

РЕГИОНАЛЬНАЯ ОБЩЕСТВЕННАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ « СОЮЗ КАРАТЭ-ДО » МАРУОШИКАЙ

г. Москва

2003 г.

ПОЛОЖЕНИЕ О ТЕХНИЧЕСКОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.

Аттестация проводится с целью оценить технический уровень учеников.

Решаемые задачи:

- повышение технической подготовки учеников
- проведение мониторинга образовательного процесса
- корректировка образовательных программ

2. СРОКИ ПРОВЕДЕНИЯ АТТЕСТАЦИЙ.

Технические аттестации проводятся 2 раза в год:

Итоговая аттестация: май – июнь

Промежуточная аттестация: декабрь

Периодичность проведения аттестации:

На 3-10 кю – через 6-12 месяцев тренировок со дня последней аттестации

На 2-1 кю - через 12 месяцев со дня последней аттестации

На 1 дан - через 1 год после 1 кю

На 2 дан - через 2 года после 1 дана

На 3 дан – через 3 года после 2 дана

Периодичность сдачи экзамена может быть пересмотрена в отношении некоторых претендентов и установлена в индивидуальном порядке. Решение о изменении принимает тренерский совет.

3. ЭКЗАМЕНАЦИОННАЯ КОМИССИЯ.

Экзамен принимает комиссия в составе:

Председатель комиссии: Олег Алексеевич Цой

Члены комиссии: Блинков А.В., Полубнев Л.В., Дуняшев А.О., Дуняшев С.О.,

Гаврилов А.В., Понамарев М.А., Ханзракян А.И.

Ассистенты: Орловский А.В., Белоусов Д.А., Рухая А.

4. УСЛОВИЯ ДОПУСКА К ЭКЗАМЕНУ.

Претендент на соискание степени должен:

- Являться членом Союза каратэ-до Маруёшикай и иметь будо-паспорт
- Уплатить годовые членские взносы
- Уплатить регистрационный сбор за проведения экзамена
- Полностью соответствовать техническим требованиям экзаменационной программы
- Правильно заполнить и вовремя подать анкету-заявку на экзамен
- Правильно экипирован: белое каратэги с поясом соответствующим техническому уровню.

5. УСЛОВИЯ ОТСТРАНЕНИЯ ОТ ЭКЗАМЕНА

Претендент на соискание степени может быть отстранен от экзамена в случае:

- Не соответствия требованиям статьи №4 данного положения
- Нарушение дисциплины во время экзамена
- Не соответствия морально-этическим нормам Маруёшикай
- Если претендент пропустил более 10% занятий в течении учебного года

6. ЭКЗАМЕНАЦИОННАЯ ПРОГРАММА

8-9-10КЮ

Кихон.

- 1.ОИ (УКИ (ДЗЕНКУЦУ ДАЧИ) .Вперед –чудан назад-дзедан.
- 2.Аге укс
- 3.Чудан (сото) удз укс
- 4.Шуто укс (кокуцу дачи)
- 5.Маз гири .Вперед-чудан, назад-дзедан
- 6.Еко гири (кзаге) (кибо дачи)
- 7.Еко гири (кзокоми) (кибо дачи)

Ката.

Хейан седан (1 Хейан)

Кумитэ.

Кихон гохон кумитэ (чудан, дзедан по два раза)

Кумитэ – Ката.

Шо-Кю-Ити

Шо-Кю-Ни

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ

Кихон и ката.

1. Взгляд;
2. Осанка (в стойках спина прямая);
3. Хари аши (в стойках опора на ногу);
4. Внимание на хикитэ (поднять руку), колено;
5. Сосредоточенность, кнай;
6. Движение ног (правильные перемещения).

Кумитэ:

1. Взгляд (следит за противником);
2. Эффективность наступления и жесткость;
3. Насколько эффективны блоки (нет ли работы вхолостую).
 - Кокуцу дачи
 - Еко гири
 - Одно движение ноги → одно движение руки

7 кю

Кихон.

1. Ои цуки (дзэнкуцу дачи). Вперед-чудан, назад дзедан
2. Аге укэ
3. Чудан (учи) удэ уке
4. Шуто укэ (кокуцу дачи)
5. Маэ гири (кэагэ) (кибо дачи)
6. Еко гири (кэкоми) (кибо дачи)

Ката.

Хейан нидан (2 Хейан)

Кумитэ.

Кихон гохо кумитэ (чудан, дзедан по 2 удара)

Кумитэ – Ката.

Шо-Кю-Ити

Шо-Кю-Ни

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ

Кихон и ката.

