



Fortbildung zur Graduierungslizenz Juni 2024

zur Verlängerung bzw. zum Neuerwerb

mit Erfahrungsaustausch



Inhalt der Schulung



1. Vorstellung / Begrüßung
2. Neue Graduierungsordnung DJB
3. Neue Graduierungsordnung HJV
4. Graduierungslizenzen
5. Besonderheiten zum 8. Kyu
6. Anforderungen für Kyu-Grade im DJB
7. Anforderungen für Dan-Grade im DJB
8. Praxisteil
9. Abschlussgespräch



Vorstellung / Begrüßung



- Ziel 09:00 – 13:00 Uhr
- Michael Scholz
- Prüfungsreferent im HJV seit 2017, vorher Ligareferent (nicht Lehrreferent – Zuständigkeit hier Sönke Schillig – 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 DJB

- Wurde aktuell auf der MV im Oktober verabschiedet.
- Ersetzt die „Grundsatzordnung für das Prüfungswesen“.
- Ist Grundlage für die Graduierungsordnungen der Landesverbände
- Die Landesverbände durften im Vorwege kommentieren und Fragen stellen
- 8. Kyu – 5. Dan → DJB und Landesverbände (DJB schafft Rahmen – Landesverbände setzen möglichst einheitlich um)
- ab 6. Dan → DJB
- Auf dieser Grundlage ist die neue Graduierungsordnung des HJV entstanden, die im April 2024 verabschiedet wurde → umfangreiche Änderungen



Graduierungsordnung DJB

- Altes Kyu-Prüfungsprogramm lief zum 31.12.2023 endgültig aus. Neues Kyu-Graduierungssystem ist nun verpflichtend.
„Anforderungen an Kyu-Grade im DJB (Stand 1. Februar 2024)“
Zur in 2022 veröffentlichten Version sind Änderungen eingeflossen.
- Neues Dan-Graduierungssystem aus 2023 kann wahlweise zum alten System bis angewendet werden. Übergangsfrist läuft bis 31.12.2024.
„Anforderungen an Dan-Grade im DJB (Stand 1. Februar 2024)“
→ HH: Dan-Vorbereitung 2024 bereits nach dem neuen Graduierungssystem
- DJB-Mitgliedsmarken für die gesamte Vorbereitungszeit erforderlich – künftig digital (Ausnahmen Schulen, Universitäten, Bundeswehr, Polizei o. ä.)
- Bewertungen von Kompetenzfeststellungen sind als Tatsachenentscheidung nicht anfechtbar



Graduierungsordnung HJV 2024

- Graduierungen sind nur mit gültiger Graduierungslizenz möglich
 - 8. - 3. Kyu * Graduierungen erfolgen im Verein (HH) – (20TN)
 - 2. - 1. Kyu * Verband delegiert an qualifizierte Vereine mit Vorbereitungslehrgängen – (20TN)
 - 1. - 5. Dan * Verband mit zentraler Vorbereitung für 1. – 3. Dan und freiwillig 4. – 5. Dan – (12TN)
 - 6. Dan * DJB

- Dan-Prüfer/Graduierer werden jeweils berufen. In der Regel graduiert min. ein Vorbereiter mit. (Gleicher oder höherer Dan-Grad, der mit technischer Prüfung abgelegt wurde)

- 1 Prüfer/Graduierer für Kyu-Grade bis 3. Kyu
2 Prüfer/Graduierer für Kyu-Grade ab 2. Kyu
3 Prüfer/Graduierer für Dan-Grade

- Für 1. und 2. Kyu sind min. 2 Vorbereitungslehrgänge mit je 5UE notwendig (Ausnahme Kadermitglieder mit min. 6 Monaten regelmäßigem Kadertraining)

- Für den 1. – 3. Dan sind zur Vorbereitung min. 32 UE an offiziellen Vorbereitungsmaßnahmen bei max. 25% Fehlzeiten zu absolvieren

