

JUDO
AUSTRIA



**Vom Weißgurt
zum Top-Judoka**



„Vom Weißgurt zum Top-Judoka“

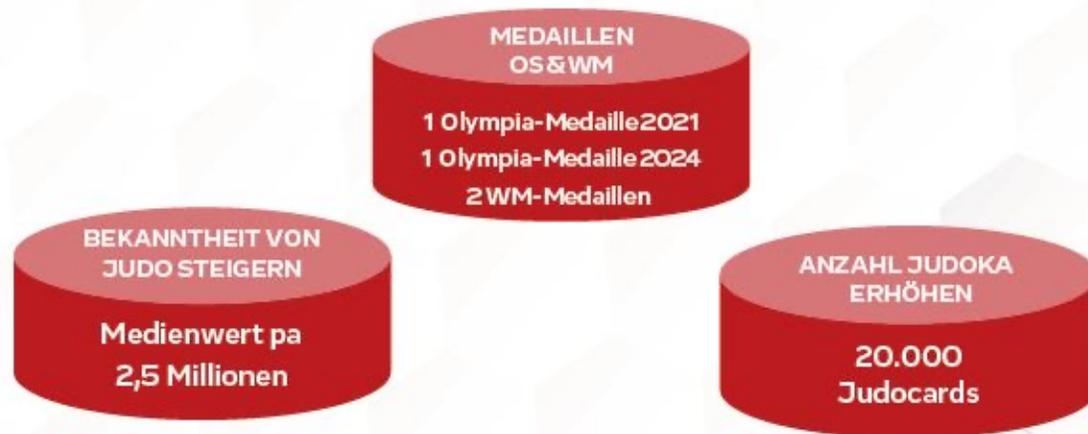
Wie kann der Weg einer Sportlerin von der ersten Judostunde bis ins Erwachsenenalter aussehen?

- Auf Basis der **ÖJV-Strategie 2024**
- Gliederung in Stufen → Angebote ÖJV/LV





Hauptziele bis 2024



Prioritäten & Schwerpunkte

Allgemein

- Ausführliche und transparente **Kommunikation** mit Landesverbänden, Vereinen, Trainerinnen und Trainern, Funktionärinnen und Funktionären
- Intensivierung und Professionalisierung von **Marketing, Öffentlichkeits- und Medienarbeit**
- Verbands- und **Managementstruktur** modernisieren
- Abhängigkeit von Förderungen reduzieren, **Eigenmittel** erhöhen
- **Diversität** und **Inklusion** bewusst fördern
- **Frauen** in allen Bereichen fördern
- **Sicherheit & Respekt**: Entschieden Vorgehen gegen jede Form von Gewalt

Breitensport

- Bessere Einbindung der Vereinstrainerinnen und -trainern - **Wertschätzung der Ehrenamtlichen**
- Stärkung der Hauptamtlichkeit im Trainerbereich **Berufsbild Judo-Trainerin, Judo-Trainer**
- Qualitätsoffensive **Ausbildungswesen** (Aus- und Fortbildung, Lizenzierung)
- Gewinnen und gezieltes Fördern von **Mädchen** im Judo
- Strukturelle Verankerung von Judo als **Schulsport**
- Verbreiterung des Angebots **Fit & Sicher mit Judo**
- **Gründungsinitiative**

Leistungssport

- Verstärkt **gemeinsames**, qualitativ hochwertiges **Training** in Österreich
- **Exzellentes Trainerteam** durch Verstärkung mit internationalen Expertinnen und Experten
- **ÖJV-Bundesstützpunkt in Linz**
- Aufwertung der Regionen durch transparente Installierung von mehreren **ÖJV-Stützpunkten**
- Erhöhung der Anzahl an **hauptamtlichen Trainerinnen und Trainern**
- Frühes **Entdecken und Fördern von Talenten** durch Schwerpunktsetzung im Nachwuchsleistungssport



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 1

„Kindergarten“



Stufe 1 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Modell



Stufe 1 - Charakteristik

- Kinder im Alter 4-6 Jahre
- 1x wöchentliches Training
- Bezugsperson TrainerIn
- Kaum weitere Angebote abseits des Trainings





