

# **Handreichungen für die Ausbildung und Graduierung vom 8. Kyu bis zum 4. Kyu im NJV ab 2023**

Basierend auf dem „Prüferworkshop“ vom 07.02.2023 (Stand: 22.2.2023)

## **1. Einleitung**

### **Voraussetzung:**

- Kenntnis der veröffentlichten Unterlagen des DJB (Homepage + JudoMagazine)
- Teilnahme an vom NJV angebotenen Lehrgängen zum Grundprogramm (GP)

### **NJV MV Beschluss 2022:**

Vereine bilden 8. bis 4. Kyu aus und prüfen

### **Begründung:**

Konzeptionell: Grundprogramm als abgeschlossener Technikpool

## **2. der „neue“ 8. Kyu**

### **Idee:**

„Jedes Kind in Deutschland soll einmal einen weiß-gelben Gürtel gemacht haben!“

Andreas Kleegräfe

## **Inhalte des 8. Kyu:**

Judo ist:      sich verbeugen (Respekt, Höflichkeit, ...)  
                  verletzungsfrei fallen  
                  jemanden werfen (+ ihm dabei dennoch helfen)  
                  jemanden halten, der auf dem Rücken liegt  
                  das Stopp-Signal unter Bedrängnis nutzen und das Lösen befolgen  
                  (Boden-)Kämpfen mit Spaß und Motivation

## **Organisatorisches:**

Man kann einen 8. Kyu extern und intern erwerben! Die Dokumentation obliegt dabei immer dem Verein (Urkunden-Code in die Prüfungsliste eintragen)

Es überwiegt der Marketing-Gedanke, daher bitte schnell graduieren.

Urkunden-Bestellung über das Portal, Kosten 3,50€/Stk., immer 10 Urkunden (späterer Pässeintrag über die Dokumentation des Codes von der Urkunde im Pass)  
In Niedersachsen auch „Einzel“ über die Geschäftsstelle des NJV.

## **Extern mit Vereinskooperation:**

Welche Kooperationen mit Externen kann jeder Verein eingehen (Schule, KiTa, ... ehemalige Judoka, Sportlehrer, ...)? Auch ohne Dan und Prüf-Lizenz möglich!

## **Intern im Verein:**

Welche SchnupperJudoAngebote können Vereine anbieten (Ferienpass, ...)?

Wenn ein Kind im Verein mit Judo anfängt: Welche technischen Inhalte sollen dann innerhalb welcher Zeit vermittelt werden? Welche organisatorischen Aspekte müssen berücksichtigt werden (Vereinseintritt, ...)? Wie sieht die „Prüfung“ aus und wer darf sie als „Prüfer“ abnehmen?

## **3. Technische Inhalte des Grundprogramms:**

### **KATAME-WAZA:**

#### **5 Osae-komi-waza:**

Kuzure-kesa-gatame Kesa-gatame Yoko-shiho-gatame Kami-shiho-gatame Tate-shiho-gatame
--

## 2 Kansetsu-waza:

Juji-gatame (4 s.u.)  
Ude-garami (4 s.u.)

Hebel sollen nur Anwendung finden, wenn der jeweilige Prüfling das notwendige Alter bereits erreicht hat, diese Techniken auch im Wettkampf anwenden zu dürfen.

## (2) Shime-waza:

Gyaku-juji-jime  
(Ausführung als „Marhenke“, siehe 2. Kyu)  
Okuri-eri-jime  
(Ausführung als „Koshi-jime“, siehe 2. Kyu)  
(Ausführung als „Rollwürger“, siehe 1. Kyu)

Würger sollen nur dann schon im Grundprogramm „vorzeitig“ ausgebildet werden, wenn der jeweilige Prüfling das notwendige Alter bereits erreicht hat, diese Techniken auch im Wettkampf anwenden zu dürfen (z.B. bei Erwachsenen).

## NAGE-WAZA:

### Te-waza:

(Morote-)Seoi-nage (7,6)  
Ippon-seoi-nage (7,6)  
Tai-otoshi (7,6)

### Koshi-waza:

O-goshi (7,6)  
Uki-goshi (7,6)  
Koshi-guruma  
Tsurikomi-goshi  
Sode-tsurikomi-goshi  
Harai-goshi 4

### Ashi-waza:

De-ashi-barai (7,6)  
O-soto-gari / (O-soto-otoshi) 4  
O-uchi-gari (7,6)  
Ko-uchi-gari (7,6)  
Ko-soto-gari / (Ko-soto-gake)  
Sasae-tsurikomi-ashi  
Uchi-mata (EDT!) 4

