



Ablauf und Bewertung der Dan-Prüfung am 11.06.2022

Allgemeines gemäß Prüfungsordnung

Allgemeines gemäß Prüfungsordnung

Bewertung der Prüfungsleistungen

Bei den Prüfungen sind sportlich-technische Fertigkeiten und theoretische Kenntnisse nachzuweisen.

Zum Prüfungsprogramm gehören folgende Disziplinen:

- Überprüfung des Vorprogramms
- Form(en)
- Partnerübungen (1-Schritt-Kampf)
- Wettkampf
- Selbstverteidigung
- Bruchtest

1. Poom (Rot-schwarzer Gürtel) und 1. Dan (Schwarzer Gürtel)

Vorbereitungszeit: mind. 1 Jahr seit 1. Kup

Zulassungsvoraussetzung: Dan-Vorbereitungslehrgang

- Überprüfung des Vorprogramms
- Taeguk Pal-Jang
- Partnerübungen: 1-Schritt-Kampf mit höherem Schwierigkeitsgrad
- Freikampf: Freies Sparring, wahlweise mit Aufgabenstellungen
- Selbstverteidigung (Alter beachten): Freie Abwehr gegen unbewaffnete und bewaffnete Angriffe eines Partners aus verschiedenen Distanzen
- Bruchtest ab 15 Jahren: drei Bruchtests mit verschiedenen Techniken

2. Poom (Rot-schwarzer Gürtel) und 2. Dan (Schwarzer Gürtel)

Vorbereitungszeit: mind. 1 Jahr seit dem 1. Poom bzw. 1. Dan

Zulassungsvoraussetzung: Dan-Vorbereitungslehrgang

- Überprüfung des Vorprogramms
- Poomsae: Koryeo
- Partnerübungen: 1-Schritt-Kampf mit höherem Schwierigkeitsgrad
- Freikampf: Freies Sparring, wahlweise mit Aufgabenstellungen
- Selbstverteidigung (Alter beachten): Freie Abwehr gegen unbewaffnete und bewaffnete Angriffe eines Partners aus verschiedenen Distanzen sowie mehrere Angreifer aus der Reihe
- Bruchtest ab 15 Jahren: vier Bruchtests mit verschiedenen Techniken mindestens eine Sprungtechnik (ab 40 Jahren nicht mehr verpflichtend)



3. Poom (Rot-schwarzer Gürtel) und 3. Dan (Schwarzer Gürtel)

Vorbereitungszeit: mind. 2 Jahre seit dem 2. Poom bzw. 2. Dan

Zulassungsvoraussetzung: Dan-Vorbereitungslehrgang

- Überprüfung des Vorprogramms
- Poomsae: Keumgang
- Partnerübungen: 1-Schritt-Kampf mit höherem Schwierigkeitsgrad
- Freikampf: Freies Sparring, wahlweise mit Aufgabenstellungen
- Selbstverteidigung: Freie Abwehr gegen unbewaffnete und bewaffnete Angriffe durch mehrere Angreifer
- Bruchtest ab 15 Jahren: fünf Bruchtests mit verschiedenen Techniken mindestens zwei Sprungtechniken (ab 40 Jahren nicht mehr verpflichtend)

Bewertungsgrundlagen

Über die Bewertung entscheidet das Prüfungsgremium unabhängig und in eigener Verantwortung.

- sportlich-technischen Leistungen
- Berücksichtigung des persönlichen Profils
- Bewertungsschlüssel
- technischen Anforderungskriterien
- Erscheinungsbild
- Verhalten des Anwärters (Etikette und Umgang mit dem Partner)
- Präsentation

Eine Leistungsbewertung ist endgültig, ein Rechtsmittel hiergegen ist nicht zulässig.

Technische Anforderungskriterien

Die Bewertung erfolgt unter Beachtung der Technikprinzipien, der Funktionalität der gezeigten Techniken und der Übungsziele.

