

# 研究 方法 JUDO METHODIK

im Wandel der Zeit

Moderne Vermittlung am Beispiel von Barai-Techniken



Svenja Dickhaut (Autorin)  
Ralf Lippmann (Redaktion)



OFFIZIELLE DJB-  
SCHRIFTENREIHE

**BAND 2**

MEYER  
& MEYER  
VERLAG

Judomethodik im Wandel der Zeit

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir uns entschlossen, durchgängig die männliche (neutrale) Anredeform zu nutzen, die selbstverständlich die weibliche mit einschließt.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autoren noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorgestellten Informationen resultieren, Haftung übernehmen.

Offizielle DJB-Schriftenreihe, Band 2

# Judomethodik im Wandel der Zeit

Moderne Vermittlung  
am Beispiel von Barai-Techniken



Svenja Dickhaut (Autorin)

Ralf Lippmann (Redaktion)

Deutscher Judo-Bund e. V. (Herausgeber)

Meyer & Meyer Verlag

Papier aus nachweislich umweltverträglicher Forstwirtschaft.  
Garantiert nicht aus abgeholzten Urwäldern!

### **Judomethodik im Wandel der Zeit**

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen  
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über  
<<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie  
das Recht der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form –  
durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung  
des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet,  
gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2012 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen  
Auckland, Beirut, Budapest, Cairo, Cape Town, Dubai, Indianapolis,  
Kindberg, Maidenhead, Sydney, Olten (CH), Singapore, Tehran, Toronto  
Member of the World



Sport Publishers' Association (WSPA)  
Druck: B.O.S.S Druck und Medien GmbH  
Satz: [www.satzstudio-hilger.de](http://www.satzstudio-hilger.de)  
ISBN 978-3-89899-734-8  
E-Mail: [verlag@m-m-sports.com](mailto:verlag@m-m-sports.com)  
[www.dersportverlag.de](http://www.dersportverlag.de)

Vorwort .....	9
<b>Anmerkungen zur Entwicklung der Trainingsmethodik im Nachwuchstraining des DJV der DDR .....</b>	<b>10</b>
<b>1 Einleitung.....</b>	<b>13</b>
<b>2 Eine Differenzierung: System und Methode .....</b>	<b>14</b>
<b>3 Geschichtliche Entwicklung des deutschen <i>JUDO</i>-Lehrwesens.....</b>	<b>15</b>
<b>4 Überblick über bestehende Methodikkonzepte im <i>JUDO</i>-Sport .....</b>	<b>20</b>
4.1 Die Ganzheitsmethode .....	21
4.2 Die OHGO-Methode.....	21
4.3 Die GEESINK-Methode .....	26
4.4 Die GLEESON-Methode.....	29
4.5 <i>JUDO</i> für die Jugend .....	32
4.6 Das Modell PETER HERRMANN'S.....	35
4.7 Die Wurfkettenmethode .....	39
4.8 Grundzüge der „Méthode Française“ .....	40
4.9 Das <i>KYU</i> -Ausbildungs- und Prüfungssystem von 1995.....	41
4.10 Das Fertigungsmodell .....	42
4.11 Konzept nach Schierz.....	43
4.12 In zehn Schritten zum Grünen Gürtel nach Pöhler.....	46
4.13 Das <i>KYU</i> -Programm von 2004.....	48
<b>5 Das Strukturschema nach KESSLER .....</b>	<b>59</b>
5.1 Begründung der ausgewählten Technikgruppe .....	62
5.2 Die <i>BARAI</i> -Techniken – eine Einordnung .....	63
5.3 Die <i>BARAI</i> -Techniken im Ausbildungsverlauf.....	64