## UKEMI:

Fallübung	7. Kyu	6. Kyu	5. Kyu	4. Kyu
Bewegung	Aus dem Stand	Aus dem Stand	Aus dem Gehen	Aus zügiger Bewegung
Vorwärts	1x (mit liegenbleiben)	2x mit Rolle aufstehen	2x (mit liegenbleiben)	2x mit Rolle aufstehen
Rückwärts	1x (mit liegenbleiben)	2x mit Rolle	1x (mit liegenbleiben)	2x mit Rolle
seitwärts	1x (mit liegenbleiben)	2x (mit liegenbleiben)	2x (mit liegenbleiben)	2x (mit liegenbleiben)

4. Kyu: gerne auch schon über Hindernisse und am Partner fallen

## RANDORI / SHIAI:

4 Aufgabenrandori:

2x Boden- und 2x Standrandori (je 2 Min.) oder Wettkampfteilnahmen (6.: 1x, 5.+4.: 2x)

Die Art der Aufgabenrandori sind noch nicht abschließend definiert.

Eine erste Orientierung können Aufgabenrandori der APO bis 2022 geben.

## 4. Niveaustufe 1

### Quellenkunde:

Definition: „Führt zweiphasige Interaktionsketten in mäßigem Tempo in Grobform aus“.

Ukemi:	7.:	aus dem Stand
	5.:	aus dem Gehen
	4.:	aus zügiger Bewegung
Nage waza:	7.:	aus Zug-Gegenzug / Druck-Gegendruck
	5.:	aus einfachen Situationen
	4.:	aus dynamischen Situationen
Katame waza:		keine Angabe
Randori:		Aufgabenrandori

### **Mögliche Kriterien, Steigerung der:**

- Bewegungsdynamik (Stand > Bewegung)
- Bewegungskomplexität (einfach > schwierig)
- technischer Anspruch (Haltegriff > Hebel > Würger)
- technische Qualität („eine Form von“ > „gute“ Ausführung)
- Durchsetzungsfähigkeit (ohne Gegenwehr > mit „hoher“ Gegenwehr)

### **Mögliche „Evolution“ im Stand:**

Gelb-Gurt: N1: „statischer“ Zug/Druck, Technik „eine Form von“  
Gelb-Orange-Gurt: N1: einfache Bewegung, Technik „erkennbar“  
Orange-Gurt: N1: einfache Situation, Technik „befriedigend“  
Orange-Grün-Gurt: N1: dynamische Situation, Technik „ordentlich“ ~~Kombi/Konter~~

### **Mögliche „Evolution“ im Boden:**

Gelb-Gurt: N1: „ohne“ Ukegegenwehr, Technik „muss“ gelingen  
Gelb-Orange-Gurt: N1: „leichte“ Ukegegenwehr, Technik „soll“ gelingen  
Orange-Gurt: N1: „mehr“ Ukegegenwehr, Technik gelingt „gut“  
Orange-Grün-Gurt: N1: „stärkere“ Ukegegenwehr, Technik gelingt „noch“

## **5. Organisatorische Vorgaben:**

### **Altersvorgaben des DJB:**

Zu Beginn des Grundprogramms existieren noch keine Altersvorgaben.

Wir empfehlen aber, den Abstand zu einer möglichen Prüfung zum 5. Kyu mit 8 Jahren im Blick zu haben.

### **Vorbereitungszeiten: (= Abstände zwischen den Prüfungen)**

Es existieren keine konkreten Vorgaben seitens des DJB. Wir empfehlen aber den Abstand und die Häufung von Prüfungen im Blick zu haben.

Empfehlung: ½ Jahr

### **Anzahl an Prüfungen pro Jahr:**

Es existieren keine konkreten Vorgaben seitens des DJB. Die Rede ist von 3 bis 4 möglichen Prüfungen pro Jahr. Wir empfehlen aber den Abstand und die Häufung von Prüfungen im Blick zu haben.

Empfehlung: 2 Prüfungen pro Jahr

## **6. Prüfungsinhalte**

Allgemeines: „Bescheinigungen über gemachte Lernfortschritte – nichts anderes sollen Graduierungen sein – müssen daher immer vor dem Hintergrund der Gesamtentwicklung der Lernenden in allen oben genannten Facetten gesehen werden.“

**UKEMI** (einzeln):

**Aufgaben:** (siehe oben)

**Kriterien:**

Fallen aus der jeweils geforderten Bewegungsdynamik.

Die technische Qualität der Fallübungen soll sich innerhalb der vier Gürtelstufen steigern.

