



Herausgegeben von:

Behinderten- und Rehabilitationssportverband Nordrhein-Westfalen e. V.
Fachverband für Rehabilitation durch Sport
Friedrich-Alfred-Allee 10 | 47055 Duisburg | www.brsnw.de

Abteilung Judo im BRSNW mit Ansprechpartnern
und weiteren Informationen unter: www.brsnw.de/idjudo

Literatur:

Bös / Schlenker: Deutscher Motorik Test(DMT), Hamburg 2009
Lienert: Testaufbau und Testanalyse, Weinheim 1969
Kiphard / Schilling: Körperkoordinationstest für Kinder, Weinheim 1974
Janko: Eine kurze Geschichte des ID-Judo, Der Budoka Januar/Februar 2021
Janko: Judo - die Entwicklung einer Sportart..., In Bewegungstherapie und Gesundheitskonzept 2017

Entwicklung eines Tests zur Wettkampfeinteilung für Judoka mit einer geistigen Einschränkung im ID-Judo



ID-Judoka werden nach ihren motorischen Fähigkeiten in Wettkampfklassen eingeteilt. In Deutschland sind es drei, international manchmal vier oder meist fünf Wettkampfklassen, so wie die Europäische Judo Union (EJU) es vorschlägt. Aber was bedeuten die unterschiedlichen Wettkampfklassen?

Die drei Wettkampfklassen in Deutschland

Zur Wettkampfklasse I gehören die motorisch stärksten, und zur Wettkampfklasse III die motorisch schwächsten Judoka. Die „durchschnittlichen“ ID-Judoka gehören der Wettkampfklasse II an. In einem System von fünf Wettkampfklassen werden die Judoka eben nicht auf drei, sondern auf fünf Wettkampfklassen verteilt. Da weitere Differenzierungskriterien wie Geschlecht, Gewichtsklassen und Alter notwendig sind, benötigt ein Fünfer-System sehr viele Teilnehmende.

In ca. 80 % der Fälle können die Differenzierung schon nach wenigen motorischen Bewegungsformen auf der Judomatte bestimmt werden. Demzufolge wurde lange den Trainer*innen die Einteilung ihrer Athlet*innen überlassen. Um aber alle Judoka möglichst objektiv bewerten zu können, auch diejenigen, die nicht eindeutig zuzuordnen sind, wurde erstmals 2006 der von Dr. Wolfgang Janko entwickelte Skilltest bei den Nationalen Spielen von Special Olympics Deutschland eingesetzt und seitdem stetig angepasst.

*„Während der mehrjährigen Entwicklung des Tests habe ich, beginnend im Jahr 2005, mit verschiedenen Kooperationspartnern, die meisten davon Referendar*innen der Sonderpädagogik mit dem Fach Sport und ID-Trainer, sehr viele unterschiedliche Übungsformen ausprobiert, einige davon zunächst angenommen und dann doch wieder verworfen.“*
Wolfgang Janko über die Entwicklung des Skill Tests.

Objektivität statt Subjektive Bewertungen

Dieser „Skilltest“ basiert auf dem Körperkoordinationstest für Kinder (KTK), welcher um Übungen der Körperspannung und Kraftausdauer aus dem Deutschen Motorik-Test (DMT) ergänzt wurde. Wichtig bei der weiteren Entwicklung des Skill-Tests war, dass die LIENERTschen Testgütekriterien-Objektivität, Reliabilität und Validität- voll berücksichtigt werden konnten:

1. Unterschiedliche Bewerter kommen zu gleichen Ergebnissen
2. Testwiederholungen bringen keine signifikant besseren Ergebnisse
3. Der Skill-Test misst tatsächlich das, was er messen soll, nämlich die Gesamtkörperbeherrschung des Judoka zur Einteilung in die drei Wettkampfklassen

Der Anspruch an das Testverfahren für große und kleine, alte und junge, starke und schwache Judoka war die Durchführbarkeit mit möglichst wenig Hilfsmitteln, die in allen Sporthallen zur Verfügung stehen. Der Test muss in einem überschaubaren Zeitraum von Übungsleitungen auch ohne sportwissenschaftliches Studium durchführbar sein. Nur dann kann dieses Verfahren ein Paradigmenwechsel einleiten.

Nämlich dass nicht mehr die Heimtrainer*innen mit Ihrer Meldung bestimmen, in welcher Wettkampfklasse ihr Judoka startet, wie es bei fast allen Judo-Veranstaltungen der Fall ist, sondern dass der Ausrichter des Wettkampfes nach Absolvierung des Tests die Judoka den jeweiligen Wettkampfklasse einordnet. Wenn die Heimtrainer damit nicht einverstanden sind, müssen sie dies begründen. Dadurch wird die Tendenz, Judoka auf einem möglichst niedrigeren Niveau starten zu lassen, weil hier die Siegchancen höher sind, unterbunden.