- Für die höheren Dan-Grade sind Vorbereitungsmaßnahmen freiwillig



Graduierungsordnung HJV 2024

- Es müssen die Kompetenzen in allen Bereichen mit mindestens „ausreichend“ bewertet werden. Ein Ausgleich von Defiziten Bereichsübergreifend ist nicht mehr möglich.
- Jeder Ausrichtende ist frei in der Wahl, ob modular oder trainingsbegleitend oder als eine zentrale Grad.-Veranstaltung ausgeführt wird.
- 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



Graduierungsordnung HJV 2024

- Wird ein Modul bei einer Graduierung mit nicht ausreichend absolviert, verfallen die mit ausreichend bestandenen Module nicht. Eine Wiederholung ist jederzeit ohne Fristen möglich (auch bei einer Zentralgraduierung)
- Nach erfolgter Graduierung kann sofort mit dem absolvieren weiterer Module begonnen werden. Auch die Teilnahme an einer Zentralgraduierung ist möglich. Die offizielle Graduierung der Person mit Freischaltung des nächsten Grades erfolgt jedoch erst nach Ablauf der entsprechenden Fristen sofern alle sonstigen Voraussetzungen erfüllt wurden.



Graduierungsordnung HJV 2024

<u>Grad</u>	<u>Mindestalter</u>	<u>Vorbereitungszeit</u>
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

*Es sind 3 Graduierungen pro 365 Tage möglich (der 8. Kyu wird hierbei nicht mitgezählt).
Ein "überspringen" von Kyu-Graden ist entgegen der ersten Entwürfe nicht mehr möglich*



Graduierungslizenzen

Grundlagen zur Graduierungslizenz wurden jetzt im Mai 2024 vom DJB neu festgelegt

➤ Voraussetzung zum Erhalt einer Graduierungslizenz

- *notwendige Kompetenz*
- *min. 18 Jahre alt*
- *Mitglied in einem LV des DJB*
- *vom DJB anerkannter Dan-Grad ODER wenn kein Dan-Grad
Trainer C-Lizenz Judo (Graduierung nur für 8. - 4. Kyu möglich)*



Graduierungslizenzen

➤ **Gültigkeit der Graduierungslizenz**

- *Dan-Träger ohne gültige Trainer-Lizenz (oder mit nur noch kurzfristig gültiger Trainerlizenz Judo) die an einer entsprechenden Fortbildungsveranstaltung teilnehmen*

→ **Gültigkeit 4 Jahre** (aktuell steht in der Grundsatzordnung noch 3 Jahre)

- *Judoka, die eine gültige min. Trainer C Lizenz Judo haben (auf Antrag), für die Dauer der Gültigkeit der Trainerlizenz*

→ **Gültigkeit max. 4 Jahre** (aktuell steht in der Grundsatzordnung noch 3 Jahre)



Besonderheit: der 8. Kyu Weiß-gelber Gürtel



- 8. Kyu – ist 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 Graduierungslizenz
 - ohne Trainerlizenz
 - ohne Dan
 - ohne zwingende Vereinsmitgliedschaft



Besonderheit: der 8. Kyu Weiß-gelber Gürtel



- Die abnehmende Person oder Institution (z. B. Lehrer) benötigt eine Kooperation mit einem Verein, der min. einen Trainer C als „Berater“ bereit hält, sofern die Person nicht selbst prüfungsberechtigt ist.
- Urkunden bestellt der Verein

8. Kyu nach altem Prüfungssystem (war nur bis 31.12.2023 möglich)
Pass – Urkunde – Prüfungsmarke

Startberechtigt auf Wettkämpfen

8. Kyu nach neuem Graduierungssystem:

Urkunde - wenn Pass, nachtragen und die Codenummer der Urkunde ohne Marke übernehmen

keine Startberechtigung auf Wettkämpfen

- Preis Urkunde und Verwaltungsgebühren: 3,50 €,
Empfehlung (HH): 5,00 € - Weitergabe an künftigen Judoka.