1. Направление взгляда;
2. Запястье стопа колена фиксированы и закрыты;
3. Дыхание и прием объединены;
4. Во время движения сохранение осанки;
5. Бок, подмышка закрыты.

Кумитэ:

1. Направление взгляда;
2. Кнай;
3. Точность и сила проводимых приемов;
4. Уке-» кимэ мастерство связанность этого момента.
 - Кокуцу дачи
 - Еко гири

6 кю

Кихон.

1. Ои цуки (дзэнкуцу дачи). Вперед-чудан, назад-дзедан
2. Гьяку цуки-» агэ-укэ гьяку цуки
3. Чудан (сото) удэ укэ-гьяку цуки-»чудан (учи) удэ укэ-гьяку цуки
4. Шуто укэ (кокуцу дачи)
5. Маэ гири. Вперед-чудан, назад-дзедан

6. Еко гири (кэмги) (кибо дачи)
7. Еко гири (кэкоми) (кибо дачи)

Ката.

Хэйан сандан (3 Хэйан)

Кумитэ – Ката.

Чю – Кю - Ити

Кумитэ.

Кихон гохон кумитэ

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ

Кихон и ката

1. Правильное положение запястья стопы колена закрыто;
2. Дыхание и техника едины;
3. Во время движения работа поясницей;
4. Закрыт бок подмышки;
5. Точность и устойчивость стоек.

Кумитэ:

1. Кимэ (киай);
2. Укэ-кимэ: мастерство в движении;
3. Сила скорость
 - Кокуцу дачи
 - Еко гири

5 КЮ

Кихон

1. Он цуки (дзенкуцу дачи). Вперед-чудан, назад-дзедан
2. Гьяку цуки-»агэ укэ-гьяку цуки
3. Чудан (сото) удэ укэ-гьяку цуки-»чудан (учи) удэ укэ-цуки
4. Шуго укэ-гьяку цуки-»шуго укэ-кигэ (кокуцу дачи-дзэкицу дачи)
5. Маэ гири. Вперед-чудан, назад-дзедан
6. Еко гири (кэвгэ) (кибо дачи)
7. Екр гири (кэкоми) (кибр дачи)
8. Маваши гири. Вперед чудан, назад-дзедан

Ката

Хэйан ендан (4 Хэйан)

Кумитэ

Кихон нипон кумитэ (ччудан дзеданцуки маэ гири еко гири)

Кумитэ – Ката

Чю – Кю – Ни
Чю – Кю – Сан

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ

Кихон и ката

Кумитэ

1. Фиксация стопы запястья колени закрыты;
2. Сбалансированность техники перемещение ног;
3. Работа вращение поясницей во время движения;
4. Боковая сторона должна быть закрыта;
5. Не путать стойки тщательность несмытость стойки.

1. Точность и эффективность блоков;
2. Скорость;
3. Нет ли работы в холостую.

4 КЮ

Кихон

1. Рэн цуки 3 удара (дзедан 1 удар, чудан 2 удара)
1. Аге уке-гьяку дзуки-чудан(учи)уде уке-гьяку дзуки
2. Чудан(сото)уде уке-гьяку дзуки-эмпи учи(киба дачи)
3. Шуто-уке-китэ
4. Еко шуто учи дзедан(зэнкутсу дачи)
5. Мае гери. Вперед дзедан, назад чудан.
6. Еко-гери кеаге(киба дачи)
7. Еко гери кекоми(киба дачи)
8. Маваши гери. Вперед чудан, назад дзедан

Ката

хэйан гёдан (5 хэйан)

Кумитэ

Кихон иппон кумитэ (чудан, дзедан цуки, мае гери, еко гери)

Кумитэ – Ката.

Дзю – Кю - Ити
//и

ОСНОВНЫЕ МОМЕНТЫ

Кихон и ката

1. Фиксация стопы, запястья, колени;
2. Сбалансированность техники;
3. Во время движения работа поясницей;
4. Не путаются ли стойки.

Кумитэ

1. Уке-Кимэ обязательно с силой;
2. Приемы в постоянном движении;
3. Скорость.

