


The logo consists of the letters 'WU' rendered in a thick, expressive, red brush-stroke style. The 'W' is formed by two overlapping 'u'-like shapes, and the 'U' is a single, rounded stroke.

ACADEMY OF
MARTIAL ARTS

WU WUSHU PRÜFUNGSSYSTEM

WU – ACADEMY OF MARTIAL ARTS

Aktualisiert am: 20. Juli 2022



Einleitung

Mit den Prüfungen stellen wir sicher, dass die Schüler*innen die nötigen Fähigkeiten besitzen, um die nächste Stufe anzugehen. Zugleich ist es eine Auszeichnung für die bis zu diesem Zeitpunkt geleisteten Trainings. Ziel ist es den Schüler*innen einen **Leitfaden zu geben** und sie zu **motivieren einen nächsten Schritt weiterzugehen**.

An den Prüfungen zugelassen sind nur diejenigen, die auch im Training den Prüfungsinhalt beherrschen. Die Prüfungen sind für alle, die zugelassen sind Pflicht und es kann nur eine Prüfung am Prüfungstermin absolviert werden. Das Bestehen einer Prüfung bedeutet nicht automatisch den Wechsel in eine neue/andere Gruppe. Ein allfälliger Wechsel wird vorgängig mit dem/der Schüler*in bzw. den Eltern besprochen. In der Regel finden die Prüfungen zwei Mal im Jahr statt. Die Termine können variieren und werden vorgängig angekündigt.

Prüfungsinhalt

Das übergeordnete Ziel einer Prüfung bzw. des Wushu Trainings ist es, das Erlernen einer Form. Eine Form besteht aus mehreren Elementen/Bewegungen, die wiederum aus verschiedenen Grundschulübungen bestehen. Die ersten Prüfungen bestehen aus eher einfacheren Formen und dementsprechend auch einfacheren Grundschulübungen.

Mit dem Bestehen von weiteren Prüfungen, werden die Formen und deren Grundschulübungen komplexer und die Qualität an der Prüfung steigt entsprechend.

Voraussetzungen, um an der Prüfung teilzunehmen:

- Regelmässige Teilnahme an den Trainings
- Min. 6 Monate Training/Abstand zur nächsten Prüfung
- Finale Zulassung erfolgt durch den/die Trainer*in

Mitnehmen:

- Prüfungsgebühr 20.-
- Saubere WU- Trainingskleider bestehend aus T-Shirt, Hose & Schuhe
- Etwas zu trinken

Ablauf Prüfung:

- Begrüssung
- Gemeinsames Aufwärmen
- Repetition Prüfungsinhalt
- Prüfung (Einzel oder in Gruppen)
- Bekanntgabe Resultat
- Übergabe Auszeichnung
- Gruppenfoto

Während der Begrüssung, dem Aufwärmen und der Repetition dürfen die Eltern/Freunde zuschauen. Mobiltelefone, Laptops etc. sind auf Lautlos zu stellen. Es ist wichtig, dass die Prüfungsteilnehmer*innen sich konzentrieren können und nicht von aussen gestört werden.

Das Bestehen einer Prüfung bedeutet nicht automatisch den Wechsel in eine neue/andere Gruppe. Ein allfälliger Wechsel wird vorgängig mit dem/der Schüler*in bzw. den Eltern besprochen.

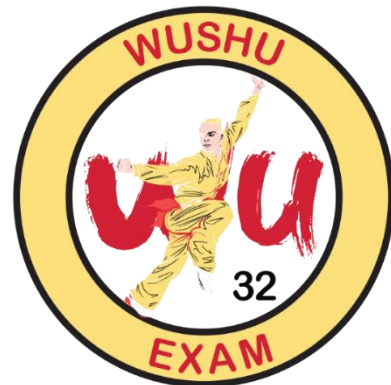
Gurte / Badges



Zu Beginn werden bei bestandenen Prüfungen Gurte verliehen, die bestätigen, dass das Mitglied den Inhalt bis zu diesem Level beherrscht. Nachdem die Grundschule/Basis nach einigen Prüfungen erlernt und geprüft wurde, werden Badges für das Erlernen von ganzen Formen vergeben. Die Farbe der Badges haben nichts mit dem Niveau/der Schwierigkeit zu tun.

Die Figur auf dem Badge zeigt die Form an (z.B. Changquan, Nandao etc.) und die Nummer (z.B. 32 oder 46) sagt aus um welche Form es sich handelt.

Die Gurte dürfen während dem Training getragen werden. Die Badges können auf das T-Shirt/Hose geklebt oder genäht werden. Gurte/Badges können auch zu Hause aufbewahrt werden oder als eine Art „Trophäe“ ausgestellt werden.



Prüfungen für Wettkämpfer*innen

Schüler*innen, die an Wettkämpfen teilnehmen, werden auch in anderen Trainings wie z.B. das Wettkampftraining gefördert und kommen somit auch schneller vorwärts. Wird die Form am Wettkampf ohne grobe Fehler gezeigt, wie z.B. Blackout, wiederholen der Form, einzelne Elemente ausgelassen, erhält man automatisch am nächsten Prüfungstermin den nächsten Gurt/Badge, falls sie die Prüfung der jeweiligen Form nicht schon vor dem Wettkampf absolviert haben.

