

Anforderungsbereich: Theorie (Methodik/Didaktik)

Aufgaben:

- **3. Dan:** Demonstration und Erläuterung zur Bedeutung des Uke-Verhaltens für den Lernprozess
- **4. Dan:** Erläuterungen zur Konstruktion von Übungsreihen nach den Grundsätzen des Lehrens nach Funktionsphasen unter Verwendung des Koordinations-Anforderungs-Reglers
- **5. Dan:** Erläuterung der Möglichkeiten der Technikvermittlung durch offene Aufgabenstellungen

Erläuterungen zu den Kompetenzerwartungen

Das Theoriefeld "Methodik/Didaktik" befasst sich mit dem Vermitteln von Judotechniken. Die Kandidatinnen und Kandidaten sollen nachweisen, dass Sie Theorie und Praxis der Vermittlung miteinander verbinden und aufeinander bezogen darstellen können. Hierzu gehört der Nachweis eines guten Bewegungsvorbilds der selbst zu wählenden Beispiele, eine klare Sprache und begründete Erläuterungen.

3. Dan:

- *Demonstration und Erläuterung zur Bedeutung des Uke-Verhaltens für den Lernprozess*

Ganz allgemein hat Uke beim Techniktraining - sei es beim Neuerwerb oder bei der Verbesserung der Technik - die Aufgabe, die jeweilige Situation zu schaffen, die Tori für die Ausführung der Zieltechnik nutzen kann. Dies kann einerseits von Uke selbst initiiert werden und andererseits von Tori provoziert werden. Aus Sicht von Tori ergeben sich die Grundformen "Situation nutzen" bzw. "Situation schaffen". Dies gilt für die das Kuzushi/Tsukuri.

Während der Vollendung der Technik ist es Ukes Aufgabe, das rechte Maß an Körperspannung zu bewahren. Bei Wurftechniken folgt korrektes Ukemi, bei Katame-waza das Aufgabesignal. Beides dient nicht nur der Schaffung einer lernförderlichen Situation für Tori, sondern auch dem Selbstschutz.

Die vorgenannten Punkte sollen von den Kandidatinnen und Kandidaten an zwei bis drei selbst gewählten Beispielen demonstriert und erläutert werden. Im Laufe der Demonstration sollen sie zwar beide Rollen demonstrieren und erläutern, jedoch soll besonderer Wert auf die Ukerolle gelegt werden. Insbesondere muss deutlich gemacht werden, dass und warum ein Lernerfolg für Tori nahezu ausgeschlossen ist, wenn Uke nicht gemäß den Anforderungen seiner Rolle agiert. Daraus folgt - und auch diese Erkenntnis muss erwartet werden - dass im Laufe der Ausbildung die Entwicklung der Ukerolle in gleicher Weise gefördert werden muss, wie die Torirolle.

4. Dan:

- *Erläuterungen zur Konstruktion von Übungsreihen nach den Grundsätzen des Lehrens nach Funktionsphasen unter Verwendung des Koordinations-Anforderungs-Reglers*

Thema zum 4. Dan ist die Konstruktion von methodischen Reihen. Dass vor allem komplexe Judotechniken nicht ganzheitlich gelernt werden können, sollte unstrittiges Allgemeingut sein. Methodische Prinzipien wie "Vom Leichten zum Schweren", vom "Bekannten zum Unbekannten" sollten allgemein bekannt sein. Ihre Kenntnis, auch wenn sie mit praktischen Beispielen unterfüttert werden, ist nicht das gewünschte Niveau für einen 4. Dan. In dieser Stufe werden vielmehr Kompetenzen gefordert, derartige methodische Reihen kriterienorientiert zu entwickeln.

Als grundlegendes Raster dient hierzu der Koordinations-Anforderungs-Regler nach Neumaier/Mechling, der im Rahmen der Trainerausbildung im DJB nahezu omnipräsent ist.

Das Grundprinzip einer methodischen Reihe besteht darin, die koordinativen Anforderungen der zu erlernenden Fertigkeit zunächst so weit zu reduzieren und an die Voraussetzung der Lernenden anzupassen, dass die Anforderungen der reduzierten Form bewältigt werden können. Ist der erste Schritt erfolgreich

gemeistert, wird die Reduktion in einem oder mehreren nachfolgenden Schritten zurückgenommen. Hierdurch werden die koordinativen Anforderungen schrittweise bis zur Zielübung gesteigert.

