



Prüferschulung Fortbildung Dezember 2023

zur Verlängerung um 3 Jahre
bzw. zum Neuerwerb

Zusammenfassung Kyu- und Dan-Graduierungsordnung sowie Grundsatzordnung

mit Erfahrungsaustausch



Inhalt der Schulung

1. Vorstellung / Begrüßung
2. Neue Graduierungsordnung – Grundlagen
3. Besonderheiten zum 8. Kyu
4. Kyu-Graduierungen Stand 2022
5. Dan-Graduierungen Stand Okt. 2023
6. Praxisteil
7. Abschlussgespräch



Vorstellung / Begrüßung



- Ziel 10:00 – 14:00 Uhr, Neuerwerb – 14:30 Uhr
- Michael Scholz
- Prüfungsreferent im HJV seit 2017, vorher Ligareferent (nicht Lehrreferent – Zuständigkeit hier Lea Holz – z. B. für Verlängerung der Trainerlizenzen)
- Judo seit 1973 u. a. USC Paloma, VfL Pinneberg, TSV Stellingen, seit 1981 Trainer und Kämpfer im Rellinger TV
- aktiv als Prüfer seit 1985
- 5. DAN
- Trainer B
- Ausbilderzertifikat des DOSB (Methoden- und Sozialkompetenz)



Graduierungsordnung Oktober 2023

- Wurde aktuell auf der MV im Oktober verabschiedet. (Hier nur wesentliches aufgeführt.)
- Ersetzt die „Grundsatzordnung für das Prüfungswesen“.
- Gilt streng genommen nur für neue Graduierungsordnung Kyu und Dan.
- Die Landesverbände haben im Vorwege kommentiert, dennoch ist noch nicht alles komplett widerspruchsfrei. 😊
- 8. Kyu – 5. Dan → DJB und Landesverbände [LV] (DJB schafft Rahmen – LV setzen **einheitlich** um) - *Schaffen wir es in Hamburg?*
- ab 6. Dan → DJB



Graduierungsordnung Oktober 2023

- Altes Kyu-Prüfungsprogramm läuft zum 31.12.2023 endgültig aus.
Neues Graduierungssystem verpflichtend – *wie habt ihr die letzten 6 Monate geprüft?*
- Neues Dan-Graduierungssystem kann wahlweise zum alten System bis 31.12.2024 angewendet werden.

HH: Dan-Vorbereitung 2023 läuft nach dem alten Graduierungssystem
Dan-Vorbereitung 2024 nach dem neuen Graduierungssystem

- DJB-Mitgliedsmarken für die gesamte Vorbereitungszeit erforderlich – künftig digital
– Ausnahmen Schulen, Universitäten, Bundeswehr, Polizei o. ä.



Graduierungsordnung Oktober 2023

- Bewertungen von Kompetenzfeststellungen sind als Tatsachenentscheidung nicht anfechtbar
- Graduierungen sind nur mit gültiger Graduierungslizenz möglich
 - 8. - 3. Kyu * Graduierungen erfolgen im Verein (HH)
 - 2. - 1. Kyu * Verband delegiert an sich bewerbende Vereine mit Vorbereitungslehrgängen (HH)
 - 1. - 5. Dan * Verband mit zentraler Vorbereitung für 1. – 3. Dan und freiwillig 4. – 5. Dan (HH)
 - 6. Dan * DJB
- Voraussetzung Graduierungslizenz:
 - notwendige Kompetenz
 - min. 18 Jahre alt
 - Mitglied in einem LV des DJB
 - vom DJB anerkannter Dan-Grad **ODER**
 - Trainer C-Lizenz Judo (Graduierung nur für 8. - 4. Kyu möglich)
- Dan-Prüfer werden jeweils berufen. In der Regel prüft min. ein Vorbereiter mit.
Interessenten schreiben mir gern eine Mail.
- 1 Prüfer/Graduierer für Kyu-Grade (in HH ab 2. Kyu 2 Prüfer)
3 Prüfer/Graduierer für Dan-Grade



Graduierungsordnung Oktober 2023

- Es müssen die Kompetenzen in allen Bereichen mit mindestens „ausreichend“ bewertet werden. Ein Ausgleich ist nicht mehr möglich.
- Jeder Ausrichtende ist frei, ob modular oder trainingsbegleitend oder als eine zentrale Grad.-Veranstaltung – *Wie prüft ihr im Verein?*
- Modular bedeutet nicht z. B. die Kata in einzelne Gruppen zu zerlegen (sondern Ne-Waza, Kata etc.).
- Neuartige Formate möglich – in Absprache mit dem DJB unter Mitteilung der Erfahrungen.
- Künftig unterstützt die Judo APP
- Für Graduierungen in anderen Vereinen muss die Zustimmung des Heimatvereines vorliegen
- Für Graduierungen in anderen LV muss die Zustimmung des Heimat-LV vorliegen



Besonderheit: der 8. Kyu Weiß-gelber Gürtel



- 8. Kyu – ist nun ein Einsteiger-Gürtel (Marketing) zum „anfüttern“ neuer Judoka, dennoch ist der 8. Kyu aktuell verpflichtend

Im Rahmen eines Seminars, Schulkurses, Schnupperkurses, Probetraining o. ä. soll der Judoka ein Grundverständnis erlangen.

