

Aufgabenstellung Sportabzeichen: Freie Darstellung / Kreativaufgabe

Bei der Abnahme des JJ-Jugend-sportabzeichens besteht die Wahlmöglichkeit zwischen einer Freien Darstellung und einer Kreativaufgabe. Für das DJJV-Sportabzeichen ist immer die Freie Darstellung zu zeigen.

Freie Darstellung

Die Aufgabe besteht in der Ausarbeitung und Vorführung einer freien Darstellung aus mindestens fünf Ju-Jutsu-Kombinationen oder komplexen Handlungen. Das könnten z.B. eine Duoserie, eine Sequenz von Techniken aus Prüfungsprogramm oder beliebige andere, vom Teilnehmer einstudierte Folgen sein. Hier soll der Teilnehmer zu Kreativität und Konzentration angeregt werden.

Den Inhalt der Vorführung kann der Teilnehmer bestimmen. Zur Vorführung gehört auch eine passende äußere Form (z.B. wie im Duo oder in einer Kata).

Es ist darauf zu achten, dass nur sicher beherrschte Techniken und Kombinationen gezeigt werden. Falscher Ehrgeiz ist hier nicht gefragt! Bei zu riskanter Technikausführung bricht der Prüfer die Darstellung ab.

Der Teilnehmer bereitet die Vorführung ggf. mit Unterstützung / Beratung durch seinen Trainer vor und führt sie dann dem Sportabzeichenprüfer vor. Dieser vergibt unter Berücksichtigung des Alters, der Graduierung und eventueller anderer, leistungsbestimmender Faktoren des Teilnehmers wie folgt Punkte:

0 bis 3 Punkte für die Ausführung (0 = mehrfach grob fehlerhafte Ausführung, 3 = fehlerfreie, dynamische Ausführung)

0 bis 3 Punkte für den Schwierigkeitsgrad (0 = für die Verhältnisse des Teilnehmers ausschließlich sehr einfache Techniken und Kombinationen, 3 = für die Verhältnisse des Teilnehmers sehr anspruchsvolle Techniken)

0 bis 3 Punkte für die äußere Form (0 = keine Form erkennbar / stark stockende Darbietung, 3 = sehr gute Form)

1 Zusatzpunkt, wenn die Darbietung für die Verhältnisse des Teilnehmers eine besondere Kreativität zeigt (z.B. selbst erarbeitete, so im Training noch nicht gezeigte Kombinationen usw.).

Beim JJ-Jugend-sportabzeichen kann abweichend davon auch eine Bewertung anhand des Gesamteindrucks von 0 bis 10 Punkten erfolgen.

Die Bedingung gilt als erfüllt, wenn der Teilnehmer mindestens 6 Punkte erreicht hat.

Kreativaufgabe

Bei dieser Aufgabe sollen sich die Teilnehmer am JJ-Jugend-sportabzeichen kreativ mit einem Bereich des Ju-Jutsu, Jiu-Jitsu oder der Selbstverteidigung oder Selbstbehauptung für Kinder auseinandersetzen. Dies kann auch außerhalb der Matte geschehen.

Die Form der Umsetzung kann frei gewählt werden, z.B. Malen, Aufführen eines Rollenspiels oder Schreiben einer Geschichte.

Die Bewertung erfolgt anhand des Gesamteindrucks mit 0 bis 10 Punkten. Die Bedingung gilt als erfüllt, wenn der Teilnehmer mindestens 6 Punkte erreicht hat.



Weitere Infos sowie Download Prüfungsbögen, Teilnehmerlisten und Prüfungskarten und Bestellung Urkunden / Aufnäher über Euren Landesverband oder unter www.ju-jutsu.de.

Ansprechpartner Jens Dykow (jensdykow@freenet.de) und Steffen Hecke (steffenhecke@gmx.de)



Trainingskarte Sportabzeichen: Freie Darstellung

Zeitaufwand: Abnahme ca. 5-10 Minuten pro Teilnehmerpaar zuzüglich kurze Nachbesprechung, Vorbereitung je nach Fortschritt ca. eine Unterrichtseinheit

Hilfsmittel: keine bzw. Übungswaffen etc. je nach gewählter Darstellung

Weiteres Material: Prüfungsbögen

Organisationsform: im Raum verteilt oder je ein Team in der Mitte, die anderen schauen zu

Trainingseffekte: Kreativität, Vorstellungsvermögen, Konzentrationsfähigkeit, korrektes, auf den Partner abgestimmtes Bewegen auf der Matte, Umgang mit Vorführungssituationen

- **Erarbeite und übe eine Freie Darstellung aus mindestens fünf Kombinationen oder komplexen Handlungen.**

Beispiele / Ideen für Themen der Freien Darstellung:

- Körperabbiegen gegen fünf verschiedene Angriffe
- Fünf Abwehrmöglichkeiten gegen Würfen am Boden von der Seite
- Fünf Nothilfesituationen
- Duoserie 1
- Fünf Möglichkeiten zur Verwendung eines Stockes zur eigenen Verteidigung
- Messerabwehr gegen die 5 Angriffswinkel wie im Prüfungsprogramm
- Fünf Selbstfallwürfe
- Traditionelle Kata als Solo- oder Partnerdarstellung

- **Führe Deine Darstellung vor.**



- **Der Sportabzeichenprüfer bewertet nach den Kriterien Ausführung, Schwierigkeit, Äußere Form und Kreativität.**
- **Sofort nach Ende der Belastung misst Du deinen Puls für 15 Sekunden, Pulswert mal 4 notierst Du im Prüfungsbogen.**