Hinweise zu Prüfung am 11.06.2022

Grundsätzliches:

- Das jeweilige Prüfungsprogramm muss grundsätzlich von jedem Prüfling vollständig bestritten werden. Die Abfolge der einzelnen Prüfungsdisziplinen bestimmt das Prüfungsgremium.
- Alle Partnerübungen werden mit einem Partner durchgeführt, der sich aus der vorab festgelegten Gruppenzusammensetzung ergibt.
- Bei wettkampforientierten Übungen kann ein eigener Partner mitgebracht werden.

1. Vorprogramm

Formenorientiert:

Anwärter bis zum 3. Dan müssen als Vorprogramm alle vorhergehenden Taeguk- und Poomsae-Formen beherrschen.

In der ersten Runde wird die durch die Prüfungsordnung festgeschriebene Prüfungsform präsentiert.

Anschließend wird eine Poomsae vom Sportler selbst ausgewählt und eine weitere wird im direkten Anschluss durch die Prüfer festgelegt. Zwischen den beiden Formen erfolgt eine Minute Pause. Die Note ergibt sich aus dem arithmetischen Mittel.

Bei Prüflingen, die das Fach **Applikation** wählen, ist die entsprechend gewählte Poomsae den Prüfern vor der Prüfung bei der Registration bekannt zu geben. Die Applikation werden mit dem eigenen Partner durchgeführt.

Die Überprüfungsform wird durch das Prüfungsgremium festgelegt und kurz vorher auf der Fläche bekanntgegeben.

Wettkampforientiert:

An der Pratte sollen die korrekte Ausführung, die Treffsicherheit sowie die Distanzeinschätzung und wettkampforientierter Techniken demonstriert werden. Hier soll ein möglichst höherer Schwierigkeitsgrad von Wettkampftechniken/-kombinationen erreicht werden.

Nach der Prüfungsform werden mit dem eigenen Partner (ohne Wettkampfausrüstung) folgenden Übungen gezeigt:

- 2 Minuten Wettkampftechniken (1x1, 2x2 oder Mehrfachkombinationen) mit dem Partner im Wechsel ohne Kontakt
- 5-8 Kombinationen (2 bis 4 Aktionen) an der Handpratte; hier reicht eine einseitige Demonstration aus.
- 5-8 Kombinationen (2 bis 4 Aktionen) am Schlagkissen; hier reicht ebenfalls einen einseitigen Demonstration aus.

Die Note ergibt sich aus dem arithmetischen Mittel.

2. Form

Allgemeines:

Bei Dan Prüfungen sollten sich die Taeguks und Poomsae nach WT-, WTE- und DTU-Standard orientieren. Maßgeblich sind die veröffentlichten Grundlagen des Kukkiwon. (Keypoints usw.)

Prüfungsform nach PO.

Die Form darf bei Abbruch oder fehlerhafter Ausführung auf Wunsch des Anwärters einmal wiederholt werden.

3. Partnerübung

Die Partnerübungen sind formenorientiert oder wettkampforientiert durchzuführen. Jeder Prüfling muss sich für eine der beiden Varianten entscheiden. Eine Vermischung ist nicht zulässig. Es sind Techniken mit höherem Schwierigkeitsgrad vorzuführen.

Formenorientiert:

Die Übungen werden ausschließlich in traditionellen Stellungen mit traditionellen Techniken ausgeführt. Außer Greifen bzw. Halten (**ohne** den Angreifer aus dem Gleichgewicht zu bringen) sind **keine** weiteren Selbstverteidigungs- und Wettkampftechniken zulässig.

Hierbei werden mindestens 5 verschiedene Übungen gezeigt, wobei vier Übungen mit der rechten und linken Seite identisch sein müssen. Darüber hinaus bleibt es dem Prüfling überlassen eine oder zwei weitere vorzuführen, in der spezielle Techniken einseitig gezeigt werden können.

Wettkampforientiert:

Die Übungen werden mittels Faust- und Fußtechniken aus frei wählbaren und beweglichen Stellungen ausgeführt. Techniken und Angriffspunkte müssen sich an den Vorgaben der gültigen Wettkampfordnung der DTU orientieren. Aus der Kampfstellung heraus vorgetragene Kombinationen mit mind. 2 und max. 4 Techniken.

