Prüfungsordnung

古武道 Kobudo

Das Programm dient zur Überprüfung, ob verschiedene grundlegende Kompetenzen in definierten Leistungsniveaus vorhanden sind. Das Programm stellt somit eine Minimalanforderung an den Kobudoka dar, die gerne von jedem nach oben erweitert werden kann.

Die Anforderungen wurden bewusst niedrig gehalten, damit wertvolle Erfahrungen aus dem Kobudo auch Personen nahegebracht werden, die weniger Zeit für diese Kampfkunst aufbringen können. Es wird hier also nicht der Anspruch erhoben, alles was an Waffen- und Formenvielfalt von verschiedenen Stilen existiert, abzubilden. Vielmehr geht es darum, grundlegende Kompetenzen im Umgang mit Kobudo-Waffen zu belegen. Dies stellt eine qualitative Größe dar, die für persönlich getriebene quantitative Erweiterungen die Basis bilden sollen.

Es wurde darauf geachtet, dass verschiedene Kobudo-Stile unter Beibehaltung ihrer stilprägenden Merkmale integriert werden können. Die aktuelle Basis des Programmes beruht auf den Techniken und Formen des Matayoshi-Kobudo, die für die oben beschriebene Zielsetzung angepasst wurden.

Im Bereich Kata und Technik können vergleichbare Formen für die aufgeführten Formen eingesetzt werden. Die Überprüfung der Kompetenzen bleibt jedoch als zentraler Punkt des Programms erhalten.

Das Programm gliedert sich in Leistungsstufen. Für jede Leistungsstufe werden Ziel-Kompetenzen aufgeführt, die für alle Gürtelgrade einer Stufe gelten. Die höhere Leistungsstufe beinhaltet immer die Anforderungen der vorangegangenen Leistungsstufen.

In den Stufen Anfänger und Fortgeschrittene können Gürtelgrade der jeweiligen Stufe bei einem Prüfungstermin abgenommen werden. Für die höheren Leistungsstufen Experts und Senior Experts kann nur pro Prüfung ein Gürtelgrad abgenommen werden.

Anfänger - 9. bis 6. Kyu

Fortgeschrittene - 5. Kyu bis 1. Dan

Experts - 2. bis 4. Dan

Senior Experts - ab 5. Dan

Zur Vorbereitung für die Prüfung in den Leistungsstufen Anfänger und Fortgeschrittene werden Seminare und Lehrmaterial angeboten. Die dort vorgestellten Möglichkeiten können an das individuelle Lernziel (Kompetenz) angepasst werden.

Anfänger - 9. bis 6. Kyu

Kompetenz	Spezifizierung	Beschreibung
Fach-	Waffengesetz	kennt die für Kobudo relevanten Passagen für Besitz, Transport und Training für das jeweilig relevante Land
Fach-	Sicherheitsregeln	kennt die relevanten Regeln für den sicheren Umgang mit Waffen im Einzel bzw. Gruppentraining
Fach-	Gefährdung	kann Schäden an Waffen, die zu Eigen- bzw. Fremdgefährdung führen, erkennen
Fach-	Fachspezifische Termini	kennt die deutschen Begriffe zur Einteilung der Techniken
Bewegungs-	Techniken	kann Einzeltechniken durch Beobachten nachvollziehen und ausführen

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net

Bewegungs-	Angriffe	kann die Waffe auf 3 Arten kontrollieren: Distanz (maximal), Geschwindigkeit (durchdringen), Schutzausrüstung (maximal + durchdringen)
Bewegungs-	Verteidigung	kann Bewegungsmuster erkennen, und Chancen daraus ableiten
Formen-	Techniken	kann die relevanten Techniken der für den Grad relevanten Waffe(n) niveaugerecht ausführen
Deutungs-	Techniken	kann Techniken in definierten Situationen sinnvoll einsetzen
Kampf-	Strategie und Taktik	kennt relevante Unterschiede zwischen langen und kurzen Waffen
Kommunikations-	Vermittlungsfähigkeit	keine
Kommunikations-	Feedback	kann eigene Verhaltensweisen, basierend auf geäußerter Kritik, reflektieren
Entwicklungs-	Lern- und Veränderungsbereitschaft	ist lernwillig und offen, sich neues Wissen / Fähigkeiten anzueignen
Sozial-	Vorbild	übernimmt die Verantwortung für sein Handeln

