

**УТВЕРЖДАЮ**

Тренер национальной сборной  
России по ката (WKF)


Спортивный судья WKF и ЕКФ  
Категории А

  
Нуркенов А.Х.  


**УТВЕРЖДАЮ**

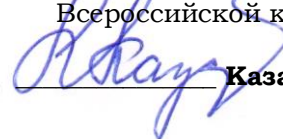
Тренер национальной сборной  
России по кумитэ (WKF)

Спортивный судья  
Всероссийской категории

  
Панкратов А.И.

**УТВЕРЖДАЮ**

Президент РСОО  
«Владимирская областная  
федерация каратэ»  
Спортивный судья  
Всероссийской категории

  
Казанцев М.П.



## **ПОЛОЖЕНИЕ**

о порядке аттестации спортсменов  
на ученические («кю») и мастерские («дан»)  
квалификационные степени по каратэ

**СОГЛАСОВАНО**

(Состав аттестационной комиссии):

Казанцев М.П.   
(спортивный судья Всероссийской категории, 2 дан EASKE)

Маркеев А.Н.   
(спортивный судья Всероссийской категории, 3 дан EASKE)

Казанцев А.М.   
(спортивный судья Всероссийской категории, 3 дан EASKE)

2026 год  
г. Владимир

## ОГЛАВЛЕНИЕ

1.	ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ .....	3
2.	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ .....	3
3.	КВАЛИФИКАЦИОННЫЕ СТЕПЕНИ .....	5
4.	УЧАСТНИКИ АТТЕСТАЦИИ .....	6
5.	СТРУКТУРА АТТЕСТАЦИОННОЙ КОМИССИИ .....	6
6.	ПОРЯДОК АТТЕСТАЦИИ .....	8
7.	РАССМОТРЕНИЕ АПЕЛЛЯЦИЙ .....	12
8.	КОНТРОЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АТТЕСТАЦИОННОЙ КОМИССИИ .....	12
9.	ПРИЛОЖЕНИЕ №1 .....	13
10.	ПРИЛОЖЕНИЕ №2 .....	14
11.	ПРИЛОЖЕНИЕ №3 .....	15

## 1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

1.1. Настоящее **Положение** устанавливает порядок аттестации спортсменов на ученические («кю») и мастерские («дан») квалификационные степени по виду спорта «КАРАТЭ» (номер-код вида спорта: 1750001511Я) на территории Владимирской области.

1.2. Соблюдение требований настоящего **Положения** является обязательным при проведении аттестации спортсменов на ученические («кю») и мастерские («дан») квалификационные степени по виду спорта «КАРАТЭ» (номер-код вида спорта: 1750001511Я) на территории Владимирской области.

## 2. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

2.1. Настоящее **Положение** разработано в соответствии с:

- а) Уставом РСОО «Владимирская областная федерация каратэ»;
- б) Уставом Федерации каратэ России;
- в) Федеральным законом от 19.05.1995 N 82-ФЗ «Об общественных объединениях»;
- г) Федеральным законом от 04.12.2007 N 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

2.2. Основные понятия и определения, используемые в **Положении**:

- а) **аттестационная деятельность** — комплекс мероприятий, связанных с проведением аттестации;
- б) **аттестация** — процесс определения соответствия уровня спортивного мастерства субъекта аттестации аттестационным требованиям;
- в) **аттестационные требования** — утвержденные Владимирской областной федерацией каратэ правила, нормы и стандарты, выполнение которых обязательно для присвоения определенной квалификационной степени и получения соответствующего аттестационного свидетельства (сертификата);
- г) **субъект аттестации** — физическое лицо, участвующее в аттестации;
- д) **квалификация** — уровень соответствия спортивного мастерства критериям аттестации;
- е) **квалификационная степень** — соответствующее квалификации понятие в реестре, утвержденном Владимирской областной федерацией каратэ;

ж) **критерии аттестации** — совокупность принципов и признаков определения квалификации;

з) **аттестационная комиссия** — коллегиальный орган Владимирской областной федерации каратэ, создаваемый из специалистов-экспертов;

и) **эксперт** — физическое лицо, признанное компетентным Владимирской областной федерацией каратэ и уполномоченное для участия в аттестационной деятельности соответствующим **Приказом**;

к) **аттестационное свидетельство (сертификат)** — официальный документ Владимирской областной федерации каратэ установленного образца (**Приложение №1**) с обязательным внесением регистрационного номера, подтверждающий соответствующую квалификацию.