**Einzelner Stellenwert:** eher „Nebenprüfungsfach“ (1/2 Prüfungsfach)

**Konsequenz:** kein Durchfallen (evtl. pers. Gespräch nach der Prüfung)

**UKEROLLE** (einzeln):

**Aufgaben:**

Situationen schaffen, dosierter Widerstand, Verantwortung, Vertrauen

„Schlechter Uke“ verhindert Toris Judo oder verletzt Tori oder sich selbst

„Guter Uke“ bietet die entsprechenden Situationen, denkt und arbeitet produktiv mit

> Jeder Prüfling muss auch in der Ukerolle geprüft werden!

**Kriterien:** während der ganzen Prüfung mitbeobachten (z.B. Randori)

**Einzelner Stellenwert:** eher „Nebenprüfungsfach“ (1/2 Prüfungsfach)

**Konsequenz:** kein Durchfallen (evtl. pers. Gespräch nach der Prüfung)

## **UKEMI + UKEROLLE:**

Gemeinsam werden sie als ein „Hauptprüfungsfach“ gewertet.

**Stellenwert:** 1 von „vier Hauptprüfungsfächern“ = muss bestanden werden

**Konsequenz:** Wenn beide Teilbereiche nicht bestanden wurden:  
Durchgefallen = Nachprüfung

## **RANDORI / SHIAI:**

### **1. Randori in der Prüfung als Ersatz zur Wettkampfteilnahme:**

#### **Aufgaben:**

Aufgabenrandori entsprechend der gestellten Aufgaben angemessen durchführen.

#### **Kriterien:**

Bewertung angelehnt an das Kessler Randori Turnier:

1. Technische Vielfalt und Korrektheit
2. Offensiver und entwicklungsfähiger Kampfstil
3. Mut und Kampfgeist
4. Effektivität und Qualität der Techniken
5. Gutes Tori- und Ukeverhalten (nicht Teil des Kessler Randori Turniers)

Da im Grundprogramm Aufgabenrandori geprüft werden sollen, kommt die Erfüllung der jeweils gestellten Aufgabe noch dazu.

Die „Qualität des Kämpfens“ soll sich innerhalb der vier Gürtelstufen steigern.

**Stellenwert:** 1 von „vier Hauptprüfungsfächern“ = muss bestanden werden

**Konsequenz:** Durchgefallen = Nachprüfung

### **1 bis 2 Wettkampfteilnehmen:**

1 bis 2 Wettkampfteilnahmen (Nachweis durch Startstempel offizieller Meisterschaften oder Turniere im Judopass. Dies gilt auch bei z.B. 2x kampfloser Erster oder 2 verlorenen Kämpfen)

## **KATAME WAZA:**

### **Aufgaben:**

Alle Techniken sind anwendungsbezogen zu zeigen.

7.: 4 Haltegriffe, 2 Haltegriffwechsel + 1 Standardsituation (= 7 Aktionen)

6.: 4 weitere Haltegriffe, 3 Haltegriffwechsel + 2 Standardsituationen (= 9 Aktionen)

5.: 4 Befreiungsprinzipien aus Haltegriffen + 4 Standardsituationen (= 8 Aktionen)

4.: 3 Hebeltechniken + 6 Standardsituationen (= 9 Aktionen)

6 Standardsituationen:

Weiterführung - ab 7. Kyu

Bauchlage - ab 6. Kyu

Bankposition - ab 5. Kyu

Beinklammer lösen - ab 5. Kyu

Rückenlage - ab oben 4. Kyu

Rückenlage - ab unten 4. Kyu

+ Bodenkombinationen (diese Anwendungsaufgabe im Boden soll ausdrücklich auch erlaubt sein: HG > HG, HG > He, HG Wü, ...)

### **Kriterien:**

Im Boden sind Techniken schnell „richtig“ und „gut“. Anders als im Stand ist der Lernprozess der Verbesserung schnell abgeschlossen. Daher sind die Ukegegenwehr und das Durchsetzen der eigenen Technik eher Bewertungskriterien als Aussagen zur Qualität der schnell gut gelingenden Technik:

Gelb-Gurt:	„ohne“ Ukegegenwehr,	Technik „muss“ gelingen
Gelb-Orange-Gurt:	„leichte“ Ukegegenwehr,	Technik „soll“ gelingen
Orange-Gurt:	„mehr“ Ukegegenwehr,	Technik gelingt „gut“
Orange-Grün-Gurt:	„stärkere“ Ukegegenwehr,	Technik gelingt „noch“

Die Qualität der Bodentechniken steigert sich innerhalb der vier Gürtelstufen auch durch die Anwendung von „gefährlicheren“ Techniken (Haltegriff > Hebel > Würger).