- Grundzüge des Fallens ohne sich zu verletzen
 - kontrolliert werfen bzw. zu Boden bringen
 - mit einem Haltegriff Uke kontrollieren
 - Judowerte in Grundzügen (u. a. Angrüßen / Abgrüßen)
 - Stop-Signal (abklopfen)
-
- Abnahme des 8. Kyu erfolgt:
 - ohne Prüferlizenz
 - ohne Trainerlizenz
 - ohne Dan
 - ohne zwingende Vereinsmitgliedschaft



Mindestalter

Grad	Mindestalter	Vorbereitungszeit
5. Kyu - orange	- 8 Jahre	
3. Kyu - grün	- 11 Jahre	
1. Kyu - braun	- 13 Jahre bei Kata, Wettkampf - 14 Jahre bei Taiso, SV	
1. Dan	- 15/16 Jahre (15 nur mit Wettkampferfolgen)	1 Jahr
2. Dan	- 18 Jahre	1 Jahr
3. Dan	- 21 Jahre	1 Jahr
4. Dan	- 25 Jahre	3 Jahre
5. Dan	- 30 Jahre	3 Jahre
6. Dan	- 36 Jahre (min. 20 Jahre nach Erwerb des 1. Dan)	6 Jahre



Graduierungsmodalitäten



- Es sind 3 Graduierungen pro 365 Tage möglich.
Der 8. Kyu wird hierbei nicht mitgezählt.
- Ab 14 Jahren darf jeweils bis zum 3. Kyu ein Kyu-Grad pro Prüfung übersprungen werden.
- Überspringen heißt:
 - Beide Programme sind zu zeigen
 - Beide Prüfungsmarken sind erforderlich
 - Beide Gebühren sind zu zahlen 😊



Graduierungssystem Kyu 2022 - Zusammenfassung

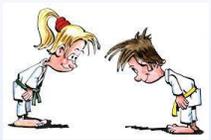
- Nicht Prüfungssystem, sondern Graduierungssystem, um den Judokas die Angst zu nehmen und mehr Judokas zu gewinnen.
- Erarbeitet u. a. von Lippmann, Dax-Romswinkel, Wienecke, Trautmann, Keidel, Klegrefe etc.
- Informationsmaterial im Internet – „Technik Tuesday“ Erarbeitung wird fortgeführt.
- Konzentration - Fitness - angstfreies Fallen
- Aktive Herstellung von günstigen Ausgangssituationen
- Erlernen grundlegender Wurfprinzipien, Werfen aus Situationen, Eindrehtechnik links und rechts (aus einer Griffposition)
- Halteprinzipien, Befreiungen, Lösungen für alle Grundsituationen im Boden
- Randori zur Schaffung der Lust an kultiviertem Kämpfen
- Grundlegende Hebel und Würgeprinzipien
- Alle Techniken als Tori und Uke, um das Situationsverständnis zu stärken
- Flexibel durch Grundtechniken und Technikpool



Erweiterung der Grundausbildung 3. - 1. Kyu



- Wettkampforientierung oder Interesse an vielfältigen Bewegungen
- Bindung an den Judosport
- Erlernen des Erweiterungsprogramms
- Festigen des Grundprogramms
- Erarbeiten eines guten technischen Standards



Technikpools

- Es gibt 4 Technikpools

1. Grundprogramm 7. - 4. Kyu

- Wesentliche Techniken der ersten beiden Stufen der Go-Kyu
Dies sind alle Techniken der Grundkampfkonzeption

2. Erweiterungsprogramm Kyu 3. - 1. Kyu

- Weitere Techniken aus dem Nachwuchsleistungskonzept und für die Nage-no-kata
ab hier Sutemi-waza

3. Masterprogramm 1. - 3. Dan

- Technikerbe, selten praktizierte aber vereinzelt noch in Wettkämpfen angewendete Techniken
(noch in Bearbeitung)

4. Historisches Programm 4. - 5. Dan

- Techniken, die nur noch von historischem Interesse sind (noch in Bearbeitung)



Graduierungsmodalitäten

- Die Nomenklatur (Sprachgebrauch) soll dem Kodokan angepasst werden.