**Не допускается использование логотипов РСОО «ВОФК» и Федерации каратэ России на свидетельстве (сертификате) о присвоении ученических «кю» или мастерских «дан», выданном не аттестационной комиссией Владимирской областной федерацией каратэ.**

л) **спортивный паспорт** - официальный документ Владимирской областной федерации каратэ установленного образца с обязательным внесением регистрационного номера и датой выдачи. В указанный документ вносятся все спортивные достижения спортсмена: квалификация, разряды, судейские категории, участие в соревнованиях и семинарах, установочных сборах, награды (поощрения) и взыскания (дисквалификации – «сикаку»), оплата членских взносов.

2.3. Основными задачами аттестационной деятельности являются:

а) внедрение системы спортивных разрядов и судейских категорий в квалификационные требования по присвоению ученических степеней «кю» и мастерских «дан»;

б) повышение уровня технико-тактической и физической подготовки спортсменов области;

в) привлечение к занятиям каратэ широких слоев населения.

2.4. Основными принципами аттестационной деятельности являются:

а) коллегиальность, открытость и объективность процедуры аттестации;

б) соблюдение равных прав — применение единых правил, норм и стандартов для всех субъектов аттестации;

в) общедоступность — обеспечение со стороны аттестационной комиссии полной информации субъектам аттестации;

г) добровольность прохождения процедуры аттестации.

2.5. Содержание настоящего **Положения** является открытой информацией для всех заинтересованных лиц.

### 3. КВАЛИФИКАЦИОННЫЕ СТЕПЕНИ

3.1. Реестр квалификационных степеней, минимальные сроки между аттестациями и цвета поясов, соответствующие квалификационным степеням.

Таблица 1

**Реестр квалификационных степеней**

Квалификация			Степень		Срок	Цвет пояса	
10-й	кю	(дзюкю)	1-я	ученическая	6 месяцев	белый	(широ оби)
9-й	кю	(кукю)	2-я	ученическая	6 месяцев	белый	(широ оби)
8-й	кю	(хатикю)	3-я	ученическая	6 месяцев	желтый	(кииро оби)
7-й	кю	(нанакю)	4-я	ученическая	6 месяцев	оранжевый	(орэндзи оби)
6-й	кю	(роккю)	5-я	ученическая	6 месяцев	зеленый	(мидори оби)
5-й	кю	(гокю)	6-я	ученическая	6 месяцев	бирюзовый	(ао оби)
4-й	кю	(йонкю)	7-я	ученическая	6 месяцев	синий	(ао оби)
3-й	кю	(санкю)	8-я	ученическая	6 месяцев	коричневый	(тяиро оби)
2-й	кю	(никю)	9-я	ученическая	6 месяцев	коричневый	(тяиро оби)
1-й	кю	(иккю)	10-я	ученическая	6 месяцев	коричневый	(тяиро оби)
1-й	дан	(шодан)	1-я	мастерская	1 год*	черный	(курои оби)
2-й	дан	(нидан)	2-я	мастерская	2 года	черный	(курои оби)
3-й	дан	(сандан)	3-я	мастерская	3 года	черный	(курои оби)
4-й	дан	(йондан)	4-я	мастерская	4 года	черный	(курои оби)
5-й	дан	(годан)	5-я	мастерская	5 лет	черный	(курои оби)
6-й	дан	(рокудан)	6-я	мастерская	6 лет	черный	(курои оби)

3.2. Для присвоения каждой квалификационной степени проводится аттестация.

\*

В исключительных случаях, а именно выдающихся достижений спортсменов, входящих в состав сборной Владимирской областной федерации каратэ (присвоение высоких спортивных разрядов: КМС, 1-3 разрядов для категории 14-15 лет), срок обучения может быть сокращен до 6 месяцев

## 4. УЧАСТНИКИ АТТЕСТАЦИИ

4.1. Участниками аттестации являются аттестационная комиссия, эксперты, субъекты аттестации.

4.2. Аттестационная комиссия осуществляет следующие функции:

- а) организует и проводит аттестацию;
- б) осуществляет контроль уровня спортивного мастерства субъектов аттестации, ведет учет результатов аттестации;
- в) рассматривает апелляции по результатам аттестации;
- г) уведомляет субъектов аттестации об изменениях, которые вносятся в порядок аттестационной деятельности.