Stufe 1 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Fokus Rollen, Fallen, Spielen
- Spaß auf der Matte
- Erstkontakt mit der Sportart Judo
- Mitgliedergewinnung





Stufe 1 – Herausforderungen

- Gesamtverständnis für Judo noch kaum vorhanden
- Starker Einfluss Eltern
- Pädagogische Anforderungen an TrainerIn höher als Judo Fachwissen



Stufe 1 – Angebote ÖJV/LV

- Sonnengrade
- Judowerte





Stufe 2

„Volksschule“



Stufe 2 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 2 - Charakteristik

- 6-10 Jahre
- 1-3x wöchentliches Training
- Oft eingebunden in Schulen/Nachmittagsbetreuung
- Bezugsperson TrainerIn





Stufe 2 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Spaß am Judosport
- Basisausbildung Grundtechniken
- Judo- und Regelverständnis
- Kyu Prüfungen
- Erste Turniererfahrungen auf Vereins-/LV Ebene



Stufe 2 – Herausforderungen

- Bei Schulgruppen wenig Elternkontakt
- ehrgeizige Eltern
- Ende der Volksschulzeit kann zu Judo-Ende führen
- Wettkampfehrgeiz bei jungen Judoka wecken



Stufe 2 – Angebote ÖJV/LV

- Kyu Prüfungen
- Anfängerturniere
- Schülerkadertrainings
- Kyu Videos



The screenshot shows the YouTube channel page for 'Österreichischer Judoverband'. The channel name is '10_Kyu' with 15 videos, 4,107 views, and a last update on 13.05.2020. The channel is not listed. Below the channel info are social media icons and a red 'ABONNIEREN' (Subscribe) button. A search bar is visible at the top right. A list of five videos is shown on the right side of the page:

Video Title	Channel	Duration
QR001 Fall rückwärts aus dem Hockstand	Österreichischer Judoverband	0:18
QR002 Fall seitwärts aus dem Hockstand	Österreichischer Judoverband	0:24
QR003 Fall vorwärts aus dem Kniestand	Österreichischer Judoverband	0:22
QR004 Rolle vorwärts aus dem Halbkniestand	Österreichischer Judoverband	0:31
QR005 Rolle rückwärts aus dem Hockstand	Österreichischer Judoverband	0:28



Stufe 3

„Unterstufe“



Stufe 3 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 3 - Charakteristik

- 10-14 Jahre
- 2-5x wöchentliches Training
- Erster Fokus auf Leistungssport möglich (Unterstufen-Leistungssportmodelle)
- Bezug: Vereins-TrainerIn, Landes-TrainerIn





Spaß am Judo-Leistungssport

- Fokus auf regionalen/nationalen Vergleich
- Startende Spezialisierung im Technikbereich
- Startende Judo-Wettkampfausbildung
- Zusatztraining im körperlichen Bereich möglich
- Erste Kontaktaufnahme mit LandestrainerIn
- Landeskadertrainings und erste nationale Sichtungen
- Erste internationale Turniererfahrungen und Teilnahme an ÖMs



