

ASSIGNMENT SHEET - LEVEL 2				
Topic	Assignment	Page	Date Set	Done
 LIFE SKILLS	Task 1: Independence Task Sheet.	14, 17		
	Task 3: Grouping.	20		
	Task 7: Putting things where they belong.	32		
	Bucket Brigade activity.	12		
	Giving commands by counting to 4 in Korean.	-		
	Demonstrate the 4 listening positions. Explain what you are supposed to do in a listening position. (Eyes, Ears, Mind, etc.)	12		
	Know the class rules.	10, 11		
 MIND SKILLS	Tasks 18: Memory Game 1	43		
	Tasks 19: Memory Game 2	44		
	Task 26: Maze.	49		
	Task 21: Count to 7 in Korean.	57		
	Task 21: Answer: What does Taekwon-Do mean??	58		
 TKD ATTITUDES	Name the 5 Tenets of Taekwon-Do.	64		
 FITNESS & HEALTH	Task 37: Star Jumps - Improving stamina	89		
	Name the 'three S's' of fitness.	84		
	Name which tasks in Task 1 are necessary for hygiene.	17		
	Name some food groups.	92		



Opettajan opas

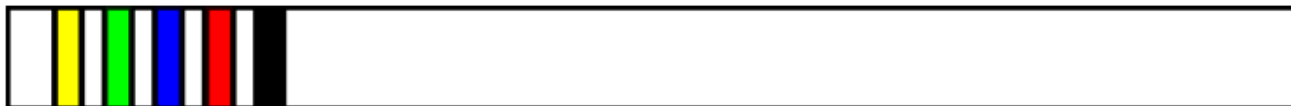
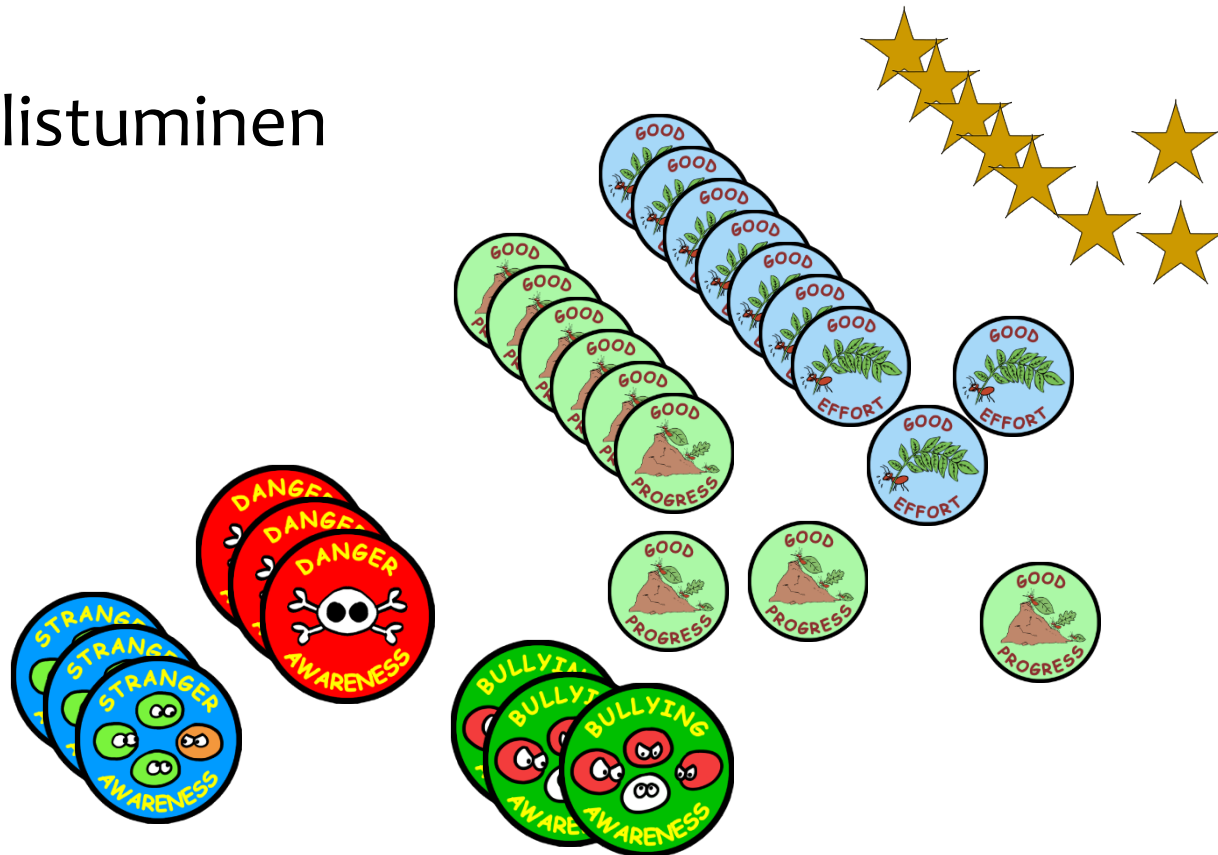
- Opetustyökaluja
- Kuvaus kaikista tehtävistä ja leikeistä (minkä ikäisille, mitä kehittää, miten tehdään)
- Pelit, aktiviteetit ja tehtävät
- Kotitehtävät
- Tavoitteet





Palkinnot

- Tunneille osallistuminen
- Hyvä yritys
- Hyvä kehitys
- Saavutukset
 - Vyöarvo
 - Erityissaavutus





Palkinnot


Osallistuttuaan 20 tunnille oppilas saa palkinnon



TAEKWON-DO KIDS		Student Record Card	
Name: Thomas Richardson		Date of Birth: 12 / 06 / 2007	
Membership No.: 0128756		Date started: 14/07/2010	

Attendance																				
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	★
/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/	★
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	★
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	★
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	★
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	★
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	★
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	★

Tick a box every time you attend a lesson.
You will receive a Gold Star for every 20 lessons you attend.

