



METODICKÁ PŘÍLOHA

ZKUŠEBNÍ ŘÁD

1. kyu



NAGE-WAZA



tsuri-goshi



utsuri-goshi



sukui-nage



o-guruma



hane-makikomi

NAGE-NO-KATA



3. SÉRIE ASHI-WAZA

okuri-ashi-harai

sasae-tsurikomi-ashi

uchi-mata

4. SÉRIE MASUTEMI-WAZA

tomoe-nage

ura-nage

sumi-gaeshi

5. SÉRIE YOKO-SUTEMI-WAZA

yoko-gake

yoko-guruma

uki-waza

KATAME-WAZA

HAIRI-KATA

2 varianty přechodu do osaekomi-waza,
2 varianty přechodu do shime-waza,
2 varianty přechodu do kansetsu-waza

KOMBINACE/ KONTRACHVATY

5 x renzoku-waza

5 x renraku-waza

5 x gaeshi-waza

TEORIE:



CHOVÁNÍ DLE MORÁLNÍHO KODEXU:



METODICKÉ PRINCIPY:



PRAVIDLA:

1. Provedení technik v nage-waza za pohybu a na obě strany je pro kategorii U8 a U10 na uvážení zkušební komisaře. Starší kategorie již provádí techniky nage-waza v pohybu dle doporučených videí a na obě strany.
2. Čekací doba mezi zkouškami je minimálně 6 měsíců.
3. Na doporučení TMK KSJ lze zkrátit čekací lhůtu mezi zkouškami pro U18 a starší (od 16 let).
4. Kategorie U18 a starší (od 16 let) provádí zkoušky pouze na celé pásy. Obsahem zkoušek však musí být i techniky na půlený pás.
5. Splnění podmínek k udělení vyššího kyu je i znalost technik s předešlého kyu.
6. Zkušební komisař též prověřuje teoretické znalosti a znalost morálního kodexu judisty.