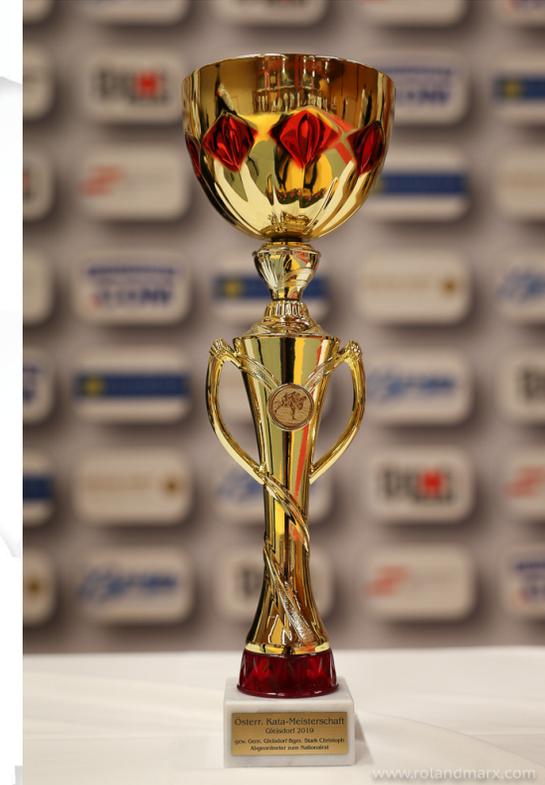
Stufe 3 – Herausforderungen

- Beginnende Pubertät
- Schulwechsel, Beginn einer Ausbildung bzw. Berufsbeginn
- Drop-Out-Gefahr besonders hoch
- Jugendliche richtig „weiterführen“
(fließende und vermehrte Aufgabenübernahme der LV)
- Leistungssportorientierung fördern und ermöglichen
(hoher Zeit- und Ressourceneinsatz der TrainerInnen notwendig)
- Zusammenarbeit Landesverbände und Vereine



Stufe 3 – Angebote ÖJV/LV

- Judo-Leben kennenlernen“
(Vereinsaktivitäten auch außerhalb des Trainings)
- Landesmeisterschaften bzw. Landeskader
- Aufnahme in nationale Sichtungskader
- Unterstufenschulmodelle (zB.: OÖ)
- Kyu-Prüfungsangebot
(langfristiges Ziel Dan-Prüfung)





Stufe 4

„Oberstufe“



Stufe 4 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Modell



Stufe 4 - Charakteristik

- 15-20 Jahre
- 3-7x wöchentliches Training
- Altersklassen U18/U21
- Internationale Höhepunkte EM/WM Nachwuchs
- Fokus auf Leistungssport (Oberstufen-Leistungssportmodelle)
- Bezug: Vereins-, Landes-, NationaltrainerIn



Wechsel von Leistungssport auf Breitensport möglich, oft fließender Übergang



Stufe 4 – Zielsetzung/Schwerpunkte

- Schaffung der Grundlagen für den Judo-Hochleistungssport
- Fokus auf internationalen Vergleich und Spitzensport
- Ausbau und Entwicklung des Technikprofils
- Erwerb von taktischen Grundlagen
- Körperliches Training nimmt stark zu
- Umfeldbetreuung ein wichtiger Parameter

Breitensport:

- Spaß am Judosport erhalten
- Bundesliga und nationale Turniere auch für BreitensportlerInnen
- Alternative Angebote anbieten, abseits vom Wettkampf (Dan-Prüfung, Kampfrichter, Administration, ÜbungsleiterIn)



Stufe 4 – Herausforderungen

- Leistungssport als Lebenseinstellung!
- Leistungsniveau verdichtet sich - Spezialisierung auf Leistungssport
- Motivation aufrechterhalten – Ablenkungen kennen und darauf reagieren
- Drop-Out nach Schulabschluss („Jetzt machst du aber etwas gescheites!“)
 - Karriereoptionen darstellen!
- Alternative Angebote um Jugendliche beim Judo zu halten!
- Wettkampf auch abseits vom int. Leistungssport möglich → Bundesliga, Turniere,...



Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Oberstufen-Schulmodelle Leistungssport

Aufnahmeverfahren, Abstimmung Schule-Sport, Umfeldbetreuung

Judo-Standorte in ganz Österreich:

- SLZ Wien West
- BSFZ Südstadt
- BSSM Oberschützen
- SLZ St. Pölten
- Talentezentrum Oberösterreich
- SSM Salzburg
- NLZ Steiermark
- NWLS Tirol
- Sportgymnasium Dornbirn





Stufe 4 – Angebote ÖJV/LV

Grundwehrdienst bzw. Frau in Ausbildung im Heeressport

Möglichkeit Leistungssport professionell zu betreiben

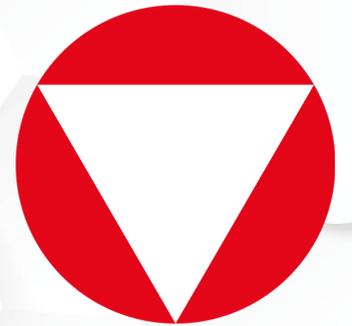
Grundwehrdienst:

- Meldung März nach Aufforderung durch ÖJV
- 6 Monate als Leistungssportler → dann Möglichkeit auf Fixplatz!

