



Lehrhilfe des Aikido-Verband Bayern e.V. (AVB)



Bedeutung der Kyu- und Dan-Prüfungen im Aikido

Stand:
19.11.2019

Mit der Erstellung dieser Lehrhilfe wird kein Anspruch auf Vollständigkeit erhoben.

Seit Aikido in Deutschland trainiert wird und sich im Laufe der Zeit zahlreiche verschiedene Aikido-Stilrichtungen mit unterschiedlichen Strukturen und Lehrwesen etablierten, bestehen Diskussionen darüber, ob das Durchführen von Kyu- und Dan-Prüfungen notwendig ist und dieses noch mit der Tradition des Aikidos im Einklang steht. So wird als Argument gegen Prüfungen nicht selten darauf verwiesen, dass es in den Dojos des Begründers und später bei seinen unmittelbaren Schülern ebenfalls keine Gürtelprüfungen gab.

Diese Argumentation ist jedoch nicht stichhaltig, da bereits im Aiki-ryu-jujutsu und später beim Begründer des Aikidos, Ueshiba Morihei, - zwar nicht wie in der heutigen Form - durchaus Graduierungen stattfanden, die aufgrund der damit verbundenen höheren fachlichen Qualifikation zu einer Rangordnung in den jeweiligen Dojos führten. Zudem können die damaligen Dojos im Hinblick auf ihre Strukturen und Anzahl an Aikidokas nicht mit heutigen Verbänden verglichen werden, in denen Tausende von Aikidokas über das ganze Land verteilt in den Vereinen trainieren.

Um Prüfungen dieser Art sinnvoll und zielführend zu gestalten, muss zunächst eine Grundlage geschaffen werden, aus der hervorgeht, welche Faktoren - je nach Leistungsstand - bei Prüfungen von Wichtigkeit sind und welche Techniken welchen Leistungsstufen zugeordnet werden können, ohne die Prüflinge zu über- bzw. unterfordern.

Hierzu wurde im Bereich des Deutschen Aikido-Bund e.V. frühzeitig ein eigenes Lehr- und Prüfungswesen erarbeitet und installiert, welche mit entsprechenden Regelwerken (Prüfungs- und Verfahrensordnungen) die positive, technische Entwicklungen der Übenden schrittweise fördert. In der Prüfungsordnungen für Kyu-Grade (POK-DAB) und Dan-Grade (POD-DAB) sind die Anforderungen zu den jeweiligen Prüfungen festgelegt. Diese Anforderungen sind allgemein geltend und somit für alle gleich bindend.

Mit der Festlegung dieser Anforderungen bzw. Orientierungspunkten wird den Aikidokas aufgezeigt, welche Techniken sie - ihren momentan Leistungsstand entsprechend - für die anstehenden Prüfungen beherrschen und somit trainieren müssen. So stellen diese Ordnungen gleichzeitig Orientierungshilfen für die Aikidokas dar.

Nachfolgend eine Aufstellung, welche gewollte Auswirkungen die Durchführung von Gürtelprüfungen für die Prüflinge haben.

- Aikidokas, die sich Gürtelprüfungen stellen, trainieren im Vorfeld intensiver und konzentrierter, was naturgemäß letztendlich zur Verbesserung ihrer technischen Fertigkeiten führt.
- Die angebotenen Prüfungen geben den Aikidokas konkrete und somit überschaubare Zielvorgaben.
- Sie setzen sich bewusst mit ihrer anstehenden Prüfungssituation auseinander und lernen fokussiert und zielstrebig ein Ziel anzugehen.
- Sie lernen in einer belastenden Prüfungssituation, die einem realen Verteidigungsfall nahe kommt, konzentriert ihre erlernten Techniken abzurufen und auf dem geforderten Niveau zu zeigen. Diese Möglichkeit bietet sich ihnen sonst nicht, da im Aikido Wettkämpfe, die von der geistigen Belastung etwa vergleichbar sind, als Leistungsmesser nicht stattfinden.
- Das Bestehen einer Gürtelprüfung bestätigt den Aikidokas ihre richtige, gezielte Vorbereitung und geben ihnen das Gefühl, Aufgaben erfolgreich lösen zu können. Sie

gehen aus einer bestandenen Prüfung gestärkt und motiviert heraus und sind bereit für neue Aufgaben.

- Die daraus gewonnenen Erfahrungen stärken ihre Willenskraft und ermöglichen kommende Erschwernisse gelassen entgegenzusehen.
- An der Farbe des Gürtels ist in der Trainingsgruppe sofort erkennbar, auf welchem Leistungsstand sich die Aikidokas befinden. Die Aikidokas werden daher immer motiviert auch nach der Prüfung - durch fleißiges und regelmäßiges Training - den geforderten Leistungsstand zu entsprechen.
- Im Training ist für die Aikidokas jederzeit am Farbgurt erkennbar, auf welchen Leistungsstand sich ihre Gegenüber befinden und mit welcher Vehemenz sie mit ihnen trainieren können, ohne sie einer Unfallgefahr durch Überforderung (z.B. bei der Fallschule) auszusetzen.
- Auch für Trainer*innen ist es bei Lehrgängen o.ä., an denen ihnen nicht bekannte auswärtige Aikidokas teilnehmen, wichtig, dass sie aufgrund der Gürtelfarben das Leistungsniveau der Trainingsgruppe relativ leicht einschätzen können und dementsprechend ihre Trainings ausrichten können - auch hier unter dem Aspekt des Unfallschutzes.

Abschließend ist festzustellen, dass die Kyu- und Dan-Prüfungen - eingebunden im Prüfungs- und Lehrwesen - eine Einheitlichkeit und die Qualität der Techniken fördern und sichern, von denen der einzelne Aikidoka, die Aikido-Gruppe sowie die Trainer*innen profitieren.