3 КЮ

Кихон

дачи-кибо дачи)

1. Рэн цуки 3 удара (дзедан 1 удар,чудан 2 удара)
2. Агэ уке-гьяку цуки –чудан (сото) удэукэ-эмпи учи (дзенкуцу
- 3 Шуто уке-китэ (кокуду дачи-дзенкуцу дачи)
- 4.Еко шуто учи дзедан (дзенкуцу дачи)
- 5.Маэ гири. Вперед-чудан,назад-дзедан
- 6.Маэ гири(рэн гири) (дзедан,чудан)

	7.Еко гири (кэаги) (кибо дачи)
	8.Его гири (кэклми) (кибо дачи)
	9.Маваша гири. (Вперед-чудан,назад-дзедан)
	10.Уширо гири чудан.
Ката	Тейки седан (1 Тейки)
Кумитэ	Кихон иппон кумитэ (чудан,дзедан цуки,маэ гири,еко гири).
Кумитэ – Ката.	Чу – Кю - Йон
Кумитэ ката	Основные моменты:
	1. Умение использовать и понимать приемы;
	2. Правильный скоростной баланс;
	3. Правильное соединение приемов.
Кумитэ:	1.Внимание на моменты кимэ;
	2.Внимание на блоки;
	3.Сила (жесткость и эффективность);
	4.Реакция на атаки противника.
	• Еко гири
	2 КЮ
Кихон	1.Рэн цуки 3 удара (дзедан 1 удар,чдан 2 удара)-агэ укэ-гьяку цуки
(чудан)	2.Чудан (сото) удэ укэ-эмпи учи-уракэн учи (дзэнкуцу дачи-кибо дачи)-чудан (учи) удэ укэ-кидзми цуки-гьяку цуки (дзэнкуцу дачи)
	3.Шуто укэ-китэ (кокуцу дачи-дзэнкуцу дачи)
(дзэнкуцу дачи)	4.Еко шуто учи дзедан (дзэнкуцу дачи)-уракэн еко учи дзедан
(дзэнкуцу дачи)	4.Еко шуто учи дзедан (дзэнкуцу дачи)-уракэн еко учи дзедан
ноги,дзэнкуцу дачи) (5.Рэн гири (маэ гири- маваша гири)-(с одной и той же маваша гири-еко гири)
	6.Рэн гири (меняя ногу, дзэнкуцу дачи) (маэ гири- маваша гири)
	7.Еко гири (кэагэ-кэкоми) (с одной ноги, кибо дачи)
	8.Маваша гири.Вперед-чудан, назад-дзедан
	9.Уширо гири чудан
Ката	1.Бассай дай;
	2.Из хейанов со 2-го по 5-й,Тейки седан (указывается одна форма)
Кумитэ	Дзю иппон кумитэ (чудан,дзедан цуки,маэ-, маваша-, еко-гири)
Кумитэ – Ката	Дзю – Кю – Ни
	Дзю – Кю – Сан
	Дзю – Кю - Йон

1 кю

Кихон.

1. Санбон цуки
2. Аге уке-мае гири-нидан цуки
3. Сото учи-эмпи учи-уракен учи
4. Учи уке-кизами цуки-гьяку цуки
5. Шуто уче-нукитэ
6. Шуто учи-уракен учи
7. Рен гири-мае гири-йоко гири
8. Рен гири-маваши гири-йоко гири
9. Мае гири-маваши гири
10. Йоко гири (кеаги/кекоми)
11. Маваша гири
12. Уширо гири-гьяку цуки

Ката.

Дзион
Текки – 1
Бассай дай
Хеан 2-5

Кумитэ.

Джуе иппон кумитэ

Кумитэ – Ката

Дзю – Кю – Ни
Дзю – Кю – Сан
Дзю – Кю – Йон

Основные моменты:

1. Моменты кимэ
2. Жесткость
3. Реакция на атаки

7. КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ НА ЭКЗАМЕНЕ

- Техническая степень КЮ или ДАН присваивается по результатам экзамена при полном соответствии претендента требованиям экзаменационной программы, техника претендента оценивается по бальной системе: каждый раздел программы оценка от 3,0-5,0 баллов
 - 3,0-3,1-3,2 – очень плохо
 - 3,3-3,4-3,5 – плохо
 - 3,6-3,7-3,8 – посредственно
 - 3,9-4,0-4,1 – удовлетворительно
 - 4,2-4,3-4,4 – хорошо
 - 4,5-4,6-4,7 – очень хорошо
 - 4,8-4,9-5,0 – отлично
- результат экзамена – это сумма баллов по четырём разделам программы
- Экзамен считается принятым, если претендент набрал более 16 баллов
- Если претендент набрал 15,5-16 баллов, то экзамен считается принятым, но выставляется оценка ХО и назначается дата пересдачи, обычно через 6-12 месяцев.

