



Exameneisen Judo

1 Inleiding

Om de kwaliteit van de Judoka's te waarborgen moeten de exameneisen zoals deze zijn opgesteld door de Judobond Nederland (JBN) worden gehandhaafd. Per graduatie staat beschreven welke technieken een Judoka moet kunnen uitoefenen, zowel links als rechts.

Deze exameneisen zijn opgesteld om de kwaliteit van Judoka's te beoordelen ongeacht welke club je voor uit komt. Een Judoka met blauwe band bij club X beschikt over dezelfde kwaliteit als een Judoka bij club Y.

Daarnaast dient de Japanse nomenclatuur bekend te zijn bij de Judoka's. Dit als voorbereiding voor het zwarte band (1^e Dan) examen. Maar ook voor de overgang met trainingen bij andere Judoclubs, het Nederlandse Kawaishi systeem (1^e beenworp etc.) wordt zelden gebruikt bij Judoclubs. Dit voorkomt onduidelijkheid bij de Judoka's indien ze bij een andere club bijtrainen of als ze een Judo opleiding gaan volgen.

Onderstaande exameneisen zijn vastgelegd tijdens de Algemene Leden Vergadering van 23-06-2016.

2 Beoordelingscijfers en omschrijving

De onderstaande omschrijvingen worden gebruikt in de komende paragrafen.

Cijfer	Omschrijving
10	Uitstekend
9	Zeer goed
8	Goed
7	Ruim voldoende
6	Voldoende
5	Zwak
4	Onvoldoende
3	Ruim onvoldoende
2	Slecht
1	Zeer slecht

Tabel 1: Beoordelingscijfers met omschrijving

2.1 Geel t/m groene band examens (5^e Kyu t/m 3^e Kyu)

1. Tot en met groene band (3^e Kyu) zijn de examens openbaar voor iedereen.
2. De examens worden beoordeeld volgens de JBN exameneisen, waarbij de technieken links en rechts worden gedemonstreerd.
3. De technieken worden uitgevoerd met *minimaal voldoende (6)* balansverstoring van Uke, *minimaal voldoende (6)* werpriching van de worp en *minimaal voldoende (6)* controle op Uke in Ne Waza.
4. De Japanse nomenclatuur (benamingen technieken in Japans) dient *minimaal voldoende (6)* beheerst te worden. Dit wil zeggen dat de Judoka van minimaal 25% van de te beoordelen technieken de Japanse benamingen (O Soto Gari) kent, maar sowieso alle Nederlandse Kawaishi benaming (1^e beenworp etc.).



2.2 Blauwe band (2^e Kyu)

1. Vanaf groene band (3^e Kyu) bepaald de Judoleraar B, Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider welke Judoka examen gaat doen. Indien een Judoka examen doet kan hij/zij slagen of zakken voor het blauwe band (2^e Kyu) examen.
2. De examens worden beoordeeld volgens de JBN exameneisen, waarbij de technieken links en rechts worden gedemonstreerd.
3. De technieken worden uitgevoerd met *minimaal ruim voldoende (7)* balansverstoring van Uke, *minimaal ruim voldoende (7)* werpriching van de worp en *minimaal ruim voldoende (7)* controle op Uke in Ne Waza.
4. De Japanse nomenclatuur (benamingen technieken in Japans) dient *minimaal ruim voldoende (7)* beheerst te worden. Dit wil zeggen dat de Judoka van minimaal 50% van de blauwe band (2^e Kyu) technieken de Japanse benamingen (O Soto Gari) kent, maar sowieso alle Nederlandse Kawaishi benaming (1^e beenworp etc.).
5. Indien de Judoka zakt, houdt hij/zij de band die hij/zij op dit moment heeft. De Judoka kan een herexamen aanvragen bij de Judoleraar B, Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider voor de blauwe band (2^e Kyu);
6. Indien de Judoka zakt, maar een stijgend niveau heeft laten zien t.o.v. het vorige examen kan de Judoka slagen voor groene band (3^e Kyu) met blauwe of bruine slip.

2.3 Bruine band (1^e Kyu)

1. Vanaf blauwe band (2^e Kyu) bepaald de Judoleraar of (Jeugd)Judoleider welke Judoka examen gaat doen. Indien een Judoka examen doet kan hij/zij slagen of zakken voor het bruine band (1^e Kyu) examen.
2. De examens worden beoordeeld volgens de JBN exameneisen, waarbij de technieken links en rechts worden gedemonstreerd, inclusief 1 serie Naga No Kata conform de exameneisen JBN. De keuze voor de Naga No Kata serie is vrij, het advies is serie 1 t/m 3. Dit zijn de geëxamineerde series tijdens het zwarte band (1^e Dan) examen.
3. De technieken worden uitgevoerd met *minimaal goed (8)* balansverstoring van Uke, *minimaal goed (8)* werpriching van de worp en *minimaal goed (8)* controle op Uke in Ne Waza.
4. De Japanse nomenclatuur (benamingen technieken in Japans) dient *minimaal goed (8)* beheerst te worden. Dit wil zeggen dat de Judoka van minimaal 75% van de bruine band (1^e Kyu) technieken de Japanse benamingen (O Soto Gari) kent en de technieken niet meer in het Nederlandse Kawaishi worden benoemt.
5. Indien de Judoka zakt, houdt hij/zij de band die hij/zij op dit moment heeft. De Judoka kan een herexamen aanvragen bij de Judoleraar B, Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider voor de bruine band (1^e Kyu);
6. Indien de Judoka zakt, maar een stijgend niveau heeft laten zien t.o.v. het vorige examen kan de Judoka slagen voor blauwe band (2^e Kyu) met bruine slip.



2.4 Zwarte band (1^e Dan)

1. Vanaf bruine band (1^e Kyu) bepaald de Judoleraar B samen met de Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider welke Judoka examen mag doen voor zwarte band (1^e Dan).
2. Het eindoordeel ligt bij de Judoleraar B, dit vanwege de verantwoordelijkheid en de licentie die de Judoleraar B draagt.
3. De Judoka bepaald zijn/haar eigen keuze voor Kata, maar kan om advies vragen bij de Judoleraar B, Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider.
4. De Judoka stelt zijn/haar verplichte eigen programma op, maar kan om advies vragen bij de Judoleraar B, Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider.
5. De proefexamens van het verplichte eigen programma worden beoordeeld volgens de JBN exameneisen.
6. De technieken worden uitgevoerd met *zeer goed* balansverstoring van Uke, *zeer goed* werprichting van de worp en *zeer goed* controle op Uke in Ne Waza.
7. De Japanse nomenclatuur (benamingen technieken in Japans) dient *minimaal zeer goed (9)* beheerst te worden. Dit wil zeggen dat de Judoka van 100% van de zwarte band (1^e Dan) technieken de Japanse benamingen (O Soto Gari) kent en de technieken niet meer in het Nederlandse Kawaishi worden benoemt.
8. Het bekijken van een Dan examen in Markelo is verplicht, de Judoleraar B, Judoleraar A of (Jeugd)Judoleider die de Judoka begeleid is hierbij aanwezig.