

**Konzeption Breitensport  
im Brandenburgischen Judo – Verband e. V.**  
(Beschluss der Mitgliederversammlung des BJV am 12. Januar 2020)

**Präambel**

Die Sportwelt hat sich in den letzten Jahren z. T. erheblich gewandelt und erfährt weiterhin Veränderungen. Die Zunahme und sehr unterschiedliche Nutzung der frei zur Verfügung stehenden Zeit, Neuorientierungen in der Lebensbewertung, Verschiebungen in der Bevölkerungsstruktur und gesellschaftliche Prozesse beeinflussen das durch eine weitgehende Geschlossenheit gekennzeichnete Sportkonzept (Pyramidenmodell) und müssen gerade den in traditionellen Sportarten Sorgen bereiten, wenn sie über Existenz und Nachwuchs nachdenken. Zunehmend suchen Menschen nach sportlichen Aktivitäten, bei denen Wettkampf, Leistung und Konkurrenz zugunsten von Freude, Spaß, Erlebnis, Erholung, Entspannung und Geselligkeit relativiert werden. Dies gilt vor allem für unsere Jugendlichen, die Angebote suchen, die nicht nur wettkampforientiert und auf einzelne Sportarten beschränkt sind, die mehr gesellige Angebote unter Einbeziehung von Freund und Freundin bieten und deren Angebotsformen ohne Zwang zu Mitgliedschaft und ohne größere organisatorische Notwendigkeiten ungezwungen sportliches Tun ermöglichen.

Diese veränderten und erweiterten Vorstellungen und Wünsche, oft mit den Begriffen "Breiten- und Freizeitsport" belegt, muss in Zukunft noch ein umfangreicheres, differenziertes Angebot im Judo Rechnung tragen. Gerade im Bereich des Breiten- und Freizeitsportes besteht die Möglichkeit sozialpädagogische Potenzen (Siehe "Kano" Prinzip des gegenseitigen Verstehens und Helfens) und kommunikative Aspekte die sich aus der Spezifik der Sportart ergeben, nutzbar zu machen.

Der Erfolg wird sowohl von den Aktivitäten auf Vereinsebene, als auch von weiteren gesellschaftlichen Aktivitäten z. B. im Kita-/ Grundschul- bzw. Sekundarschulbereich sowie von zunehmender Projektarbeit abhängen, denn für unsere Sportart gilt im besonderen Maße:

**"Im Verein ist Judo-Sport am schönsten!" Aber: Judo ist mehr als Sport im Verein!**

## **1. Definition**

Judo - Breitensport ist Sport für jedermann! Seine vielseitigen Inhalte sollen alle zum Sporttreiben anregen.

Judo - Breitensport ist ein sportartorientiertes Angebot, das zielgruppenorientiert für verschiedene Altersgruppen, Leistungsniveaus, für Menschen mit Handicap(s) und für Gruppen unterschiedlicher geschlechtlicher Zusammensetzung angeboten wird. Dabei wird der inklusive Gedanke zunehmend berücksichtigt.

Breitensport hat nicht nur die sportliche Leistung im Fokus, sondern auch die Entwicklung der persönlichen Fitness, der Gesundheit, der Persönlichkeit, der sozialen Integration und das Engagement in der Gesellschaft. Breitensport muss sich der anspruchsvollen Aufgabe stellen verschiedenen Motiven und Interessen seiner Teilnehmer gerecht zu werden.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei auch stark an der Trainingsgruppe und Leistungsvergleiche spielen sich weniger in einem öffentlichen, sondern eher in einem privaten bzw. regionalen Rahmen ab.

## **2. Abgrenzung**

### **2.1. Judo - Breitensport zum Freizeitsport**

Breitensport unterscheidet sich vom Freizeitsport durch seine organisierte Form. Die typische Organisationsform des Breiten-sports ist die Mitgliedschaft in einem Verein.