Beispiel:

- O-uchi-gari nicht O-uchi-barai
- Kanuki gatame entfällt (Ude-garami)
- Seo-nage nicht Ippon-Seo-nage
- weg vom Hofmann-System – hin zum Kodokan
nicht mehr 7 Hebeltechnikgruppen – es werden 10 Gruppen definiert
nicht mehr 7 Würgetechnikgruppen – es werden 12 Gruppen definiert

- Lt. DJB sind Namen Mittel zum Zweck und kein Kriterium einen guten Judoka durchfallen zu lassen
- „Es gibt keine Techniken – es gibt nur Lösungen für Situationen“



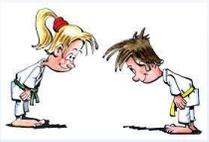
Weitere Hinweise

- Die Techniken umfassen ausdrücklich auch alle bekannten Varianten
- Auch ähnliche Techniken sind zulässig
- Lösung der Aufgabe steht im Vordergrund
- Der Trainer hat eine besondere Verantwortung, da er jetzt noch freier wählen kann
- Situationen stehen im Vordergrund
- Tori stellt bewusst und aktiv eine Situation her durch Druck/Gegendruck etc.



Weitere Hinweise (2)

- Nicht Kraft gegen Kraft, sondern Umlenken der Kraft
- Uke initiiert eine Situation, die Tori nutzt. Entweder eigenständig bzw.
- Tori stellt bewusst und aktiv eine Situation her durch Druck/Gegendruck etc.
- Möglichkeiten:
 - Uke ist unaufmerksam
 - Uke folgt Tori ohne Gegenwehr
 - Uke folgt mit Widerstand
 - Uke bewegt sich in eine Richtung und versucht Tori mitzunehmen
 - Uke reagiert auf Toris Versuch ihn in eine Richtung zu drängen, mit starker Gegenreaktion***Dies ist im Kyu-Bereich jedoch nur in Ansätzen umsetzbar.***
- Weitere Kriterien: Auslage, Griff, extreme Körperhaltung



Weitere Hinweise (3)

- Es gibt keine offizielle Altersklasseneinteilung. Es liegt im Ermessen des Trainers, wann er was übt
- Auch im Boden sollen Situationen hergestellt werden mit: „Wenn → Dann“
- Technikalternativen sind erwünscht



	Niveaustufe 1: bis. 4. Kyu	Niveaustufe 2: 3. bis 1. Kyu
Kata⁴: Technikausführung als Lösung einer geschlossenen Situation	<p>Grundprogramm: Führt zweiphasige Interaktionsketten in mäßigem Tempo in Grobform aus</p> <p>(zweiphasig: Tori reagiert auf eine Aktion Ukes im Sinne von „wenn -> dann“)</p>	<p>Grundprogramm: Führt zweiphasige Interaktionsketten in flüssigem Tempo in verfeinerter Form aus</p> <p>Erweiterungsprogramm: Führt zweiphasige Interaktionsketten in mäßigem Tempo in Grobform aus</p>
Randori⁵: Technikausführung als Lösung von offenen Situationen	Zeigt Ansätze, die gelernten Techniken anzuwenden	Löst einfache Situationen erfolgreich bei geringem Gegnerdruck
<p>Wissen</p> <ul style="list-style-type: none"> • biomechanische Aspekte • methodische Aspekte • pädagogische Aspekte 	<p>Beschreibt die Aktionen von Tori und Uke bei vertrauten Techniken mit einfachen Worten</p> <p>Beschreibt die auszuführenden Übungshandlungen zu den gebräuchlichsten Übungsformen</p> <p>Beschreibt die Bedeutung von Judowerten anhand von einfachen Beispielen</p>	<p>Nutzt einfache physikalische und biomechanische Begriffe, um die Funktionalität von Fertigkeiten zu beschreiben</p> <p>Nennt die wesentlichen Übungs- und Trainingsziele, die mit den gebräuchlichsten Übungsformen verfolgt werden</p> <p>Beschreibt typische Transfersituationen für die Judowerte im Judo und im Alltag</p>
Selbstständigkeit	Lernt, übt und trainiert nach Anweisung im Rahmen altersgemäßer Möglichkeiten auch ohne ständige Beobachtung durch den Trainer.	Lernt, übt und trainiert konzentriert und zunehmend selbstgesteuert, um Fortschritte zu erreichen.
Sozialkompetenz	Hält sich an Etikette, Hygiene und den Ordnungsrahmen im Dojo, zeigt eine Haltung der wechselseitigen Unterstützung im Lernprozess und achtet auf ein möglichst geringes Verletzungsrisiko.	Gibt weniger Erfahrenen Tipps und Hinweise zum Üben und bringt sich bei Gemeinschaftsaufgaben helfend ein.



