



PET PATCHES

Bewegungskompetenz am Boden entwickeln und fördern.

Patches zur Erfolgskontrolle & Motivation

Tom Ismer, Jugendsekretär im DJJV
jugend@djjv.de





Ziel der Pet Patches

- Systematische, kindgerechte Förderung der Bewegungskompetenz am Boden
- Sportartübergreifender Zugang – nutzbar in Ju-Jitsu, BJJ oder Schulprojekten
- Aufbau grundlegender Fähigkeiten: Fallen, Bewegen, Kontrolle, Befreiungen

Motivation & Lernprozess

- Farbliche Patches als sichtbares Feedbacksystem
- Fördern Motivation und Zielorientierung ohne Prüfungsdruck
- Spielerischer Fortschritt ähnlich wie bei Gürteln

Beitrag zum Selbstschutz & Prävention

- Inhalte wie Fallschule, Brücke, Befreiungen, sicheres Aufstehen
- Schrittweiser Aufbau eines Verhaltensrepertoires zur Eigensicherung
- Stärkung von Selbstvertrauen, Sicherheit und Verantwortungsbewusstsein

Vereinsbindung

- Niedrigschwelliger Einstieg in den Bodenkampf
- Brücke von Schul-/Projektangeboten zum Vereinstraining
- Sichtbare Erfolge fördern Identifikation & langfristige Teilnahme





Neue Vergabeberechtigung über Moodle

Onlinekurs mit:

- Methodischen Grundlagen
- Technik-Videos
- Abschlusstest mit automatischem Zertifikat zu Bestellberechtigung

Überarbeitete Inhalte

- Einheitliche Sprache: Ju-Jitsu 1x1 & BJJ-Fachvokabular
- Klare Struktur für Trainer*innen und Teilnehmende
- Einbindung in den DJJV-Kontext und Präventionsarbeit

Organisation & Bestellung

- Patches weiterhin zentral über den Ju-Jitsu-Shop erhältlich
- Lieferung inkl. Urkunde zur Verleihung im Training oder an Events

BJJ & JU-JUTSU ÜBERSETZUNG



BJJ-Begriff	Ju-Jutsu 1x1 / allgemeinverständlich
Postura	Grundhaltung / Körperhaltung
Sprawl	Tiefer Rückstoß / Spagatschritt zur Abwehr
Shoot	Tiefes Eintauchen / Eintauchtechnik
Shoulder Roll	Rückwärtsrolle über die Schulter
Shrimp (Elbow-/Hand-)	Hüftschub / Hüftentfernung / Beckenbewegung
Butt Scoot	Rückwärtsbewegung im Sitzen
Triangle Choke	Dreieckswürger
Armbar	Armstreckhebel
Americana / Kimura	Schulterhebel (innen/außen)
Cross Choke / Papercutter	Kreuzwürge / Durchschneidwürge
Guard	Beinschere
Guard Pass	Befreiung aus Beinschere
Sweep	Umkehr / Übergang in Oberlage
Closed/Open Guard	Geschlossene/offene Beinschere
Invertieren	Rückwärtsrotation über Schulter/Rolle
Upa	Brücke mit Partnerverlagerung
Technical Stand-Up	Aufstehen mit Schutzfunktion



Voraussetzungen im Überblick

Patch-Vergebende müssen:

- eine **gültige Trainer*innenlizenz Stufe I** besitzen
(*Trainer-C, Jugendleiter*in, Kursleitende „Nicht-mit-mir!“*)
- mindestens **3. Kyu Ju-Jutsu** oder **Blue Belt BJJ** haben
- Mitglied in einem **DJJV-Verein** sein
- den **PET Patch-Onlinekurs** erfolgreich abschließen

Ziel:

Sicherstellen, dass alle Patch-Vergebenden über die **notwendige Kompetenz, Verantwortung und Sensibilität** im Umgang mit Kindern verfügen.



Einsatzbereiche

- **Sportartenübergreifend:** Ju-Jutsu, Jiu-Jitsu, BJJ
- auch in **Schulen und Jugendhilfeprojekten** einsetzbar
- dienen als **Brücke** im Vereinstraining zwischen den Prüfungen (z.B. SV-Gurt, Prüfungsprogramm, Jugendsportabzeichen)

Prävention & Verantwortung

- Arbeit mit Kindern erfolgt in einem **sicheren, respektvollen Rahmen**





Vermittlung der Patch-Inhalte

Methodischer Aufbau

- Inhalte folgen **klaren Lernreihen** – Schritt für Schritt vom **Rollen über Brücken** bis zu **ersten Befreiungen**
- Fördert **Koordination, Kontrolle und Sicherheit** in der Bewegung

Altersgerechtes Anleiten

- **Verständliche Sprache & spielerische Zugänge**
- **Motivierende Rückmeldungen** statt Leistungsdruck
- **Fehler = Lernchancen**, nicht Misserfolge

Sicherheitsaspekte

- Gründliche **Fallschule** und passende **Partnerwahl**
- Bewusste **Vermeidung von Konflikten**
- Kinder lernen, **Verantwortung für sich und andere** zu übernehmen



Struktur & Idee

- 7 Patches bauen methodisch aufeinander auf
- fördern **sicheres, verantwortungsvolles Bodentraining**
- jedes Patch mit **Lernzielen, Video, Anleitung, Fehlerhinweisen**

Der rote Faden:

- von Basisbewegungen → Kontrolle → freie Auseinandersetzung → komplexe Techniken
- altersgerecht, sicher und motivierend

Die sieben PET-Patches:

- **Flow Floh** – Fallschule, Bodenbewegungen, Sicherheit
- **Movement Motte** – Mobilität, Rollen, Übergänge
- **Positions Panda** – Halten & Befreiungen
- **Sparring Spatz** – Freies Kämpfen, Regeln, Fairplay
- **Guard Gepard** – Guard-Arbeit oben/unten, Sweeps, Pässe
- **Takedown Tarantel** – Würfe & sichere Übergänge vom Stand
- **Submission Skorpion** – Hebel & Würgetechniken (*ab ca. 10 J.*)



Bewegungsschulung am Boden

- Rollen, Brücken, Shrimps, Sprawl, Shoot, Triangle-Bewegung
- Kombination von Fallschule & Bewegungslehre

Technikfelder

- **Halten & Befreien:** Mount, Side Control, Back Control u. a.
- **Übergänge:** Guard Passes, Sweeps, Takedowns
- **Abschlusstechniken:** Armbar, Chokes, Kimura u. a. (pädagogisch behutsam)

Ziele

- Schrittweise Entwicklung von **Selbstkontrolle, Sicherheit, Verantwortung**
- Vermittlung von **Fairness & Regelbewusstsein**



- **Flow Floh**
- **Movement Motte**
- **Positions Panda**
- **Sparring Spatz**
- **Guard Gepard**
- **Takedown Tarantel**
- **Submission Skorpion** *(Empfehlung ab 10 Jahren)*





Der Patch umfasst Bewegungslehre am Boden und Fallschule. Erreicht die Person eine für den Bodenkampf ausreichend gute Fallschule (Selbstschutz) und setzt Bodenkampf-spezifische Bewegungsformen altersgemäß um, kann sie den Patch erwerben. Dieser Patch kann auch zum Abschluss von Schulsport- oder Jugendhilfe-Projekten („Raufen nach Regeln“, analog SV-Gurt) genutzt werden, um damit auch die Übergänge in die Vereine anzuregen:



- **Sturz seitwärts (links und rechts)**
- **Sturz rückwärts**
- **Rolle vorwärts und rückwärts**
- **Brücke (Upa)**
- **Krabben-Bär**
- **Technical Stand-Up (Aufstehen unter Berücksichtigung der Eigensicherung)**