## 2.2. Judo - Breitensport zum Judo - Leistungssport

Judo – Breitensport	Judo - Leistungssport
Breitensport <b>integriert</b> nach dem Grundsatz: "Jeder kann mitmachen".	Leistungssport <b>selektiert</b>
Breitensport integriert alle unabhängig von den körperlichen und geistigen Voraussetzungen.	Leistungssport setzt spezialisierte Sportler/innen auf höchstem körperlichen und geistigen Niveau voraus.
Breitensport kennt überwiegend gemischte Übungsgruppen.	Im Leistungssport überwiegen kleine, spezialisierte, homogene Gruppen.
Judo-Breitensport bietet ein vielfältiges Übungsangebot in Form von Randori, Shobu, Shiai, Kata; Selbstverteidigung, Judo als Fitnesstraining.	Leistungssport beinhaltet spezifisches Training mit einem Höchstmaß an Umfang und Intensität zur Maximierung der Wettkampfleistungen.
Im Breitensport variieren Ziele und Motive, z. B. Freude an der Bewegung, Verbesserung der körperlichen und/od. geistigen Leistungsfähigkeit, Geselligkeit, Aufbau sozialer Beziehungen.	Hauptziel im Leistungssport ist der Wettkampferfolg verbunden mit dem Streben nach sozialer und ökonomischer Anerkennung.
Zur Ausübung des Breitensports besteht kein äußerer Zwang, trotzdem dient die Regelmäßigkeit den oben aufgeführten Teilzielen.	Im Leistungssport gibt es einen äußeren Zwang zur Regelmäßigkeit, der systematisch die gesamte Lebensplanung bestimmt.
Der Breitensportler orientiert sich am körperlichen Wohlbefinden und dem individuellen Bild der eigenen Person.	Der Leistungssportler orientiert sich an nationalen und internationalen Maßstäben.
Im Breitensport ermöglichen Regelanpassungen Erfolgserlebnisse für jedermann.	Im Leistungssport schaffen Regelstandards eine Vergleichbarkeit der Leistung und damit Erfolgs-erlebnisse für Wenige.
Breitensport findet überwiegend auf regionaler Ebene statt.	Im Leistungssport findet der Leistungs-vergleich überwiegend auf nationaler und internationaler Ebene statt.

Die Förderung im Breitensport erfolgt über die Vereine.	Die Förderung im Leistungssport erfolgt durch Verbände, Sponsoren und den Staat.
Im Breitensport tritt der Übungsleiter bzw. Trainer als sozialintegrierender Partner in der Gruppe auf.	Im Leistungssport ist das Verhältnis zwischen Trainer und Athlet hauptsächlich vom individuellen Erfolg geprägt.
Ziele im Breitensport sind u. a.: Erlernen von Basistechniken, Fitnesserhaltung und - Verbesserung, saubere Technik, Gürtelprüfungen, Erlernen von speziellen Fertigkeiten (z. B. Kata, Selbstverteidigung)	Hauptziel im Leistungssport ist der Aufbau eines individuellen und wettkampfstabilen Handlungsrepertoires.

### **3. Einzelmaßnahmen**

Die Sportart Judo ist hervorragend für den Breitensport geeignet.

Judo strebt eine ganzheitliche Ausbildung an und zeichnet sich neben der körperlichen Entwicklung durch einen besonderen philosophischen und pädagogischen Hintergrund aus. Gleichzeitig fördert der Judosport durch seine Ausrichtung eine hohe soziale Kompetenz.

Die Ziele werden durch vielseitiges Gruppentraining, intensive Partnerarbeit und individuelle Übungsformen erreicht.

Das Anforderungsprofil bietet dem Sportler vielfältige Übungsinhalte. Neben den klassischen Judo-Inhalten Kata, Randori, Shiai und Selbstverteidigung lassen sich weitere Inhalte anderer Sportarten problemlos integrieren.

Dazu gehören benachbarte Kampfkünste z. B. Aikido, Entspannungstechniken z.B. Tai-Chi-Chuan, Progressive Muskelentspannung, Turnübungen und akrobatische Elemente, Kraft- und Ausdauertraining und Mannschaftsspiele.