Formen / Taolu

Taolu ist die chinesische Bezeichnung für Formen. Es gibt in der chinesischen Kampfkunst unzählige Stile die wiederum unzählige Formen haben. Wir orientieren uns in unseren Trainings primär an den offiziellen Formen, die von der IWUF (International Wushu Federation) oder der EWUF (European Wushu Federation) standardisiert wurden.

Prüfungsraster

Der nachfolgende Raster zeigt die verschiedenen Formen mit den entsprechenden Gurtfarben oder Badges. Die Schwierigkeit und Komplexität der Formen steigen von oben nach unten. Man beginnt zuerst mit der Einstiegsform „WUBUQUAN“ und startet nachher mit den „32er Formen“. Es gibt Süd- und Nordstilformen. In der Regel wird in Absprache mit dem/der Schüler*in entschieden, ob Nord- oder Südstil gelernt wird. Je nach Werdegang der Schüler*in folgt danach die 46er oder 89er Faustform. Sofern es der Unterricht zulässt, wird auch mit den Waffenformen gestartet

Eine Form teilt sich in vier Teile oder wie wir sagen in vier Linien auf. Kann der/die Schüler*in alle vier Linien so kann er gleich die Prüfung für den „32er Badge“ absolvieren. Ansonsten gibt es pro Linie einen Gurt. Damit möchten wir für alle den Einstieg in die erste längere Form erleichtern.









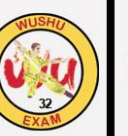







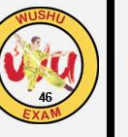







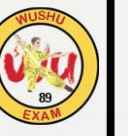

























Bei den 32er Kurzwaffenformen gibt es für die erste Hälfte der Form einen Gurt und bei der ganzen Form ein Badge. Danach sollte der/die Schüler*in in der Lage sein, neue Formen viel schneller aufzunehmen und entsprechend braucht es auch keine Unterteilungen mehr.

WUSHU EXAM SYSTEM



FORMEN / TAOLU

WUBUQUAN

		FIST ROUTINES CHANGQUAN / NANQUAN	SHORT WEAPON ROUTINES DAOSHU / NANDAO / JIANSHU	LONG WEAPON ROUTINES GUNSHU / NANGUN / QIANGSHU
BEGINNER		  		
	32	 	  	  
	46	 	  	  
INTERMEDIATE	89	 	  	  
ADVANCED	01	 	 	 
	12	 	  	  
EXPERT	FF	 	  	  

Videos

Die Links zu den Videos sollen den Schüler*innen dabei helfen, sich an die Bewegungsabläufe zu erinnern, wenn sie in der Freizeit trainieren. Während dem Unterricht können einzelne Bewegungen leicht abweichen von dem was in den Videos zu sehen ist.

	Faustformen	Kurzwaffenformen	Langwaffenformen
Einstiegsform	Wubuquan		
32	Changquan Nanquan	Daoshu Jianshu Nandao	Gunshu Qiangshu Nangun
46	Changquan Nanquan		
89	Changquan Nanquan	Daoshu Jianshu Nandao	Gunshu Qiangshu Nangun
01	Changquan	Daoshu Jianshu	Gunshu Qiangshu
12	Changquan Nanquan	Daoshu Jianshu Nandao	Gunshu Qiangshu Nangun
FF	Changquan Nanquan	Daoshu Jianshu Nandao	Gunshu Qiangshu Nangun

Schlusswort

Es gibt verschiedene Möglichkeiten den Wissenstand der Schüler*innen mittels Prüfungen zu testen. Auch gibt es verschiedene Prüfungssysteme mit Gurte oder Auszeichnungen bis hin zum „Schwarzgut“, der oft als das höchste Level angesehen wird. Wir möchten keine Schwarzgurte ausbilden und möchten auch keine Meister-Grade verleihen – wir sind ja selbst keine Meister der Kampfkünste, sondern Menschen, die die chinesische Kampflust mit viel Liebe und Motivation betreiben und unterrichten.

Unser Ziel ist es Wushu den Schüler*innen beizubringen und sie körperlich wie auch mental zu fördern. Sie sollen Spass am Sport haben, Freude an der Bewegung und den sozialen Austausch untereinander fördern. Dazu gehören auch Eigenschaften wie Disziplin, Ehrgeiz, Konzentration, Geduld, Freundschaft, Erfolg und Misserfolg.

Mit den Gurten/Badges geben wir den Schüler*innen einen Leitfaden und eine Bestätigung, dass sie bereit sind für die nächste Stufe. Der Wissenstand der Schüler*in mag mit der Zeit unterschiedlich sein und doch sind alle gleich: sie versuchen das Beste aus ihren Möglichkeiten herauszuholen und bleiben dran – wie ein ewiger Weiss-Gurt Träger!