Frau im Ausbildungsdienst:

- Meldung im November nach Aufforderung durch ÖJV
- 1 Jahr als Leistungssportlerin → dann Möglichkeit auf Fixplatz!

Weitere Informationen auf kommenden Folien!





Alternative Angebote

Im folgenden Kapitel werden weiterführende Angebote aus folgenden Bereichen angeführt:

- Kata
- Kampfrichter
- Trainerausbildung
- Bundesheer
- Polizei
- KADA
- Administration



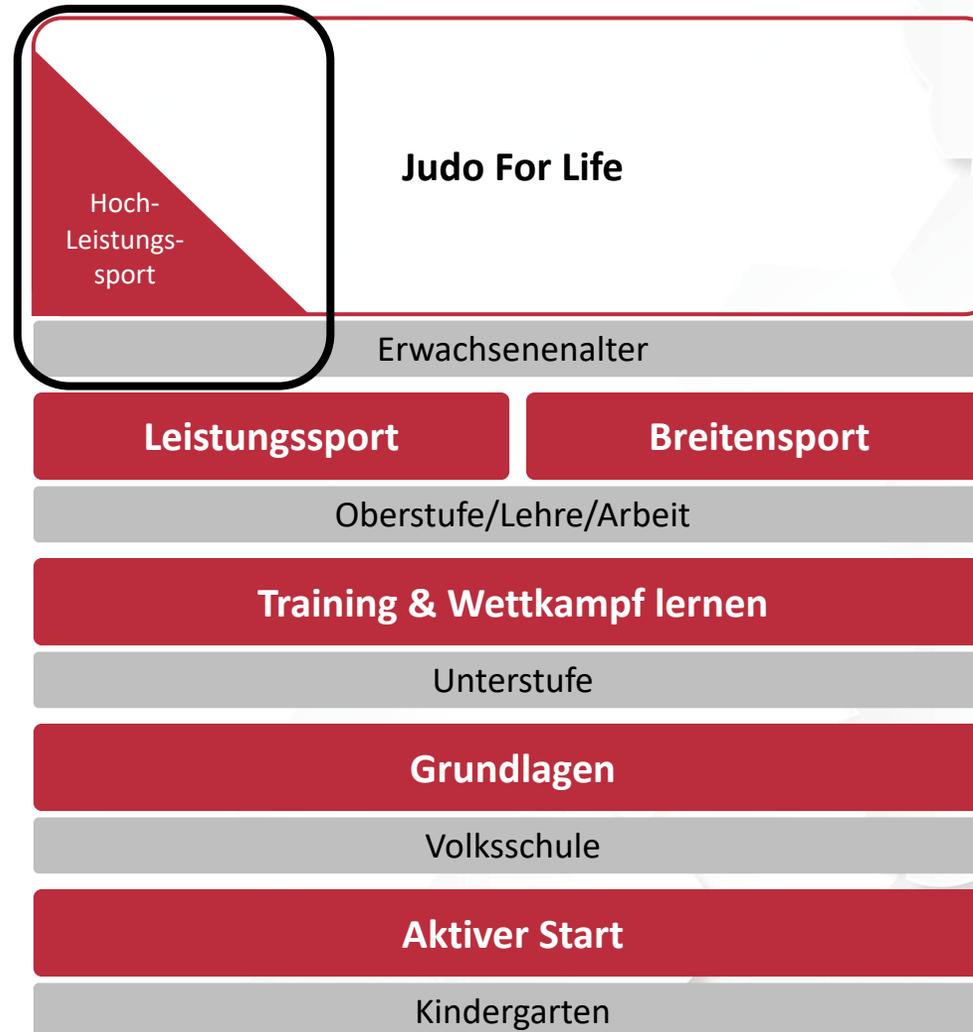


Stufe 5

„Erwachsene“



Stufe 5 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Stufe 5 – Charakteristik Hochleistungssport