Zum Schutz der Anwärter muss grundsätzlich bei diesen Übungen eine Schutzweste und bei Bedarf weitere Schutzausrüstung getragen werden.

Hierbei werden mindestens 5 verschiedene Übungen gezeigt, wobei vier Übungen mit der rechten und linken Seite identisch sein müssen. Darüber hinaus bleibt es dem Prüfling überlassen, eine oder zwei weitere vorzuführen in der spezielle Techniken einseitig gezeigt werden können.



4. Freikampfübungen

Alle Freikampfübungen werden mit vollständiger Schutzausrüstung laut entsprechender WOT (s. unten) ausgeführt. Schwere Kopftreffer sind **untersagt**.

<u>Alter</u>	<u>Schutzausrüstung</u>
<u>bis einschl. 14 Jahre</u>	<u>Weste, Schienbein- und Unterarmschützer, Tiefschutz, Handschützer, Fußschützer, Zahnschutz (weiß oder transparent), Kopfschutz mit Visier (weiß, blau oder rot)</u>
<u>ab 15 Jahre</u>	<u>Weste, Schienbein- und Unterarmschützer, Tiefschutz, Handschützer, Zahnschutz (weiß oder transparent), Kopfschutz (weiß, blau oder rot)</u>

Formenorientiert:

3 x 1,5 Minuten mit jeweils 1 Minute Pause.

1 Runde Freies Sparring, 2 Runden mit Aufgabenstellung.

Poomsae Applikation ab 40 Jahre – bis zu 5 verschiedene Übungen

Als Grundlage für die Applikation sollen die Formen ab Taeguk 4 bis zu der eigenen Prüfungsform zur Verfügung stehen. Dabei ist die komplette Form zu laufen und anschließend sollten 4 – 5 verschiedene Übungen gezeigt werden. Die ursprüngliche Funktion der Technik darf dabei in der Übung abgewandelt werden, sofern diese in ihrer Ausführung noch erkennbar ist. Weiterhin darf der Partner bei Bedarf eine Schutzweste tragen, um die Techniken effektiv am Partner auszuführen. Körperkontakt ist also ausdrücklich gestattet. Auch die Veränderungen von Bewegungsrichtungen ist zulässig, sofern sie dem Ziel der Anwendung der Poomsae dienlich sind.

Wettkampforientiert:

Kampfzeit gemäß der aktuellen WOT.

1 Runde Freies Sparring, 2 Runden mit Aufgabenstellung.

5. Selbstverteidigung

Die Auswahl der Schutzausrüstung ist den Teilnehmenden über 18 Jahren freigestellt.

Minderjährige Prüflinge sind zu folgender Schutzausrüstung **verpflichtet**: Helm mit Visier oder Kopfschutz und Mundschutz sowie Tiefschutz. Weitere Schutzausrüstung ist freigestellt.

Den Schwerpunkt der Selbstverteidigung bilden sinnvolles Abwehren und Ausweichen, Übersicht, Sicherheit in der Technikanwendung sowie die Wirksamkeit der Technik.

Lange Distanz: Angreifer/in kann Verteidiger/in nur mit Fußtritten erreichen.

Mittlere Distanz: Angreifer/in kann Verteidiger/in mit Faustschlägen erreichen.

Nahe Distanz: Sowohl für Angreifer/in als auch für Verteidiger/in ist in dieser Distanz der Einsatz von Kopfstößen, Ellenbogen - und Kniestößen, Körperhaken, Würfen usw. möglich.

Boden: A) Angreifer/in steht, Verteidiger/in befindet sich am Boden; B) Angreifer/in und Verteidiger/in sind in Bodenlage

Stock/Messer: Für die Selbstverteidigung dürfen nur gefahrlose Übungswaffen (z. B. Stock und Messer) und sonstige Geräte zum Einsatz kommen. Spitze, scharfe oder andere verletzungsträchtige Gegenstände dürfen nicht verwendet werden. Eine Prüfung der Waffenselbstverteidigung bei Kindern bis einschließlich 14 Jahren entfällt.

