

# Exposé: Tyki – Das Taekwondo Kid

**Autor: Jürgen Knees**

**Genre: Kinderbuch (6–12 Jahre)**

**Ziel: Werte wie Disziplin, Respekt und Durchhaltevermögen durch spannende Geschichten rund um Taekwondo vermitteln.**

---

## Überblick über das Buch

Tyki ist ein neugieriger, aber unsicherer 8-jähriger Junge, der sich oft selbst unterschätzt. Als er eines Tages einen Flyer für einen Taekwondo-Kurs findet, beschließt er, etwas völlig Neues auszuprobieren. Das Buch begleitet ihn auf seiner Reise durch die Welt des Taekwondo – von seinen ersten unsicheren Schritten bis hin zu Turnieren und dem Überwinden persönlicher Ängste.

Jede Geschichte vermittelt nicht nur eine wichtige Lektion für das Leben, sondern gibt den Lesern auch einen Einblick in die Werte und Prinzipien des Taekwondo.

## Kapitel 1: Der neue weiße Gürtel

Tyki saß nervös auf der Holzbank am Rand der großen Turnhalle. Sein Herz klopfte so laut, dass er sicher war, die anderen Kinder müssten es hören. Vor ihm übte eine Gruppe Schüler verschiedene Bewegungen, die Tyki beeindruckend und einschüchternd zugleich fand. Ihre weißen Anzüge – *Doboks*, wie der Trainer es nannte – raschelten bei jeder Bewegung. Die schwarzen Gürtel, die manche von ihnen trugen, schienen fast zu leuchten.

„Bist du bereit, Tyki?“ fragte seine Mutter, die neben ihm stand und ihn ermutigend anlächelte. „Das wird dir gefallen. Du wolltest doch immer einen Sport ausprobieren, bei dem du dich bewegen kannst.“

Tyki nickte unsicher. Er hatte sich Taekwondo ausgesucht, weil er davon geträumt hatte, so mutig und stark wie die Helden in seinen Lieblingsfilmen zu sein. Aber jetzt, wo er hier war, fühlte er sich klein und unsicher.

Ein freundlicher Mann mit kurzen grauen Haaren und einem schwarzen Gürtel um die Taille kam auf ihn zu. „Hallo, du musst Tyki sein! Ich bin Meister Kim. Willkommen in deiner ersten Taekwondo-Stunde.“

Tyki stand auf und nickte schüchtern. „Hallo, Meister Kim.“

„Du brauchst keine Angst zu haben,“ sagte Meister Kim mit einem warmen Lächeln. „Jeder hier hat mal als Anfänger begonnen – genau wie du. Heute lernst du die Grundlagen. Wir fangen mit etwas Einfachem an: Respekt.“

„Respekt?“ wiederholte Tyki überrascht.

„Ja,“ sagte Meister Kim. „Im Taekwondo beginnt und endet alles mit Respekt. Schau mal, das machen wir immer, bevor wir mit dem Training starten.“ Er stellte sich gerade hin, legte die Hände an die Seiten und verbeugte sich leicht. „Das zeigt, dass wir die anderen und uns selbst wertschätzen.“

Tyki versuchte es nachzumachen. „So?“

„Perfekt!“ lobte Meister Kim. „Komm, ich stelle dir die anderen vor.“

Die anderen Kinder begrüßten Tyki freundlich, und bald fand er sich in einer kleinen Gruppe wieder, die die ersten Bewegungen lernte. Meister Kim erklärte ihnen, wie sie einen festen Stand einnehmen und einfache Schläge und Tritte ausführen konnten.

„Denkt daran,“ sagte Meister Kim, „es geht nicht darum, stark oder schnell zu sein. Es geht darum, konzentriert zu bleiben und nicht aufzugeben.“

Tyki übte den Grundschatz, den er gerade gelernt hatte. Anfangs fühlte es sich komisch an, aber mit jeder Wiederholung wurde er sicherer. „Guter Stand, Tykie!“ lobte Meister Kim.

Am Ende der Stunde war Tyki erschöpft, aber stolz. Er hatte nicht nur den Grundschatz gelernt, sondern auch verstanden, was es bedeutete, sich selbst und andere zu respektieren.

Als Meister Kim die Stunde mit einer letzten Verbeugung beendete, spürte Tyki, dass er einen wichtigen Schritt gemacht hatte. Der weiße Gürtel, den er trug, war nicht nur ein Zeichen dafür, dass er ein Anfänger war – er war der Anfang einer Reise, die er nie vergessen würde.