Anforderungen für Kyu-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Grundausbildung / Grundlagen 7. – 4. Kyu



- 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



Anforderungen für Kyu-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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



Anforderungen für Kyu-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Technik-Pools

Es gibt 4 Technik-Pools

1. Grundprogramm 7. - 4. Kyu

Nage-waza - Wesentliche Techniken der ersten beiden Stufen der Go-Kyu. Dies sind alle Techniken der Grundkampfkonzeption (Te-waza, Koshi-waza, Ashi-waza)

Katame-waza – 5 einfache Haltetechniken, 2 Hebeltechniken, 2 Würgetechniken (nur Jugendl./Erw.)

2. Erweiterungsprogramm Kyu 3. - 1. Kyu

Nage-waza - Weitere Techniken aus dem Nachwuchsleistungskonzept und Nage-no-kata sowie ab hier zusätzlich Sutemi-waza

Katame-waza – 5 weitere Haltetechniken , 4 Hebeltechniken, 6 Würgetechniken (Jugendl./Erw.)
bzw. 2 (Kinder)



Anforderungen für Kyu-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Technik-Pools



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)



Anforderungen für Kyu-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Hinweise

Die Nomenklatur (Sprachgebrauch) wird dem Kodokan angepasst.

Beispiel:

➤ - Kanuki gatame entfällt als Gruppe (nun Ude-garami)

- 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

➤ DJB → Namen sind Mittel zum Zweck und kein Kriterium einen guten Judoka durchfallen zu lassen

➤ „Es gibt keine Techniken – es gibt nur Lösungen für Situationen“



Anforderungen für Kyu-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Hinweise

- Die Techniken umfassen ausdrücklich auch alle bekannten Varianten sowie ähnliche Techniken
- Lösung der Aufgabe und die Situation steht im Vordergrund
- Der Trainer hat eine besondere Verantwortung, da er jetzt noch freier wählen kann
- Tori stellt bewusst und aktiv eine Situation her durch Druck/Gegendruck etc.
- Neue Graduierungslisten HJV-intern verfügbar und online. Digitalisierung angestrebt über Judo-App.
- Uke-Verhalten soll mit bewertet werden.
- Graduierungsliste 8. Kyu kann **optional** eingereicht werden. Archivierung dann beim HJV.
- Ziel dieser Neuerung ist eine reduzierte Quantität und Festigung durch Wiederholung



	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



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Grundlagen

- Prüfungsmöglichkeit vom 1. Dan - 6. Dan (6. Dan nur über DJB)

- 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)
 - Kata als Uke 15 Techniken oder Tori gem. Anforderung des Dan-Grades
 - SV gem. Selbstverteidigungskonzept DJB von 2011 ohne Technikvorgabe
 - Taiso unter Einbeziehung Sportabzeichen bzw. Seiryoku-zenyo-kokumin-taiiku



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

Grundlagen

Nachweis für Wettkampfpunkte 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*



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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**



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01.Februar 2024)

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)



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

1. 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.
 - Verteidigung gegen 5 Angriffe durch Schläge und Tritte
 - 1x Schwinger oder Seitwärtshaken
 - 1x gerader Fauststoß („Jab“ oder „Cross“)
 - 1x gerader Fußtritt und 1x schräger Fußtritt
 - 1x Schlag am Boden gegen die eigene Rückenlage
 - Der Schlag/Tritt wird abgewehrt (blocken oder ableiten), mit einer Atemi-waza gekontert, der Angreifer anschließend zu Boden gebracht und dort kontrolliert.

