




財団法人古武道連盟

Zaidan Hojin Kobudo Renmei

Программа аттестации айкидо (Д е т и , п о д р о с т к)

12 kyu: 

Стойки: migi kamae, hidari kamae, shizenhontai, shizentai

Перемещения: tai sabaki - tenkai

Освобождение от захватов однойрукой

Техники в стойке (tachi waza):

giyaku hanmi katate dori

- кокюу наге (2 варианта)


Теоретический экзамен:

Счет до десяти по-японски.

Почему перед тренировкой нужно снимать цепочки, серёжки, заколки, колечки и другие украшения? Почему нельзя иметь при себе на татами острых и любых других металлических предметов?

Перевод слов:

Shomen, rei, onegai shimas, arigato, tatami, seiza, sensei, dojo

11 kyu: 

Стойки: migi kamae, hidari kamae, shizenhontai, shizentai

Перемещения: tai sabaki - tenkai, irimi tenkai

Передвижение на коленях : may shikko, usiro shikko

Освобождение от захватов: однойрукой, двумя руками

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- кокюу наге – 2 варианта

aihanmi katate dori


- ирими наге.

Теоретический экзамен:

Счёт до десяти по японски.

Что обозначают термины "Дан" и "Кю"? Их смысл и отличие.

Перевод слов: Shomen, rei, kiritsu, tai-sabaki, tatami, seiza, sensei, shikko, dojo, bokken, mokusso, onegai shimas

10 kyu: 

Стойки: Migi Kamae, Shizenhontai, Shizentai Hidari Kamae

Перемещения: tai sabaki - tenkai, tenkan, irimi tenkai, irimi tenkan

Передвижение на коленях : may shikko, usiro shikko

Кувьрки: (ukemi) may ukemi, usiro ukemi

Освобождение от захватов: giyaku hanmi katate dori, ai hanmi katate dori, riote dori, muno dori

Уходы с линии атаки: (kawashi no kata) от:

- oi tsuki (прямой ударрукой)
- may gehru (прямой удар ногой)

Техники в стойке (tachi waza)



財団法人古武道連盟
Zaidan Hojin Kobudo Renmei

giyaku hanmi katate dori

- kokyū nage – 2 варианта

aihanmi katate dori

- kokyū nage
- irimi nage

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyū-nage


Katami-waza – техники лежа на татами – 2 приема

Теоретический экзамен: Название нашего додзё

Что такое Айкидо?

Кто такой Морихеи Уесиба?

Перевод слов: Shomen, rei, kiritsu, tai-sabaki, tatami, seiza, sensei, shikko, dojo, bokken, mokutso, onegai shimas, jo, ukemi, kamae, arigato

9 кyu: 

программа 12-10 кyu плюс:

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyū nage – 2 варианта

ai hanmi katate dori

- kokyū nage
- irimi nage
- kote-gaeshi

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyū-nage
- ikkyū

Katami-waza – техники лежа на татами – 2 приема

Теоретический экзамен:

Что означают иероглифы "АЙ""КИ" "ДО".

Перевод слов: shomen, ukemi, waza, onegai shimas, tatami, kiritsu, hakama, arigato gozai imas, dojo, sensei, tanto, jo, mokutso, budo, rei, kamae, kokyū, seiza, tai sabaki, nage, bokken, shikko, uke, yame

8 кyu: 

программа 12-9 кyu плюс:

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyū nage – 3 варианта

ai hanmi katate dori

- kokyū nage
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyū

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)



財団法人古武道連盟
Zaidan Hojin Kobudo Renmei

- kokyū-nage
- kote-gaeshi

Katami-waza – техники лежа на татами – 3 приема

Теоретический экзамен:

Что такое АЙКИДО?

Завязывание пояса на "доги".

Перевод слов: Shomen, kata, kiritsu, tanto, seiken, sensei, ukemi, budo, suburi, dojo, zori, rei, jo, kamae, nage, tai-sabaki, kokyū, uke, omote, seiza, ura, tatami, bokken, waza, asi, hakama, onegai shimas, dogi, yame, hajime, tanden, atemi, mokuso, giyaku, shikko

7 кyu:

программа 12-8 кю плюс

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyū nage – 3 варианта
- shihonage

ai hanmi katate dori

- kokyū nage
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi
- shihonage

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyū
- kokyū nage – 2 варианта

mino dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyū-nage
- kote-gaeshi

mau gehry (прямой удар ногой)

- kokyū nage

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

Теоретический экзамен:

Кого называли О`Sensei?