- Если претендент набрал менее 15,5 баллов, то экзамен считается не принятым и назначается дата пересдачи, обычно через 6-12 месяцев.
- Спортивные и административные заслуги претендента как положительный аргумент на экзамене не рассматриваются.

8. РЕЗУЛЬТАТ ЭКЗАМЕНА

Результат экзамена фиксируется в Всероссийской базе данных Союза Каратэ Маруошикой и в Международной базе данных Японской организации каратэ-до Маруошикой. При успешной сдаче экзамена вручается диплом Союза каратэ-до Маруошикой или уполномоченного клуба (в Москве – СПК «Раменки»). С технического уровня 1 кю вручается пластиковая карточка.

9. ФИНАНСОВЫЙ РЕГЛАМЕНТ ТЕХНИЧЕСКОЙ АТТЕСТАЦИИ

- Размер регистрационного взноса на технической аттестации устанавливается президентом СКМ перед каждым экзаменом с учетом расходов связанных с проведением экзамена, изготовления дипломов, канцелярские расходы, арендная плата, членские взносы претендентов ЖКМО.
- Регистрационный взнос уплачивается наличными при регистрации перед экзаменом, либо по б/н перечислению на расчетный счет СКМ, до экзамена.
- В случае если претенденту присвоена степень ХО, то регистрационный взнос не возвращается, а при пересдаче на следующем экзамене регистрационный взнос уплачивается в размере 50%.
- В случае если претендент не аттестован на экзамене, то ему регистрационный взнос не возвращается.
- В случае если претендент, по рекомендации тренерского совета, сдает экзамен сразу на две ступени и более, то регистрационный взнос составляет: 100% регистрационного взноса каждой ступени + 100% регистрационного взноса за последнюю аттестованную ступень. Исключение составляет экзамен на 10-8 кю, где размер регистрационного сбора составляет одну сумму вне зависимости от пройденных ступеней.
- В случае пере зачета технического уровня у претендента из другой стилевой организации Шотокан каратэ-до размер регистрационного сбора устанавливается президентом СКМ в индивидуальном порядке.

Президент Союза каратэ



В.Г.Хан.

Ч – чудан

Д – дзёлан

> – движение вперёд

< – движение назад

Шоку-ичи, Шоку-чи	Хайковок Шо-дан, Хейн Шо-дан	10	9	8 Кю
Шоку-сан, Шоку-йон	Хейн Идан			7 Кю
Чоку-ичи	Хейн Савдан			6 Кю
Чоку-ни, Чоку-сан	Хейн Йондан			5 Кю
Чоку-йон	Текки Шо-дан			3 Кю
Дзёку-ичи, Дзёку-ни	Хейн Годан			4 Кю
Дзёку-сан	Бассай Дай			2 Кю
Дзёку-йон	Джонн			1 Кю