- 18 Jahre und älter
- Mind. 5x wöchentliches Training
- Altersklassen U21/U23/AK
- Fokus auf Hochleistungssport
- „Leben als LeistungssportlerIn“
- Umfeld optimal ausgerichtet

- Bezug: NationaltrainerIn und LandestrainerIn





A-Kader

Spezialisierung des individuellen Technikprofils
Taktische Spezialisierung (Gegner, Situation, etc.)
Trainingshäufigkeit und -Qualität in Anlehnung an int. Spitze
Motivations- und Durchhaltevermögen in Training & WK

Anschluss (U21/U23)

Weiterentwicklung des individuellen Technikprofils
Entwicklung von technischen Lösungen für Situationen (Taktik)
Physische "Eintrittskarte" in AK schaffen (Train & Test)
Leistungssport als Lebensentscheidung (VollzeitsportlerIn am BSP)

Kadetten (U18)

Erarbeitung des individuellen Technikrepertoires mit Angriff in alle Richtungen
Kombinieren, blocken, übernehmen, Finten, Ashi-Waza
Stand-Boden-Übergang (und Ne-Waza) als essentieller Bestandteil
Vertrauen in offensives Kampfverhalten ("Siegen wollen vs. Niederlage verhindern")

SchülerInnen (U16)

Judo-Basiselemente (Körperposition, Bewegen, Griff, technische Vielfalt in Stand und Boden)
Fokus auf Technikerarbeitung und Schulung in Judo und Krafttraining (Voraussetzungen schaffen!)
Übergang vom Vereinstraining und Wille zum Leistungstraining



- 100% Fokus auf Leben als LeistungssportlerIn
- Soziale & finanzielle Absicherung
- Optimales Umfeld
- Umgang mit Rückschlägen
(Verletzungen, Niederlagen)
- Karriereende & Lebenswechsel