### 3.1 Einzelmaßnahmen nach Alters- und Zielgruppen im Soll/Ist-Vergleich

<b>Vorschulkinder (Judo im Elementarbereich) und Eltern mit Kindern</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>            Durch spielerische Elemente soll das allgemeine motorische Niveau der Kinder mit geringen Judoanteilen entwickelt werden. Spaß auf der Judomatte.            Ausprägen einer positiven Einstellung zum Judo.            Gewöhnung an gruppenspezifische Prozesse.            Eltern für Judo aktivieren/ reaktivieren.            Binden an den Verein.</p> <p><b>Zu treffende Maßnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfassung der bestehenden Judogruppen im Elementarbereich als reine Kindergruppe und als Mutter-/Vater - Kind - Gruppe.</li> <li>• Ausbildungsinhalte „Judo spielend lernen“ im Elementarbereich umsetzen und in der Traineraus- und Weiterbildung sowie in der Judolehrer-I-Weiterbildung integrieren.</li> <li>• Etablierung des Elementar-Judo bei möglichst vielen Vereinen. Gewinnung und Ausbildung weiterer Multiplikatoren außerhalb der bestehenden Judo-Strukturen</li> <li>• Anpassung bestehender zentraler DJB Aktionen (z.B. Judo - Safari) an die realen Gegebenheiten für diesen Altersbereich.</li> </ul>	<p>Übungsgruppen bzw. Kurse im Elementarbereich werden zunehmend in den Vereinen angeboten. Teilweise übersteigt die Nachfrage das Angebot.</p> <p>Kinder-Judo-Pässe haben sich als altersgerechter Entwicklungsnachweis bewährt.</p> <p>Das vom DJB entwickelte Programm „Vorjudo“ unterstützt erfolgreich die Vereine bei der Realisierung.</p> <p>Durch den LSB geförderte Kooperationen der Vereine mit Kitas sind zielführend.</p>

<b>Judoka - Schülerbereich (7 - 14 Jahre)</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>            Grundlagentraining, Einführung in die technischen und taktischen Grundlagen des Judo, Teilnahme an Wettkämpfen, vielfältige Bewegungserfahrung im Judo und in anderen Sportarten sammeln, unter weiterer Einbeziehung des Faktors „Freude“.</p> <p><b>Zu treffende Maßnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainer bei der Aus und -Weiterbildung sowie die Vereinsvorstände auf BJV-Mitgliederversammlungen als Multiplikatoren für die Durchführung von Breitensportveranstaltungen wie:               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jugend trainiert für Olympia</li> <li>• alternative Wettkampfformen entwickeln und/oder übernehmen</li> <li>• Judo-Safari</li> <li>• Judo-Pentathlon</li> <li>• Ippon-Girls</li> <li>• Tag des Judo</li> <li>• Judo-Sportabzeichen</li> <li>• Judo-Workshops</li> <li>• Judo-Ferienfreizeiten (Judo-Camps) gewinnen.</li> </ul> </li> <li>• Schaffung und Ausbau differenzierter Trainingsangebote von der Freizeitgruppe bis zur leistungsorientierten Sportgruppe</li> </ul>	<p><b>Bestehende DJB- Aktionen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ausbildungskonzeptionen</b>            Mit der Ausbildungskonzeption Trainer/Judolehrer liegt ein gutes und solides Konzept zur Qualifizierung vor, welches erfolgreich umgesetzt wird.</li> <li>• <b>Jugend trainiert für Olympia,</b></li> <li>• <b>Tag des Judo,</b></li> <li>• <b>Judo-Safari,</b></li> <li>• <b>Judo-Sportabzeichen</b>            Haben sich im Rahmen geschlossener Projekte bewährt und könnten noch stärker in den Vereins- und Schulbetrieb integriert werden.</li> <li>• <b>alternative Wettkampfformen</b>            Um auch zukünftig dem Mitgliederschwund erfolgreich entgegenzuwirken sind alternative Wettkampfformen, wie z. B. Kurz-Kata, Boden-Turnier, Schülermeisterschaften, Randori-/ Anfängerturniere häufiger anzubieten und auszubauen.</li> </ul>

