

JUDO



ZKUŠEBNÍ PROTOKOLY

PRO ZKOUŠKY NA
TECHNICKÉ STUPNĚ

KYU

autor: Jiří Vele předseda KD ČSJu

[2017]

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

6/5 KYU - bílý pás se žlutým koncem								
JMÉNO				DATUM NAROZENÍ				
PŘÍJMENÍ				ODDÍL/KLUB				
Pády	Ushiro ukemi		Yoko ukemi		Mae ukemi		Zempo ukemi	
	P:	L:	P:	L:	P:	L:		
NAGE-WAZA								
Techniky	Hiza guruma	Sasae curi komi ashi	De ashi harai	Morote seoinage	O soto otoshi	Ko soto gari	O goshi	Uki goshi
	nebo		nebo		nebo		nebo	
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								
KATAME WAZA								
Techniky	Kesa gatame	Kami siho gatame	Tate siho gatame	Ushiro kesa gatame	Yoko siho gatame	Mune gatame		
Pravá strana								
Levá strana								
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE					ZÁKLADNÍ ZNALOSTI		ZÁKLADY PRAVIDEL	
UKE v parteru, TORI jej přetáčí do držení					Rei		Hajime	
UKE leží na břiše, TORI jej přetáčí do držení					Tori		Mate	
UKE leží na zádech, TORI přechází do držení					Uke		Soremade	
Přechody z jednotlivých držení (kolečko)					Dojo		Osaekomi	
Historie juda ve světě (základy)					Seiza		Toketa	
Historie juda v ČR (základy)					Kake		Ipon	

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

5. KYU – žlutý pás								
JMÉNO				DATUM NAROZENÍ				
PŘÍJMENÍ				ODDÍL/KLUB				
Pády	Ushiro ukemi		Yoko ukemi		Mae ukemi		Zempo ukemi	
	P:	L:	P:	L:	P:	L:		
NAGE-WAZA								
Techniky	<i>Hiza guruma</i>	<i>Sasae curi komi ashi</i>	<i>De ashi harai</i>	<i>Morote seoinage</i>	<i>O soto otoshi</i>	<i>Ko soto gari</i>	<i>O goshi</i>	<i>Uki goshi</i>
	nebo		nebo		nebo		nebo	
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								
KATAME WAZA								
Techniky	<i>Kesa gatame</i>	<i>Kami siho gatame</i>	<i>Tate siho gatame</i>	<i>Ushiro kesa gatame</i>	<i>Yoko siho gatame</i>	<i>Mune gatame</i>		
Pravá strana								
Levá strana								
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE - opakování					ZÁKLADNÍ ZNALOSTI		ZÁKLADY PRAVIDEL	
UKE v parteru, TORI jej přetáčí do držení					Ukemi		Wazari	
UKE leží na břiše, TORI jej přetáčí do držení					Kumi kata		Juko	
UKE leží na zádech, TORI přechází do držení					Hapo no kuzushi		Hansoku make	
UKE leží na zádech a brání se nohama, TORI utočí					Kuzushi		Shido	
Přechod z Tači waza do Ne waza					Cukuri		Sonomama	
Morální kodex judisty. Výklad svými slovy					Kake		Joshi	

