Vorüberlegungen:

Im Prüfungsfach Theorie sollen Kenntnisse nachgewiesen werden, die die oder den Judoka befähigen, Hintergründe und Begründungen des Judo zu beschreiben, zu analysieren und zu bewerten. Dabei nimmt die Komplexität der Inhalte mit der Höhe des angestrebten Dangrades zu.
Die/der zu graduierende wählt aus dem Fach „Theorie“ für den angestrebten Dangrad eine Aufgabe aus. Die Art der Darstellung ist frei wählbar, wobei Anschaulichkeit und Nachvollziehbarkeit Gegenstand der Bewertung sind. Der Erwartungshorizont dient einerseits den zu graduierenden als Orientierung in der Vorbereitung sowie den Graduierenden als Bewertungsschema.
Erwartet wird, dass die Aufgabe an einem oder mehreren eigenen Beispielen entfaltet wird, so dass der individuelle „Ju-do-Weg“ unter dem jeweiligen Aspekt betrachtet wird.
Die (in ihrer Form frei wählbare) Präsentation soll den Graduierenden eine Woche vor dem Termin zugesandt werden.

Erwartungshorizont

Erläuterung und kritische Betrachtung von Kanos Konzept zu Tsukuri und Kuzushi

Die Auflistung der im Rahmen der Aufgabe zu betrachtenden Aspekte erhebt nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Außerdem soll sie nicht eine Reihenfolge vorgeben. Grundsätzlich ist es auch möglich, einzelne oder alle Aspekte im Rahmen des gewählten Beispiels oder der gewählten Beispiele zu entfalten.

Die Aspirantin/ der Aspirant…	Bewertung/ Punkte?
Stellt Kanos Konzept zu Tsukuri und Kuzushi in Grundzügen dar: *[…] Heutzutage wird Kuzushi häufig als eine von drei Wurfphasen betrachtet, dem das Tsukuri („Wurfeingang“) und das Kake („Wurfabschluss“) jeweils folgen würden. Kanōs ursprüngliches Konzept bestand jedoch nur aus zwei Phasen, nämlich Tsukuri („Wurfvorbe reitung“) und Kake. Kuzushi betrachtete er als Teil - oder noch prägnanter als Prinzip – des Tsukuri. Der gesamte Vorgang der Wurfvorbereitung – und nicht nur der „Eingang“ – wurde von Kanō also als Tsukuri bezeichnet. Das Tsukuri schließt damit zwei wichtige Funktionen ein: Tori bringt sowohl sich selbst („Wurfeingang“) als auch Uke (Kuzushi) in Wurfposition. Bei der konkreten Umsetzung des Kuzushi kommt der optimalen Distanz (jap. Ma-ai) und der „günstigen Gelegenheit“ (jap. Debana) eine besondere Bedeutung zu. […] (siehe „Grundwissen der Geschichte des Kodokan Judo in Japan“ Teil 5, Wolfgang Dax-Romswinkel, der budoka 10/2010 S. 34)*	
Erläutert die Definition des Kuzushi nach Kano: *[…] erläutert Kanō, dass man einen Gegner umso leichter werfen kann, je kleiner die Fläche ist, die sein Körpergewicht trägt. Wichtig sei es also, den Gegner vor einer eigentlichen Wurfaktion durch geschicktes Manövrieren dazu zu bringen, sein Gewicht entweder auf die Fußballen, auf die Fersen oder auf einen Fuß – und auf diesem wiederum ebenfalls nur auf einen möglichst kleinen Teil wie z.B. die Außenkante […](siehe „Grundwissen der Geschichte des Kodokan Judo in Japan“ Teil 5, Wolfgang Dax-Romswinkel, der budoka 10/2010 S. 33f)*	
Erläutert die Arten und Richtungen des Kuzushi nach Kano und belegt diese mit Beispielen: *[…] Dieses grundsätzliche Prinzip kann in alle Richtungen (vorwärts, rückwärts, seitwärts und beliebig dazwischen) Anwendung finden und führte zur Entwicklung des happō no-kuzushi-Systems: den acht Richtungen des Gleichgewichtsbrechens. Kanō erkannte, dass es unabhängig von der Richtung drei verschiedene Methoden gibt, das Gleichgewicht des Gegners zu stören: (1) eine eigene Angriffsaktion von*	

Tori, mit der er Uke zuvorkommt, (2) eine Weiterleitung/Weiterführung einer Aktion von Uke, (3) die Provokation einer Reaktion von Uke durch Tori, die Tori wiederum im Sinne von Punkt (2) weiterführen kann. […] (siehe „Grundwissen der Geschichte des Kodokan Judo in Japan" Teil 5, Wolfgang Dax-Romswinkel, der budoka 10/2010 S. 34)	
Zieht Konsequenzen für sein eigenes Techniktraining und für den Judounterricht: - *Aufbau des Technikerwerbstraining* - *Einfluss in die Übungsformen des Technikergänzungstraining* - *Betrachtung des Kuzushi als Teil des Tsukuri in unterschiedlichen Eingangsvarianten* - *Betrachtung des Kuzushi in verschiedenen Bewegungsrichtungen von Uke* - *Betrachtung des Kuzushi in verschiedenen Bewegungsrichtungen von Tori* - *…*	
Erläuterung der unterschiedlichen Wurfphasenmodelle und eine kritische Betrachtung der Einordnung des Kuzushi in diese Modelle: *Zwei Phasenmodell nach Kano:* *Tsukuri(Kuzushi), Kake* *(vgl. auch U.Klocke, Judo meistern, Verlag Dieter Born, 2012 1.Auflage, S. 58f)* *Drei Phasenmodell (Beschrieben zum Beispiel in W.Hoffmann, Judo Grundlagen des Stand- und Bodenkampfes, Falken Verlag, 1973 1.Auflage, S 31ff)* *Kuzushi, Tsukuri, Kake* *Fünf Phasenmodell nach David Matsumoto (Beschrieben in U.Klocke, Judo meistern, Verlag Dieter Born, 2012 1.Auflage, S. 60f):* *Kuzushi, Tsukuri, Kake, Nage, Kime*	

Literaturempfehlungen:

Dax-Romswinkel: „Grundwissen der Geschichte des Kodokan Judo in Japan" Teil 5, in: der budoka 10/2010.

Hoffmann, W.: Judo Grundlagen des Stand- und Bodenkampfes, Falken Verlag, 1973.

Klocke, U.: Judo meistern, Verlag Dieter Born, 2012.