9. Kyu, weiß

Theorie

Beantworten von Fragen zu den Themen: Waffengesetz, Sicherheitsregeln und Gefährdung.

8. Kyu, gelb

Waffe

Bo

Angriffstraining (uchi-komi)

3 Arten der Kontrolle: Distanz, Geschwindigkeit, Schutzausrüstung

- auf ein unbewegtes Ziel (Partner)
- auf ein bewegtes Ziel (Partner)
- bei einem sich taktisch bewegenden Partner

Techniken

- Stoß - Tsuki und Nunti bo
- Schlag - senkrecht, schräg oben seitlich, schräg unten

7. Kyu, orange

Waffe

Tonfa

Angriffstraining (uchi-komi)

3 Arten der Kontrolle: Distanz, Geschwindigkeit, Schutzausrüstung

- auf ein unbewegtes Ziel (Partner)
- auf ein bewegtes Ziel (Partner)
- bei einem sich taktisch bewegenden Partner

Techniken

- geradliniger Stoß auf verschieden Höhen als Tsuki (vorderer Teil der Waffe) und Gyaku tsuki (hinterer Teil der Waffe)
- Schlag - senkrecht, schräg oben seitlich, schräg unten
- Schwung - schräg, senkrecht und waagerecht

6. Kyu, grün

Waffe

Sai

Angriffstraining (uchi-komi)

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net

3 Arten der Kontrolle: Distanz, Geschwindigkeit, Schutzausrüstung

- auf ein unbewegtes Ziel (Partner)
- auf ein bewegtes Ziel (Partner)
- bei einem sich taktisch bewegenden Partner

Techniken

- Stoß auf verschieden Höhen
- Stich auf verschieden Höhen
- Schlag - senkrecht, schräg oben seitlich, schräg unten

Fortgeschrittene - 5. bis 1. Dan

Kompetenz	Spezifizierung	Beschreibung
Bewegungs-	Techniken	kann Einzeltechniken und kleine Kombinationen durch Beobachten oder fachspezifische Termini nachvollziehen und ausführen
Bewegungs-	Angriffe	kann aus der Bewegung heraus ein definiertes Ziel dosiert treffen
Bewegungs-	Verteidigung	kann in offenen Partnerübungen einfache Blocks und Umleitungen von Angriffen ausführen und zusätzlich ausweichen
Formen-	Kata	kann bei für den Grad relevanten Waffen je 1-2 stilrelevante Formen selbständig und fehlerarm laufen
Deutungs-	Kata Anwendung	kann Elemente der stilrelevanten Form in geschlossene Partnerübungen übertragen
Kampf-	Strategie und Taktik	achtet bei Partnerübungen auf taktisch günstiges Verhalten
Kommunikations-	Vermittlungsfähigkeit	kann einfache Techniken mit den relevanten Merkmalen bei der Ausführung erklären
Kommunikations-	Feedback	Hört dem Gesprächspartner aufmerksam zu
Entwicklungs-	Lern- und Veränderungsbereitschaft	ändert eigenes ungünstiges Verhalten, wenn sich dies situativ notwendig erwiest
Sozial-	Vorbild	fördert respektvolle und von gegenseitigem Vertrauen geprägtes Verhalten

5. Kyu, blau

Waffe

Bo

Verteidigungstraining ohne Waffen

- Chancen sehen und nutzen - ausweichen, umleiten, fixieren und lösen
- Angreifer nutzt die mit dem Bo möglichen Techniken
- Kontrolle von Distanz und Geschwindigkeit im fließenden Wechsel