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

5/4 KYU – žlutý pás s oranžovým koncem										
JMÉNO					DATUM NAROZENÍ					
PŘÍJMENÍ					ODDÍL/KLUB					
Pády	Ushiro ukemi		Yoko ukemi		Mae ukemi		Zempo ukemi			
	P:	L:	P:	L:	P:	L:				
NAGE-WAZA										
Techniky	<i>Okuri ashi harai</i>	<i>Tai otoshi</i>	<i>O soto gari</i>	<i>Ippon seoi nage</i>	<i>O uchi gari</i>	<i>Ko uchi gari</i>	<i>Goshi guruma</i>	<i>Harai goshil</i>		
	nebo		nebo		nebo		nebo			
Směr pohybu										
Pravá strana										
Levá strana										
KATAME WAZA										
Techniky	<i>Kuzure kesa gatame</i>	<i>Ura gatame</i>	<i>Kuzure kami shiho gatame</i>	<i>Kuzure tate siho gatame</i>	<i>Uki gatame</i>	<i>Kata gatame</i>				
Pravá strana										
Levá strana										
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE – nové techniky					ZÁKLADNÍ ZNALOSTI		ZÁKLADNÍ ZNALOSTI			
UKE v parteru, TORI jej přetáčí do držení						Migi		Harai		
UKE leží na břiše, TORI jej přetáčí do držení						Hidari		Gari		
UKE leží na zádech, TORI přechází do držení						Hon		Gake		
UKE leží na zádech a brání se nohama, TORI utočí						Šizen hon tai		Soto		
Morální kodex judisty. Výklad a posouzení zda adept v jeho smyslu jedná						Jigo hon tai		Uchi		
Přechod z Tači waza do Ne waza						Nage		Tani		

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

4. KYU – oranžový pás								
JMÉNO				DATUM NAROZENÍ				
PŘÍJMENÍ				ODDÍL/KLUB				
Pády	Ushiro ukemi		Yoko ukemi		Mae ukemi		Zempo ukemi	
	P:	L:	P:	L:	P:	L:		
NAGE-WAZA								
Techniky	<i>Okuri ashi harai</i>	<i>Tai otoshi</i>	<i>O soto gari</i>	<i>Ippon seoi nage</i>	<i>O uchi gari</i>	<i>Ko uchi gari</i>	<i>Goshi guruma</i>	<i>Harai goshil</i>
	nebo		nebo		nebo		nebo	
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								
KATAME WAZA								
Techniky	<i>Kuzure kesa gatame</i>	<i>Ura gatame</i>	<i>Kuzure kami shiho gatame</i>	<i>Kuzure tate siho gatame</i>	<i>Uki gatame</i>	<i>Kata gatame</i>		
Pravá strana								
Levá strana								
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE – nové techniky					ZÁKLADNÍ ZNALOSTI			
UKE v parteru, TORI jej přetáčí do držení					Te		curikomi	
UKE leží na břiše, TORI jej přetáčí do držení					Goshi		garami	
UKE leží na zádech, TORI přechází do držení					Ashi		mae	
Renzoku waza (tři techniky)					Uki		guruma	
Renraku waza (tři techniky)					joko		hiza	
Přechod z Tachi waza do Ne waza (tři tech.)					gokyo		mata	

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

4/3 KYU – oranžovo zelený pás								
JMÉNO				DATUM NAROZENÍ				
PŘÍJMENÍ				ODDÍL/KLUB				
Pády	Ushiro ukemi		Yoko ukemi		Mae ukemi		Zempo ukemi	
	P:	L:	P:	L:	P:	L:		
NAGE-WAZA								
Techniky	<i>Ashi guruma</i>	<i>Harai curkomi ashi</i>	<i>Curikomi goshi</i>	<i>Tomoe nage</i>	<i>Tani otoshi</i>	<i>Ko soto gake</i>	<i>Uchi mata</i>	<i>Ushiro goshi</i>
	nebo		nebo		nebo		nebo	
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								
KATAME WAZA								
Techniky	<i>Kata juji jime</i>	<i>Ude gatame</i>	<i>Ude garami</i>	<i>Hadaka jime</i>	<i>Okuri eri jime</i>	<i>Ude hishigi juji gatame</i>		
Pravá strana								
Levá strana								
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE – nové techniky					ZÁKLADNÍ ZNALOSTI			
UKE v parteru, TORI jej přetáčí do držení					tai		Tandoku renshu	
UKE leží na břiše, TORI jej přetáčí do držení					o		Uchi komi	
UKE leží na zádech, TORI přechází do držení					ko		Bucukari geiko	
Renzoku waza (tři techniky)					de		Jakusaku geiko	
Renraku waza (tři techniky)					guruma		Kakari geiko	
Přechod z Tači waza do Ne waza (tři tech.)					kuzure		Randori	