Перевод слов: Bokken, ukemi, katana, sensei, mokuso, kamae, tai sabaki, atemi, shikko, waza, hakama, budo, irimi, kokyū, nage, uke, kata, hara, asi, dogi, chudan, jedan, tanden, gedan, tenkan, kohai, senpai

6 kyu (mon):

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyū nage – 3 варианта
- shihonage

ai hanmi katate dori

- kokyū nage
- irimi nage
- kote-gaeshi



財団法人古武道連盟
Zaidan Hojin Kobudo Renmei

- kiri otoshi
- shihonage
- ikkyo

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyo
- kokyu nage – 2 варианта

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyu-nage
- ikkyo
- kote-gaeshi

mau gehry (прямой удар ногой)

- kokyu nage
- kiri otoshi (уход с линииатаки , проход за спину и двумя руками за плечи бросок)

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

5 kyu (mon):

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyu nage – 3 варианта
- shihonage
- ikkyo

ai hanmi katate dori

- kokyu nage (2 вар-та)
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi
- shihonage
- ikkyo

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyo
- kote-gaeshi
- kokyu nage – 2 варианта

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyu-nage
- ikkyo
- kote-gaeshi

mau gehry (прямой удар ногой)

- kokyu nage(подхват ногиснизу двумя руками и бросок)
- kiri otoshi (уход с линииатаки , проход за спину и двумя руками за плечи бросок) (2 варианта)

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

4 kyu (mon):

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyu nage – 3 варианта



財団法人古武道連盟
Zaidan Hojin Kobudo Renmei

- shihonage
- ikkyo

ai hanmi katate dori

- kokyu nage (2 вар-та)
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi
- shihonage
- ikkyo

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyo
- kote-gaeshi
- kokyu nage – 2 варианта

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyu-nage
- ikkyo
- kote-gaeshi
- o soto gari


may gehry (прямой удар ногой)

- kokyu nage(подхват ногиснизу двумя руками и бросок)
- kiri otoshi (уход с линииатаки , проход за спину и двумя руками за плечи бросок) (2 варианта)

Usiro haigo (обхват сзади)

- ashi dori (захват ноги)

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

3 kyu (mon): 

Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyu nage – 3 варианта
- shihonage (omote, ura)
- ikkyo

ai hanmi katate dori

- kokyu nage (2 вар-та)
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi
- shihonage (omote, ura)
- ikkyo

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyo
- kote-gaeshi
- kokyu nage – 2 варианта

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)


- kokyu-nage
- ikkyo



財団法人古武道連盟
Zaidan Hojin Kobudo Renmei

- kote-gaeshi
- o soto gari
may gehry (прямой удар ногой)
- kokyū nage(подхват ногиснизу двумя руками и бросок)
- kiri otoshi (уход с линииатаки , проход за спину и двумя руками за плечи бросок) (2 варианта)
- Usiro haigo (обхват сзади)
- ashi dori (захват ноги)
- ikkyo

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

2 kyu (mon): 

Техники в стойке (tachi waza)

- giyaku hanmi katate dori
- kokyū nage – 3 варианта
- shihonage (omote, ura)
- ikkyo
- irimi nage
- kote-gaeshi

ai hanmi katate dori

- kokyū nage (2 вар-та)
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi
- shihonage (omote, ura)
- ikkyo (omote, ura)

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyo
- kote-gaeshi
- kokyū nage – 2 варианта

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyū-nage
- ikkyo
- kote-gaeshi
- o soto gari

may gehry (прямой удар ногой)

- kokyū nage(подхват ногиснизу двумя руками и бросок)
- kiri otoshi (уход с линииатаки , проход за спину и двумя руками за плечи бросок) (2 варианта)

Usiro haigo (обхват сзади)

- ashi dori (захват ноги)
- ikkyo

Usiro ryote dori

- kote gaeshi

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

Техника сидя (suviri-waza)



財団法人古武道連盟
Zaidan Hojin Kobudo Renmei

Riote dori

- kokyū ho

1 kyu (mon):



Техники в стойке (tachi waza)

giyaku hanmi katate dori

- kokyū nage – 3 варианта
- shihonage (omote, ura)
- ikkyo
- irimi nage
- kote-gaeshi

ai hanmi katate dori

- kokyū nage (2 вар-та)
- irimi nage
- kote-gaeshi
- kiri otoshi
- shihonage (omote, ura)
- ikkyo (omote, ura)
- nikyō

Kata dori (захват за плечо)

- ikkyo
- kote-gaeshi
- kokyū nage – 2 варианта
- tai otosi

muno dori (захват одной рукой за одежду на груди)

- kokyū-nage
- ikkyo
- kote-gaeshi
- o soto gari
- nikyō

mau gehry (прямой удар ногой)

- kokyū nage(подхват ногиснизу двумя руками и бросок)
- kiri otoshi (уход с линииатаки , проход за спину и двумя руками за плечи бросок) (2 варианта)

Usiro haigo (обхват сзади)

- ashi dori (захват ноги)
- ikkyo

Usiro ryote dori

- kote gaeshi

Riote dori

- tenchi nage(бросок земля-небо)
- kokyū ho

Katami-waza (kubishimi)– техники лежа на татами – 3 приема

Техника сидя (suvari-waza)

Riote dori

- kokyū ho