Um kriteriengeleitet methodische Reihen konstruieren zu können, wird als ein Modell benötigt, das den Schwierigkeitsgrad koordinativer Anforderungen beschreibt und durch Variation von Übungen Anpassungen in Richtung "Vereinfachung" und "Erschweren" zulässt. Der Koordinative Anforderungsregler (KAR) ist genau ein solches Modell, auch wenn er primär für einen etwas anderen Einsatzbereich entwickelt wurde.

Danach können koordinative Anforderungen reduziert werden, indem unter anderem:

- die Präzisionserwartungen reduziert werden (=weniger präzise Ausführung zulassen),
- die Anzahl der gleichzeitig auszuführenden Aktionen reduziert werden,
- die Länge von Handlungsketten reduziert werden,
- die Zeitspanne für das Timing verlängert wird,
- das Bewegungstempo reduziert wird,
- die körperliche Belastung reduziert wird,
- die psychische Belastung reduziert wird.

Je nach zu erlernender Zielfertigkeit lassen sich die vorgenannten Punkte mehr oder weniger gut realisieren. Wichtig ist, dass stets die Lernvoraussetzungen der Lernenden beachtet und die geeignete Kombination und Anzahl von zunächst reduzierenden und später erschwerenden Variationen gefunden wird.

Sofern es die jeweilige Lernsituation (Lernende, Inhalte, Rahmenbedingungen) zulässt sollte die funktionelle Hauptphase, in der das Handlungsziel erreicht wird, so früh wie möglich erlernt werden.

Die Kandidatinnen und Kandidaten für den 4. Dan sollen zwei bis drei methodische Reihen mit mindestens vier Schritten in guter Bewegungsqualität demonstrieren und dabei erläutern, inwieweit die oben genannte Vorgehensweise **gezielt** umgesetzt wurde. Vorübungen zur Schaffung von Lernvoraussetzungen sind zwar wichtig, jedoch dürfen die Darstellung nicht in diesem Rahmen verbleiben, sondern müssen sich explizit auf den KAR beziehen.

5. Dan

- *Erläuterung der Möglichkeiten der Technikvermittlung durch offene Aufgabenstellungen*

Für den 5. Dan sollen Methoden der Vermittlung von Techniken mit Methoden des offenen Unterrichts beschrieben werden. Da Techniken nach dem Verständnis im DJB stets Lösungen für spezifische Zweikampfprobleme sind, können wir an dieser Stelle synonym auch von einer problemorientierten Vermittlungsmethodik sprechen. Diese ist mindestens durch die folgenden Schritte gekennzeichnet:

1. **Problemgewinnung:** in einer ersten Phase bekommen die Lernenden ein Problem gestellt oder – noch besser – sie tragen das Problem aktiv an die Lehrenden heran. Wichtig in dieser Phase ist, dass die Lernenden das jeweilige zu lösende Problem erfassen und es sich zu eigen machen.
2. **Suche nach Problemlösungen:** in der nächsten Phase suchen und Erproben die Lernenden Lösungen für das Problem. Dabei „erfinden“ Sie Techniken oder überlegen, wie die Probleme mit den ihnen bekannten Techniken zu lösen sind. Die Lehrenden sind an dieser Stelle Begleiter, die Tipps und Anregungen geben, aber die Kreativität der Lernenden stets anregen und nicht durch eigene Lösungen unterbinden.
3. **Diskussion der gefunden Lösungen** mit der Gruppe und/oder den Lehrenden.

Im Anschluss daran erfolgt meist ein Methodenwechsel, bei dem die Lehrenden „Optimierungsvorschläge“ zu den gefundenen Lösungen präsentieren und üben lassen.

Die Kandidatinnen und Kandidaten sollen die grundlegende Struktur des Konzepts an Beispielen erläutern. Sie sollen dabei Vor- und Nachteile dieses Vermittlungswegs benennen und begründen können.