Beispielvideos

https://youtu.be/JYBcx6iRFnY?list=PLZOOND0QXndN9_4URDkillrSQpCNdG0LA

<https://youtu.be/XaVP1a9J3k8?list=PLZOOND0QXndPfv2aiZEE5Si6s-rABbvg4>

	Ukemi und Partnerverhalten	Nage-Waza	Katame-Waza	Randori / Shiai	Sonstiges
8. Kyu Weiß-Gelb	Fallen ohne Verletzung	Kontrolliert werfen	Haltegriff kontrollieren	Stop-Signal/ Abklopfen	Judowerte in groben Zügen
7. Kyu Gelb	Rückwärts, Seitwärts, Rolle vorwärts einseitig, (aber als Uke beidseitig) Herstellen der Ausgangssituation für Tori	3x Wurftechniken 1x Eindrehtechnik Hauptseite, 1x Gegenseite 1x Fußtechnik	4 Haltetechniken (Kesa, Kami, Yoko, Tate-shio-gatame) 2 Haltegriffwechsel als Reaktion auf Befreiungsversuch Lösung Standardsituation - Übergang vom Werfen zum Halten	2 Aufgabenrandori a 2 min Stand 2 Aufgabenrandori a 2 min Boden	
6. Kyu Gelb-Or.	Rückwärts mit Rolle, Seitwärts, Vorwärtsrolle, alles beidseitig Herstellen der Ausgangssituation für Tori	6x Wurftechniken 2x Eindrehtechnik Hauptseite, 2x Gegenseite 2x Fußtechnik	8 Haltetechniken (Neue oder Varianten) 3 Haltegriffwechsel als Reaktion auf Befreiungsversuch Lösung Standardsituation - Übergang vom Werfen zum Halten Umdrehtechnik von Bauchlage in Osaekomi-waza	2 Aufgabenrandori a 2 min Stand 2 Aufgabenrandori a 2 min Boden Alternativ eine Wettkampfteilnahme (in Hamburg - Vereinsübergreifende Wettkämpfe)	
5. Kyu Orange	Wie vor jedoch aus dem Gehen Herstellen der Ausgangssituation für Tori Abwehrverhalten gegen Hebeltechniken	9x Wurftechniken 3x Eindrehtechnik Hauptseite, 3x Gegenseite 3x Fußtechnik	4 Befreiungen aus Haltetechniken - (Bauch drehen/Bein Klammern/zwischen Beine nehmen/Brücke) Lösung Standardsituation - Übergang vom Werfen zum Halten Umdrehtechnik von Bauchlage in Osaekomi-waza zusätzlich Lösen Beinklammer und Angriff gegen Bank	2 Aufgabenrandori a 2 min Stand 2 Aufgabenrandori a 2 min Boden Alternativ 2x Wettkampfteilnahme seit letzter Graduierung (in Hamburg - Vereinsübergreifende Wettkämpfe)	
4. Kyu Orange-Gr. Ende Grundausbildung	Wie vor jedoch aus zügiger Bewegung Herstellen der Ausgangssituation für Tori Abwehrverhalten gegen Hebeltechniken	12 Wurftechniken aus dynamischer Situation 3x Eindrehtechnik Hauptseite, 3x Gegenseite verbindlich O-soto-gari/Harai-goshi/Uchi-mata	3 Hebeltechniken - Juji-gatame / Ude-garami / freie Auswahl 6 Lösungen Standardsituationen - 4 stk. aus 7-5. Kyu und Angriff aus eigener Rückenlage und gegnerischer Rückenlage	2 Aufgabenrandori a 2 min Stand 2 Aufgabenrandori a 2 min Boden Alternativ 2x Wettkampfteilnahme seit letzter Graduierung (in Hamburg - Vereinsübergreifende Wettkämpfe)	
3. Kyu Grün	Wie vor jedoch aus zügiger Bewegung und freier Fall Herstellen der Ausgangssituation für Tori Abwehrverhalten gegen Hebeltechniken	15 Wurftechniken davon 3 aus Erweiterungsprogramm obligatorisch: Tomoe-nage / Tani-otoshi je ein Konter, eine Finte , eine Kombination	3 Hebeltechniken aus Erweiterungsprogramm obligatorisch Hiza-gatame / Sankaku gatame 7 Lösungen Standardsituationen - 6 stk. aus 7-4. Kyu und Positionswechsel von Verteidigungsposition in Angriffsposition	2 Aufgabenrandori a 3 min Stand 2 Aufgabenrandori a 3 min Boden Alternativ 3x Wettkampfteilnahme seit letzter Graduierung (in Hamburg - Vereinsübergreifende Wettkämpfe)	
2. Kyu Blau	Alle Ukemi Herstellen der Ausgangssituation für Tori Abwehrverhalten gegen Würgetechniken	18 Wurftechniken davon 6 aus Erweiterungsprogramm obligatorisch: Sumi-gaeshi / Soto-maki-komi je ein Konter, eine Finte , eine Kombination Grifferarbeitung (und Lösen) mit Wurf abschließen aus Ai-yotsu und Kenka-yotsu (Gleich/Gegengleich)	3x Shime-waza aus Erweiterungsprogramm, obligatorisch: Gyaku-juji-jime und Okuri-eri-jime als Koshi-Jime 8 Lösungen Standardsituationen - 6 Stk. aus 7-4. Kyu und 2 Positionswechsel von Verteidigungsposition in Angriffsposition	2 Aufgabenrandori a 3 min Stand 2 Aufgabenrandori a 3 min Boden Alternativ 3x Wettkampfteilnahme seit letzter Graduierung (in Hamburg - Vereinsübergreifende Wettkämpfe)	
1. Kyu Braun	Alle Ukemi Herstellen der Ausgangssituation für Tori Abwehrverhalten gegen alle Bodentechniken	20 Wurftechniken davon 9 aus Erweiterungsprogramm obligatorisch: Ura-nage/Ko-uchi-makikomi je 2 Konter, Finten , Kombinationen	4 Shime-Waza aus Erweiterungsprogramm, obligatorisch: Sode-guruma, Okuri-eri-jime als Rollwürger Lösungen Standardsituationen aus 7-4. Kyu und 3 Positionswechsel von Verteidigungsposition in Angriffsposition 2 Übergänge Stand/Boden 1x Ai-Yotsu, 1x Kenka-Yotsu	2 Aufgabenrandori a 3 min Stand 2 Aufgabenrandori a 3 min Boden Alternativ 3x Wettkampfteilnahme seit letzter Graduierung (in Hamburg - Vereinsübergreifende Wettkämpfe)	Jeweils alternativ: Vorstellung der eigenen Kampfkonzepktion Stand + Boden 10 technische Aktionen aus Kata des Dan-Programms Selbstverteidigung ab 16. Jahren - 10 Aktionen Taiso ab 16. Jahren mit technischen Inhalten Judo