4.3. Эксперты, назначенные аттестационной комиссией, принимают участие в процедуре аттестации, утверждают результаты аттестации.

4.4. Субъект аттестации осуществляет следующие функции:

- а) подает официальную заявку на аттестацию;
- б) предоставляет информацию, необходимую для аттестации;
- в) предоставляет спортивный паспорт, аттестационное свидетельство и иные необходимые в зависимости от требований на соответствующий «кю» или «дан» документы, подтверждающие квалификацию и уровень аттестуемого;
- г) оплачивает заявочный взнос, определенный проводящей организацией;
- д) оплачивает регистрационный взнос, определенный настоящим **Положением** (Приложение 2);
- е) участвует в аттестации.

4.5. К участию в аттестации на квалификационные степени «кю» и мастерские «дан» допускаются только члены спортивных клубов и общественных объединений, входящих в состав Владимирской областной федерации каратэ.

## 5. СТРУКТУРА АТТЕСТАЦИОННОЙ КОМИССИИ

5.1. Состав аттестационной комиссии утверждается Приказом Президента Владимирской областной федерации каратэ.

5.2. В состав аттестационной **комиссии Владимирской областной федерации каратэ** при аттестации **на 1 дан и выше** назначаются:

а) Председатель — эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 3 дан и (или) судейскую категорию не ниже Всероссийской по ката и (или) кумитэ\*;

б) Члены комиссии — эксперты, имеющие мастерскую квалификационную степень не ниже 2 дан и (или) судейскую категорию не ниже 1-й по ката и (или) кумитэ\*.

5.3. В состав аттестационной комиссии при аттестации **на 3 - 1 кю** включительно, назначаются:

а) Председатель — эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 2 дан и (или) судейскую категорию не ниже 1-й по ката и (или) кумитэ;

б) Члены комиссии — эксперты, имеющие мастерскую квалификационную степень не ниже 1 дан и судейскую категорию не ниже 2-й по ката и (или) кумитэ.

5.4. В состав аттестационной комиссии при аттестации **на 8 - 4 кю** включительно, назначаются:

а) Председатель — эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 2 дан и (или) судейскую категорию не ниже 1-й по ката и (или) кумитэ;

б) Члены комиссии — эксперты, имеющие мастерскую квалификационную степень не ниже 1 дан и судейскую категорию не ниже 3-й по ката и (или) кумитэ.

5.5. При аттестации **на 10 - 9 кю** включительно, назначается Эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 1 дан и судейскую категорию не ниже 3-й по ката и (или) кумитэ. Данная аттестация проводится среди спортсменов клуба назначенного эксперта.

5.6. Председатель и члены комиссии выполняют свои обязанности в соответствии с Распоряжениями (Приказами) Президента Владимирской областной федерации каратэ.

---

\* зависимости от уровня квалификации аттестуемого (Раздел 6 «Порядок аттестации»)

## 6. ПОРЯДОК АТТЕСТАЦИИ

6.1. Аттестация на ученические квалификационные степени «кю» с 10-го по 1-й включительно, а также на мастерские квалификационные степени «дан» осуществляется только Владимирской областной федерацией каратэ.

6.2. Аттестацию проводит аттестационная комиссия.

6.3. Состав аттестационной комиссии должен соответствовать требованиям, приведенным в табл. 2.

Таблица 2

Состав аттестационной комиссии

Квалификационная степень	Состав аттестационной комиссии
1	2
10–9 кю	<b>Эксперт</b> (руководитель или представитель спортивного клуба), имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 1 дан и судейскую категорию не ниже 3-й по ката и (или) кумитэ.
8–4 кю	<b>Председатель</b> — эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 2 дан и (или) судейскую категорию не ниже 1-й по ката и (или) кумитэ; <b>Члены комиссии</b> — эксперты, имеющие мастерскую квалификационную степень не ниже 1 дан и судейскую категорию не ниже 3-й по ката и (или) кумитэ ( <b>не менее одного эксперта</b> ).
3–1 кю	<b>Председатель</b> — эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 2 дан и (или) судейскую категорию не ниже 1-й по ката и (или) кумитэ; <b>Члены комиссии</b> — эксперты, имеющие мастерскую квалификационную степень не ниже 1 дан и судейскую категорию не ниже 2-й по ката и (или) кумитэ ( <b>не менее одного эксперта</b> ).
1 дан	<b>Председатель</b> — эксперт, имеющий мастерскую квалификационную степень не ниже 3 дан и (или) судейскую категорию не ниже Всероссийской по ката и (или) кумитэ; <b>Члены комиссии</b> — эксперты, имеющие мастерскую квалификационную степень не ниже 2 дан и (или) судейскую категорию не ниже 1-й по ката и (или) кумитэ ( <b>не менее двух экспертов</b> ).

6.4. Эксперт обязан участвовать во всех семинарах, проводимых Владимирской областной федерацией каратэ. Пропуск хотя-бы одного из подобных семинаров без уважительной причины будет являться основанием для отказа о назначении на должность эксперта аттестационной комиссии (данный пункт не относится к Председателям аттестационной комиссии).

6.5. Аттестационный перечень для присвоения ученических («кю») и мастерских («дан») квалификационных степеней определен настоящим **Положением** (Приложение №3).

6.6. Тренер-преподаватель, иное ответственное лицо или субъект аттестации подает в аттестационную комиссию именную заявку на участие в экзамене по присвоению ученической («кю») или мастерской («дан») квалификационной степени (Приложение №4).

6.7. Итоги аттестации оформляются аттестационным протоколом (Приложение №5).

6.8. Отчетные документы — аттестационный протокол и заявка — передаются в аттестационную комиссию Владимирской областной федерации каратэ в сканированном электронном виде.

6.9. Заявочные взносы остаются в распоряжении Владимирской областной федерации каратэ и расходуются на организацию и проведение аттестации, проезд, обеспечение жилым помещением, питание, возмещение среднего заработка членов аттестационной комиссии.

6.10. Регистрационные взносы расходуются на приобретение аттестационных свидетельств (сертификатов) в аттестационной комиссии Владимирской областной федерации каратэ.

6.11. В аттестационном свидетельстве указывается:

- а) фамилия, имя, отчество субъекта аттестации;
- б) квалификация субъекта аттестации;
- в) номер аттестационного свидетельства и дата его выдачи;
- г) ФИО Председателя аттестационной комиссии и его подпись;
- д) ФИО всех Членов аттестационной комиссии и их подписи.

6.12. Без подписи Президента и печати Владимирской областной федерации каратэ вышеуказанное свидетельство считается не действительным.

6.13. В случае не сдачи экзамена аттестационной комиссией заявочный взнос не возвращается участнику, возвращается только регистрационный взнос.

6.14. Претендент на ученические квалификационные степени «кю» и (или) мастерские «дан» должен соответствовать требованиям, приведенным в табл. 3.

**Квалификационные требования**

Квалификация	Минимальный возраст	Нормативы ОФП / Профессиональная деятельность	Спортивный результат / судейская категория
1	2	3	4
10-й кю	4 года	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на ладонях Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Шпагат (продольный и поперечный)	1 раз 10 раз 10 раз 10 раз 60 сек <40 см ---
9-й кю	5 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Шпагат (продольный и поперечный)	2 раза 15 раз 15 раз 15 раз 56 сек <35 см ---
8-й кю	6 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Шпагат (продольный и поперечный)	3 раза 20 раз 20 раз 20 раз 54 сек <30 см ---
7-й кю	7 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	4 раза 25 раз 25 раз 25 раз 52 сек *** <25 см ---
6-й кю	8 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	5 раз 30 раз 30 раз 30 раз 50 сек *** <20 см ---
5-й кю	9 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	6 раз 35 раз 35 раз 35 раз 48 сек *** <15 см ---
4-й кю	10 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	7 раз 40 раз 40 раз 40 раз 46 сек *** <10 см ---
3-й кю	11 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м)	8 раз 45 раз 45 раз 45 раз 46 сек ---

		Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	*** <10 см	
2-й кю	12 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	9 раз 50 раз 50 раз 50 раз 44 сек *** <5 см	Не ниже 3 юн.р. <sup>5</sup>
1-й кю	14 лет	Подтягивания на перекладине <sup>1</sup> Отжимания на кулаках <sup>2</sup> Пресс (подъем корпуса) Выпрыгивания из положения сидя Челночный бег (20 раз по 6 м) Прыжок в длину с места <sup>3</sup> Шпагат (продольный и поперечный) <sup>4</sup>	10 раз 55 раз 55 раз 55 раз 42 сек *** 0 см	Не ниже 2 юн.р. <sup>5</sup>
1-й дан	16 лет	Отжимания на кулаках	100 раз	Не ниже 1 юн.р. и (или) ЮСС или СЗК по ката или кумитэ <sup>5</sup>

<sup>1</sup> Для мальчиков на верхней перекладине, для девочек на нижней.

<sup>2</sup> От 7-го кю и выше отжимания на кулаках сдаются на жесткой поверхности.

<sup>3</sup>

Прыжок в длину с места, см	6-8 лет		9-10 лет		11-12 лет		13-15 лет		16-17 лет		18+ лет	
	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	м
	110	115	125	130	140	150	150	160	160	200	160	200

<sup>4</sup> От 7-го кю и выше спортсмены возрастной категории 18 лет и старше демонстрируют прогресс в гибкости. Каждая последующая ученическая ступень должна быть не хуже предыдущей.

<sup>5</sup> Для спортсменов старше 18 лет:

- допуском на 2 кю является наличие не ниже 3 спортивного разряда и (или) 3 судейской категории;
- допуском на 1 кю является наличие не ниже 2 спортивного разряда и (или) 2 судейской категории;
- допуском на 1 дан является наличие не ниже 1 спортивного разряда и (или) 1 судейской категории.

6.16. Автоматический допуск на аттестацию могут получить спортсмены выполнившие нормативы «Готов к труду и обороне» (далее – ГТО) на золотой значек в соответствующей возрастной категории. При переходе в другую возрастную категорию (более старшую) имеющийся значек «ГТО» утрачивает свою силу.

6.17. Каждый спортсмен, не получивший допуск на аттестацию по возрастному критерию, обязан подтверждать свою квалификацию путем

выполнения нормативов ОФП. В случае невыполнения нормативов ОФП на ранее полученную квалификацию данный спортсмен должен быть разжалован вплоть до 10-кю если того требуют обстоятельства.

## **7. РАССМОТРЕНИЕ АПЕЛЛЯЦИЙ**

7.1. При возникновении спорных вопросов в процессе аттестации заинтересованная сторона может подать апелляцию Председателю аттестационной комиссии Владимирской областной федерации каратэ.

7.2. Решение Председателя аттестационной комиссии, утвержденное Приказом Владимирской областной федерации каратэ, обжалованию не подлежит.

## **8. КОНТРОЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ АТТЕСТАЦИОННОЙ КОМИССИИ**

8.1. Общий контроль деятельности аттестационной комиссии осуществляет Президент Владимирской областной федерации каратэ.

8.2. Председатель аттестационной комиссии подчиняется непосредственно Президенту Владимирской областной федерации каратэ.

8.3. В случае ненадлежащего выполнения Председателем своих обязанностей Президент Владимирской областной федерации каратэ может досрочно прекратить полномочия Председателя аттестационной комиссии Владимирской областной федерации каратэ.

8.4. В случае досрочного прекращения полномочий Председателя аттестационной комиссии Президент назначает другое лицо на эту должность.

## 9. ПРИЛОЖЕНИЕ № 1

к Положению о порядке аттестации спортсменов  
на ученические («кю») и мастерские («дан»)  
квалификационные степени по каратэ  
Утвержденного Приказом ВОФК № 1А-2021 от «04» мая 2021 г.

ОБРАЗЕЦ



ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТНАЯ  
ФЕДЕРАЦИЯ КАРАТЭ

# СЕРТИФИКАТ

空手道

Выдан \_\_\_\_\_  
в том, что по решению квалификационной комиссии  
Владимирской областной федерации каратэ ему/ей  
присвоена степень \_\_\_\_ КЮ.

\_\_\_\_\_  
М. Kazantsev  
President of federation

Certificate Number: \_\_\_\_\_ Date: \_\_\_\_\_

## 10. ПРИЛОЖЕНИЕ №2

к Положению о порядке аттестации спортсменов  
на ученические («кю») и мастерские («дан»)  
квалификационные степени по каратэ  
Утвержденного Приказом ВОФК №1А-2021 от «04» мая 2021 г.

