

JUDO



ZKUŠEBNÍ PROTOKOLY

PRO ZKOUŠKY NA
TECHNICKÉ STUPNĚ

KYU

autor: Jiří Vele předseda KD ČSJu

[2016]

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 otoši	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)					Take		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	Hiza guruma	Sasae curi komi ashi	De ashi harai	Morote seoinage	O soto otoši	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 - 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 kuzuši		Hansoku make	
UKE leží na zádech a brání se nohama, TORI utočí					Kuzuši		Šido	
Přechod z Tači waza do Ne waza					Cukuri		Sonomama	
Morální kodex judisty. Výklad svými slovy					Kake		Joši	

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		Uči	
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					Goši		garami	
UKE leží na zádech, TORI přechází do držení					Aši		mae	
Renzoku waza (tři techniky)					Uki		guruma	
Renraku waza (tři techniky)					joko		hiza	
Přechod z Tači 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 goši</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 žuži žime</i>	<i>Ude gatame</i>	<i>Ude garami</i>	<i>Hadaka žime</i>	<i>Okuri eri žime</i>	<i>Ude hišigi žuži 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 renšu	
UKE leží na břiše, TORI jej přetáčí do držení					o		Uči 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 goši</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 žuži žime</i>	<i>Ude gatame</i>	<i>Ude garami</i>	<i>Hadaka žime</i>	<i>Okuri eri žime</i>	<i>Ude hišigi žuži 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 renšu	
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 goši</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 žime</i>	<i>Sankaku žime</i>	<i>Gyaku žuži žime</i>	<i>Nami žuži žime</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>Sukai nage</i>	<i>Ucuri goši</i>
Směr pohybu								
Pravá strana								
Levá strana								

KATAME WAZA

Techniky	<i>Ude hišigi hara gatame</i>	<i>Ude hišigi waki gatame</i>	<i>Ude hišigi aši gatame</i>	<i>Ude hišigi te gatame</i>	<i>Tsukkomi žime</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	Ma sutemi waza	
Přechod do ne waza po vlastním útoku vzad		5. skupina	Joko sutemi waza	
Přechod do ne waza po útoku ukeho vpřed		Tokui waza	Velké techniky	
Gaeshi waza (tři techniky)			Aši waza	
Renzoku waza (tři techniky)		Zákl. sebeobr.	vyproštění	
Renraku waza (tři techniky)			úder	

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