Weitere Hinweise

- Neue Prüfungslisten sind nicht verfügbar. Es werden bis zur Digitalisierung die alten verwendet und in Kürze offiziell angepasst. Uke-Verhalten soll mit bewertet werden. (Dennoch haben wir einen Entwurf für eine aktuell sinnvoll verwendbare Liste für Interessierte)
- Künftig alles über die App
- Graduierungsliste 8. Kyu kann **optional** eingereicht werden. Archivierung dann beim HJV.
- Fazit:
 - Reduzierung der Quantität
 - Steigerung der Qualität durch Wiederholung und Festigung



Dan-Graduierungsordnung 2023

- Ab sofort Prüfungsmöglichkeit vom 1. Dan - 6. Dan
- Obligatorischer Teil
 - Nage Waza
 - Katame Waza
 - Theorie (3. Dan - 6. Dan)
 - Engagement (6. Dan)
- Wahlbereiche
 - Lizenzen (Trainer, Kampfrichter, Kata-Wertungsrichter im DJB)
 - Wettkampf (für 1. - 5. Dan) 1 Punkt je gewonnen Kampf auf graduierungsrelevanten Wettkämpfen (DJB/LV)
 - SV
 - Taiso

Beides wird noch konkretisiert (befindet sich noch in der Entwurfsphase)



Dan-Graduierungsordnung 2023

Nachweis entfällt bei wesentlichen Erfolgen. EJU oder IJF gelten auch.

1. Dan - Qualifikation DEM U18/U21/M&F seit letzter Graduierung
2. Dan - Platz 1 - 5 DEM U18/U21/M&F seit letzter Graduierung
3. Dan - Platz 1 - 5 DEM U21/M&F seit letzter Graduierung
4. Dan - Platz 1 - 5 DEM M&F **in der Karriere**
5. Dan - Platz 1 - 5 DEM M&F **in der Karriere**

- Niveau

Neue Inhalte *Stufe 2 weitgehende Umsetzung des Prinzips bei moderater Geschwindigkeit*
Bekannte Inhalte *Stufe 3 vollständige Umsetzung des Prinzips bei dynamischer Geschwindigkeit*



1. Dan

Obligatorik

- Nage-waza → Alle Techniken der Gokyo-no-waza aus freien Interaktionen (darunter mindestens je zwei Kombinationen, Finten, Konter) und je zwei Lösungen für Ai-yotsu und Kenka-yotsu
- Katame-waza → je eine Variante jeder Katame-waza aus dem Grund- und Erweiterungsprogramm als Lösung von Standardsituationen, darunter mindestens je eine Lösung für jede Standardsituation in Ober- und Unterlage
- Kata → **Nage-no-kata Gruppen 1 - 3 oder Ju-no-kata Gruppen 1 - 2**



1. Dan

Wahlbereich

- Lizenzen → gültige Trainer C-Lizenz DJB
- Wettkampf → 10 Kampfpunkte seit der letzten Graduierung und
→ Demonstration und Erläuterung der individuellen Kampfkonzeption einschließlich Trainingsformen für je eine Technik im Stand und am Boden
- Kata → Demonstration als Uke: eine Kodokan-Kata nach freier Wahl aus dem Dan-Programm mit mindestens 15 Techniken oder
→ Demonstration als Tori, wahlweise eine der folgenden Kata:
- die nicht gewählte Alternative der Obligatorik
 - Nage-no-kata: Gruppen 4 und 5
 - Ju-no-kata: Gruppe 3
 - Katame-no-kata: Osaekomi-waza
 - Kodokan Goshinjutsu: Gruppen 1 und 2 (ohne Waffen)



2. Dan



Obligatorik

- Nage-waza → Alle Techniken der Gokyo-no-waza aus freien Interaktionen (darunter mindestens je zwei Kombinationen, Finten, Konter) und je zwei Lösungen für Ai-yotsu und Kenka-yotsu
 - 12 Shinmeisho-/Habukareta-waza („Techniken außerhalb der Gokyo“)

- Katame-waza → je eine Variante aller Katame-waza (außer Ashi-garami und Do-jime) als Lösungen von Standardsituationen
 - Demonstration und Erläuterung von zwei mehrfach verzweigten Handlungsketten mit mindestens drei verschiedenen Abschlüssen, die in einer Standardsituation in Oberlage beginnen

- Kata → Nage-no-kata



2. Dan

Obligatorik Wahlbereich

- Lizenzen → gültige: Trainer C-Lizenz DJB / höchste Landeskampfrichterlizenz / Landes-Wertungsrichterlizenz für eine Kata
- Wettkampf → 10 Kampfpunkte seit der letzten Graduierung und
→ Demonstration von verschiedenen Uchi-komi-Formen von mindestens zwei Eindrehtechniken (je mindestens einmal zur Haupt- und einmal zur Gegenseite) aus vier verschiedenen Bewegungsrichtungen und mit unterschiedlichen Schrittmustern
- Kata → Demonstration als Uke: eine Kodokan-Kata nach freier Wahl aus dem Dan-Programm mit mindestens 15 Techniken oder
→ Demonstration als Tori, wahlweise eine der folgenden Kata:
 - Katame-no-kata: 2 Gruppen nach Wahl
 - Kodokan Goshinjutsu: 4 Gruppen nach Wahl oder Abwehr aller bewaffneter Angriffe (Gruppen 3 - 5)
 - Kime-no-kata: Gruppe Idori



2. Dan

Wahlbereich

- Selbstverteidigung
 - Verteidigung gegen 5 Angriffe aus der Nahdistanz, je einmal gegen Umklammerung, Würgen im Stand, Schwitzkasten, Greifen der Kleidung, Tori am Boden in Rückenlage. Angreifer wird zu Boden gebracht und dort kontrolliert
 - Verteidigungen gegen fünf Angriffe mit Schlagwaffen bzw. Schlagwerkzeugen von mind. 50 cm Länge (z. B. Stock), davon mindestens je
 - 1x Schlag von oben
 - 1x Schlag von der Seite als „Vorhand“
 - 1x Schlag von der Seite als „Rückhand“
- Taiso
 - Demonstration und Erläuterung der Seiryoku-zenyo-kokumin-taiiku-no-kata (Tandoku-dosa)



3. Dan

Obligatorik

- Nage-waza → Alle Techniken der Gokyo-no-waza aus freien Interaktionen
 - 12 Shinmeisho-/Habukareta-waza („Techniken außerhalb der Gokyo“)
 - **6 Kombinationen oder Finten und 6 Kontertechniken**

- Katame-waza → je eine Variante aller Katame-waza (außer Ashi-garami und Do-jime) als Lösungen von Standardsituationen
 - Demonstration und Erläuterung von zwei mehrfach verzweigten Handlungsketten mit mindestens drei verschiedenen Abschlüssen, die in einer Standardsituation in Oberlage beginnen
 - **Demonstration und Erläuterung von zwei mehrfach verzweigten Handlungsketten mit mindestens drei verschiedenen Abschlüssen, die in einer Standardsituation in Unterlage beginnen**
 - **Demonstration und Erläuterung der Prinzipien von „Umdrehtechniken“ gegen Bank-/Bauchlage und aus der eigenen Rückenlage**

- Kata → **Katame-no-kata**

- Theorie (wahlweise)
 - **Erläuterung und kritische Erörterung von Kanos Konzept des Kuzushi und Tsukuri**
 - **Demonstration und Erläuterung zur Bedeutung des Uke-Verhaltens für den Lernprozess**
 - **Erläuterung von konkreten Beispielen der Arbeit mit den Judo-Werten im Kinder- und Jugendtraining**