- Taiso Judo-Sportabzeichen *und* Tandoku-renshu 10 Judotechniken aus 4 Richtungen *und* Demonstration der Dai-ichirui aus Seiryoku-zenyo-kokumin-taiiku



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

2. Dan

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



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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“ und 1x als „Rückhand“

➤ Taiso

- Judosportabzeichen Silber
- Demonstration und Erläuterung der Seiryoku-zenyo-kokumin-taiiku (Tandoku-dosa)
- Koordinative Bewegungsfertigkeiten am Boden 10x Tandoku-renshu (Videomaterial wird noch erarbeitet)

- Demonstration der Koordinationskreise 1 bis 3 oder 1 und 4

Koordinationskreis (Level 1): Hüft- und Platzwechsel

Koordinationskreis (Level 2): Hüftwechsel und diagonale Stützen

Koordinationskreis (Level 2): Schulterbrücke und Rollen

Koordinationskreis (Level 3): Kombination aus 2 und 3



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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, start Standardsituation in Unterlage**
 - **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**



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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**



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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 1x Schlag von oben, 1x Schlag von der Seite als „Vorhand“ und 1x als „Rückhand“
 - **Demonstration und Erläuterung von Chancen und Risiken der Verteidigung gegen Angriffe mit Messern und anderen Schnitt- / Stichwaffen**
- Taiso - Judosportabzeichen **Gold**
 - **Demonstration und Erläuterung eines gesundheitsorientierten Taiso-Programms (auch schriftl.) mit 21 Übungen aus min 3 der Module Mobilisation, Koordination, Kräftigung, Beweglichkeit, Lockerung, Atemübung oder**
 - **Demonstration und Erläuterung eines judospezifischen Taiso-Programms (auch schriftl.) mit 21 Übungen aus min 3 der Module Tandoku-renshu (Stand), Tandoku-renshu (Boden), Tai-sabaki, Atemi-waza, Ukemi oder**
 - **Demonstration und Erläuterung der Seiryoku-zenyo-kokumin-taiiku (Tandoku-dosa) + Kime-shiki oder Ju-shiki**



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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)



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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.



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)

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.



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01. Februar 2024)



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 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 gem. 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



Anforderungen für Dan-Grade im DJB

(Stand 01.Februar 2024)

6.Dan



Wahlbereich

- Lizenzen → gültige: Dipl.-Trainer DOSB / EJU-IJF Kampfrichterlizenz / EJU-IJF-Wertungsrichterlizenz für Kata
- Wettkampf → Medaille bei einer EM/WM der Männer oder Frauen oder Qualifikation zu Olympischen Spielen
oder
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



Musterprüfung mit zugeteilten Aufgaben

(die Aufgaben sind den anderen Teilnehmenden und Bewertenden nicht bekannt)



Praxisteil / Diskussion / Arbeitsgruppen

1. 4 zu graduierende
2. 2 Trainer C Anwärter organisieren eine Graduierung (30 min. maximal)
3. Ein Graduierer benimmt sich unangemessen
4. Ein Graduierer winkt alles durch, impliziert die Antworten und geht helfend auf die Matte
5. Ein zu graduierender muss durchfallen
6. Ein zu graduierender hat ein Black Out
7. Ein zu graduierender kann alles richtig gut



Praxisteil / Diskussion / Arbeitsgruppen



Gruppe 1:

Analysiert das Verhalten der Graduierungskommission und die Auswirkungen auf die zu graduierenden

Darf jemand nicht bestehen? Ist dort ggf. zu differenzieren?

Wie kommuniziert man dem Judoka, wenn seine Leistung ggf. nicht ausreichend war?



Praxisteil / Diskussion / Arbeitsgruppen



Gruppe 2:

Was ist passiert wenn ein „Prüfling“ ein Black Out hat ?

a: man kennt den Prüfling und weiß, er kann es besser

b: man kennt den Prüfling nicht

Was hättet ihr in der Prüfung anders gemacht?



Praxisteil / Diskussion / Arbeitsgruppen



Gruppe 3:

Wie gefiel euch der Ablauf der Graduierung und habt Ihr Verbesserungswünsche/Vorschläge?

Was hättet ihr generell anders gemacht?

Nach welchen Kriterien würdet ihr eine Graduierungskommission einsetzen (Kyu/Dan)



Vorstellung und Diskussion der Ergebnisse



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit!