



**DEUTSCHER JU·JUTSU
VERBAND**



**ARBEITSBLATT
PRÜFUNGSPROGRAMM
POLIZEI & BEHÖRDEN 4. KYU**



JU·JUTSU

Sämtliche personenbezogenen Bezeichnungen im Prüfungsprogramm sind geschlechtsneutral benannt. Aus Gründen der vereinfachten Lesbarkeit wurde überwiegend die männliche Schreibweise gewählt.

Stand: 04. Oktober 2025

Prüfung 4. Kyu (Orangener Patch)		
1	Eigene Bodenlage	1.1 Dynamisches Aufstehen aus der Bodenlage, wobei der Angreifer eine Kotrollposition am Boden innehat
2	Bodenlage des Gegenübers	2.1 Sicherungstechnik bei Bauchlage des Gegenübers in der Position am Kopf und auf dem Rücken; 2.2 Sicherungstechnik bei Bauchlage des Gegenübers erlangen, wobei sich die Person in der Bankposition befindet
3	Abwehrmaßnahmen	3.1 Verhalten bei unangemessener Distanzunterschreitung in Verbindung mit Verteidigung gegen Griffe an Körper und Kleidung
4	Distanzmanagement	4.1 Atemtechniken mit den Beinen zum Distanzhalten 4.2 Atemtechniken mit den Händen/Fäusten zum Distanznehmen
5	Techniken bei schwerwiegenden Angriffen	5.1 Fingerstich bzw. Druck in die Augen 5.2 Pressluftschlag
6	Überwältigung in die Bodenlage	6.1 Überwältigung aus Rückenposition nach hinten und vorn 6.2 Überwältigung aus seitlicher Position nach hinten und vorn
7	Kontrolle über das Gegenüber	7.1 Verbringen einer stehenden Person bei passivem Widerstand mit anschließender Fesselungsposition im Stand
8	Einsatz und Schutz der Ausrüstung	8.1 Einsatz von Waffen/Hilfsmitteln zum Distanzhalten bei Angriffen mit Schlägen und Tritten
9	Messerabwehr	9.1 Situationsbedingte Ansprache des Angreifers nach Erkennen des Mitführens von Waffen unter Kontrolle der Situation
10	Spezielle Anwendungsformen	10.1 Verbringen einer Person im Team bei zunächst passivem Widerstand sowie Überwältigung im Verlauf bei aktivem Widerstand mit anschließender Fesselungsposition
11	Taktische Handlungen	Systematische, zielgerichtete und situationsangepasste Anwendung von Techniken, Bewegungen und Verhaltensweisen zur effektiven und rechtskonformen Lösung der entsprechenden Prüfungsaufgaben; während der gesamten Prüfung
12	Verbale und nonverbale Kommunikation	Kommunikation im Team und mit dem Angreifer während der gesamten Prüfung
13	Angriffs- und Partnerverhalten	Verhalten als Prüfling wie auch als Partner während der gesamten Prüfung
14	Verhältnismäßigkeit und Rechtskonformität	Kernprinzip des behördlichen Handelns während der gesamten Prüfung; Einklang der Handlungen und eingesetzten Techniken mit den geltenden Gesetzen und Vorschriften

Hinweis: Bei der Prüfung in dienstlicher Kleidung mit Ausstattung trägt der Prüfling geeignete und angemessene Schutzausrüstung (mindestens Tief- und Mundschutz sowie ggf. weitere Schutzausrüstung). Die Verwendung von scharfen Waffen ist auszuschließen.

Ju-Jutsu-Techniken in Aufgaben und Situationen

Die Ju-Jutsu-Techniken dieser Prüfungsstufe können grundsätzlich in praktischer Anwendung und in Kombination mit anderen Prüfungsaufgaben geprüft werden. Bei der Prüfung der Techniken in Situationen müssen diese vom Prüfling weitgehend in kurzen Situationen bzw. Rollenspielen, wie z.B. bei Angriffen zur Notwehr und/oder Nothilfe nach eigener Wahl und unter vorheriger Erläuterung demonstriert werden. Hierbei benennt der Prüfling, welche Techniken und Handlungen im Sinne der Prüfungsfächer gezeigt werden.

Die Techniken der jeweiligen Stufe können auch prinzipiengerecht in Situationen kombiniert zusammengefasst werden. Aus den gezeigten Situationen muss ersichtlich sein, dass der Prüfling die nach dem Prüfungsprogramm geforderten Techniken und Handlungen beherrscht.

1 Eigene Bodenlage

Gerät man aufgrund der Situation in eine ungünstige Bodenposition oder kann einen Sturz nicht mehr verhindern, gilt es, sich sofort bestmöglich zu schützen und die eigene Lage so rasch wie möglich zu verbessern, um schnellstmöglich wieder in den Stand zu kommen.

1.1 Dynamisches Aufstehen aus der Bodenlage, wobei der Angreifer eine Kontrollposition am Boden innehat

Der Prüfling befindet sich nach einer Falltechnik bzw. einem Übergang von Stand zu Boden in Rückenlage am Boden und ist mit Schutzausrüstung (siehe "Besondere Hinweise") ausgestattet. Ein Angreifer befindet sich mit dem Knie auf der Brust des Prüflings bzw. in der

Reit- oder Seitposition. Auch kann sich der Prüfling mit Angreifer in der Guard-Position befinden. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Geschwindigkeit oder Intensität der Angreiferbewegung ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen.

Der Prüfling demonstriert hierbei:

- **Befreiungstechniken aus den folgenden vier Positionen unter Beachtung der eigenen Ausrüstung:**
 - Knie auf Brust
 - Seitliche Position
 - Reitposition
 - Guard-Position

Die Befreiungstechniken dienen dazu sich kontrolliert vom Angreifer zu lösen, um wieder in den Stand zu gelangen. Der Prüfling kann danach entscheiden, ob er Distanz aufbaut oder selbst eine Position einnimmt, in der der Angreifer kontrolliert werden kann. Hierbei können auch geeignete Atemtechniken (z.B. Schlag- und Tritttechniken) zum Einsatz kommen.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, in einer dynamischen Situation aus der Bodenlage unter gegnerischer Kontrolle in den Stand zu kommen
- Anwendung von Falltechniken zur Unterstützung des Aufstehens und zur Eigensicherung
- Anwendung von Befreiungstechniken, um sich der gegnerischen Kontrolle am Boden zu entziehen und möglichst selber den Gegner zu kontrollieren
- Schulung der räumlichen Wahrnehmung und des Timings
- Förderung der Fähigkeit, unter Druck handlungsfähig zu bleiben

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer nimmt nach einer Falltechnik des Prüflings bzw. in Verbindung eines Übergangs vom Stand zum Boden eine der o.a. Positionen ein und leistet leichte Gegenwehr bei der Befreiung.

Bewertung:

Bewertet werden die Sicherheit und Effektivität der Befreiungstechniken, die Anwendung der Atemtechniken, die Anpassungsfähigkeit des Prüflings an die Angreiferbewegung, die Kontrolle über die eigene Bewegung und des Angreifers sowie die demonstrierte Eigensicherung.

Besondere Hinweise:

Der Prüfling trägt seine dienstliche Ausstattung.

2 Bodenlage des Gegenübers

Nach der Überwältigung einer Person vom Stand zum Boden ergeben sich – abhängig vom Verhalten des Gegenübers – verschiedene Positionen in der Bodenlage, die es zu bewältigen gilt. Diese sollen in eine taktisch sinnvolle Position zur Fesselung, Durchsuchung und/oder Fixierung zum Verbringen überführt werden, wobei der notwendige Überblick über die Gesamtsituation erhalten bleiben muss.

2.1 Sicherungstechnik bei Bauchlage des Gegenübers in der Position am Kopf und auf dem Rücken

Der Prüfling nimmt am Angreifer eine Sicherungstechnik in der Position am Kopf des Angreifers bzw. auf dem Rücken des Angreifers ein, um diesen am Boden zu fixieren und eine

Fesselung zu ermöglichen. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Intensität oder die Art der Angreiferbewegung ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen. Zudem ist eine sinnhafte Zusammenführung mit Prüfungsfach 6 möglich, indem der Angreifer vom Prüfling nach erfolgter Angriffshandlung zu Boden gebracht wird.

Der Prüfling demonstriert hierbei:

- **Hebeltechniken:**

Zum Halten in der Bauchlage und zum Fixieren des Gegners am Boden erscheinen verschiedene Hebeltechniken zielführend, die z.B. gegen Ellenbogen- und Schultergelenk wirken und die notwendige Kontrolle sowie Reaktionen am Boden bezwecken. Das Prinzip der Hebeltechniken beruht darauf, Gelenke gegen ihre natürliche Bewegungsrichtung oder über ihre Bewegungsfähigkeit hinauszubewegen. Die Wirkung eines Hebels ist in erster Linie abhängig von der Hebellänge, der Hebelunterstützungsfläche, dem Freiheitsgrad des Gelenkes sowie der Schmerzempfindlichkeit des Angreifers.

- **Sicherungstechniken:**

Der Prüfling führt zum Festlegen in der Bauchlage mit dem Ziel der Fesselung mind. eine Sicherungstechnik aus, d.h. Einnahme einer Position am Boden zur Fesselung.

Die genaue Ausgestaltung der Fesselungsposition orientiert sich an den Vorgaben der zuständigen Behörde. Es werden Techniken gezeigt, die eine effektive und sichere Kontrolle des Angreifers gewährleisten, um dessen Handlungsfähigkeit einzuschränken. Das Prinzip der Sicherungstechniken beruht darauf, den Angreifer durch Hebel- und Haltetechniken oder sonstige Techniken so unter Kontrolle zu halten, dass er zwingend fixiert, aufgehoben

und/oder abtransportiert werden kann. Hierbei kann der Angreifer auf den Verteidiger und dessen Ausrüstung nicht mehr einwirken. Beim Übergang von einer Sicherungstechnik zur nächsten muss die neue Sicherung aufgebaut sein, bevor die vorherige gelöst wird.

Eine sinnvolle Zusammenführung mit dem Prüfungsfach 6 (Überwältigung in die Bodenlage) ist möglich.

Ziele:

- Anwendung von Sicherungstechniken in der Bauchlage, um die Kontrolle zu gewährleisten
- Anwendung von Hebeltechniken, um eine Fixierung in der Bauchlage zu ermöglichen
- Förderung eines situationsgerechten Handelns am Boden unter Belastung

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer befindet sich in der Bauchlage und wird mittels einer Technik am Boden fixiert. Hierbei kann er nach Maßgabe des Prüfers leichte Gegenwehr leisten.

Bewertung:

Bewertet werden die Kontrolle des Angreifers während des gesamten Ablaufs, die Effektivität der Sicherungstechnik in der Bauchlage sowie die korrekte Ausführung der Hebeltechniken zum Sichern des Angreifers unter Beachtung der Vermeidung des lagebedingten Atemstillstandts.

Besondere Hinweise:

Zeigt der Angreifer die Wirksamkeit der Techniken an (z.B. durch Abklopfen oder Ruf), ist die Technik in der Prüfung zu lockern, um eine Verletzung des Angreifers zu vermeiden.

2.2 Sicherungstechnik bei Bauchlage des Gegenübers erlangen wobei sich die Person in der Bankposition befindet

Nachdem der Prüfling den Angreifer aus der Bankposition in die Bauchlage kontrolliert überführt hat, nimmt er am Angreifer eine Sicherungstechnik in der Position am Kopf des Angreifers bzw. auf dem Rücken des Angreifers ein, um diesen am Boden zu fixieren und eine Fesselung zu ermöglichen. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Intensität oder die Art der Angreiferbewegung ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen. Zudem ist eine sinnhafte Zusammenführung mit Prüfungsfach 6 möglich, indem der Angreifer vom Prüfling nach erfolgter Angriffshandlung zu Boden gebracht wird.

Der Prüfling demonstriert hierbei:

- **Bodentechniken:**

Der Prüfling kann zur oder nach erfolgter Auflösung der Bankposition eine Bodentechnik ausführen, um den Angreifer kontrolliert am Boden festzuhalten. Die Technik dient dazu, den Gegner in der Bodenlage durch Kontrolle des Kopfes, der Schulterachse, und/oder der Hüfte zu fixieren und einen Übergang zu weiterführenden Techniken zu schaffen. Hierbei wird der Gegner mit dem eigenen Körper belastet, d.h. durch Gewichtsverlagerung und Ausatmen.

- **Hebeltechniken:**

Zum Überführen in die Bauchlage, dem Halten in der Bauchlage und zum Fixieren des Gegners am Boden erscheinen verschiedene Hebeltechniken zielführend, die z.B. gegen Ellenbogen- und Schultergelenk wirken und die notwendige Kontrolle sowie Reaktionen am Boden bezwecken. Das Prinzip der Hebeltechniken beruht darauf, Gelenke gegen ihre natürliche Bewegungs-

richtung oder über ihre Bewegungsfähigkeit hinauszubewegen. Die Wirkung eines Hebels ist in erster Linie abhängig von der Hebellänge, der Hebelunterstützungsfläche, dem Freiheitsgrad des Gelenkes sowie der Schmerzempfindlichkeit des Angreifers.

- **Sicherungstechniken:**

Der Prüfling führt zum Festlegen in der Bauchlage mit dem Ziel der Fesselung mind. eine Sicherungstechnik aus, d.h. Einnahme einer Position am Boden zur Fesselung.

Die genaue Ausgestaltung der Fesselungsposition orientiert sich an den Vorgaben der zuständigen Behörde. Es werden Techniken gezeigt, die eine effektive und sichere Kontrolle des Angreifers gewährleisten, um dessen Handlungsfähigkeit einzuschränken. Das Prinzip der Sicherungstechniken beruht darauf, den Angreifer durch Hebel- und Haltetechniken oder sonstige Techniken so unter Kontrolle zu halten, dass er zwingend fixiert, aufgehoben und/oder abtransportiert werden kann. Hierbei kann der Angreifer auf den Verteidiger und dessen Ausrüstung nicht mehr einwirken. Beim Übergang von einer Sicherungstechnik zur nächsten muss die neue Sicherung aufgebaut sein, bevor die vorherige gelöst wird.

Eine sinnvolle Zusammenführung mit dem Prüfungsfach 6 (Überwältigung in die Bodenlage) ist möglich.

Ziele:

- Anwendung von Bodentechniken, um die Kontrolle am Boden zu erhalten
- Anwendung von Sicherungstechniken in der Bauchlage, um die Kontrolle zu gewährleisten

- Anwendung von Hebeltechniken, um eine Fixierung in der Bauchlage zu ermöglichen
- Förderung eines situationsgerechten Handelns am Boden unter Belastung

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer befindet sich in der Bankposition und wird mittels einer Technik in die Bauchlage überführt, um am Boden fixiert werden zu können. Hierbei kann er nach Maßgabe des Prüfers leichte Gegenwehr leisten.

Bewertung:

Bewertet werden die Kontrolle des Angreifers während des gesamten Ablaufs, die Effektivität der Sicherungstechnik in der Bauchlage sowie die korrekte Ausführung der Hebeltechniken zum Sichern des Angreifers unter Beachtung der Vermeidung des lagebedingten Atemstillstandts.

Besondere Hinweise:

Zeigt der Angreifer die Wirksamkeit der Techniken an (z.B. durch Abklopfen oder Ruf), ist die Technik in der Prüfung zu lockern, um eine Verletzung des Angreifers zu vermeiden. Der Einsatz von Atemtechniken ist nicht zulässig.

3 Abwehrmaßnahmen

In Angriffssituationen geht es darum, die Initiative des Angreifers zu durchbrechen und die Sicherheit für die eigene als auch für andere Personen wiederherzustellen. Abwehrmaßnahmen sind alle Techniken und Verhaltensweisen, die darauf abzielen, einen Angriff zu unterbinden, zu neutralisieren oder dessen Wirkung zu minimieren. Eine effektive Abwehrmaßnahme ist nie ein Selbstzweck, sondern immer der erste Schritt, um aus einer potenziell gefährlichen Situation herauszukommen,

Dritte zu schützen und gegebenenfalls in eine kontrollierte Gegenaktion überzugehen.

3.1 Verhalten bei unangemessener Distanzunterschreitung in Verbindung mit Verteidigung gegen Griffe an Körper und Kleidung

Der Prüfling schützt sich im Verlauf der Übung gegen Distanzunterschreitungen, die mit Griffen an Körper und Kleidung enden können und eine angemessene und respektvolle Kommunikation unterbinden. Hierbei muss der Prüfling die Techniken effektiv und ökonomisch anwenden, um die simulierten Angriffe abzuwehren und sich zu schützen. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Geschwindigkeit der Angriffe und die Angriffsfolge ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen. Zudem ist eine sinnhafte Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 4 (Distanzmanagement) sowie 5 (Techniken bei schwerwiegenden Angriffen) möglich.

Der Prüfling demonstriert hierbei ein Lösen und Sprengen der Griffe bzw. Griffansätze in Verbindung mit geeigneten Bewegungsformen. Im Rahmen der Verhältnismäßigkeit kann es zur Anwendung von Atemtechniken (z.B. Handballenstoß oder Stoppfußstoß) kommen, um die Distanzunterschreitung zu unterbinden oder die Technikanwendung gegen vermeintlich stärkere Personen zu unterstützen.

Folgende Abwehrtechniken kommen u.a. im Sinne der Prüfungsaufgabe unter Beachtung der eigenen Ausrüstung in Betracht:

- **Grifflösen:**
Lösen von Griffen oder Umklammerung durch Heraushebeln oder Herauswinden. Wenn möglich, wird die Schwachstelle der greifenden Hand zwischen Daumen und Zeigefinger ausgenutzt.
- **Griffsprengen:**
Gewaltsame Befreiung mittels Abwehr-

oder Atemtechnik gegen die angreifenden Arme. Gesamtkörperspannung und Ausatmen im Moment des Auftreffens.

Bei den Abwehrtechniken ist neben einem sicheren Stand auch eine eigene Schutzhaltung gegen weitere Handlungen einzunehmen.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Abwehrtechniken korrekt und effektiv anzuwenden
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit, Umstellungsfähigkeit und des Timings, sowie der Umfeldsicherung
- Förderung der praktischen Anwendbarkeit von Abwehrtechniken in realistischen Szenarien, insbesondere im Hinblick auf den behördlichen Kontext
- Eigensicherung des Prüflings

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer steht frontal zum Prüfling außerhalb der Reichweite für körperliche Angriffe. Er verkürzt die entsprechende Distanz, um den Prüfling an Kleidung und Armen bzw. Händen greifen zu können. Er führt die entsprechenden Angriffe in abgesprochener oder freier Reihenfolge so aus, dass es dem Prüfling möglich ist, diese auch ohne Atemtechniken abzuwehren.

Bewertung:

Bewertet werden die korrekte technische Ausführung der Abwehrtechniken während der gesamten Übung, die Aufrechterhaltung der Effektivität der Abwehr unter Belastung, Reaktionsgeschwindigkeit und Timing, Kombinationsfähigkeit der verschiedenen Abwehrtechniken, deren situationsgerechte Auswahl und Anwendung.

Besondere Hinweise:

Eine sinnvolle Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 4 und 5 bedeutet, dass ein

nahtloser Übergang zwischen Abwehr und Gegenangriff (mit Atemitechniken) bzw. Grifflösen und -sprengen, Atemitechniken und Überwältigung erwartet wird. Nicht jeder Angriff kann im Sinne der Verhältnismäßigkeit mit Atemitechniken verteidigt werden.

4 Distanzmanagement

Distanzmanagement ist die bewusste und strategische Kontrolle des Raumes zwischen Verteidiger, Dritten und potenziellen Angreifern. Es geht darum, die optimale Entfernung zu wählen und zu halten, um entweder einen Angriff zu verhindern, eine Abwehrmaßnahme einzuleiten oder eine eigene Technik effektiv durchzuführen.

Das Ziel von effektivem Distanzmanagement ist es, die Initiative zu behalten. Es ermöglicht dem Verteidiger, sich in Sicherheit zu bringen, einen geeigneten Moment für eine Gegenaktion abzuwarten oder die Situation zu deeskalieren, bevor sie überhaupt eskaliert. Wer die Distanz beherrscht, beherrscht oft auch die Konfrontation.

Grundsätzlich lassen sich hierbei die drei folgenden Zonen unterscheiden:

- Nahe Distanz: Der Angreifer erreicht direkt den Verteidiger u.a. mit Schlägen, Tritten oder Griffen. Es gilt diese Zone zu vermeiden, schnell zu durchqueren, um sie zu kontrollieren, oder in ihr sicher zu agieren, wenn ein Kontakt unumgänglich ist.
- Mittlere Distanz: Der Angreifer kann den Verteidiger mit ausgestreckten Gliedmaßen erreichen, wobei dem Verteidiger noch genug Zeit bleibt, um zu reagieren oder selbst eine Technik vorzubereiten. In dieser Zone versucht der Verteidiger zu bleiben, um Angriffe

abzuwehren oder um seine eigene Taktik zu entwickeln, bevor der Gegner zu nah herankommt.

- Sichere Distanz: In dieser Entfernung können sich weder der Verteidiger noch ein potenzieller Angreifer ohne Waffen direkt erreichen. Von hier aus kann der Verteidiger die Situation einschätzen, beobachten, sich mental auf eine mögliche Konfrontation vorbereiten oder sogar komplett aus der Gefahrenzone zurückziehen.

4.1 Atemitechniken mit den Beinen zum Distanzhalten

Der Prüfling setzt Atemitechniken mit Beinen und Füßen ein, um die Distanz zum Angreifer zu kontrollieren. Dies beinhaltet das Aufrechterhalten von Distanz (um den Gegner auf Abstand zu halten). Hierbei muss der Prüfling die Techniken effektiv und ökonomisch anwenden, um die freien oder vorgegeben Ziele (Handpratzen und/oder Schlagpolster) des Angreifers mittels Handpratzen und/oder Schlagpolstern zu treffen und ihn so auf Distanz zu halten. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Geschwindigkeit der Zielanzeige, die Zielfolge und/oder den festgelegten Zeitraum von mindestens 60 Sekunden ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen. Zudem ist eine sinnvolle Verknüpfung mit den Prüfungsfächern 3 (Abwehrtechniken) sowie 5 (Techniken bei schwerwiegenden Angriffen) möglich.

Der Prüfling demonstriert hierbei mind. eine Atemitechnik zum Distanzmanagement.

Folgende Atemitechniken kommen u.a. im Sinne der Prüfungsaufgabe unter Beachtung der eigenen Ausrüstung in Betracht:

- Fußstoß vorwärts
- Stoppfußstoß

Das Prinzip der Atemitechniken beruht darauf, dass eine Schlag-, Stoß- oder Tritttechnik mit möglichst kleiner Auftrefffläche und großem Impuls ausgeführt wird, für einen Moment Kontakt mit der fremden Masse aufnimmt und den Impuls über die Auftrefffläche auf diese überträgt. Atemitechniken sind grundsätzlich mit geeigneten Bewegungsformen zu unterstützen. Atemitechniken sind auf geeignete Körperstellen des Angreifers gerichtet. In der Prüfung werden Atemitechniken dynamisch ausgeführt und kurz vor dem Ziel abgestoppt. Die Ausführungen sind gleichseitig oder ungleichseitig möglich. Stöße verlaufen zumindest in der Endphase geradlinig, der Hüfteinsatz ist deutlich erkennbar. Schläge und Tritte verlaufen halbkreisförmig. Auf Eigenschutz (z.B. Deckung durch die freie Hand) ist zu achten. Bis unmittelbar vor dem Auftreffen bleibt die ausführende Gliedmaße locker vorgespannt, erst kurz vor dem Kontakt sorgt die explosive, kurze Gesamtkörperspannung für eine maximale Kraftübertragung.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Atemitechniken effektiv zur Kontrolle der Distanz einzusetzen.
- Schulung des situationsgerechten Handelns bei der Distanzkontrolle
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit und des Timings
- Förderung der praktischen Anwendbarkeit von Atemitechniken in realistischen Szenarien
- Eigensicherung des Prüflings

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer steht frontal zum Prüfling außerhalb der Reichweite für Angriffe mittels Beintechniken. Er bietet dem Prüfling möglichst eindeutige Ziele mittels Handpratzen und/oder Schlagpolstern in abgesprochener oder freier Reihenfolge an, indem er die Distanz verkürzt.

Es soll dem Prüfling möglich sein, diese zu treffen, aber auch stetig seine Atemitechniken anpassen zu müssen.

Bewertung:

Bewertet werden die technisch korrekte Ausführung der Atemitechniken während der gesamten Übung, effektives Distanzmanagement in der Übungssituation, situationsgerechte Wahl der Atemitechnik, Kombinationsfähigkeit der verschiedenen Atemitechniken, Anpassung der Technikwahl an die Ausrüstung des Gegners und die Verteidigungsfähigkeit in Kombination mit Distanzmanagement sowie die konditionelle Verfassung und das Durchhaltevermögen.

Besondere Hinweise:

Die sinnvolle Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 3 und 5 bedeutet, dass ein nahtloser Übergang zwischen Abwehr und Gegenangriff (mit Atemitechniken) bzw. Atemitechniken und Überwältigung erwartet wird.

4.2 Atemitechniken mit den Händen/Fäusten zum Distanznehmen

Der Prüfling setzt Atemitechniken mit Händen und Fäusten ein, um die Distanz zum Angreifer zu kontrollieren. Dies beinhaltet das Nehmen von Distanz zur Überwältigung einer Person. Hierbei muss der Prüfling die Techniken effektiv und ökonomisch anwenden, um die freien oder vorgegeben Ziele (Handpratzen und/oder Schlagpolster) des Angreifers zu treffen und so in einen Griff zur Überwältigung zu gelangen. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Geschwindigkeit der Zielanzeige, die Zielfolge und/oder den festgelegten Zeitraum von mindestens 60 Sekunden ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen. Zudem ist eine sinnvolle Verknüpfung mit den Prüfungsfächern 3 (Abwehrtechniken), 5 (Techniken bei schwerwiegenden Angriffen) sowie 6 (Überwältigung in die Bodenlage) möglich.

Der Prüfling demonstriert hierbei mind. zwei Atemitechniken zum Distanzmanagement.

Folgende Atemitechniken kommen u.a. im Sinne der Prüfungsaufgabe unter Beachtung der eigenen Ausrüstung in Betracht:

- Fauststoß/-schlag
- Handballenstoß/-schlag

Das Prinzip der Atemitechniken beruht darauf, dass eine Schlag-, Stoß- oder Tritttechnik mit möglichst kleiner Auftrefffläche und großem Impuls ausgeführt wird, für einen Moment Kontakt mit der fremden Masse aufnimmt und den Impuls über die Auftrefffläche auf diese überträgt. Atemitechniken sind grundsätzlich mit geeigneten Bewegungsformen zu unterstützen. Atemitechniken sind auf geeignete Körperstellen des Angreifers gerichtet. In der Prüfung werden Atemitechniken dynamisch ausgeführt und kurz vor dem Ziel abgestoppt. Die Ausführungen sind gleichseitig oder ungleichseitig möglich. Stöße verlaufen zumindest in der Endphase geradlinig, der Hüfteinsatz ist deutlich erkennbar. Schläge und Tritte verlaufen halbkreisförmig. Auf Eigenschutz (z.B. Deckung durch die freie Hand) ist zu achten. Bis unmittelbar vor dem Auftreffen bleibt die ausführende Gliedmaße locker vorgespannt, erst kurz vor dem Kontakt sorgt die explosive, kurze Gesamtkörperspannung für eine maximale Kraftübertragung.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Atemitechniken effektiv zur Kontrolle der Distanz einzusetzen
- Schulung des situationsgerechten Handelns bei der Distanzkontrolle und dem Übergang in die Überwältigung einer Person
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit und des Timings

- Förderung der praktischen Anwendbarkeit von Atemitechniken in realistischen Szenarien
- Eigensicherung des Prüflings

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer steht frontal zum Prüfling außerhalb der Reichweite für Angriffe mittels Schlägen und Stößen mit der Hand und Faust. Er bietet dem Prüfling möglichst eindeutige Ziele mittels Handpratzen und/oder Schlagpolstern in abgesprochener oder freier Reihenfolge. Es soll dem Prüfling möglich sein, diese zu treffen und einen entsprechenden Griff zum Einsatz beliebiger Überwältigungstechniken einzunehmen.

Bewertung:

Bewertet werden die technisch korrekte Ausführung der Atemitechniken während der gesamten Übung, effektives Distanzmanagement in der Übungssituation, situationsgerechte Wahl der Atemitechnik, Kombinationsfähigkeit der verschiedenen Atemitechniken, Anpassung der Technikwahl an die Ausrüstung des Gegners und die Verteidigungsfähigkeit in Kombination mit Distanzmanagement sowie die konditionelle Verfassung und das Durchhaltevermögen.

Besondere Hinweise:

Die sinnvolle Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 3 und 5 bedeutet, dass ein nahtloser Übergang zwischen Abwehr und Gegenangriff (mit Atemitechniken) bzw. Atemitechniken und Überwältigung erwartet wird.

5 Techniken bei schwerwiegenden Angriffen

Dieses Prüfungsfach behandelt die spezialisierten und oft lebensrettenden Techniken und

Handlungen, die bei Angriffen zum Einsatz kommen, die eine unmittelbare und erhebliche Gefahr für Leib oder Leben darstellen. Hier geht es um Szenarien, in denen der Angreifer jemandem aus Nahdistanz mit voller Absicht schwerste Verletzungen zufügen oder sogar töten will. Die Techniken sind darauf ausgelegt, die Bedrohung schnellstmöglich zu neutralisieren und die Kontrolle über die Situation zu erlangen. Dies können z.B. schwerste körperliche Angriffe sein (Würgeangriffe, Bodenkampf bei Überlegenheit des Gegners, gezielte Tritte und Schläge gegen Kopf und Körper, Fixierungen und/oder Angriffe von mehreren Angreifern) ohne, dass die Gelegenheit zur legalen Nutzung von Einsatzmitteln besteht. Entsprechend dynamisch und entschlossen müssen Techniken mit hoher Präzision und unter immensem Stress eingesetzt werden.

5.1 Fingerstich und Pressluftschlag

Der Prüfling setzt den Fingerstich und den Pressluftschlag (Atemitechniken) gegen einen vermeintlich überlegenen Angreifer ein, dessen Angriffsintensität und Aggressivität ein hohes Potential an schweren Verletzungen für den Prüfling bieten würde. Ohne den gezielten und verhältnismäßigen Einsatz dieser Techniken droht dem Prüfling, z.B. entwaffnet und massiven Angriffshandlungen ausgesetzt zu werden.

- Fingerstich:

Mehrere Finger einer Hand oder der Daumen treffen leicht gekrümmt und angespannt ins Ziel.

- Pressluftschlag:

Beide leicht gewölbten Handflächen treffen mit geschlossenen Fingern gleichzeitig von außen auf die Ohren des Angreifers. Die Wirkung entsteht durch den schlagartig im äußeren Gehörgang aufgebauten Druck auf beide Trommelfelle. Bei der Ausführung der Technik besteht

eine erhebliche Verletzungsgefahr! Die Technik ist daher in der Prüfung unbedingt rechtzeitig vor Kontaktaufnahme zum Ziel abzustoppen!

Eine sinnvolle Verknüpfung mit den Prüfungsfächern 3 (Abwehrtechniken) und 4 (Distanzmanagement) ist wie dort beschrieben möglich.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Fingerstich und Pressluftschlag effektiv zur Abwehr schwerwiegender Angriffe einzusetzen
- Schulung des situationsgerechten Handelns in Notwehrsituationen
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit und des Timings unter hohem Stress
- Förderung der praktischen Anwendbarkeit von Fingerstich und Pressluftschlag
- Anpassung der Technikwahl an die spezifischen Herausforderungen von Einsatzsituationen

Bewertung:

Bewertet werden die korrekte technische Ausführung des Fingerstichs und des Pressluftschlags sowie deren effektiver Einsatz zur Abwehr des schwerwiegenden Angriffs in dem dargestellten Szenario. Der Fokus liegt auf der praktischen Anwendung der Techniken in der realistischen Situation.

Besondere Hinweise:

Die Techniken und Handlungen bei schwerwiegenden Angriffen werden unter hohem Realitätsbezug geprüft. Dies beinhaltet das Tragen von notwendiger Schutzausrüstung, das Einbeziehen von Hindernissen und eine entsprechende Simulation von Stressfaktoren. Dies erfordert höchste Konzentration und Disziplin. Eine sinnvolle Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 3 und 4 kann vorgenommen

werden. Dies bedeutet, dass ein nahtloser Übergang zwischen Abwehr, Gegenangriff (mit Atemtechniken) und der anschließenden Überwältigung erwartet wird.

6 Überwältigung in die Bodenlage

Die Überwältigung in die Bodenlage umfasst die kontrollierte und sichere Anwendung von Techniken, um eine stehende, widerständige oder angreifende Person zu Boden zu bringen und dort zu fixieren. Dies erfolgt mit dem Ziel eine Konfrontation im Stand umgehend durch eine dominante Position am Boden zu beenden, in der die Person sicher kontrolliert und gefesselt sowie abgeführt werden kann. Dieser Übergang stellt eine der häufigsten und kritischsten Phasen bei einer körperlichen Auseinandersetzung dar, da in der Nahdistanz auf das eigene Gleichgewicht durch geeignete Bewegungsformen geachtet werden muss.

6.1 Überwältigung aus Rückenposition nach hinten und vorn

Der Prüfling demonstriert Techniken, um eine Person aus einer Position von hinten in die Bodenlage zu bringen (Überwältigung). Dies beinhaltet jeweils eine Technik, bei dem die Person nach vorne oder nach hinten zu Boden gebracht wird. Hierzu kommen u.a. folgende Techniken im Sinne der Prüfungsaufgabe unter Beachtung der eigenen Ausrüstung und der Eigensicherung in Betracht:

- Wurftechniken:

Das Prinzip der Wurftechniken beruht darauf, die Person nach Möglichkeit zunächst unter Ausnutzung seiner Kraft und Bewegung zu destabilisieren und nachfolgend durch Wegschlagen bzw. Sperren der

Unterstützungsfläche oder durch Ausheben zu Fall zu bringen.

- Übergänge vom Stand zum Boden:

Das Zu-Boden-Bringen der Person muss nicht zwingend über eine Wurf- oder Hebeltechnik erfolgen, wobei der Person unmittelbar in die Bodenlage gefolgt und dabei die Kontrolle über sie beibehalten wird.

Dies können z.B. der Rückriss nach hinten oder die Doppelhandsichel nach vorne sein. Eine sinnvolle Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 2 (Bodenlage des Gegenübers), 3 (Abwehrtechniken) und 4 (Distanzmanagement) ist möglich.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, einen Gegner aus einer rückwärtigen Position effektiv in die Bodenlage zu bringen
- Anwendung von Überwältigungstechniken nach vorn und hinten
- Situationsgerechte Kombinationsfähigkeit der verschiedenen Überwältigungstechniken

Bewertung:

Bewertet werden die korrekte technische Ausführung der Überwältigungstechniken sowie deren situationsgerechter Einsatz und ihre effektive Umsetzung. Hierbei wird vorausgesetzt, dass zum Abschluss der Überwältigung eine sinnvolle Kontrolle der Person bzw. Situation besteht, wie z.B. durch eine Kontrollposition am Boden.

6.2 Überwältigung aus seitlicher Position nach hinten und vorn

Der Prüfling zeigt bei seitlicher Position zum Angreifer eine Überwältigungstechnik der Person nach vorne oder hinten.

Dies können z.B. das Körperabbiegen nach hinten oder der Frontriss mit Armeinschluss nach vorne sein. Eine sinnvolle Zusammenführung mit den Prüfungsfächern 2 (Bodenlage des Gegenübers), 3 (Abwehrtechniken) und 4 (Distanzmanagement) ist möglich.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, einen Gegner aus einer rückwärtigen Position effektiv in die Bodenlage zu bringen
- Anwendung von Überwältigungstechniken nach vorn und hinten
- Situationsgerechte Kombinationsfähigkeit der verschiedenen Überwältigungstechniken

Bewertung:

Bewertet werden die technisch korrekte Ausführung der Überwältigungstechniken sowie deren situationsgerechter Einsatz und ihre effektive Umsetzung. Hierbei wird vorausgesetzt, dass zum Abschluss der Überwältigung eine sinnvolle Kontrolle des Angreifers bzw. Situation besteht, wie z.B. durch eine Kontrollposition am Boden.

Besondere Hinweise:

Der Prüfling hat seine Handlung bzw. Technik so anzusetzen, dass dem Angreifer klar ist, wie und in welche Richtung er verletzungsfrei fallen kann.

7 Kontrolle über das Gegenüber

Die Kontrolle über eine Person bezieht sich auf die Fähigkeit sie physisch zu beherrschen, zu führen, zu fixieren oder festzuhalten, um eine legale Zwangsmaßnahme, wie z.B. die Fesselung und die Durchsuchung verhältnismäßig und sicher durchzuführen und/oder eine Gefahr abzuwenden. Hierbei geht es darum, mit gezielten und fundierten Techniken einen

Angreifer so zu beeinflussen, dass sie den Anweisungen folgt und/oder Widerstand einstellt. Grundsätzlich lassen sich hierbei Situationen in der 1:1-Kontrolle (ein Prüfling kontrolliert eine Person) und der 2:1-Kontrolle (zwei Prüflinge kontrollieren eine Person) unterscheiden.

7.1 Verbringen einer stehenden Person bei passivem Widerstand mit anschließender Fesselungsposition im Stand

Der Prüfling demonstriert die Fähigkeit, eine Person im Stand bei passivem Widerstand so zu kontrollieren, dass ein Verbringen gefolgt von einer Fesselungsposition im Stand (auch Wand) durchgeführt werden kann. Dies beinhaltet je mindestens eine 1:1- als auch eine 2:1-Kontrollposition im Stand. Hierbei wird die Person in der Position im Stand an den Gliedmaßen (z.B. Arme und/oder Kopf) ergriffen, um diese anschließend effektiv unter Beachtung der Eigensicherung zu Verbringen und anderenorts gesichert stehend in eine Fesselungsposition zu überführen. Der Prüfling/die Prüflinge haben eine stabile Position und können die Kontrolle über den Angreifer aufrechterhalten. Der Prüfling demonstriert nicht nur das Einnehmen der Kontrollposition, sondern auch das gesicherte Lösen der Position nach Beendigung der Maßnahme, z.B. nach erfolgter Fesselung. Dabei ist sicherzustellen, dass der Angreifer nach dem Lösen keine unmittelbare Gefahr darstellt. Dies kann u.a. durch die entsprechende Positionierung des Prüflings zum Angreifer mit Blickkontakt gewährleistet werden.

Zur Fixierung im freien Stand wie auch an einer Wand können Hebeltechniken bzw. deren Ansatz zum Einsatz kommen, wie z.B. Arm- und Handhebel.

Das Prinzip der Hebeltechniken beruht darauf, Gelenke gegen ihre natürliche Bewegungsrichtung oder über ihre Bewegungsfähigkeit hinauszubewegen. Die Wirkung eines Hebels ist

in erster Linie abhängig von der Hebellänge, der Hebelunterstützungsfläche, dem Freiheitsgrad des Gelenkes sowie der Schmerzempfindlichkeit des Angreifers. Hebeltechniken sind grundsätzlich mit geeigneten Bewegungsformen zu unterstützen. Zeigt der Angreifer die Wirksamkeit der Technik an (z.B. durch Abklopfen oder Ruf), ist die Technik in der Prüfung zu lockern, um eine Verletzung des Angreifers zu vermeiden.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, einen Angreifer im Stand effektiv zu verbringen und zu kontrollieren
- Anwendung von 1:1- und 2:1-Kontrollpositionen und Transporttechniken
- Anwendung von Hebeltechniken zur Fixierung bei Bedarf
- Schulung des situationsgerechten Handelns bei einer Personenkontrolle
- Sicheres Einnehmen und Lösen der Fesselungsposition im Stand
- Klare und deutliche verbale und nonverbale Verhaltensanweisungen an dem Gegenüber
- Eigensicherung des Prüflings

Bewertung:

Bewertet werden die Effektivität der Positionen und des Verbringens sowie deren stabile Einnahme bzw. das Lösen daraus durch den Prüfling unter den Gesichtspunkten der Eigensicherung. Ferner wird das situationsgerechte Anwenden der Kontrollpositionen und das entsprechende situationsgerechte Handeln in dem Szenario bewertet. Bei etwaigen Techniken hierzu, wie z.B. Hebeltechniken, liegt der Fokus auf der praktischen Anwendung der Techniken in der realistischen Situation.

Besondere Hinweise:

Die Positionen zur Kontrolle können je nach den Vorgaben der jeweiligen Behörde variieren.

8 Einsatz und Schutz der Ausrüstung

Der taktisch kluge Einsatz und der Schutz der Ausrüstung vor Wegnahme ist von zentraler Bedeutung in dynamischen Einsatzlagen. Hierbei gilt es, die Schutzausrüstung und Einsatzmittel effektiv, situationsgerecht und sicher einzusetzen. Es beinhaltet das taktische Tragen, das schnelle und sichere Ziehen von Einsatzmitteln sowie deren Sicherung bei körperlicher Auseinandersetzung. Die getragene Ausrüstung beeinflusst die Bewegungsfreiheit und damit die Ausführung von Handlungen und Techniken. Ein souveräner und sicherer Umgang mit der Ausrüstung strahlt Professionalität und Kompetenz aus. Dies kann zur Deeskalation beitragen und die Akzeptanz der Maßnahmen fördern.

8.1 Einsatz von Waffen/Hilfsmitteln zum Distanzhalten bei Angriffen mit Schlägen und Tritten

Der Prüfling setzt in seiner Behörde zugelassene Hieb Waffen, persönlich zugewiesene Reizstoffsprühgeräte oder Hilfsmittel (z.B. Taschenlampe) ein, um die Distanz zum Angreifer zu kontrollieren. Dies schließt das Aufrechterhalten von Distanz (um den Gegner auf Abstand zu halten) wie auch die Abwehr von Schlägen und Tritten mittels der o.a. Gegenstände ein. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Geschwindigkeit der Angriffe und/oder den festgelegten Zeitraum von mindestens 60 Sekunden ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen. Zudem ist eine sinnvolle Verknüpfung mit den Prüfungsfächern 3 (Abwehrtechniken) sowie 5 (Techniken bei schwerwiegenden Angriffen) möglich.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, die aufgezählten Gegenstände effektiv zum Distanzhalten und zur Abwehr von Angriffen einzusetzen
- Schulung des situationsgerechten Handelns bei der Distanzkontrolle unter Verwendung von zur Verfügung stehenden Mitteln
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit und des Timings
- Förderung der praktischen Anwendbarkeit von Atemtechniken in realistischen Szenarien
- Eigensicherung des Prüflings

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer steht frontal zum Prüfling außerhalb der Reichweite für Angriffe mittels Beintechniken und Faust-/Handtechniken. Er bietet dem Prüfling möglichst eindeutige Angriffe in abgesprochener oder freier Reihenfolge an, indem er mittels eines Angriffs die Distanz verkürzt.

Bewertung:

Bewertet wird die technische Ausführung des Einsatzes von Waffen/Hilfsmitteln während der gesamten Aufgabe, effektives Distanzmanagement in der Übungssituation, situationsgerechte Wahl der Atemtechnik, Kombinationsfähigkeit der verschiedenen Atemtechniken, Anpassung der Technikwahl an die Ausrüstung des Gegners und die Verteidigungsfähigkeit in Kombination mit Distanzmanagement.

Besondere Hinweise:

Die Ausstattung und deren Verwendung können je nach den Vorgaben der jeweiligen Behörde variieren. Zusätzliche Atemtechniken sind grundsätzlich möglich. Der Einsatz von Klingenwaffen ist in dieser Aufgabe ausgeschlossen.

9 Messerabwehr

Dieses Prüfungsfach umfasst alle Techniken und taktischen Verhaltensweisen, die darauf abzielen, einen Angriff mit einem Messer oder einem scharfkantigen bzw. spitzen Gegenstand abzuwehren. D.h. die eigene Verletzung zu verhindern oder zu minimieren, den Angreifer zu kontrollieren und die Gefahr zu neutralisieren. Dies kann auch - je nach behördlicher Ausstattung und rechtlichen Gegebenheiten - unter Zuhilfenahme der Ausrüstung erfolgen. Dies setzt ein tiefes Verständnis für die tödliche Gefahr voraus, um im Ernstfall überleben und handeln zu können.

Messerabwehr unter realitätsnahen Bedingungen hilft diesen Stress zu kanalisieren, einen "Tunnelblick" zu vermeiden und die gelernten Abläufe auch unter höchstem Druck abrufen zu können. Es stärkt damit die mentale Widerstandsfähigkeit. Frühzeitiges Erkennen der Bedrohung unter Beachtung des notwendigen Distanzmanagements kann Leben retten.

9.1 Situationsbedingte Ansprache des Angreifers nach Erkennen des Mitführens von Waffen unter Kontrolle der Situation

Der Prüfling zeigt nach Erkennen des Mitführens eines Messers am Körper oder in der Kleidung des Angreifers ein geeignetes taktisches Verhalten unter Verwendung der ihm zur Verfügung stehenden Waffen oder Hilfsmittel, um den Angreifer umgehend auf Distanz in die Bauchlage zu sprechen. Dabei soll er ggf. eine geeignete Kontrollposition einnehmen und – unter Beachtung der Eigensicherung – den Angreifer mittels einer Sicherungstechnik am Boden fixieren, fesseln und durchsuchen, um die Waffe von dem Angreifer zu entfernen.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Handlungen, Techniken und Ausrüstungs-

gegenstände effektiv zur Kontrolle der Distanz einzusetzen

- Trennung von Messer und Angreifer unter Verwendung geeigneten Verhaltens und Kommunikation bis hin zur Entwaffnung
- Schulung des situationsgerechten Handelns bei der Messerabwehr auf Distanz in statischen Situationen
- Verbesserung der Wahrnehmung, Reaktionsfähigkeit und des Timings
- Förderung der praktischen Anwendbarkeit von Handlungen und Techniken in realistischen Szenarien
- Eigensicherung des Prüflings

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer steht statisch und frontal/seitlich zum Prüfling außerhalb der Angriffsreichweite und hat deutlich sichtbar ein Messer am Körper bzw. in der Kleidung. Er leistet auf Ansprache (z.B. Androhung von Zwangsmitteln) den Anforderungen des Prüfling Folge. Ein Angriff erfolgt nicht.