3. Dan

Wahlbereich

- Lizenzen → gültige: **Trainer B-Lizenz** DJB / Landeskampfrichterlizenz **min. 2 Jahre Erfahrung** / Landes-Wertungsrichterlizenz für **2** Kata
- Wettkampf → 10 Kampfpunkte seit der letzten Graduierung und
→ Demonstration von verschiedenen Uchi-komi-Formen für vier Ashi-waza ohne Eindrehbewegung aus verschiedenen Bewegungsrichtungen
→ Demonstration und Erläuterungen von Griffkampfstrategien auch unter aktuellen Regelgesichtspunkten
- Kata → Demonstration als Uke: eine Kodokan-Kata nach freier Wahl aus dem Dan-Programm mit mindestens 15 Techniken oder
→ Demonstration als Tori, wahlweise eine der folgenden Kata:
 - **Ju-no-kata**
 - **Kodokan Goshinjutsu**
 - **Kime-no-kata: Gruppe Tachiai**
 - **Koshiki-no-kata: Omote 1 - 8**



3. Dan

Wahlbereich

- Selbstverteidigung
 - Verteidigung gegen 5 Angriffe aus der Nahdistanz, je einmal gegen Umklammerung, Würgen im Stand, Schwitzkasten, Greifen der Kleidung, Tori am Boden in Rückenlage. Angreifer wird zu Boden gebracht und dort kontrolliert.
 - Verteidigungen gegen fünf Angriffe mit Schlagwaffen bzw. Schlagwerkzeugen von mind. 50 cm Länge (z. B. Stock), davon mindestens je
 - o 1x Schlag von oben
 - o 1x Schlag von der Seite als „Vorhand“
 - o 1x Schlag von der Seite als „Rückhand“
 - **Demonstration und Erläuterung von Chancen und Risiken der Verteidigung gegen Angriffe mit Messern und anderen Schnitt-/Stichwaffen**
- Taiso
 - **Demonstration und Erläuterung eines gesundheitsorientierten Taiso-Programms**



4. Dan

Obligatorik

- Nage-waza → Demonstration und Erläuterung der biomechanischen Funktionsprinzipien und der Nomenklatur der Te-waza, Koshi-waza und Ashi-waza an vom Prüfer gewählten Beispielen aus dem Gesamtprogramm des Kodokan
- Katame-waza → Demonstration und Erläuterung der biomechanischen Funktionsprinzipien und der Nomenklatur der Osaekomi-waza und der Befreiungen an vom Prüfer gewählten Beispielen aus dem Gesamtprogramm des Kodokan
- Kata → Ju-no-kata oder Kodokan Goshinjutsu
Theorie (wahlweise)
 - Demonstration und Erläuterung verschiedener Hebelwirkungen auf Uke, um Rotationen um Körperachsen zu erzeugen
 - Erläuterungen zur Konstruktion von Übungsreihen nach den Grundsätzen des Lehrens nach Funktionsphasen unter Verwendung des Koordinations-Anforderungs-Reglers
 - Erläuterung von Kanos Erziehungskonzept (zum Ende des 19. Jahrhunderts)



4. Dan

Wahlbereich

- Lizenzen → gültige: Trainer B-Lizenz DJB / Bundeskampfrichterlizenz B / Bundes-Wertungsrichterlizenz B für Kata
- Wettkampf → 10 Kampfpunkte seit der letzten Graduierung und
→ Demonstration und Erläuterungen von vier Trainingsformen zu Auswahlreaktionen im Stand
- Kata → Demonstration als Uke: eine Kodokan-Kata nach freier Wahl aus dem Dan-Programm mit mindestens 15 Techniken oder
→ Demonstration als Tori, wahlweise eine der folgenden Kata:
 - die nicht gewählte Kata der Obligatorik
 - Kime-no-kata
 - Koshiki-no-kata (Omote komplett)
 - Nage-no-kata oder Katame-no-kata auf Niveaustufe 2 - 3 als Tori

Eine Prüfung in Kata kann bei einem Medaillengewinn bei Deutschen Kata-Meisterschaften (Tori oder Uke) entfallen.

Kein Taiso, kein SV.



5. Dan

Obligatorik

- Nage-waza → Demonstration und Erläuterung der biomechanischen Funktionsprinzipien und der Nomenklatur der Ma-sutemi- und Yoko-sutemi-waza außer Kawazu-gake und Kani-basami an vom Prüfer gewählten Beispielen aus dem Gesamtprogramm des Kodokan
- Katame-waza → Demonstration und Erläuterung der biomechanischen Funktionsprinzipien und der Nomenklatur der Kansetsu- und der Shime-waza einschließlich Verteidigungsverhalten an vom Prüfer gewählten Beispielen aus dem Gesamtprogramm des Kodokan
- Kata → Itsutsu-no-kata oder eine andere Kata aus dem Dan-Programm als Uke und Koshiki-no-kata oder Kime-no-kata
- Theorie (wahlweise)
 - Demonstration und Erläuterung der Bedeutung von Rumpfstabilität und Gelenkwinkeln für die Generierung von Kraft und die Kraftübertragung auf Uke
 - Erläuterung der Möglichkeiten der Technikvermittlung durch offene Aufgabenstellungen
 - Erläuterung von Kanos Konzept von Seiryoku-zenyo und Jita-kyo´ei