Special Awards		
		
Danger Awareness	Stranger Awareness	Bullying Awareness

Your instructor will stamp the box when you complete each of the Special awards. You will also get a badge to sew on your Dobok.



Palkinnot

“Hyvä yritys” palkinto myönnetään kun oppilaan pitkäjänteisyys ja uutteruus kehittyvät, vaikka itse harjoiteltava taito ei kehittyisikään.











Good Effort Awards			
Good Progress Awards			



Palkinnot

“Hyvä kehitys” palkinto myönnetään kun oppilas kehittyy pitkäjänteisesti kohti haluttua tavoitetta.



Good Effort Awards			
			
			
Good Progress Awards			
			



Palkinnot

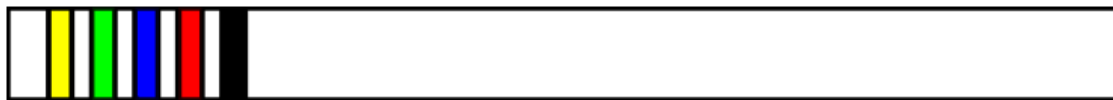
Kun oppilas saa vyöarvonsa tehtävän tehtyä, hän saa myös leiman reenikorttiin

Grade Awards				(When you complete all the assignments for a topic, your instructor will stamp the box. When all 6 topics are complete, you will be ready to do your grading exam. If you pass your exam, you will get a yellow stripe for your belt.)			
Level	Life Skills	Fitness & Health	Coordination Skills	Mind Skills	Taekwon-Do Attitudes	TKD Skills	Grading Exam
Level 1						Instructors stamp	
Level 2	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	
Level 3	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	
Level 4	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	
Level 5	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	
Level 6	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	Instructors stamp	



Palkinnot

Kun oppilas on tehnyt kaikki opetusohjelman vyöarvon tehtävät onnistuneesti ja läpäissyt vyökokeen hän saa “vyöarvopalkinnon”.

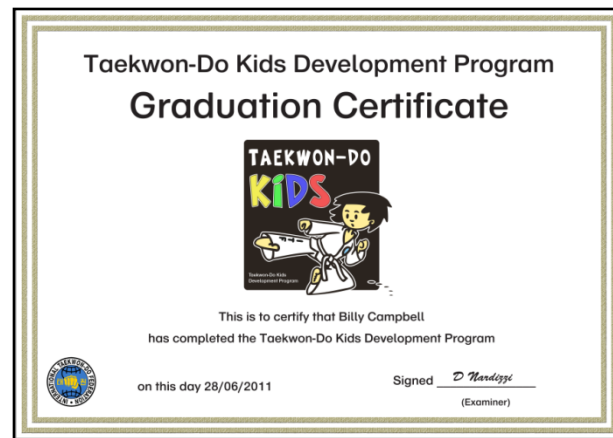


Ohjelma on siis rakennettu 6 tasoon, jotka suoritettuaan oppilas saa keltaisen vyön ja on valmis 7-9 vuotiaiden keltaisten vöiden seuraan.



Palkinnot

7. taso tarkoittaa keltaista vyötä. Keltaisen vyön saavuttaessaan oppilas saa myös sertifiikaatin.





Kurssin kesto

Kurssin tavoitteena on tehdä 7 vuotiaita keltaisia vöitä

	Suggested waiting time						Suggested duration of the TKD Program
	1st Exam (Promote to Level 2)	2nd Exam (Promote to Level 3)	3rd Exam (Promote to Level 4)	4th Exam (Promote to Level 5)	5th Exam (Promote to Level 6)	6th Exam (Promote to Level 7)	
4 - 4½ yrs	3-6 months	6 months	6 months	6 months	6 months	6 months	33-36 months
4½ - 5 yrs	3 months	3-6 months	3-6 months	6 months	6 months	6 months	27-33 months
5 - 5½ yrs	skip	3 months	3-6 months	3-6 months	6 months	6 months	21-27 months
5½ - 6 yrs	skip	3 months	3 months	3-6 months	3-6 months	6 months	18-24 months
6 yrs +	skip	3 months	3 months	3 months	3-6 months	3-6 months	15-21 months



Edut lapselle!



- Itsevarmuus
- Kunnioitus
- Kuri
- Ymmärrys ja tietoisuus
- Keskittyminen
- Kiukun kanavointi
- Tasapaino
- Koordinaatio
- Nopeus
- Reaktiot
- Kunto
- Terveelliset tavat