Bewertung:

Bewertet wird die Kontrolle der Situation durch Positionierung auf Distanz zum Angreifer und der entsprechenden sinnhaften Verhaltensaufforderungen an den Angreifer, vor allem, um einen Angriff zu vermeiden. Die Handhabung der hierbei angedrohten Waffen/Hilfsmitteln findet genauso Beachtung wie die Techniken am Boden zur Fixierung des Angreifers unter den Maßgaben der Eigensicherung.

Besondere Hinweise:

Die Techniken und Handlungen bei Messerangriffen werden unter hohem Realitätsbezug geprüft. Dies beinhaltet das Tragen von notwendiger Schutzausrüstung, das Einbeziehen von Hindernissen und eine entsprechende

Simulation von Stressfaktoren. Dies erfordert höchste Konzentration und Disziplin.

10 Spezielle Anwendungsformen

Dieses Fach hebt die Ausbildung über die Grundtechniken und Handlungsmuster hinaus und bereitet auf die Komplexität und Unvorhersehbarkeit realer Einsatzlagen vor. Das gelernte Wissen und Können sind nicht isoliert zu demonstrieren, sondern in dynamischen, unübersichtlichen und stressigen Situationen anzuwenden. Entsprechend steht die integrierte und situationsgerechte Anwendung aller bisher erlernten Techniken, taktischen Prinzipien und Kommunikationsstrategien unter besonderen oder erschwerten Bedingungen. Dieses Prüfungsfach simuliert realitätsnahe Einsatzlagen.

10.1 Verbringen einer Person im Team bei zunächst passivem Widerstand sowie Überwältigung im Verlauf bei aktivem Widerstand mit anschließender Fesselungsposition

Ein Angreifer wird durch zwei Prüflinge nach Erfassen der Arme und deren Kontrolle verbracht. Beim Verbringen wehrt sich die Person gegen die Maßnahme und versucht sich den Prüflingen zu entziehen, woraufhin diese angemessen mit einer Überwältigungstechnik in Bodenlage reagieren. Den Abschluss bildet eine geeignete Fesselungsposition am Boden. Der Prüfer kann die Aufgabe variieren, indem er die Intensität der Widerstandshandlungen und/oder den festgelegten zeitlichen Rahmen zur Fixierung des Angreifers am Boden von maximal 60 Sekunden ändert, um den Schwierigkeitsgrad entsprechend anzupassen.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Techniken miteinander zu verbinden, um den

Gegner in eine ungünstige Position zu bringen

- Anwendung von Weiterführungen der angewandten Techniken, um auf die Aktionen des Gegners zu reagieren und die Kontrolle zu erhalten
- Schulung des situationsgerechten Handelns und Anpassens in dynamischen Kampfsituationen
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit und des Timings

Verhalten des Gegenübers:

Der Angreifer steht statisch und frontal/seitlich zu den Prüflingen und lässt geeignete Griffe an seinen Armen zur Kontrolle und zum Verbringen zu. Nach Maßgabe des Prüfers versucht der Angreifer die Armkontrolle zu lösen (z.B. durch Losreißen) ohne die Prüflinge selbst anzugreifen (Widerstand gegen die Maßnahme) und in der Folge die Fesselungsposition am Boden zu verhindern (z.B. durch Verhindern der Bauchlage und den Versuch, wieder in den Stand zu gelangen).

Bewertung:

Bewertet werden die flüssige und effektive Verbindung der Techniken und deren situationsgerechte Auswahl sowie deren Anwendung im Sinne einer weitergeführten Technik unter Ausnutzung der gegnerischen Bewegung und Energie. Hierbei wird erwartet, dass der Prüfling seine Handlungen und Techniken an die erwartete Gegenreaktion des Angreifers anpasst und dabei die stetige Kontrolle über den Angreifer aufrechterhalten kann (Weiterführung). Die Anwendung der Techniken und Handlungen erfolgt im Kontext der komplexen Übungssituation und wird entsprechend berücksichtigt.

Besondere Hinweise:

Der Moment, in der auf die Handlung des Prüflings reagiert wird, wird von den Prüfern festgelegt. Das Erreichen des Ziels ist in dieser Aufgabe zweitrangig, da es um das Vorgehen im Team geht.

11 Taktische Handlungen

Taktische Handlungen umfassen die systematische, zielgerichtete und situationsangepasste Anwendung von Techniken, Bewegungen und Verhaltensweisen, um eine Aufgabe sicher, effektiv und rechtskonform zu lösen. Es geht nicht um die isolierte Ausführung einer Technik, sondern um die intelligente Verknüpfung von Wahrnehmung, Entscheidung und Handlung unter Berücksichtigung der Gefahren und Gegebenheiten, wie z.B. Raum, Umfeld und Zeit. Taktische Handlungen in simulierten Stresssituationen abzurufen, bereitet darauf vor, auch unter hohem Druck rationale und effektive Entscheidungen zu treffen und diese umzusetzen. Es fördert darüber hinaus die Fähigkeit zur schnellen Lagebeurteilung unter Beachtung der rechtlichen Gegebenheiten sowie die Kommunikation und Deeskalation.

Taktische Handlungen schulen die Fähigkeit zur Koordination mit Kollegen, zur Aufgabenverteilung und zum gegenseitigen Sichern. Das gemeinsame Verständnis für taktische Prinzipien ist entscheidend für eine reibungslose Zusammenarbeit unter Stress.

Taktische Positionierung und Bewegungsformen können bereits nonverbal deeskalierend wirken oder im Gegenteil, eine klare Botschaft der Entschlossenheit senden. Die richtige Taktik schafft oft den Raum und die Zeit für verbale Kommunikation und Verhandlungen, bevor physische Gewalt angewendet werden muss.

Eine gut durchdachte Taktik ermöglicht es, das mildeste, aber dennoch effektivste Mittel einzusetzen und somit die Eingriffsintensität zu kontrollieren. Durch eine kluge, taktische Herangehensweise können polizeiliche Maßnahmen (z.B. eine Festnahme, Kontrolle, Durchsuchung) erfolgreich und ohne unnötige Komplikationen durchgeführt werden.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, sich prinzipiengerecht zu bewegen und taktisch sinnvoll zu handeln
- Anwendung von Ju-Jutsu-Prinzipien in der Bewegung und in der direkten Auseinandersetzung
- Verbesserung der Reaktionsfähigkeit und des situationsgerechten Handelns
- Förderung eines ganzheitlichen Verständnisses von Selbstverteidigung
- Sinnvolles Zusammenwirken im Team, insbesondere die gegenseitige Absicherung

Bewertung:

Während der gesamten Prüfung wird diese Aufgabe bewertet. Bewertet werden die Handlungen des Prüflings im Hinblick auf seine ökonomische und effektive Bewegung in allen Prüfungssituationen, wie z.B. Auspendeln, Gleiten, Körperabdrehen und Schrittdrehungen. Dies gilt es situationsgerecht geschickt einzusetzen, um die eigene Position zu verbessern, Angriffen auszuweichen und Gegenangriffe unter Gewährleistung der Eigensicherung vorzubereiten. Auch die Handlungen in Verbindung mit den Prüfungspartnern finden im Sinne eines Zusammenwirkens und der Kontrolle über die Situation Beachtung. Der Prüfling zeigt ein situationsgerechtes Verhalten und erkennt Bedrohungen, woraufhin er angemessen und prinzipiengerecht reagiert. Entsprechend werden Techniken effektiv

angewendet und kombiniert. Dabei wird auf ein angemessenes Maß an Selbstkontrolle geachtet, dass ein professionelles Agieren und Auftreten begründet.

