



## Prüfungswesen 2016

### Bericht #15

#### Themen-Modul Randori 09.07.2016

Im Zentrum dieses Moduls stehen zum einen die Vorstellung verschiedener Randoriformen und zum anderen die Nutzung des Randoris oder verschiedener Kampfformen zur Technik- und Taktikvermittlung im Kinder-, Jugend- und Breitensport.

An diesem Samstag trafen sich rund 20 interessierte Judoka, um im Rahmen dieses Moduls gemeinsam und vor allem praxisorientiert „Randori“ zu betreiben. Als Grundlage diente eine kurze Theoriephase, in der Patrick Sieger sein Vorstellung von Randori und Kämpfen im Rahmen des Judotraining darlegte und sich dabei kritisch bezüglich der aktuellen Behandlung des Themas „Randori und Kämpfen“ im Kinder- und Jugendtraining äußerte. Vor allem die aus Sicht von Patrick Sieger kontraproduktive und wenig sinnigemäßige Akzentuierung hin zu einem reinen Technikerwerbstraining und weg vom „Lernen durch Kämpfen“ wurde thematisiert und auch diskutiert.

Dass und vor allem wie Randori wieder Hauptbestandteil eines Trainings sein kann, ohne dass Langeweile und Frustration auftritt, wurde im anschließenden Praxisteil hautnah und schweißtreibend erlebt. Dabei wurden sowohl Kämpfe im Boden als auch im Stand vorgestellt.

Die Teilnehmer konnten erfahren, wie Randori zielführend betrieben werden kann und dabei auch noch wichtige Prinzipien und Bausteine des Judoports vermittelt werden können, ohne auf klassisches, oft stupides und deduktives Techniktraining zurückgreifen zu müssen. Techniken nur aus dem Randori heraus zu lernen und auch zu verstehen, schien bei vielen Teilnehmern zunächst auf Unverständnis zu stoßen, wurde dann aber - nach diversen Anschauungsbeispielen und eigenen Erfahrungen - positiv bewertet.

Mit den gut drei Stunden voller Kämpfe und Kampfformen konnte Patrick Sieger den Teilnehmern plausibel darlegen, warum Randori nicht zum Selbstzweck betrieben werden sollte und gleichzeitig dem reinen Nachahmungstraining zu bevorzugen ist.

**PS**