**Anmerkung:**

*Im vorliegenden Konzept in Verbindung mit „Sportland Brandenburg 2030“ ist keine Unterscheidung zwischen Leistungs- und Breitensport bis zum Alter von 14 Jahren vorgesehen. Insoweit können die vorerwähnten Altersbereiche nicht allein aus dem Blickwinkel des Breitensports´ oder des Leistungssports´ allein betrachtet, sondern müssen immer im Zusammenhang gesehen werden.*

<b>Judoka - Jugendalter (14 - 18 Jahre)</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>            Schaffen einer breiten sportartspezifischen Bewegungserfahrung.            Verbesserung konditioneller, kognitiver und koordinativer Voraussetzungen durch ergänzende Sportarten bzw. Sportspiele            Motivation zur Leistung.            Erlernen von qualitativ guten Techniken.            Eigenen Leistungszuwachs erkennen.            Stärken der Bindung an den Verein durch gemeinsame Freizeitaktivitäten.            Schaffen einer Motivation zur Übernahme von Ämtern im Verein (Partizipation und Teilhabe) z. B. Übungsleiterhelfer, Jugendleiter, Kreiskampfrichter            Hinwendung auch zum Spezialtraining</p> <p><b>Zu treffende Maßnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Breitensportangebote müssen stärker beworben werden</li> <li>• vor allem in den Schulen z. B. Projekte Schule und Verein, „Tag des Judo“,</li> <li>• Judo-Sportabzeichen-/DOSB-Sportabzeichen-Abnahmen als Wettbewerb, Pentathlon, Judo-Safari</li> <li>• Bei Aus- und Weiterbildungen von Trainern, Kampfrichtern, Prüfern auf der BJV-Ebene sind Multiplikatoren für die Teilnahme an den verschiedenen Kata-Wettbewerben zu gewinnen.</li> </ul>	<p>Der BJV hält verschiedenste Angebote im Breitensportbereich vor. Dennoch ist das Angebot in den Vereinen in diesem Altersbereich meist zu stark auf das Wettkampf - Judo ausgerichtet.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Bereich "Jugend-Kata" wird als Wettbewerbsmöglichkeit von den Vereinen zu wenig wahrgenommen.</li> </ul> <p><b>Bestehende Aktionen:</b>            Judo - Sportabzeichen            Jugend - Kata - Meisterschaft auf Bundes- u. Länderebene            Kurz-Kata-Meisterschaft</p>

<b>Judoka im Erwachsenenbereich</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>            Vielseitige Vereinsangebote durch Judo Ausgleich zum beruflichen Alltag, Judo als Fitnesstraining, konditionelle und koordinative Fähigkeiten stabilisieren und verbessern, Übernahme von Funktionärsarbeit im Verein und darüber hinaus. Orientierung an Kyu- und Dan - Prüfungen            Ausbildung zum Übungsleiter/Trainer, Kampfrichter und/oder Jugendleiter. Anpassung des Trainings an veränderte Lebenssituationen.</p> <p><b>Zu treffende Maßnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei Aus- und Weiterbildungen von Trainern, Kampfrichtern, Prüfern auf der BJV-Ebene sind Multiplikatoren für die Teilnahme an den verschiedenen Kata-Wettbewerben zu gewinnen.</li> <li>• Judo-Selbstverteidigung- und Gewaltprävention als Maßnahme anbieten</li> <li>• Kata-Training anbieten.</li> <li>• vorgenannte Themen in die Aus- und Weiterbildung für Prüfer/Trainer/ Kampfrichter sowie in Dan - Konsultationen integrieren.</li> <li>• Technikorientierte "Workshops" mit Judo- Trainern der Landesleistungszentren des BJV durchführen.</li> </ul>	<p>Das Angebot in den Vereinen ist noch zu stark auf das Wettkampf - Judo ausgerichtet.            geringe Beteiligung an den Kata- Meisterschaften des BJV</p> <p><b>Bestehende DJB-Aktionen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Judo - Sportabzeichen</li> <li>• Judo - Selbstverteidigung</li> <li>• Kata – Meisterschaften</li> </ul> <p><b>Bestehende BJV-Aktivitäten:</b>            Die Themen Kata und Selbstverteidigung sind in die Trainer- und Prüfer-Ausbildung integriert. Es findet jährlich mindestens ein Landes-SV- und -Kata-Lehrgang statt.</p>