	Шоку	Чоку	Дзёку
Ичи	Тори Хидари дзенкуцу-даци > ое-дзуки Ч (3 раза) Хидари гяку аге-уке + дзион-дзуки Д	Хидари дзенкуцу-даци > ое-дзуки Ч + гяку-дзуки Ч < учи-уке - а миги кокуцу-даци > ое-дзуки Д + гяку-дзуки Д <i>лето 1.12.14 дзюмари-рай Ч дзюмари-дзюмари</i>	Хидари дзенкуцу-даци Ое-дзуки Ч < учи-уке Ч в миги кокуцу-даци + рэн-дзуки Ч > мае-гери + ое-дзуки Д < хидари фури-уке в киба-даци + хидари аге-уке + гяку-дзуки Ч в хидари дзенкуцу-даци
	Уке < сото-уке Ч в хидари дзенкуцу-даци < сото-уке Ч в миги дзенкуцу-даци < сото-уке Ч в хидари дзенкуцу-даци + гяку-дзуки Д + хидари аге-уке + гяку-дзуки Ч	< моротэ-уке Ч в миги кокуцу-даци + гелан-барай в хидари дзенкуцу-даци > ое-дзуки Д + <i>лето 28.10.14</i> < сото-уке Д в хидари дзенкуцу-даци + нигари + миги мавашэ эмпи-учи Ч в киба-даци	Учи-уке Ч в миги кокуцу-даци > ое-дзуки Ч < хидари фури-уке в миги кокуцу-даци + хидари аге-уке + мае-гери + ое-дзуки Д
Ни	Тори Миги дзенкуцу-даци > ое-дзуки Ч (3 раза) Миги гяку аге-уке + дзион-дзуки Д	Миги дзенкуцу-даци > ое-дзуки Д + гяку-дзуки Ч < шукуи-уке в миги дзенкуцу-даци + гяку-дзуки Ч	Хидари дзенкуцу-даци Ое-дзуки Д + гяку-дзуки Ч > хидари мае-гери + нигари < миги фури-уке в хидари кокуцу-даци + дзион-дзуки Д в миги дзенкуцу-даци <i>лето 1.12.14</i>
	Уке < сото-уке Ч в миги дзенкуцу-даци < сото-уке Ч в хидари дзенкуцу-даци < сото-уке Ч в миги дзенкуцу-даци + гяку-дзуки Д + миги аге-уке + гяку-дзуки Ч	Аге-уке в миги кокуцу-даци + гелан шуто-уке + гяку шуто-учи Д в хидари дзенкуцу-даци > мае-гери + сото-уке Ч в миги дзенкуцу-даци + миги йоко эмпи-учи Ч в киба-даци	Аге-уке в миги кокуцу-даци + сото-уке Ч + рэн-дзуки Ч < миги фури-уке в хидари кокуцу-даци + гяку-дзуки Д в миги дзенкуцу-даци > хидари мае-гери + аге-уке в хидари дзенкуцу-даци + гяку аге эмпи-учи
Сан	Тори Хидари дзенкуцу-даци > ое-дзуки Д (3 раза) Хидари гяку гелан-барай + дзион-дзуки Д	Хидари дзенкуцу-даци Ое-дзуки Д < учи-уке Ч в миги кокуцу-даци > ое-дзуки Ч + гяку-дзуки Д	Хидари дзенкуцу-даци Ое-дзуки Ч + хидари аши-барай < шукуи-уке в хидари дзенкуцу-даци < шукуи-уке в миги дзенкуцу-даци + гяку учи-уке Ч > хидари мае-гери + гяку-дзуки Ч в хидари дзенкуцу-даци
	Уке < аге-уке в хидари дзенкуцу-даци < аге-уке в миги дзенкуцу-даци < аге-уке в хидари дзенкуцу-даци + гяку-дзуки Ч + хидари аге-уке + миги мае-гери + миги гяку-дзуки Ч	Моротэ-уке Д в миги кокуцу-даци > ое-дзуки Ч < учи-уке Ч в миги кокуцу-даци + уход на заднюю ногу в хейсоку-даци + миги йоко-гери кекоми Ч + уракен-уке Д в миги дзенкуцу-даци + гяку хидари мае эмпи-учи Ч	Учи-уке Ч в миги кокуцу-даци + хидари-аши подвоть вверх (от аши-барай) > миги мае-гери > хидари уширо-гери + гяку-дзуки Ч > хидари кокуцу-даци с учи-уке (со сбросом) + гяку учи-уке Ч + миги йоко эмпи-учи Ч в киба-даци
Йон	Тори Миги дзенкуцу-даци > ое-дзуки Д (3 раза) Миги гяку гелан-барай + дзион-дзуки Д	Миги дзенкуцу-даци Ое-дзуки Ч < тэйшо-уке Ч в хидари кокуцу-даци + хидари аши-барай + миги йоко чудан-дзуки в киба-даци > ое-дзуки Д + гяку-дзуки Ч + дзион-дзуки Д + гяку-дзуки Ч	Миги дзенкуцу-даци Ое-дзуки Ч > миги мае-гери + ое-дзуки Д < сото-уке Ч в хидари дзенкуцу-даци < миги <i>лето 1.12.14</i> Ч в киба-даци < нигари + дзион-дзуки Д в хидари дзенкуцу-даци
	Уке < аге-уке в хидари дзенкуцу-даци < аге-уке в миги дзенкуцу-даци < аге-уке в хидари дзенкуцу-даци + гяку-дзуки Ч + хидари аге-уке + миги мае-гери + миги гяку-дзуки Ч	Хидари тэйшо-уке в киба-даци > миги йоко чудан-дзуки в киба-даци + миги нами-гелан + миги йоко моротэ-уке < в киба-даци (лицом к партнёру) хидари аге-уке + миги сото-уке Ч + хидари чоку-дзуки Д с миги нагашэ-уке Д + миги уракен-учи Д с хидари осве-уке Ч	Миги тэйшо-уке в киба-даци < коса-уке гелан в хидари дзенкуцу-даци + аге-уке в миги кокуцу-даци > миги йоко-гери кекоми Ч > с вращением хидари кенцуи-учи Ч в киба-даци > миги мае-гери + сото шуто-уке Д в миги дзенкуцу-даци + хидари мавашэ эмпи-учи Ч в киба-даци <i>лето 1.12.14</i>