Auf dem Heimweg erzählte Tyki seiner Mutter begeistert von allem, was er gelernt hatte. „Ich dachte, es wäre nur ein Sport,“ sagte er, „aber es fühlt sich an wie etwas viel Größeres.“

Seine Mutter lächelte. „Das ist es auch, Tyki. Und ich bin sicher, dass du daran wachsen wirst.“

In dieser Nacht schlief Tyki mit einem Lächeln ein. Er wusste, dass dies erst der Anfang war – der Anfang eines Abenteuers, das ihn stark, mutig und voller Respekt für sich selbst und andere machen würde.

## **Kapitel 2: Die erste Herausforderung**

In der folgenden Woche fühlte sich Tyki bereits ein wenig wohler in der Taekwondo-Gruppe. Jeden Dienstag und Donnerstag zog er seinen weißen Dobok an, band seinen neuen weißen Gürtel mit viel Konzentration um und machte sich auf den Weg zur Turnhalle. Doch heute schien die Stimmung anders zu sein.

„Heute machen wir etwas Besonderes,“ kündigte Meister Kim an, als die Kinder sich in einer Reihe aufstellten. „Ihr werdet lernen, wie man in einem kleinen Übungskampf bestehen kann.“

Ein Übungskampf? Tyki's Herz begann schneller zu schlagen. Er hatte den anderen Kindern zugesehen, wie sie Tritte und Schläge gegen Polster übten, aber gegen einen echten Gegner? Das fühlte sich plötzlich sehr ernst an.

„Keine Sorge,“ fügte Meister Kim hinzu. „Wir üben langsam und sicher. Es geht nicht darum, zu gewinnen, sondern zu lernen. Bleibt ruhig, konzentriert euch auf eure Technik, und denkt daran: Respekt vor eurem Partner steht an erster Stelle.“

Meister Kim rief die Namen der Paare auf. Tyki wurde mit einem älteren Jungen namens Marco zusammengestellt, der bereits einen gelben Gürtel trug. Marco war größer und schien sehr selbstbewusst, doch er lächelte freundlich.

„Hey, Tyki,“ sagte Marco. „Keine Angst. Ich werde es leicht machen, okay?“

Tyki nickte, auch wenn sein Magen noch immer flatterte. Er stellte sich in die Position, die Meister Kim ihnen beigebracht hatte, und wartete auf das Kommando.

„Beginnt!“ rief Meister Kim.

Marco bewegte sich schnell und setzte einen leichten Tritt an, den Tyki gerade noch blockieren konnte. „Gut gemacht,“ sagte Marco ermutigend. „Jetzt bist du dran!“

Tyki atmete tief ein und versuchte einen Tritt, den er im Training gelernt hatte. Es war nicht perfekt, aber Marco wich ihm gekonnt aus. „Nicht schlecht! Aber halte dein Gleichgewicht besser,“ riet

Marco.

Mit jedem Versuch wurde Tyki mutiger. Er begann, sich auf seine Bewegungen zu konzentrieren, anstatt darüber nachzudenken, was Marco tun könnte. Schließlich gelang ihm ein sauberer Block, gefolgt von einem Tritt, der Marco überraschte.

„Wow, das war gut!“ sagte Marco, während er lachte. „Du hast Talent.“

Nach dem Übungskampf lobte Meister Kim die ganze Gruppe. „Ihr habt euch großartig geschlagen. Denkt daran: Es ist nicht schlimm, Fehler zu machen. Was zählt, ist, dass ihr euch anstrengt und weiterlernt.“

Als Tyki an diesem Abend nach Hause ging, fühlte er sich zum ersten Mal wie ein richtiger Taekwondo-Schüler. Er hatte sich seiner Angst gestellt und etwas Neues gelernt.

Zu Hause erzählte er seiner Mutter alles über den Übungskampf. „Marco war echt nett,“ sagte Tyki, „und ich glaube, ich werde besser. Es ist wie... ein kleines Abenteuer jedes Mal.“

Seine Mutter lächelte. „Das ist der Geist des Taekwondo, Tyki. Es geht nicht nur darum, stärker zu werden, sondern auch mutiger.“

In dieser Nacht dachte Tyki über die Lektion des Tages nach: Jeder Kampf, egal ob groß oder klein, beginnt damit, den ersten Schritt zu machen – und daran zu glauben, dass man es schaffen kann.

### **Kapitel 3: Tykis erster Freund**

In der nächsten Woche betrat Tyki die Turnhalle mit einem neuen Gefühl von Selbstbewusstsein. Er hatte den Übungskampf gemeistert, und die Techniken, die er von Meister Kim lernte, fielen ihm immer leichter. Doch etwas fehlte noch. Während die anderen Kinder miteinander lachten und sich unterhielten, fühlte Tyki sich manchmal ein wenig allein.