12 Verbale und nonverbale Kommunikation

Die Fähigkeit zur effektiven Kommunikation ist von existenzieller Bedeutung und hat weitreichende Auswirkungen auf den Erfolg von Einsätzen.

Es gilt in dynamischen Einsatzlagen bewusst und zielgerichtet sowohl sprachliche (verbale) als auch nicht-sprachliche (nonverbale) Signale zu nutzen, um deeskalierend zu wirken, Anweisungen klar und verständlich mitzuteilen sowie Widerstandshandlungen zu antizipieren oder zu beenden. Damit einhergehend gilt es, Vertrauen aufzubauen bzw. Autorität ausstrahlen. Hierzu gehören die Tonlage, Sprechgeschwindigkeit, Körperhaltung, Mimik, Gestik und der bewusste Einsatz von Blickkontakt. Im Team werden Informationen und Anweisungen ausgetauscht, um sich gegenseitig zu koordinieren und Situationseinschätzungen abzugleichen. Dies beinhaltet knappe, präzise Aussagen, Handzeichen, Blickkontakt und die Einschätzung des Gemütszustandes des Angreifers.

Die Kommunikation ist stets an die spezifischen Umstände (Gefahrenlage, Emotionen der Beteiligten, räumliche Gegebenheiten, kultureller Hintergrund des Gegenübers) anzupassen. Sie trägt zur Verhältnismäßigkeit bei, da oft versucht wird, durch Kommunikation eine Eskalation zu vermeiden, bevor körperlicher Zwang angewendet wird. Professionelle und respektvolle Kommunikation, selbst in schwierigen Situationen, trägt maßgeblich zum positiven Bild der Behörde in der Öffentlichkeit

bei. Bürger, die sich verstanden und respektiert fühlen, kooperieren eher.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, in verschiedenen Situationen effektiv zu kommunizieren.
- Anwendung von verbalen und nonverbalen Techniken zur Deeskalation, Konfliktlösung und Durchsetzung von Anweisungen.
- Verbesserung der Eigensicherung und des situationsgerechten Handelns.
- Förderung eines professionellen Auftretens und einer klaren, verständlichen Kommunikation, insbesondere in Stresssituationen.
- Transparenz der Maßnahme gegenüber Außenstehenden wie auch den Beteiligten.

Bewertung:

Während der gesamten Prüfung wird diese Aufgabe bewertet. Bewertet wird das Verhalten des Prüflings im Hinblick darauf, dass er die Bedeutung von Kommunikation in Selbstverteidigungs- und Konfliktsituationen verstanden hat und diese effektiv einsetzen kann. Es wird besonderer Wert auf eine klare, deutliche, deeskalierende und durchsetzungsfähige Kommunikation gelegt. Der Prüfling soll zeigen, dass er auch in stressigen Situationen ruhig und besonnen kommunizieren kann, sowohl mit den Beteiligten als auch im Team.

13 Angriffs- und Partnerverhalten

Im Sinne realitätsnaher Simulation einer Bedrohung, eines Übergriffs oder der entsprechenden Aufgabendarstellung geht es u.a.

darum, einen glaubwürdigen, dynamischen und unvorhersehbaren Angriff auszuführen, der den Prüfling entsprechend der Aufgabenstellung fordert und die Wirksamkeit der Abwehrtechniken und Handlungen unter realen Bedingungen testet.

In der Prüfung bedeutet dies, dass die Handelnden ihre Aktionen so steuern, dass alle gefahrlos im Sinne gegenseitiger Verantwortung agieren können.

Vertrauen in den Partner ist die Basis jeder Teamarbeit. Wer im Training lernt, auf seinen Partner zu vertrauen und selbst vertrauenswürdig zu agieren, bildet die Grundlage für effektive Einsätze im Team.

Ziele:

- Förderung eines respektvollen und partnerschaftlichen Miteinanders im Ju-Jutsu
- Entwicklung eines realistischen und situationsgerechten Verhaltens in der Selbstverteidigung
- Sicherstellung einer sicheren und effektiven Prüfungsumgebung
- Verständnis der Prinzipien und Widerspiegelung im Verhalten

Bewertung:

Während der gesamten Prüfung wird diese Aufgabe bewertet. Bewertet wird das Verhalten des Prüflings im Hinblick auf eine konzentrierte und engagierte Haltung. Techniken werden mit angemessener Intensität und Kontrolle ausgeführt und an den Fähigkeiten und die Konstitution des Partners angepasst. Eigensicherung wird demonstriert, indem der Prüfling unnötige Risiken vermeidet. Hierbei wird respektvoller Umgang sowohl dem Partner als auch dem Prüfer gegenüber erwartet. Beim Verhalten als Partner ist auf aktive, realistische und kontrollierte Aktionen zu achten. Dies erfolgt durch angemessene und

realistische Reaktionen auf korrekt angewendete Techniken sowie durch eine glaubwürdige Darstellung und Simulation von Situationen und Angriffen. Ziel ist es, dem Prüfling eine effektive und praxisnahe Lösung der gestellten Aufgaben zu ermöglichen.

14 Verhältnismäßigkeit und Rechtskonformität

Neben den technischen Fertigkeiten ist insbesondere ein tiefes Verständnis für die rechtlichen und ethischen Rahmenbedingungen von immenser Bedeutung für das entschiedene Einschreiten in entsprechenden Situationen.

Die Verhältnismäßigkeit und die Rechtskonformität sind die Kernprinzipien des behördlichen Handelns. Jede Maßnahme, einschließlich der Anwendung von körperlicher Gewalt und Zwang, muss stets im Einklang mit den geltenden Gesetzen und Vorschriften stehen.

Ein tiefes Verständnis für Verhältnismäßigkeit und Rechtskonformität ermöglicht es dem Beamten, Situationen besonnener zu bewerten und gegebenenfalls deeskalierend zu wirken. Es geht darum, durch überlegtes Handeln, Eskalationen zu vermeiden und Konflikte effektiv zu lösen, ohne unnötige Härte anzuwenden. D.h. u.a. Techniken mit der nötigen, aber nicht übermäßigen Intensität anzuwenden, um Situationen rechtssicher zu kontrollieren, statt Gegner zu besiegen.

Dies beinhaltet sowohl die Auswahl der Techniken als auch die Art und Weise, wie sie angewendet werden. Ebenso bedeutet dies die professionelle Kommunikation mit dem Gegenüber und im Team.

Ziele:

- Demonstration der Fähigkeit, Techniken unter Beachtung der Verhältnismäßigkeit und Rechtskonformität anzuwenden
- Schulung des situationsgerechten Handelns in Selbstverteidigungs- und Kontrollsituationen
- Verbesserung der Eigensicherung und des professionellen Verhaltens
- Förderung eines verantwortungsbewussten Umgangs mit den erlernten Techniken und Handlungen

Bewertung:

Während der gesamten Prüfung wird diese Aufgabe bewertet. Bewertet wird das Verhalten des Prüflings im Hinblick auf sein Verständnis der rechtlichen und ethischen Aspekte der Selbstverteidigung sowie der Anwendung von Zwang – und darauf, inwiefern er diese in seinem Handeln berücksichtigt. Damit einher geht ein besonnenes Verhalten des Prüflings in den stressigen Situationen bei entsprechender Kommunikation.



Deutscher Ju-Jitsu Verband e.V.
Bundesgeschäftsstelle
Badstubenvorstadt 12/13
D-06712 Zeitz