Aufbau des Skilltests

Der Test besteht aus fünf Subtest. Es können pro Aufgabe 20 Punkte erreicht werden, so dass eine Höchstpunktzahl von 100 möglich ist. Danach wird die Unterteilung der drei Wettkampfklassen bei 25 Punkten oder Prozent festgelegt:

- 100 – 76 Punkte = Wettkampfklasse I
- 75 – 50 Punkte = Wettkampfklasse II
- Unter 50 Punkte = Wettkampfklasse III

Natürlich kann ein Punkt mehr oder weniger nicht entscheidend für die Wettkampfeinteilung sein. Zudem ist bewusst, dass auch dieser Test noch optimierbar ist, aber möglicherweise wird kein Test in der Lage ist, alle Kompetenzen des Judokämpfers messbar zu machen.

Daher erfolgt die endgültige Wettkampfeinteilung immer erst nach Rücksprache mit dem jeweiligen Trainer. Besteht ein Trainer darauf, einen Judoka mit 100 Punkten in Klasse II starten zu lassen, kann dies stattgegeben werden, allerdings muss gleichzeitig darauf aufmerksam gemacht werden, dass der Judoka unter besonderer Beobachtung steht und ggf. zum Schutz seiner Mitkämpfer*innen aus dem Wettbewerb genommen werden muss.

Skill-Test – zur Wettkampfeinteilung im ID-JUDO

Pro Stationen können maximal 20 Punkte erreicht werden (Höchstpunktzahl)

2 x rückwärts über eine umgedrehte Bank balancieren,

Füße hintereinander setzen, Hilfen sind erlaubt, Punkte werden dann aber nicht mehr gezählt. Zwei Durchgänge vorwärts und rückwärts, gezählt werden nur die Rückwärtsdurchgänge. Pro Schritt 1 Punkt, maximal 10 Punkte pro Durchgang.



Schlussprünge über einen Gürtel

1 Punkt pro Sprung, Zeit: 15 Sekunden
Schlussprünge zählen nur, wenn mit beiden Beinen gleichzeitig abgesprungen wird. Fehlerhafte Sprünge können wiederholt werden. Auch wenn das Ergebnis über 20 liegt, gibt es maximal 20 Punkte.



Einbeiniges Hüpfen links und rechts

Strecke von 20 m um ein Quadrat. Es müssen eine Strecke mit rechts und die andere Strecke mit links gehüpft werden. Es wird gezählt, bis der 2. Fuß aufgesetzt wird. Pro Strecke gibt es jeweils maximal 10 Punkte, pro 2 m = 1 Punkt. Maximal 20 Punkte für beide Strecken.



Liegestütze

jeweils die Hände vorne und nach dem Ablegen des Körpers, hinten zusammenführen. 1 Punkt pro Liegestütz, Zeit: 40 Sekunden. Auch wenn das Ergebnis über 20 liegt, gibt es maximal 20 Punkte.



Seitliches Umsetzen einer Fliese

Immer mit beiden Händen ausführen. Die Fliese muss seitlich umgesetzt werden, nicht nach vorne oder hinten. 1 Punkt pro Wechsel, jeweils Stand auf der Fliese, Zeit: 40 Sekunden. Auch wenn die das Ergebnis über 20 liegt, gibt es maximal 20 Punkte.



Fotos: © Dr. Wolfgang Janko

Skilltest zur Wettkampfeinteilung im ID Judo für

Name: _____

Verein: _____

Rückwärts balancieren

Erreichte Punkte:

1 Punkt pro Schritt
max. 10 Punkte pro Durchgang

Schlussprünge

Erreichte Punkte:

1 Punkt pro Sprung
Zeit: 15 Sekunden

Einbeiniges Hüpfen links & rechts

Erreichte Punkte:

max. 10 Punkte pro Durchgang
pro 2 m = 1 Punkt / links und rechts

Liegestütze

Erreichte Punkte:

1 Punkt pro Liegestütz,
Zeit: 40 Sekunden

Seitliches Umsetzen einer Fliese

Erreichte Punkte:

1 Punkt pro Wechsel
Zeit: 40 Sekunden

Gesamtbewertung: _____

Zuordnung zur Wettkampfkategorie nach Skill-Test: _____

Start in der WK nach Trainerrücksprache: _____