2. Kyu: blauer Gürtel
Mindestalter:
13. Lebensjahr (Jahrgang)

Deutscher Judo-Bund e. V. Prüfungsprogramm

Vorkenntnisse	stichprobenartig				
Grundform der Wurftechniken (7 Aktionen)	Yoko-otoshi (beidseitig)	Ashi-uchi-mata	Utsuri-goshi	Yoko-gake (beidseitig)	Kata-ashi-dori ***oder*** Kuchiki-taoshi *
Grundform der Bodentechniken (4 Aktionen)	Juji-jime	Hadaka-jime	Okuri-eri-jime	Kata-ha-jime	
Anwendungs-aufgabe Stand (6 Aktionen)	• 3 der oben genannten Techniken aus je 2 verschiedenen Situationen werfen				
Anwendungs aufgabe Boden (8 Aktionen)	• Aus je 2 verschiedenen Standardsituationen Juji-jime, Hadaka-jime, Okuri-eri-jime und Kata-ha-jime anwenden (8 Aktionen)				
Randori (5 Randori a` 2min)	• Im Standrandori Wurftechniken gegen einen Partner, der eine extreme Haltung und/ oder eine extreme Auslage einnimmt, situativ und angemessen werfen. • Bodenrandori (auch unter Einbezug von Shime-waza)				
Kata	• Nage-no-kata Gruppe Ashi-waza				

*** hier darf auch eine beliebige andere Beingreiftechnik gezeigt werden**

Erläuterungen zum Prüfungsprogramm des 2. Kyu (blauer Gürtel)

Ausbildungsschwerpunkte

- Auch wenn Fallen als Prüfungsfach nicht mehr überprüft wird, muss dennoch in jeder Übungsstunde Fallen weiter geübt werden. Insbesondere die sichere und variable Beherrschung der Judorolle erleichtert das Erlernen von Würfen wie Yoko-otoshi, aber auch von Ashi-uchi-mata und Utsuri-goshi.
- In dieser Ausbildungsstufe werden erstmals Beingreifer eingeführt. Sie können relativ oft und einfach im Aufwärmen als spezielle Fallschulung zum Rückwärtsrollen erprobt werden.
- Am Boden liegt der Schwerpunkt eindeutig auf dem vielfältigen Erlernen von Würgetechniken. Dabei ist es wichtig, Wirkungsweise und Funktion von Würgegriffen präzise zu erläutern.
- Standrandori wird auf dieser Stufe mit wettkampfnahen Verhaltensweisen angereichert, um schon im freien Üben sich auf extreme Haltungen bzw. extreme Auslagen einstellen zu lernen.

Anmerkungen zu den Prüfungsfächern

1. Vorkenntnisse

- Vorkenntnisse sollten nur in solchen Fällen überprüft werden, wo sich aus der Prüfung heraus Zweifel an der sicheren Beherrschung von Grundlagen ergeben, die in vorhergehenden Stufen erlernt worden sein sollten, so z.B. die 2. Gruppe der Nage-no-kata aus der Stufe des 3. Kyu.
- In allen anderen Fällen kann die Beurteilung der Vorkenntnisse vor allem im Bereich Fallen sich aus den allgemeinen Leistungen während der jeweiligen Prüfung ergeben.

2. Grundform der Wurftechnik

Bei der Demonstration der jeweiligen Grundform soll eine sinnvolle Kumi-kata gewählt werden. Eine Gefährdung von Uke durch eine unsichere bzw. nicht korrekte Wurfausführung **darf nicht toleriert werden**. Dies gilt besonders für Yoko-otoshi, Ashi-uchi-mata, Utsuri-goshi und Yoko-gake.
Die beiden Begriffe Kata-ashi-dori und Kuchiki-taoshi stehen stellvertretend für alle Beingreiftechniken.

3. Grundform der Bodentechnik

Es muss bei der Demonstration der jeweiligen technischen Grundform deutlich werden, wie die Wirksamkeit der Technik entwickelt wird. Dabei kann sich der Prüfer durchaus durch Nachfragen vergewissern.

4. Anwendungsaufgabe im Stand

- Hier geht es im Wesentlichen darum, dass die entsprechenden Wurftechniken dynamisch und kontrolliert aus der Bewegung geworfen werden. Tori soll zunehmend selbständig eigene günstige Situationen schaffen.
- Wie man diese Situationen unterschiedlich gestalten kann, wurde in den Erläuterungen zum 3. Kyu ausführlich beschrieben.

5. Anwendungsaufgabe am Boden

- Es wird erwartet, dass die Judoka abwechselnd und spielerisch mit einem dosierten Widerstand die verlangten Würgetechniken aus Standardsituationen des Bodenkampfes entwickeln, dabei bieten sich vor allem Angriffe gegen die Bank oder Bauchlage sowie aus der eigenen Rückenlage an.
- Es kann sinnvoll sein, bei diesem Prüfungsfach beide Judoka gemeinsam zu beurteilen.

6. Randori

Randori auf dieser Stufe sollte ein freies, spielerisches Üben sein. Die beim Randori übenden Judoka sollen

- **nicht** verbissen gegeneinander kämpfen, **sondern** die gestellten Aufgaben im Stand und am Boden mit einem angemessenen Wechsel aus Anspannung und Lockerheit demonstrieren
- **nicht** unbedingt mit jedem Ansatz zum Erfolg kommen, **sondern** auch durch korrektes Verteidigen (keine steifen Arme!) Fallen verhindern.

7. Kata

- Für den 2. Kyu wurde die 3. Gruppe der Nage-no-kata „Ashi-waza“ (Fußtechniken) ausgewählt, weil zwei der drei zu demonstrierenden Techniken schon auf vorangehenden Ausbildungsstufen erlernt wurden.
- Das Zeremoniell sollte in Ansätzen beherrscht werden; Abstriche bei der Ausführungsqualität sind durchaus zulässig.

Lexikon / neue japanische Begriffe

59.	**Ashi-uchi-mata**	*Innerer Schenkelwurf mit Hilfe des Beins*
60.	**Ashi-waza**	*Fußtechniken*
61.	**Hadaka-jime**	*Freies Würgen, „nacktes“ Würgen*
62.	**Juji-jime**	*Kreuzwürgen*
63.	**Kata-ashi-dori**	*ein Bein greifen*
64.	**Kata-te-jime**	*Mit einer Hand würgen*
65.	**Kuchiki-taoshi**	*wörtl. „den morschen Baum fällen“ (Beingreifer)*
66.	**Okuri-eri-jime**	*Mit beiden Kragen würgen*
67.	**Utsuri-goshi**	*Hüftwechselwurf*
68.	**Yoko-gake**	*Seitliches Einhängen; seitlicher Körpersturz*
69.	**Yoko-otoshi**	*Seitsturz*