Verteidigungstraining mit Bo

- ausweichen, umleiten, blockieren
- Angreifer nutzt die mit dem Bo möglichen Techniken

Form

Vorführung der Kata Bo Kihon ichi

4. Kyu, violett

Waffe

Tonfa

Tonfa-Verteidigungstraining gegen Unbewaffnete

- Chancen sehen und nutzen - ausweichen, umleiten, fixieren und lösen

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net

- Angreifer nutzt die mit dem Tonfa möglichen Techniken
- Kontrolle von Distanz und Geschwindigkeit im fließenden Wechsel

Tonfa-Verteidigungstraining gegen Bo

- Chancen sehen und nutzen - ausweichen, umleiten, fixieren und lösen
- Angreifer nutzt die gegen Bo möglichen Techniken

Tonfa-Verteidigungstraining gegen Tonfa

- Chancen sehen und nutzen - ausweichen, umleiten, blockieren, fixieren, lösen
- Angreifer nutzt die gegen Tonfa möglichen Techniken

Form

Vorführung der Kata Tonfa Kihon ichi

3. Kyu, braun

Waffe

Sai

Sai-Verteidigungstraining gegen Unbewaffnete

- Chancen sehen und nutzen - ausweichen, umleiten, blockieren, fixieren, lösen
- Angreifer nutzt die mit dem Sai möglichen Techniken

Sai-Verteidigungstraining gegen Sai

- Chancen sehen und nutzen - ausweichen, umleiten, blockieren, fixieren, lösen
- Angreifer nutzt die gegen Sai möglichen Techniken
- aufgrund der hohen Verletzungsgefahr geringes Tempo

Form

Vorführung der Kata Sai Kihon ichi

2. Kyu, braun

Waffen

Bo und Tonfa

Übung Taktik (kurze / lange Waffe)

Eine Person hat die Tonfa, die andere Person hat den Bo. Jeder versucht seine Komfortzone aufrecht zu erhalten und in günstigen Momenten die eigene Waffe einzusetzen.

Übung Kontakt

Zielperson hat eine Schutzausrüstung (z. B. Pratzen). Person führt Tonfa-Techniken mit stärkerem Kontakt gegen die Schutzausrüstung aus.

Form

Vorführung der Kata Bo kihon ni, Tonfa dai ichi

Kata Interpretationen

Erkläre Ideen die du von 2 dir bekannten Bo und Tonfa Kata abgeleitet hast.

1. Kyu, braun

Waffen

Bo und Sai

Übung Taktik (kurze / lange Waffe)

Eine Person hat die Sai, die andere Person hat den Bo (gepolstert). Jeder versucht seine Komfortzone aufrecht zu erhalten und in günstigen Momenten die eigne Waffe einzusetzen.

Übung Kontakt

Zielperson hat eine Schutzausrüstung (z. B. Pratzen). Person führt Bo-Techniken mit stärkerem Kontakt gegen die Schutzausrüstung aus.

Form

Vorführung der Kata Shushi no kon, Sai dai ichi

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net

Kata Interpretationen
Erkläre Ideen die du von 2 dir bekannten Bo und Sai Kata abgeleitet hast.

1. Dan, schwarz

Waffen
Bo, Tonfa, Sai

Übung Taktik (kurze / lange Waffe)
Eine Person hat die Sai oder Tonfa, die andere Person hat den Bo (bei Sai gepolstert). Jeder versucht seine Komfortzone aufrecht zu erhalten und in günstigen Momenten die eigne Waffe einzusetzen.

Übung Taktik (gleichlange Waffen)
Beide Personen haben die gleichen Waffen. Jeder versucht seine Komfortzone aufrecht zu erhalten und in günstigen Momenten die eigne Waffe einzusetzen.