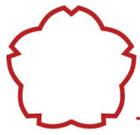




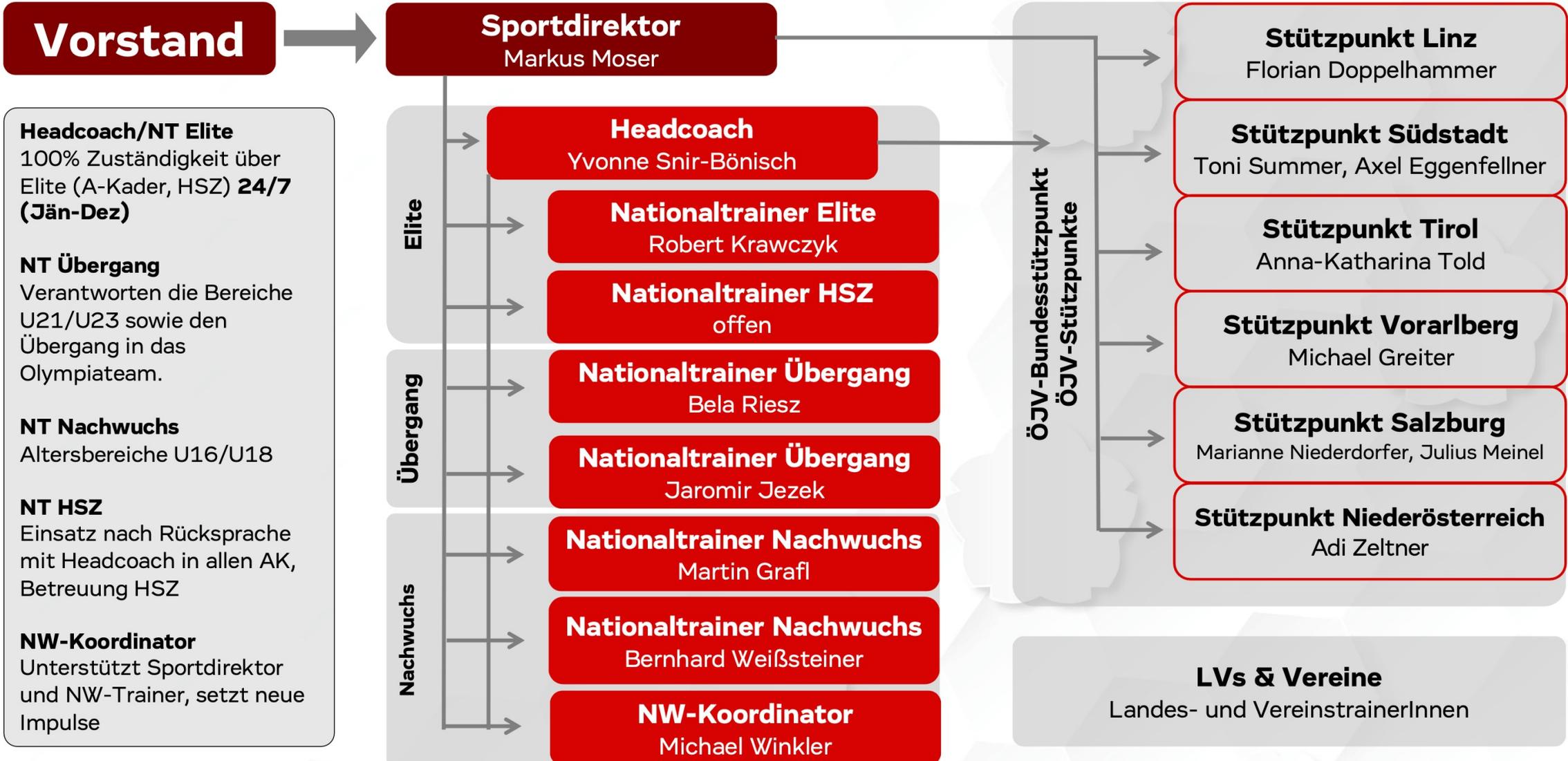
Leistungssportkonzept 2024



- Konzept auf Basis von aktuellen Best-Practice-Beispielen
- Gemeinsames Training in Österreich (z.B. A-Kader absolviert 75% aller Trainingsmaßnahmen gemeinsam)
- ÖJV-Bundesstützpunkt Linz → ÖJV-Stützpunkte
- Klare Einordnung aller Beteiligten (Nationaltrainer, Landestrainer, etc) mit Rollen, Verantwortlichkeiten und Pflichten in diesem Leistungssportkonzept
- Transparent, nachvollziehbar und offen kommuniziert



Stufe 5 – Angebote ÖJV/LV Hochleistungssport





Heeressport



Das Österreichische Bundesheer ist einer der größten Förderer des Leistungssports!

Jul. - Dez.	HSZ Grundwehrdienst (6 Monate) <i>Ca. 3-4 Aufnahmen Judo pro Jahr</i>	HSZ „Frau in Ausbildung“ (12 Monate) <i>Ca. 1-2 Aufnahmen Judo pro Jahr</i>
Jän. - Jun.	HSZ Soldat in Vorbereitung (8-10 Monate) <i>Für Sportler, die danach aufgenommen werden</i>	
Jul. - Okt.		HSZ Soldat in Vorbereitung (2-4 Monate) <i>Für Sportler, die danach aufgenommen werden</i>
Ab Nov.	Militärperson auf Zeit (HSZ LeistungssportlerIn) <i>Derzeit 15 Plätze</i>	



Polizei



Das Innenministerium (Polizei) als wichtiger Partner des Österreichischen Sports!