<b>Judoka über 30 Jahre</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>            Festigung von technischen und taktischen Fertigkeiten            Anpassung des Trainingsprozesses an die altersspezifischen Besonderheiten (z. B. altersbedingter Leistungsabfall)            Festigung bzw. Erhalt der konditionellen und koordinativen Grundlagen durch Bodenrandori und nicht wettkampforientierten Trainingsformen (z. B. Uchi-Komi-Geiko), Kata in traditioneller und selbstentwickelter Form.            Zunahme der Bedeutung des Geselligkeitsfaktors            Austausch von Erfahrungen            Anleitung des Judo - Nachwuchses im individuellen Rahmen und Ausbildung zum Übungsleiter, Trainer, Kampf-/Wertungsrichter und/oder Jugendleiter.            Übernahme von Funktionärstätigkeit im Verein und darüber hinaus.</p> <p><b>Zu treffende Maßnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erhöhung der Teilnehmerzahlen bei den angebotenen Aktivitäten</li> </ul>	<p><b>Bestehende DJB - Aktionen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Judo - Sportabzeichen</li> <li>• Judo - Selbstverteidigung</li> <li>• Kata - Meisterschaften</li> <li>• Konzeption "Judo mit Älteren"</li> <li>• Wettkämpfe für Frauen Ü 35, für Männer Ü 40</li> <li>• Wettkämpfe und Meisterschaften für Frauen und Männer über 30 auf Landesebene.</li> <li>• Ablegen der Bedingungen für das Judo - Sportabzeichen. Jedes Jahr ein mal.</li> <li>• Kyu - Prüfung auf Selbstverteidigungsebene.</li> <li>• Dan-Prüfung auf SV-Ebene.</li> </ul>

<b>Wieder- und Neueinsteiger über 40</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>            Behutsames Heranführen an die Sportart Judo            Altersgemäße Fallschule            Je nach Alter und noch vorhandener Beweglichkeit eingeschränkte Judowürfe (ggf. aus dem Kniestand etc.).            Bodenrandori, Kata, Selbstverteidigung, Judo - Bewegungen und Entspannungsübungen (Tai-Chi-Chuan)            Die Erhaltung des allgemeinen Fitnesszustandes nimmt immer mehr Raum</p>	<p><b>Bestehende DJB - Aktionen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Judo-Sportabzeichen</li> <li>• Konzeption "Judo für Ältere"</li> <li>• Judo-Dan-Gemeinschaft</li> <li>• Judo-Sommerschule</li> <li>• Wettkämpfe für Frauen Ü 35, für Männer Ü 40</li> <li>• Wettkämpfe und Meisterschaften für</li> </ul>

ein.

**Zu treffende Maßnahmen:**

- Einsatz moderner Trainingsgeräte und –formen
- Fortlaufende Adaption an neue Erkenntnisse der Trainingswissenschaft

Frauen und Männer über 30 auf Landesebene.

- Ablegen der Bedingungen für das Judo - Sportabzeichen. Jedes Jahr ein mal.
- Kyu - Prüfung auf Selbstverteidigungsebene.
- Dan - Prüfung auf SV-Ebene.
- Bestehende Aktionen auf Landes- und Vereinsebene: siehe Soll (ist erfüllt)