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

3. KYU – zelený pás								
JMÉNO				DATUM NAROZENÍ				
PŘÍJMENÍ				ODDÍL/KLUB				
NAGE-WAZA								
Techniky	<i>Ashi guruma</i>	<i>Harai curikomi ashi</i>	<i>Curikomi goshi</i>	<i>Tomoe nage</i>	<i>Tani otoshi</i>	<i>Ko soto gake</i>	<i>Uchi mata</i>	<i>Ushiro goshi</i>
	nebo		nebo		nebo		nebo	
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								
KATAME WAZA								
Techniky	<i>Kata juji žime</i>	<i>Ude gatame</i>	<i>Ude garami</i>	<i>Hadaka jime</i>	<i>Okuri eri jime</i>	<i>Ude hishigi juji gatame</i>		
Pravá strana								
Levá strana								
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE (postoj-zem)					ZÁKLADNÍ ZNALOSTI			
Přechod do ne waza po vlastním útoku vpřed					Waki		Tandoku renshu	
Přechod do ne waza po vlastním útoku vzad					Eri		Uči komi	
Přechod do ne waza po útoku ukeho vpřed					Garami		Bucukari geiko	
Přechod do ne waza po útoku ukeho vzad					Gatame		Jakusaku geiko	
Renzoku waza (tři techniky)					Kesa		Kakari geiko	
Renraku waza (tři techniky)					Kubi		Randori	

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

2. KYU – modrý pás								
JMÉNO				DATUM NAROZENÍ				
PŘÍJMENÍ				ODDÍL/KLUB				
NAGE-WAZA								
Techniky	<i>Soto maki komi</i>	<i>Hane goshi</i>	<i>Sode curi komi goshi</i>	<i>Sumi gaeshi</i>	<i>Kata guruma</i>	<i>Te guruma</i>	<i>Yoko otoshi</i>	<i>Morote gari</i>
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								
KATAME WAZA								
Techniky	<i>Hiza gatame</i>	<i>Sode guruma</i>	<i>Kata ha jime</i>	<i>Sankaku jime</i>	<i>Gyaku juji jime</i>	<i>Nami juji jime</i>		
Pravá strana								
Levá strana								
HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE (postoj-zem)					Základy Nageno Kata (bez ceremonielu)			
Přechod do ne waza po vlastním útoku vpřed						1.skupina	Te waza	
Přechod do ne waza po vlastním útoku vzad						2.skupina	Goshi waza	
Přechod do ne waza po útoku ukeho vpřed						3.skupina	Ashi waza	
Gaeshi waza (tři techniky)								
Renzoku waza (tři techniky)								
Renraku waza (tři techniky)								

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/

ZKUŠEBNÍ PROTOKOL

PRO ŽÁKOVSKÉ STUPNĚ

KYU

1. KYU – hnědý pás

JMÉNO		DATUM NAROZENÍ	
PŘÍJMENÍ		ODDÍL/KLUB	

NAGE-WAZA

Techniky	<i>Hane maki komi</i>	<i>Yoko wakare</i>	<i>O guruma</i>	<i>O soto guruma</i>	<i>Yoko guruma</i>	<i>Ura nage</i>	<i>Sukui nage</i>	<i>Ucuri goshi</i>
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								

KATAME WAZA

Techniky	<i>Ude hishigi hara gatame</i>	<i>Ude hishigi waki gatame</i>	<i>Ude hishigi aši gatame</i>	<i>Ude hishigi te gatame</i>	<i>Tsukkomi jime</i>	
Vybraná strana						

HAIRI KATA – ZPŮSOBY OTEVŘENÉHO BOJE (postoj-zem)	Základy Nageno Kata (bez ceremonielu)
Přechod do ne waza po vlastním útoku vpřed	4. skupina
Přechod do ne waza po vlastním útoku vzad	5. skupina
Přechod do ne waza po útoku ukeho vpřed	Tokui waza
Gaeshi waza (tři techniky)	Ashi waza
Renzoku waza (tři techniky)	Zákl. sebeobr.
Renraku waza (tři techniky)	úder

Celkové hodnocení:	
Zkušební komisař:	
V: / Dne:	/