5. Dan

Wahlbereich

- Lizenzen → gültige: Trainer A-Lizenz DJB / Bundeskampfrichterlizenz A / Bundes-Wertungsrichterlizenz A für Kata
- Wettkampf → 10 Kampfpunkte seit der letzten Graduierung und
→ Demonstration von vier Handlungsketten, bestehend aus Grifferarbeitung, Übergang Stand/Boden nach eigener Wurftechnik, Abschluss mit einer Katame-waza

→ Erläuterung von Prinzipien und Umsetzung der Periodisierung des Trainings anhand des Jahresplans eines Leistungssportlers
- Kata → Demonstration als Uke: eine Kodokan-Kata nach freier Wahl aus dem Dan-Programm mit mindestens 15 Techniken oder
→ Demonstration als Tori wahlweise eine der folgenden Kata:
 - die nicht gewählte Kata der Obligatorik (Kime- oder Koshiki-no-kata)
 - andere Kodokan-Kata (außer Itsutsu-no-kata) nach Wahl auf Niveaustufe 3

Eine Prüfung in Kata kann bei einem Medaillengewinn bei Deutschen Kata-Meisterschaften (Tori oder Uke) entfallen .
Kein Taiso, kein SV.



6. Dan

Obligatorik

- Nage-waza → Demonstration und Erläuterung der biomechanischen Funktionsprinzipien und der Nomenklatur aller Nage-waza, außer Kawazu-gake und Kani-basami, an vom Prüfer gewählten Beispielen aus dem Gesamtprogramm des Kodokan
- Katame-waza → Demonstration und Erläuterung der biomechanischen Funktionsprinzipien und der Nomenklatur aller Katame-waza einschließlich Verteidigungsverhalten an vom Prüfer gewählten Beispielen aus dem Gesamtprogramm des Kodokan
- Kata → Demonstration einer der nachfolgenden Kata als Tori **in einer Prüfungssituation**, wobei 75 % der Punkte nach IJF/DJB-Regelwerk erreicht werden müssen:
Nage-no-kata, Katame-no-kata, Ju-no-kata, Kime-no-kata, Kodokan, Goshinjutsu, Koshiki-no-kata
→ Öffentliche Demonstration einer der vorstehenden Kata bei einer öffentlichen Veranstaltung des DJB als Tori
- Theorie (wahlweise) → Veröffentlichung einer über die Anforderungen des 5. Dan hinausgehenden Arbeit zur Theoriebildung des Judo
→ Präsentation eines selbst erfolgreich durchgeführten Projekts zur nachhaltigen Förderung der Entwicklung des Judo
- Engagement → Nachweis besonderen Engagements im Sinne der Ehrenordnung des DJB



6. Dan

Wahlbereich

- Lizenzen → gültige: Dipl.-Trainer DOSB / EJU-IJF Kampfrichterlizenz / EJU-IJF-Wertungsrichterlizenz A für Kata
- Wettkampf → Medaille bei einer EM/WM der Männer oder Frauen oder Qualifikation zu Olympischen Spielen
→ Demonstration und Erläuterung des Kämpferprofils eines internationalen Spitzenjudoka unter Zuhilfenahme authentischer Materialien
- Kata → Medaille bei einer Kata EM/WM als Tori oder Uke in der Karriere (nicht in Jugend- oder Juniorenklassen)
→ Demonstration und Erläuterung von je bis zu fünf Techniken nach Wahl der Prüfungskommission aus zwei verschiedenen selbst gewählten Kata des Dan-Programms, mit Ausnahme der bewerteten Kata der Obligatorik

Kein Taiso, kein SV.



**10 Minuten Pause,
danach 10 Minuten eigenständiges Erwärmen.**

Dann geht es auf zum 2. Teil

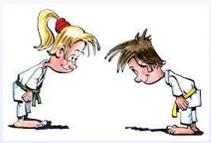


Praxisteil / Diskussion / Arbeitsgruppen

1. Welche Taiso-Übungen bieten sich für den 1. Kyu an?
2. Modulare Vorbereitung zum 1. und 2. Kyu – sinnvoll? Wie könnte das aussehen?
3. Welches Niveau für Ukemi erwarten wir für den 1. und 2. Kyu?
4. Wie bewerten wir die Rolle von Uke im unteren und oberen Kyu-Bereich?
5. Was erwarten wir im Randori?
6. Wie flexibel sollte man bei vereinsübergreifenden Kyu-Lehrgängen bei unterschiedlichem Verständnis von Technikausführungen handeln und wie schaffen wir ein einheitliches Niveau?



Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse



Abschlussdiskussion

1. Was sagt ihr zu den neuen Graduierungsordnungen?
2. Was hättet ihr Euch noch gewünscht?
3. Was habt ihr sonst noch für Anmerkungen?



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!