<b>Familien</b>	
<b>Soll</b>	<b>Ist</b>
<p><b>Ziele und Inhalte:</b>  Gruppenzusammensetzung und Trainingsinhalte so gestalten, dass Familien gemeinsam Judo betreiben können. Sport reißt vielfach Familien auseinander (Vater dienstags und donnerstags Training, Mutter mittwochs Gymnastikgruppe, Tochter/Sohn dienstags und freitags Training, sonntags Wettkampf).</p> <p><b>Zu treffende Maßnahmen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsgruppen, nach Breitensportlichen Gesichtspunkten in den Vereinen organisieren.</li> <li>• Einbeziehung von Familien durch Vernetzung z. B. mit alternativen Angeboten während der Trainingszeiten ihrer Kinder, Schaffen von gemeinsamen Sporterlebnissen auf und außerhalb der Matte.</li> <li>• Eltern in möglichst viele Vereinsaktivitäten einbeziehen</li> <li>• z. B. familienfreundliche Beitragsstaffelung</li> <li>• Konzepte für Einzelmaßnahmen in den Vereinen sollten erarbeitet werden (z.B. Tag der offenen Tür, Demonstrations-training, Mitmachprogramme).</li> </ul>	<p><b>Bestehende DJB – Aktion/en:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Judo and more“</li> <li>• Judo - Sportabzeichen</li> <li>• Konzeption "Judo mit älteren"</li> </ul> <p>Die Vereine sind dabei überwiegend auf eigene Initiativen angewiesen, weil insgesamt dieses Themenfeld bisher nicht als relevant erkannt wurde.</p>

### **3. Aufgabenverteilung DJB - LV - Verein**

#### **3.1. DJB**

- Konzeptionelle Arbeit (z. B. „Judo spielend lernen“, Kyu- und Dan-Prüfungsprogramm)
- Modellhafte Umsetzung
- Ausbildungsfragen, Lizenzwesen auf Bundesebene
- Zentrale Ausbildung Trainer A und B Judo
- Entwicklung von Veranstaltungsmodellen
- Initiierung, Durchführung und Auswertung von Forschungsvorhaben
- Modellhafte Durchführung von zentralen Veranstaltungen und Aktionen (z.B. Judo - Sommerschule, Tag des Judo)
- Initiierung und Durchführung zentraler Breitensportveranstaltungen und Aktionen (Safari, Sportabzeichen, Ippon-Girls, Power-Boys, Judo-Pentathlon)
- Erstellung und Verteilung von Werbematerialien (Plakate, Aufkleber, Broschüren, Kinderpässe etc.)
- Vereinsberatung, sowohl auf der sportfachlichen Ebene, als auch für die Bereiche Organisation und Management.

#### **3.2. Landesverband**

- Umsetzung der mit dem DJB vereinbarten Maßnahmen und Projekte
- Aus- und Fortbildung der Trainer, Weiterbildung der Trainer A/B, Aus- und Weiterbildung der Graduierungsberechtigten/Kampfrichter, Dan- Konsultationen.
- Vereinsberatung auf Landesebene
- Modellhafte Durchführung von zentralen Veranstaltungen und Aktionen (z.B. Tag des Judo)
- Durchführung eigener LV-Maßnahmen (Tag des Judo, SV-Lehrgang, Kata-Lehrgang)
- Unterstützung des LSB bei regionalen und sportartübergreifenden Maßnahmen
- Mitwirkung bei der Lehreraus- und -fortbildung
- Initiierung, Durchführung und Auswertung von Forschungsvorhaben
- Regionale Werbemaßnahmen (z. B. Talentiade, Emoticon)

#### **3.3. Verein**

- Aufrechterhaltung des Trainings- und Wettkampfbetriebes in allen Facetten des Judo
- Organisation und Verwaltung aller Vereinsaktivitäten

- Umsetzung unter Zuhilfenahme der Angebote und Anregungen des Landesfachverbandes, des LSB und des DJB
- Rückkopplung über den Umsetzungsgrad der Aktivitäten an den Landesfachverband, den LSB, die Stadt-/Kreissportbünde und den DJB.
- Leisten eines identitätsstiftenden Beitrages für die Region
- Förderung und Qualifizierung von zukünftigen Funktionsträgern
- Werbung für den Sport

Kienbaum, den 12. Januar 2020

Jan Schröder  
Präsident

Dirk Krüger  
Vizepräsident  
Breitensport

Brandenburgischer Judo-Verband e. V.