An diesem Tag bemerkte er ein neues Gesicht in der Gruppe. Ein Junge in seinem Alter, mit strubbeligen braunen Haaren und einem Dobok, der ein wenig zu groß wirkte, stand schüchtern am Rand der Halle.

„Das ist Liam,“ stellte Meister Kim vor. „Es ist seine erste Stunde. Ich hoffe, ihr helft ihm, sich hier wohlfühlen.“

Tyki erinnerte sich daran, wie nervös er an seinem ersten Tag gewesen war, und beschloss, auf Liam zuzugehen. „Hi, ich bin Tyki,“ sagte er und lächelte. „Es ist gar nicht so schlimm, wie es aussieht. Ich kann dir zeigen, was wir heute machen.“

Liam wirkte erleichtert. „Echt? Das wäre super. Ich bin ein bisschen nervös.“

„Das war ich auch,“ gestand Tyki. „Aber warte ab, es macht echt Spaß.“

Die beiden Jungen wurden von Meister Kim in eine Gruppe eingeteilt. Heute stand das Üben der Grundtechniken auf dem Plan: der vordere Schlag (*Ap Jireugi*) und der einfache Tritt (*Ap Chagi*).

Tyki zeigte Liam, wie er seinen Stand verbessern konnte. „Du musst stabil stehen, sonst verlierst du das Gleichgewicht,“ erklärte er. „Hier, ich zeig's dir.“

Liam versuchte es und grinste, als er den Tritt sauber ausführen konnte. „Danke, Tyki! Du bist echt gut.“

Während der Stunde wurden die beiden schnell ein Team. Sie halfen sich gegenseitig, lachten über kleine Fehler und feuerten sich an, wenn etwas klappte.

Am Ende der Stunde setzte sich Liam neben Tyki auf die Bank. „Weißt du,“ sagte Liam, „ich dachte, ich würde hier niemanden kennen und alleine dastehen. Aber jetzt bin ich froh, dass ich gekommen bin.“

„Ich kenne das Gefühl,“ antwortete Tyki. „Aber hier ist es anders. Meister Kim sagt immer, dass

Taekwondo wie eine Familie ist. Und in einer Familie hilft man sich.“

Liam nickte nachdenklich. „Das gefällt mir. Vielleicht kann ich eines Tages so gut werden wie du.“

Tyki lachte. „Ich bin auch noch am Anfang. Aber wenn wir zusammen trainieren, werden wir beide besser.“

Als Tyki an diesem Abend nach Hause ging, fühlte er sich glücklicher als je zuvor. Er hatte nicht nur viel gelernt, sondern auch einen neuen Freund gefunden.

In dieser Nacht dachte er daran, wie Taekwondo ihn nicht nur stärker und mutiger machte, sondern auch zeigte, wie wichtig es war, anderen zu helfen. Und mit einem neuen Freund an seiner Seite wusste Tyki, dass dies der Beginn einer noch aufregenderen Reise war.

## Interaktive Sektion

### Reflexionsaufgaben:

1. **Zeichnen:** Male Tykie in seinem weißen Taekwondo-Anzug mit dem neuen Gürtel. Wie fühlst du dich, wenn du ihn ansiehst?
2. **Mut-Challenge:** Schreibe drei Dinge auf, die du gerne ausprobieren möchtest, aber dich bisher nicht getraut hast. Kannst du eines davon diese Woche umsetzen?

### Mini-Quiz:

1. **Frage:** Was bedeutet es, Mut zu haben?
    - a) Keine Angst zu fühlen
    - b) Angst zu überwinden und es trotzdem zu versuchen
    - c) Sofort alles perfekt zu können(Antwort: b)
  2. **Frage:** Wie sagt man „Hallo“ auf Koreanisch?
    - a) Dojang
    - b) An-nyeong-ha-se-yo
    - c) Ap-Chagi(Antwort: b)
  3. **Frage:** Welche Technik hat Tykie in seiner ersten Stunde gelernt?
    - a) Front-Kick
    - b) Drehkick
    - c) Seitenkick(Antwort: a)
- 

### Rätsel: Tykies Training

**Tykie braucht deine Hilfe, um den Weg zum Trainingsraum zu finden.**

Löse die Aufgaben:

1. Schreibe die Bewegung, die Respekt zeigt (*Verbeugung*).
2. Finde die Begriffe „Dojang“, „Kick“, „Mut“, „Respekt“ und „Training“ im Buchstaben-Wirrwarr:

**DOJANGRESPEKTKICKMUTTRAINING**

3. Ergänze den Satz:

„Der weiße Gürtel steht für \_\_\_\_\_ und einen neuen Anfang.“ (*Hinweis: Es ist ein Wort für Lernen oder Start.*)