

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung: Judo als Schulsport	8
1 Kampfsport als Schulsport	9
1.1 Judo als Kampfsport im Bildungssystem der BRD	9
1.2 Kampfsport als Pflichtfach für Schüler in der DDR	10
2 Judo im Schulsport der Bundesrepublik Deutschland ...	12
2.1 Standort des Judo als Schulsport	12
2.1.1 Judo im Modell der Talentförderung	12
2.1.2 Judo und der Wettbewerb „Jugend trainiert für Olympia“ ..	13
2.1.3 Judo im Kanon der Schulsportarten	13
2.1.4 Judo in den Ländern der Bundesrepublik	14
2.2 Didaktische Begründung für Judo als Schulsport	20
2.2.1 — pädagogische Aspekte	20
2.2.2 — physiologische Aspekte	25
2.2.3 — affektiv-emotionale Aspekte	27
2.2.4 — kognitive Aspekte	29
3 Personelle, materielle und schulorganisatorische Voraussetzungen	37
3.1 Personelle Voraussetzungen	37
3.2 Materielle Voraussetzungen	38
3.2.1 Der Judogi (Judo-gi)	38
3.2.2 Die Matten	39
3.3 Schulorganisatorische Voraussetzungen	40
3.3.1 Judo im Angebot des Pflichtunterrichts der Sekundarstufe II	40
3.3.1.1 Judo in berufsbildenden Schulen (BS, FFS, FOS, BAS)	40
3.3.1.2 Judo in der gymnasialen Oberstufe	42
3.3.2 Judo im Pflichtunterricht der Sekundarstufe I	43
3.3.3 Die Judo-Arbeitsgemeinschaft an Schulen	43
3.4 Lernkontrollen, Leistungsfeststellung und Leistungs- bewertung im Judounterricht	44
3.4.1 Die Judo-Note im Pflichtfachbereich	44
3.4.1.1 Grundsätzliches zur Sportnote	44
3.4.1.2 Probleme der Lernkontrolle und Leistungsfeststellung im Judounterricht	45

3.4.2	Lernkontrolle und Notenfindung als pädagogische Aufgabe .	46
3.4.2.1	Lernerfolgskontrollen	46
3.4.2.2	Leistungsfeststellung und Notenfindung	47
3.4.3	Bewertungen allgemeiner konditioneller Fähigkeiten und Leistungen	50
4	Judo-Lehrmethoden	54
4.1	Allgemein gültige methodische Maßnahmen und Verfahrensweisen im Schulsport	54
4.2	Sportartspezifische Ansätze einer Judo-Methodik	57
5	Gliederung und Gestaltung des Judounterrichts	65
5.1	Die einleitende Unterrichtssequenz	65
5.1.1	Vorbemerkung zur Aufwärmarbeit und Körperbildung	65
5.1.2	Gruppenübungen (kleine Spiele auf der Judo-Matte)	68
5.1.3	Partnerübungen, Partnerspiele, Partnerkämpfe	70
5.1.4	Einzelübungen mit Intensitätsdosierung	74
5.1.5	Die Judo-Fallschule	78
5.1.5.1	Didaktische Überlegungen zur Fallschule	78
5.1.5.2	Die Fallschule in der Unterrichtspraxis des Anfängerunterrichts	80
5.2	Der Hauptteil der Stunde	97
5.2.1	Vorbemerkung	97
5.2.2	Exemplarisches Lernen durch Schaffen von Plattformen . . .	102
5.2.3	Weitere methodische Reihen zur Entwicklung der Grobform von Würfeln und Verfahren der Festigung	117
5.2.4	Andere judospezifische Formen der Festigung von Wurftechniken	126
5.2.5	Die Grifftechniken	127
5.2.5.1	Vorbemerkung	127
5.2.5.2	Haltegriffe und Befreiungen	128
5.2.5.3	Standardsituationen des Bodenkampfes	135
5.2.5.4	Die Hebeltechniken	136
5.2.5.5	Die Würgetechniken	138
5.3	Der Schlußteil der Stunde	139
Anhang	142
Literaturverzeichnis	144