

Anforderungsbereich: Katame-waza

(Allgemeine Vorbemerkungen identisch zu Nage-waza)

Die jeweils für die einzelnen Grade und Bereiche nachzuweisende Ausführungsqualität ist bei den Anforderungen zu den einzelnen Dan-Graden aufgeführt. Die Feststellung der erreichten Niveaustufen bildet den Kern der Leistungsbewertung im Rahmen von Prüfungen. Es gilt als Faustformel:

- Neu eingeführte Inhalte (Techniken, Kata) müssen mit Niveaustufe 2 (=weitgehende Umsetzung des technischen Prinzips bei moderater Ausführungsgeschwindigkeit) beherrscht werden.
- Bei schon länger bekannten Inhalten wird eine qualitative Verbesserung der Ausführungsqualität auf Niveaustufe 3 (=vollständige Umsetzung des technischen Prinzips bei dynamischer Ausführungsgeschwindigkeit) erwartet.

Da es keine Ausgleichsmöglichkeit für Defizite zwischen den verschiedenen Anforderungsbereichen gibt, muss die Frage der Kompensation von Schwächen innerhalb der jeweiligen Anforderungsbereiche geklärt und geregelt werden. Es ist unrealistisch zu erwarten, dass die geforderten Niveaustufen in der Praxis bei 100% aller aufgeführten Inhalte erreicht werden. Aus diesem Grund liegt es in der Verantwortung der Prüfenden, leichte Mängel in der praktischen Ausführung durch theoretische Kenntnisse zu kompensieren. Entsprechende Hinweise sind bei den Erläuterungen zu den einzelnen Dangraden aufgeführt.

Wichtig: Da wir uns derzeit im DJB in einer Übergangsphase bei der Nomenklatur von Techniken sind, soll die Verwendung der bisherigen Nomenklatur im DJB zwar richtiggestellt, jedoch nicht negativ bewertet werden.

Progression der Anforderungen im Bereich Katame-waza

Vom 1. Kyu zum 1. Dan: der Judoka:

- beherrscht nunmehr alle Techniken des Grund- und Erweiterungsprogramms präzise und flüssig (Niveaustufe 3)

Vom 1. zum 2. Dan: der Judoka:

- hat sein Repertoire um die Techniken des Masterprogramms erweitert (Niveaustufe 3)
- kann aus der Oberlage systematisch angreifen und den Gegner abhängig von dessen Reaktionen schrittweise mit einer finalen Katame-waza kontrollieren

Vom 2. zum 3. Dan: der Judoka

- kann jetzt auch aus der Unterlage systematisch angreifen und den Gegner abhängig von dessen Reaktionen schrittweise mit einer finalen Katame-waza kontrollieren (Niveaustufe 3)
- Kann einen Gegner am Boden von der Bank-/Bauchlage auf die Rückenlage umdrehen und auch erklären, wie das funktioniert

Vom 3. zum 4. Dan: der Judoka

- kann alle Osaekomi-waza von Kodokan/IJF und Befreiungen aus ihnen demonstrieren und Funktionsprinzipien sowie Nomenklatur erläutern
- kennt die Unterschiede zwischen ähnlich aussehenden Osaekomi-waza

Vom 4. zum 5. Dan: der Judoka

- kann alle Kansetsu- und Shime-waza von Kodokan/IJF demonstrieren und Funktionsprinzipien sowie Nomenklatur erläutern
- kennt die Unterschiede zwischen ähnlich aussehenden Techniken der vorgenannten Gruppen