Übung Kontakt
Zielperson hat eine Schutzausrüstung (z. B. Pratzen). Person führt Techniken mit stärkerem Kontakt gegen die Schutzausrüstung aus.

Kata Interpretationen
Erkläre Ideen die du von 3 dir bekannten Kata abgeleitet hast.

Fragen zu Techniken
Der Prüfer wird Fragen in Bezug zur Ausführung von Techniken stellen

Experts - 2. bis 4. Dan

Kompetenz	Spezifizierung	Beschreibung
Fach-	Fachspezifische Termini	kann Bewegungen nachvollziehbar beschreiben
Bewegungs-	Techniken	kann komplexere Bewegungszusammenhänge und größere Kombinationen erkennen, nachvollziehen und selbst ausführen
Bewegungs-	Angriffe	kann unter Stress aus der Bewegung heraus ein definiertes, bewegtes Ziel dosiert treffen
Bewegungs-	Verteidigung	kann sich unter Stress verteidigen und an wechselnde Situationen gut anpassen
Formen-	Kata	kann bei für den Grad relevanten Grund Waffen je 2-3 stilrelevante Formen selbständig und fehlerarm laufen und der jeweiligen zusätzlichen Waffe 1 stilrelevante Form laufen
Deutungs-	Kata Anwendung	kann Elemente der stilrelevanten Form in offene Partnerübungen übertragen
Kampf-	Strategie und Taktik	setzt bei Partnerübungen bewusst günstige Taktiken und Strategien ein
Kommunikations-	Vermittlungsfähigkeit	kann situative eine für den Lernerfolg günstige Situation / Übung schaffen, sowie Inhalte und Kompetenzen vermitteln
Kommunikations-	Feedback	holt sich aktiv Feedback ein, geht souverän mit Kritik um und akzeptiert andere Sichtweisen
Entwicklungs-	Lern- und Veränderungsbereitschaft	analysiert das eigene Verhalten und nutzt Rückmeldungen
Sozial-	Vorbild	versteht sich in der Rolle des Trainers als ein Coach

2. Dan, schwarz

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net

Waffen
Jo und eine Waffe aus der Gruppe Bo, Tonfa oder Sai

Form
Jo Jutsu

Kata Interpretationen
Erkläre Ideen, die du von der Jo Kata abgeleitet hast.

Übung Tori mit Jo und der gewählten Waffe
Drei Arten der Kontrolle: Durch Distanz, durch Geschwindigkeit oder durch eine Schutzausrüstung (z. B. Pratzen, Trainingsschild, Shinai).

Übung Kumite mit Jo
Beide Personen haben einen Jo. Die Übung wird als verlangsamter Freikampf durchgeführt. Primäre Aufgabe ist es Verteidigungsmöglichkeiten zu zeigen, die sekundäre Aufgabe ist der Umgang mit der Situation, wenn keiner der Partner eine Vorgabe hat.

Übung Taktik (kurze / halblange Waffe)
Eine Person hat die Tonfa oder Sai, die andere Person hat den Jo. Die Übung wird als verlangsamter Freikampf durchgeführt.

Eine Partnerübung selbst entwickeln. Lernziele erklären und danach mit einem Partner vorführen.

3. Dan, schwarz

Waffen
Eku und eine Waffe aus der Gruppe Bo, Tonfa oder Sai

Form
Chikin hakasho no eku di

Kata Interpretationen
Erkläre Ideen die du von der Eku Kata abgeleitet hast.

Übung Tori mit Eku und der gewählten Waffe
Drei Arten der Kontrolle: durch Distanz, durch Geschwindigkeit oder durch eine Schutzausrüstung (z. B. Pratzen, Trainingsschild, Shinai).

Übung Kumite mit Eku
Beide Personen haben einen Eku. Die Übung wird als verlangsamter Freikampf durchgeführt. Primäre Aufgabe ist es Verteidigungsmöglichkeiten zu zeigen, die sekundäre Aufgabe ist der Umgang mit der Situation, wenn keiner der Partner eine Vorgabe hat.