Die Dauer der Selbstverteidigung sollte ca. 2 Minuten pro Anwärter/in betragen und wird mit einem/r Partner/in durchgeführt (1. Dan = 1 Angreifer, 2./3. Dan = 3 Angreifer)

6. Bruchtest

Allgemeines

- Die Anzahl an Bretthaltern soll die Zahl von max. zwei Bretthaltern pro Brett möglichst nicht überschreiten. Daher sind angemessene Bretthalter für jeweilige Techniken und Brettstärken zu wählen.
- Gelingt der Bruchtest nicht vollständig, darf Wunsch des Anwärters einmal wiederholt werden.
- Bei Verletzung muss der zweite Versuch nicht identisch zum ersten Versuch sein.
- Bei **Nichtgelingen** eines Einzelbruchttests sowie bei **unvollständigem Gelingen** eines Mehrfachbruchttests **nicht** grundsätzlich maximal 3,9 Punkte, wenn eine der zwei unten aufgeführten Bedingungen erfüllt ist.
- Ebenfalls muss bei einem gebrochenen Brett keine 4,0 gegeben werden!
- Die Note für den Bruchtest ergibt sich aus dem arithmetischen Mittel der Einzelbruchttests und der Kombination.

Beispiele für Bewertungen unter folgenden Bedingungen:

- Brett(er) nicht gebrochen und gar nicht oder nicht richtig getroffen; mangelhafte Technik und schlechte Körperhaltung; unsicheres Verhalten: 2,0 – 3,0 Punkte
- Brett nicht oder bei Kombination nicht alle Bretter gebrochen; angemessenes Verhalten: 3,1 – 3,9 Punkte
- Brett **nicht** oder bei Kombination **nicht alle** Bretter gebrochen; jedoch mit korrekter Technik und entweder eine größere Brettstärke verwendet als lt. PO vorgegeben oder Technik mit hohem Schwierigkeitsgrad ausgeführt: 4,0 Punkte und höher
- Brett(er) gebrochen (individuelle Berücksichtigung des Schwierigkeitsgrades, der Ausführung und des Verhaltens): 4,0 – 6,0 Punkte

Die Brettstärke beträgt grundsätzlich:

- mind. 2,5 cm bei Männern von 18 - 40 Jahre;
- mind. 2,0 cm bei Frauen von 18 - 40 Jahre
- mind. 1,5 cm bei Jugendlichen (m/w) von 15 – 17 Jahre, bei Frauen und Männern über 40 Jahre

Maßtoleranz bis max. minus 2 mm.

Der Anspruch besteht im Brechen des Bruchtestmaterials mittels TKD-Angriffstechnik. Dem Gelingen des Bruchttests wird hohe Bedeutung zugemessen. Daneben werden Schwierigkeitsgrad der Technik, Ausführung, Körperhaltung und Gleichgewicht bewertet.

Anzahl der Bruchttests gemäß PO

- für 1. Dan: Drei Bruchttests mit verschiedenen Techniken; eine 2er-Kombination muss gezeigt werden
- für 2. Dan: Vier Bruchttests mit verschiedenen Techniken; eine 2er-Kombination und mindestens eine Sprungtechnik müssen gezeigt werden
- für 3. Dan: Fünf Bruchttests mit verschiedenen Techniken; eine 3er-Kombination und mindestens zwei Sprungtechniken müssen gezeigt werden

Die Durchführung der Prüfung findet in einzelnen Gruppen vollständig statt und nach einer Pause wird die nächste Gruppe geprüft. Es ist deutlich auf eine Reduktion der Begleitpersonen der Prüflinge zu achten.

Minderjährige haben eine erziehungsberechtigte Person während der Prüfung im selben Raum oder eine schriftliche Erklärung der Erziehungsberechtigten, welche volljährige Begleitperson verantwortlich ist, bei der Anmeldung abzugeben.