Der Patch vertieft die Bewegungslehre am Boden aus dem „Flow Floh“:

- **Sprawl**
- **Shoot**
- **Scheibenwischer (Guard)**
- **Invertieren/Shoulder Roll (beide Seiten)**
- **Shrimps (allein und mit Partner*in), Elbow-Shrimp, Hand-Shrimp (Butt scoot) (vorwärts/rückwärts für alle)**
- **Triangle-Bewegung aus der Rückenlage**



POSITIONS PANDA

Dieser Patch legt den Schwerpunkt auf Haltepositionen und Befreiungstechniken (mindestens 1):

- **Backmount und Backcontrol**
- **Reitposition/Mount**
- **Kreuzposition/Side Control/Crossbody**
- **Kuzure Kesa Gatame**





Der Patch umfasst die Weiterentwicklung der Kompetenzen in der Auseinandersetzung am Boden. Dabei sind weniger Technikanwendung als vielmehr Bereitschaft, Umgang mit unterschiedlichen Partner*innen, Einhalten der Regeln, „Umgang mit Sieg/Niederlage“, Gürtelbinden, etc. im Vordergrund.



- **Kann 3 x 3 Minuten (30 Sek. Pause) kämpfen**
- **Kann sich in der freien Auseinandersetzung am Boden aus „schlechten“ Positionen befreien und „gute“ Positionen erreichen.**



Für diesen Patch liegt der Schwerpunkt auf dem Handlungskomplex „Guard“ sowohl für die obere als auch die untere Position.

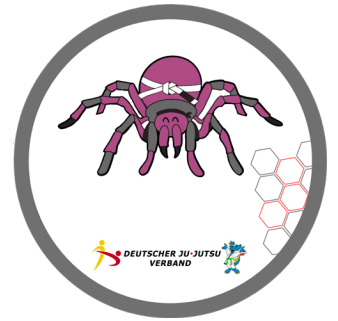
- **Postura**
- **zwei Guard Passes (z. B. Toreando, Knee Slide, Double-Under-Pass)**
- **zwei Sweeps in die Mount (z. B. Hip Bump oder Scissor) aus der Closed Guard**
- **1 Open Guard Variante mit Sweep (z. B. Idiot Sweep, Double Ankle Sweep) entweder aus Guard Pull
oder aus Closed Guard (wenn der andere aufsteht)**



TAKEDOWN TARANTEL

Für dieses Patch müssen einige Würfe und Übergänge vom Stand zum Boden beherrscht werden.

- **Beinstellen**
- **Kleines Einhängen von außen**
- **Talfallzug**
- **Hüftwurf**
- **Double Leg Takedown**
- **Guard Pull**



SUBMISSION SKORPION

Aufgabegriffe aus verschiedenen Positionen. Empfohlen erst ab 10 Jahren.

- **Back Position – Rear Naked Choke**
- **Back Control – Armbar**
- **Mount – Armbar**
- **Mount – Cross Choke**
- **Side Mount – Americana oder Kimura**
- **Side Mount – Papercutter Choke**
- **Guard – Armbar**
- **Guard – Triangle Choke**







Verleihung & Dokumentation

- Eintrag im **DJJV-Pass**, später **digital im E-Pass**

Bestellung: zentral über den **Ju-Jutsu-Shop**

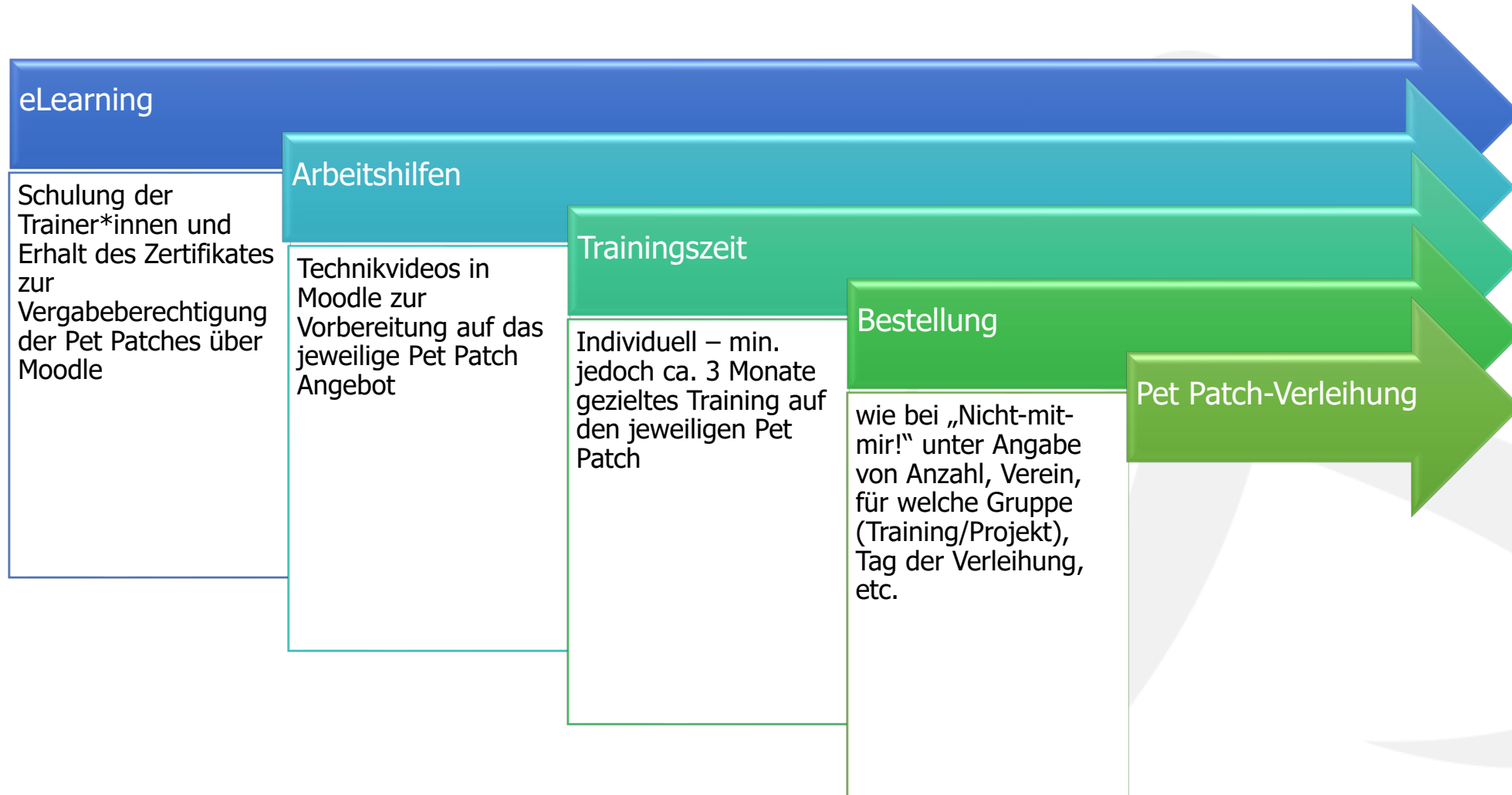
- Verleihung im **Training, Projekt oder Event** als Anerkennungsmoment

Einsatzbereiche

- Verein, Schule, Jugendhilfe
- fördert **Übergang in Vereinsstrukturen**

Zertifikate & Nachweise (für Patch-Vergabe)

- **Pet Patch Zertifikat** (Onlinekursabschluss)
- **Erweitertes Führungszeugnis** → fuehrungszeugnis@djjv.de (alle 5 Jahre)
- Über DJJV-App einreichen:
 - Verpflichtungserklärung
 - Einverständniserklärung Datenspeicherung
 - Verhaltenskodex



FRAGEN & ANMERKUNGEN