**Stellenwert:** 1 von „vier Hauptprüfungsfächern“ = muss bestanden werden

**Konsequenz:** Durchgefallen = Nachprüfung



## NAGE WAZA:

### Aufgaben:

Es müssen zu jeder Gürtelstufe immer drei Techniken mehr gezeigt werden. Diese sind nach Hauptseite, Gegenseite und Fußtechnik sortiert. Zur Haupt- und Gegenseite sind Eindrehtechniken zu zeigen. Der Griff verbleibt in der Hauptfassart.

Kyu	7.	6.	5.	ab 4.
Hauptseite	1	2	3	mind. 3
Gegenseite	1	2	3	mind. 3
Fußtechnik	1	2	3	mind. 3
Aktionen	3	6	9	12 (3 „frei“)

Vorrangig ist die Ausbildung auf Angriffsjudo und Funktion ausgelegt (kurze Wege, Kippkanten, wenn-dann Beziehungen, ...). Kombinationen, Finten und Konter darf man sich gerne noch für das Erweiterungsprogramm aufheben.

### Kriterien:

Die technische Qualität der Wurftechniken und die Komplexität und Dynamik der Bewegung sollen sich innerhalb der vier Gürtelstufen steigern.

Gelb-Gurt:	„statischer“ Zug/Druck,	Technik „eine Form von“
Gelb-Orange-Gurt:	einfache Bewegung,	Technik „erkennbar“
Orange-Gurt:	einfache Situation,	Technik „befriedigend“
Orange-Grün-Gurt:	dynamische Situation,	Technik „ordentlich“

**Stellenwert:** 1 von „vier Hauptprüfungsfächern“ = muss bestanden werden

**Konsequenz:** Durchgefallen = Nachprüfung

## 7. Bewertung der Prüfungsleistungen:

Fach	3. Kyu	2. Kyu	1. Kyu
Ukerolle	- = Gespräch	- = Gespräch	- = Gespräch
Ukemi	- = Gespräch	- = Gespräch	- = Gespräch
Nage-waza	+	+	+
Katame-waza	+	+	+
Randori / Shiai	+	+	+

Sind Ukerolle und Ukemi beide durchgefallen, zählt das gesamte Prüfungsfach als durchgefallen und muss nachgeprüft werden.

Hinweis: Eine Nachprüfung eines einzelnen Prüfungsfaches ist laut NJV PO nach 4 Wochen möglich.

Bei zwei nichtbestandenem Prüfungsfächern ist ein Prüfling durchgefallen. Er darf frühestens nach 4 Wochen eine erneute Prüfung versuchen.

Unklar ist noch eine Konsequenz, wenn „1,5“ Prüfungsfächer durchgefallen sind (z.B. Randori und Ukerolle) Hier benötigen wir Erfahrungswerte und pädagogische Entscheidungen der Prüfer.

## **8. Methodik:**

Das neue System hat auch Auswirkungen auf die tägliche Arbeit auf der Matte. Wenn Kinder die Wahl aus einem Pool an Techniken haben, muss dieser ihnen vorgestellt werden. Es könnte z.B. in jedem Training „Inputphasen der Pooltechniken“ geben. Vielleicht hat sich aber auch ein Verein für eine exakte Zusortierung der Würfe entschieden. Um eine Überforderung auszuschließen, ist auch ein „Vorgepooltes System“ möglich: 8 – 10 leichtere Techniken für 7. und 6. Kyu und später die restlichen Techniken (z.B. einbeinige Techniken) auch für bis 4. Kyu. Dies könnte organisatorisch zu einer „Zonierung“ auf der Matte führen: Stehende Ausführung für die „Anfänger“ auf der einen Hälfte und Würfe aus der Bewegung „in Bahnen“ für die „Fortgeschrittenen“ auf der anderen Hälfte. Für das regelmäßige Anwenden und Vertiefen bieten sich dann der Bereich Hauptseite – Gegenseite – Fußtechnik bzw. im Boden die 6 Standardsituationen an, in dem alle Kinder ihre ihnen bekannten Techniken üben können.

## **9. Abschlussbemerkungen**

Die hier veröffentlichten Informationen sind das Ergebnis der Vorbereitungen durch das Kompetenzteam Prüfungswesen des NJV in Zusammenarbeit mit den Referenten und Ausbildern der NJV Untergliederungen. Sie basieren vorrangig auf den Absprachen zum Erweiterungsprogramm und wurden für das Grundprogramm angepasst. Uns allen ist klar, dass sich einiges noch ändern oder konkretisieren wird. Da bisher aber nur wenige klärende Informationen durch den DJB vorliegen, ist dies ein erster Handlungsleitfaden für Vereine, mit dem Grundprogramm des Graduierungssystems des DJB umzugehen. Zukünftige Änderungen werden zeitnah eingepflegt und anschließend veröffentlicht.

Zusammengetragen von Marcus Thom im Februar 2023