Übung Taktik
Eine Person hat die Jo oder Shinai, die andere Person hat das Eku. Die Übung wird als verlangsamter Freikampf durchgeführt.

Zwei Partnerübungen selbst entwickeln. Lernziele erklären und danach mit einem Partner nach Wahl des Prüfers vorführen.

4. Dan, schwarz

Waffen
Kama und eine Waffe aus der Gruppe Jo, Bo, Tonfa oder Sai

Form
Kama nuti

Kata Interpretationen
Erkläre Ideen die du von der Kutiama-n Kata abgeleitet hast.

Übung Tori mit Kama und der gewählten Waffe
Drei Arten der Kontrolle: durch Distanz (mit scharfen Kama), durch Geschwindigkeit oder durch eine Schutzausrüstung (z. B. Pratzen, Trainingsschild, Shinai) mit Kama aus Holz.

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net

Übung Kumite mit Kama

Beide Personen haben Kama aus Holz. Die Übung wird als verlangsamter Freikampf durchgeführt. 1. Aufgabe ist es Verteidigungsmöglichkeiten zu zeigen. 2. Aufgabe keiner der Partner hat eine Aufgabe.

Übung Taktik

Eine Person hat die Jo oder Shinai, die andere Person hat die Kama aus Holz. Die Übung wird als verlangsamter Freikampf durchgeführt.

Zwei Partnerübungen selbst entwickeln. Lernziele erklären und danach mit einem Partner nach Wahl des Prüfers vorführen.

Senior Experts - 5. Dan

Kompetenz	Spezifizierung	Beschreibung
Fach-	Kampfkunst	kennt verschiedene Konzepte aus der Kampfkunst
Bewegungs-	Techniken	kann komplexere Bewegungszusammenhänge, größere Kombinationen und Kata erkennen, nachvollziehen und selbst ausführen
Bewegungs-	Angriffe	kann unter Stress aus der Bewegung heraus ein definiertes bewegtes Ziel dosiert treffen und etwaige Vorgaben dabei umsetzen
Bewegungs-	Verteidigung	kann sich unter Stress verteidigen und an wechselnde Situationen gut anpassen und etwaige Vorgaben umsetzen
Formen-	Kata	kann bei seinen 2 Lieblingswaffen je eine Kata seitenverkehrt und rückwärts laufen
Deutungs-	Kata Anwendung	kann Elemente der stilrelevanten Form in offene Partnerübungen übertragen
Kampf-	Strategie und Taktik	setzt bei Partnerübungen bewusst günstige Taktiken und Strategien ein
Kommunikations-	Vermittlungsfähigkeit	kann Übungen und Unterricht designen und Zielgruppengerecht einsetzen, reflektiert die eigene Rolle und den Transfererfolg
Kommunikations-	Feedback	fördert die Feedbackkultur durch Vorleben als Sender und Empfänger
Entwicklungs-	Lern- und Veränderungsbereitschaft	schaft ein Klima das andere zum Lernen und zur Weiterentwicklung inspiriert
Sozial-	Vorbild	kann mit verschieden Persönlichkeitsstrukturen gut umgehen

5. Dan, schwarz

Waffen

2 Waffen aus den im Land zugelassenen Kobudo Waffen, wie Kama, Eku, Jo, Bo, Tonfa oder Sai

Form

je eine Kata mit den gewählten Waffen. Keine Kata aus dem Fortgeschrittenenbereich, sonst freie Wahl.

Kata Interpretationen

Erkläre Ideen die du aus 2 von dir gewählten Kata abgeleitet hast.

Freikampf mit beliebigen Waffen Kombinationen

Unterrichtsprobe

Leitung einer Unterrichtseinheit von mindestens 45 Minuten.

義勇仁礼誠名誉忠
wmao.net