

Graduierungskarte zum 1. Dan

Name, Vorname _____

Anschrift _____

Telefon _____ , geb. am _____

Verein _____

letzte Prüfung am _____ , durch _____

Mitgliedsausweis-Nr.: _____

_____ Datum

_____ Stempel und Unterschrift JVSH

Voraussetzungen für die Zulassung zur Danprüfung¹⁾

Zu Dan-Prüfungen werden Judoka zugelassen, die mindestens im Besitz des 1. Kyu-Grades sind, das 15. Lebensjahr vollendet haben und Wettkampferfolge aufweisen können. Erforderlich sind mindestens 12 Punkte, die in der Wettkampferfolgskarte nachzuweisen sind. Judoka ohne Wettkampferfolge werden nach dem vollendeten 16. Lebensjahr zur Dan-Prüfung zugelassen. Sie müssen für die Zulassung folgende Nachweise erbringen:

- Besitz einer gültigen Trainer- oder Übungsleiter-Lizenz oder Teilnahme an einem Lehrgang über das Thema „Methodik des Anfängerunterrichts“,
- Besitz einer gültigen Kampfrichter-Lizenz oder Teilnahme an einem Kampfrichter-Lehrgang (Kampfrichtermodul A oder Mattenbegleiter / Wertungsrichter auf Breitensportturnieren).

Die Teilnahme an den Lehrgängen darf nicht länger als ein Jahr zurückliegen.

Die allgemeine Vorbereitungszeit beträgt 2 Jahre.

Lehrgangsnachweise ²⁾	Ort	Datum	Leitung	Bestätigung
„Methodik des Anfängerunterrichts“				Unterschrift /Stempel
Kampfrichterlehrgang: Modul A				Unterschrift /Stempel

Prüfungsfächer ³⁾	Ort	Datum	Leitung	Bestanden
Bodentechnik				<input type="checkbox"/> + <input type="checkbox"/> ++ Unterschrift /Stempel
Standtechnik				<input type="checkbox"/> + <input type="checkbox"/> ++ Unterschrift /Stempel
Methodische Aufgabe				<input type="checkbox"/> + <input type="checkbox"/> ++ Unterschrift /Stempel

1) siehe „Prüfungsordnung des Judo-Verband Schleswig-Holstein e. V.“

2) Lehrgangsnachweise werden auf der Graduierungskarte oder im DJB-Mitgliedsausweis eingetragen.

3) Prüfungsinhalte, -durchführung und -bewertung umseitig

Prüfungsinhalte zum 1. Dan

Prüfungsfach	Prüfungsinhalte
Vorkenntnisse	Alle Techniken der Kyu-Ausbildungsstufen (außer Kata) können stichprobenartig abgeprüft werden
Standtechnik	Tsuri-goshi, O-soto-guruma, Sukui-nage, Uki-waza, Sumi-otoshi, Harai-tsurikomi-ashi, Yoko-wakare
Bodentechnik	<ul style="list-style-type: none"> • Kesa-gatame, Yoko-shiho-gatame, Kami-shiho-gatame, Tate-shiho-gatame, Kata-gatame • Juji-gatame, Ude-garami, Ude-gatame, Waki-gatame, Hara-gatame, Kannuki-gatame, Ashi-gatame • Juji-jime, Hadaka-jime, Okuri-eri-jime, Kata-ha-jime, Kata-te-jime, Ryo-te-jime, Ashi-jime
Anwendungsaufgabe Stand	<ul style="list-style-type: none"> • Demonstration und Erläuterung der eigenen Spezialtechnik (Wurftechnik) unter technisch / taktischen Aspekten • 3 Wurfverkettungen (Kombination oder Finte) • 3 Kontertechniken
Anwendungsaufgabe Boden	<ul style="list-style-type: none"> • 4 Übergänge vom Stand in die Bodenlage – davon je 2 aus missglücktem Angriff des Gegners und je 2 aus nicht oder teilweise erfolgreichem eigenen Angriff • Erarbeiten von je einer Bodentechnik gegen die Bank / Bauchlage aus 3 verschiedenen Angriffsrichtungen und unter Berücksichtigung der drei Prinzipien Halten, Hebeln und Würgen • Verteidigungsverhalten gegen 2 unterschiedliche Angriffe am Boden
Übungsformen	Tandoku-renshu und Uchi-komi zur Spezialtechnik im Stand
Theorie	Zug und Druck, Gleichgewicht, Kontaktpunkte, Kräftewirkung
Kata	Nage-no-kata

Prüfungsdurchführung und -bewertung

Jedes Prüfungsfach wird einzeln bewertet. Die Prüfung ist bestanden, wenn jedes einzelne Prüfungsfach bestanden ist. Die Prüfungsfächer

- Bodentechnik und Anwendungsaufgabe Boden,
- Standtechnik und Anwendungsaufgabe Stand,
- Übungsformen

werden im Rahmen von hierfür besonders ausgeschriebenen Lehrgängen geprüft:

- Bodentechnik,
- Standtechnik,
- Methodische Aufgabe.

Der Nachweis der bestandenen Prüfungsfächer wird am Ende des Lehrganges in die Graduierungskarte eingetragen. Die Graduierungskarte ist auf der Dan-Prüfung vorzulegen.

Die Prüfungsfächer „Vorkenntnisse“, „Theorie“ und „Kata“ werden im Rahmen der zweimal jährlich stattfindenden Dan-Prüfung geprüft. Die Prüfung in den Prüfungsfächern „Vorkenntnisse“, „Theorie“ und „Kata“ kann bei Nichtbestehen einmal wiederholt werden. Werden die Prüfungsfächer „Vorkenntnisse“, „Theorie“ und „Kata“ auch bei der zweiten Teilnahme an der Dan-Prüfung nicht bestanden, müssen alle Prüfungsfächer erneut abgelegt werden.

1) siehe „Prüfungsordnung des Judo-Verband Schleswig-Holstein e. V.“
 2) Lehrgangsnachweise werden auf der Graduierungskarte oder im DJB-Mitgliedsausweis eingetragen.
 3) Prüfungsinhalte, -durchführung und -bewertung umseitig