



# Jiu-Jitsu traditionell e.V.

Sektion im Württembergischen Judo-Verband e.V.  
[www.jiu-jitsu-traditionell.de](http://www.jiu-jitsu-traditionell.de)



## Kinder- und Jugendangebot Der bronzene/silberne/goldene Samurai

(Stand 27.02.2015)

### Präambel

Das hier vorliegende Jugendkonzept des Jiu-Jitsu traditionell wurde über mehrere Jahre in einer zunächst kleinen und dann größeren Arbeitsgruppe entwickelt. Das Für und Wieder einzelner Positionen wurde mehrfach mit erfahrenen Trainern im Erwachsenen- und Jugendbereich besprochen, so dass am Ende ein Konzept entstanden ist, welches jedem Übungsleiter die Freiheit lässt, ein Kinder- und Jugendtraining so anbieten zu können, wie er es für richtig hält. Dieses Konzept setzt ganz selbstverständlich den Grundgedanken unseres Jiu-Jitsu fort, in dem wir Vielfalt kreieren aber auch erhalten und bewahren wollen. In diesem Sinne möchte ich mich recht herzlich bei allen Leuten bedanken die an diesem Konzept mitgewirkt haben, insbesondere aber unserem ehemaligen Lehrreferenten Jörg Eisele, der das Konzept in die Trainerfortbildung eingebracht hat und so für ein gutes Gelingen des Projektes gesorgt hat.

Euer 2. Vorsitzender,  
Martin Etter

### Konzept

Die Kinder- und Jugendausbildung „der bronzene/silberne/goldene Samurai“ soll Trainern und Übungsleitern als Leitfaden dienen um ein kindgerechtes Jiu-Jitsu Training anbieten zu können. Zeitgleich soll so auch der Nachwuchs langsam an das Erwachsenen Jiu-Jitsu herangeführt werden. Dazu sollen die Kinder und Jugendliche gezielt die ersten Inhalte des Jiu-Jitsu erlernen ohne dabei ein erhöhtes Verletzungsrisiko durch vermeintlich gefährliche Techniken fürchten zu müssen. Deshalb sollen in den Modulen besonders die allgemeinsportliche und turnerische Komponente im sportlichen Bereich und ein gutes Sozialverhalten im sozialen Bereich im Vordergrund stehen, wobei natürlich auch die



# Jiu-Jitsu traditionell e.V.

Sektion im Württembergischen Judo-Verband e.V.

[www.jiu-jitsu-traditionell.de](http://www.jiu-jitsu-traditionell.de)



klassisches Jiu-Jitsu Ausbildung mit ersten Würfen und kleinen Schlagübungen berücksichtigt werden muss.

Prinzipiell sollen zunächst 2 Module durchlaufen werden um den „bronzenen Samurai“ zu erhalten. Nach zwei weiteren Modulen ist dann die Stufe des „silbernen Samurai“ geschafft. Um den „goldenen Samurai“ zu erhalten, sollten die Kinder und Jugendliche noch mal drei Module durchlaufen haben, so dass am Ende der Ausbildung bis zum „goldenen Samurai“ 7 Module durchlaufen wurden.

Die Inhalte der Module sind dabei für jeden Übungsleiter frei wählbar. Dies soll garantieren, dass jeder Übungsleiter die Inhalte exakt auf seine Kinder- und Jugendgruppe zuschneiden kann. Beispielhafte Inhalte für die Module sind unten zu finden. Bei der Auswahl der Module oder bei der Kreation eigener Module ist natürlich darauf zu achten, dass alle oben beschriebenen Bereiche wie allsportsportliche und fachsportsportliche Ausbildung aber auch die Sozialkompetenz berücksichtigt werden sollten, um schlussendlich das goldene Abzeichen zu erhalten.

Haben ein oder mehrere Kinder- und Jugendliche die benötigten Module zum bronzenen/silbernen/goldenen Samurai abgeschlossen, so soll eine Verleihung der Urkunden und Abzeichen in würdigem Rahmen geschehen. Dies soll den Jiu-Jitsu-Nachwuchs auch auf spätere Gürtelprüfungen vorbereiten.

In Bezug auf die Altersklassen spielt es keine Rolle in welchem Alter die Kinder- und Jugendlichen sind, da ein entsprechend geschulter Trainer auch in der Altersgruppe der 5-7 Jährigen sinnvolle Inhalte anbieten könnte. Natürlich sind nicht alle untenstehende Beispiele für die genannte Altersklasse geeignet. Eventuell kann ein Trainer sogar einzelne Module auch in die Anfängerausbildung im Erwachsenen-Bereich integrieren, wobei hier wieder jeder Übungsleiter freie Gestaltungsmöglichkeiten hat. Generell ist die Empfehlung des Verbandes, dass Kinder und Jugendliche im Anschluss die Möglichkeit haben sollten, in das reguläre Jiu-Jitsu-Training einsteigen zu können.

Die folgenden Module und Inhalte sollen dem verantwortungsbewussten Übungsleiter eine Hilfestellung geben, wie ein Modul mit Inhalten gefüllt werden kann und welche Module man beispielhaft entwickeln könnte:



# Jiu-Jitsu traditionell e.V.

Sektion im Württembergischen Judo-Verband e.V.

[www.jiu-jitsu-traditionell.de](http://www.jiu-jitsu-traditionell.de)



## Modul: **Sozialverhalten und Etikette**

Beispielinhalte: *Umgang miteinander; Verhalten beim Training; Vertrauensspiele; Binden des Obi; Notwehr (Schulhofverhalten); etc...*

## Modul: **Geschichte**

Beispielinhalte: *Begriffe in Formen eines Malbuches; Vermittlung der japanischen Grundbegriffe; Theorie mit Spaß; Jiu-Jitsu und Judo; Andere Budo-Sportarten; etc...*

## Modul: **Kräftigung und Fitness**

Beispielinhalte: *Tauziehen; Übungen mit Medizinbällen; Staffellaufspiele; Übungen mit dem Partner mit/ohne Hilfsmittel; Ausdauerspiele (Zeit, Übung); Krafttraining speziell für Kinder; Akrobatik (Körperschule, Körperspannung); Zirkeltraining (Kondition); etc...*

## Modul: **Bewegungslehre**

Beispielinhalte: *Prinzipien vermitteln; Einfache Bewegungsformen; SV-Parcours; etc...*

## Modul: **Würfe**

Beispielinhalte: *Wurftechniken aus der Gokyo; Werfen auf Weichbodenmatte (Ängste überwinden); Grundlagen, Basics; Systematisierung; Spaß mit dem Partner (Übungen im Kreis); Würfe mit einem Arm (der andere steckt im Gürtel); etc...*

## Modul: **Kata**

Beispielinhalte: *Teile von SV-Kata; Mini-Kata; Falltechnik-Kata; etc...*

## Modul: **Atemi**

Beispielinhalte: *Schlagen und Treten unter Zeitvorgabe; Schlagen und Treten mit Prattenunterstützung; Ausdauer durch Atemi-Techniken erhöhen; etc...*

## Modul **Selbstverteidigung, Selbstbehauptung**

Beispielinhalte: *Schnitzeljagd (nachts); Abenteuer; König und seine Soldaten (Kampfspiel mit festgelegten Regeln); Räuber und Polizei (Festnahmetechniken); SV in Rollenspielen; Kindgerechte Selbstverteidigung (wenn überhaupt möglich); Spielerische Selbstverteidigung; Sumo-Ringen; Waffenabwehr (als „Highlight“); etc...*