Zwei Optionen möglich:

1. Aufnahme in den Leistungssportkader der Polizei
 - *Normaler Polizeidienst mit zusätzlichem Sonderurlaub für Leistungssportler*
2. Aufnahme in den Spitzensportkader der Polizei
 - *Für Top-Sportler*
 - *Flexiblere Ausbildungszeit (bis zu 5 Jahre, statt der üblichen 2 Jahre)*
 - *Bis zu 6 Monate Dienstfreistellungen für den Spitzensport*



Zollsport



Das Bundesministerium für Finanzen (BMF) als wichtiger Partner des Österreichischen Sports!

Neue Option angedacht ab 2024:

1. Aufnahme in den Spitzensportkader des Zollsport
 - *Für Top-Sportler*
 - *Flexible Ausbildungszeit und Dienstgestaltung*
 - *Bis zu 8 Monate Dienstfreistellungen für den Spitzensport*



KADA – Karriere danach



KADA ist die österreichische Institution für Duale Karriere und Berufliche Integration im Spitzensport.

- Unterstützung von LeistungssportlerInnen in Universität, Lehre oder Ausbildung
- BetreuerInnen begleiten die SportlerInnen und wissen über bestehende Kooperationen und Möglichkeiten Bescheid



Judo Austria Stipendium

Unterstützung von alternativen Karrierewegen und StudentInnen um SportlerInnen professionelle Sportausübung und die Partizipation an der Trainingsgruppe zu ermöglichen:

- Aktives Studium (oder ähnliche Ausbildung)
- Studienfortschritt (Kriterien individuell vereinbart)
- Erhalt des Kaderstatus bzw. der Leistungskriterien
- Förderung im Ausmaß von ca. EUR 400-600/Monat



Stufe 5 - Überblick



In Anlehnung an das „Long-Term Athlete Development“-Model



Lebenslanger Judobetrieb!

- Judoka, die keine Wettkämpfe bestreiten wollen
- Judoka, die Wettkampfsport abseits von int. Turnieren machen möchten (BundesligakämpferInnen)
- Begeisterung für den Judosport
- Suche nach alternativen Herausforderungen





Stufe 5 – Zielsetzung/Schwerpunkte „Judo For Life“

- Judo als Lebenseinstellung
- Judo als Gemeinschaft
- Judo als Fitnessprogramm
- Herausforderungen abseits des Wettkampfs anbieten
- Ehemaligen Wettkämpfern neue Perspektiven geben





Stufe 5 – Herausforderungen „Judo For Life“

- Judo nicht mehr Priorität im Leben
- Wert von Judoka nicht über Wettkampfleistung definieren
- Judo Begeisterung für neue Wege nutzen



Trainerausbildung

- **Übungsleiterkurs** meist schon ab 15 Jahren und Braungurt möglich - Landesverband
- **Instruktor** - ÖJV
- **Staatlich geprüfter TrainerIn** – ÖJV mit BSPA
- **DiplomtrainerIn** – ÖJV mit BSPA

Zusätzlich laufend Fortbildungsangebote LV, ÖJV





Kata/technisch orientierter Judosport

- Dan Prüfung oft Erstkontakt mit Kata
- Kata Meisterschaften
- Kata als Basis für höhere Dangraduierungen
- Kata Judges



Kata = Judo Technikprinzipien mit festgelegten Abläufen



KampfrichterIn

- Junior Referees im Landesverband ab 16 Jahren
- LandeskampfrichterIn (LV)
- BundeskampfrichterIn (ÖJV)
- Int. B-KampfrichterIn (EJU)
- Int. A-KampfrichterIn (IJF)
- Olympia KampfrichterIn (IJF)





Verein/Landesverband

- Wettkampfleitung
- Streaming
- Medienarbeit
- Veranstaltungsorganisation
- Vereinsverwaltung
- Vorstandsfunktion
- Dan Kollegium

ÖJV

- Österreichisches Dan Kollegium
- ÖJV Vorstand
- Pooltrainer
- Wettkampfleitung
- Event Technik/EDV/Streaming





Fragen?

Danke!



ÖSTERREICHISCHER JUDOVERBAND

Wehlistr. 29/1/111 | 1200 Wien
office@judoaustria.at | www.judoaustria.at

@ JudoAustria  JudoAustria