### Размеры заявочного и регистрационного взносов

Квалификация		Регистрационный взнос	Заявочный (расходы аттестационной комиссии)		ИТОГО
			Организационные расходы	Оплата работы экспертов	
10-й	кю	300 руб	850 руб	250 руб	<b>1 400 руб</b>
9-й	кю	300 руб	900 руб	300 руб	<b>1 500 руб</b>
8-й	кю	300 руб	950 руб	350 руб	<b>1 600 руб</b>
7-й	кю	300 руб	1 000 руб	400 руб	<b>1 700 руб</b>
6-й	кю	300 руб	1 050 руб	450 руб	<b>1 800 руб</b>
5-й	кю	300 руб	1 100 руб	500 руб	<b>1 900 руб</b>
4-й	кю	300 руб	1 100 руб	500 руб	<b>1 900 руб</b>
3-й	кю	300 руб	1 200 руб	600 руб	<b>2 100 руб</b>
2-й	кю	300 руб	1 200 руб	600 руб	<b>2 100 руб</b>
1-й	кю	300 руб	1 200 руб	600 руб	<b>2 100 руб</b>
1-й	дан	5 000 руб	2 500 руб	2 500 руб	<b>10 000 руб</b>
2-й	дан	7 000 руб	3 000 руб	3 000 руб	<b>13 000 руб</b>
3-й	дан	8 000 руб	3 500 руб	3 500 руб	<b>15 000 руб</b>

## 11. ПРИЛОЖЕНИЕ №3

к Положению о порядке аттестации спортсменов на ученические («кю») и мастерские («дан») квалификационные степени по каратэ Утвержденного Приказом ВОФК №1А-2021 от «04» мая 2021 г.

**10-й кю** (дзюкю) 1-я ученическая степень  
(белый пояс с одной черной полоской - сиро оби)  
минимальный возраст аттестующегося 4 года

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
ОФП (на выбор эксперта): Отжимания на ладонях – <b>10 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>1 раз</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<b>Соноба кихон, гокай:</b> (техника на месте, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Хейко-дачи, дзёдан тёку-цуки</li> <li>2. Хейко-дачи, чудан тёку-цуки)</li> <li>3. Хэйсоку-дачи, тюдан маэ-кеагэ-гери</li> <li>4. Хейко-дачи, аге-уке</li> <li>5. Хейко-дачи, сото-уке</li> <li>6. Хейко-дачи, гедан-барай</li> </ol>	<b>Соноба кихон, гокай:</b> (техника на месте, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Хейко-дачи, дзёдан тёку-цуки</li> <li>2. Хейко-дачи, чудан тёку-цуки</li> <li>3. Хэйсоку-дачи, тюдан маэ-кеагэ-гери</li> <li>4. Хейко-дачи, атоши-барай</li> <li>5. Хейко-дачи, сото-уке</li> <li>6. Хейко-дачи, гедан-барай</li> </ol>
<b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дзэнкуцу-дачи (шомэн), аюми аси</li> <li>2. Дзэнкуцу-дати (шомэн), уширо аюми аси</li> </ol>	<b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Фуда-дачи (камаэ), хидари аюми аси</li> <li>2. Фуда-дачи (камаэ), уширо хидари аюми аси</li> <li>3. Маватэ, фуда-дачи (камаэ), миги аюми аси</li> <li>4. Фуда-дачи (камаэ), миги уширо аюми аси</li> </ol>
<b>Применение (правила WKF):</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ката тайкиоку-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>2. Кихон кумитэ:               <ul style="list-style-type: none"> <li>- Тори ой-цуки дзёдан, уке аге-уке</li> <li>- Тори ой-цуки чудан, уке сото-уке</li> <li>- Тори маэ-кеагэ-гери чудан, уке гедан-барай</li> </ul> </li> </ol>	<b>Применение (правила WKF):</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поединок (демонстрация свободного перемещения, атаки и защиты руками)</li> </ol>

**9-й кю** (жукю) 2-я ученическая степень  
(белый пояс с двумя черными полосками - широко оби)  
минимальный возраст аттестующегося 5 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
<b>ОФП (на выбор эксперта):</b> Отжимания на кулаках – <b>15 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>2 раза</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<b>Соноба кихон, гокай:</b> (техника на месте, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>Хейко-дачи, шото-уке</li> <li>Хейко-дачи, тэцуи-цуки</li> <li>Мисуби-дачи, маваши-гери в сторону</li> </ol>	<b>Соноба кихон, гокай:</b> (техника на месте, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>Фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-цуки</li> <li>Маватэ, фуда-дачи (камаэ), миги кизами-цуки</li> <li>Фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-маваши-гери</li> <li>Маватэ, фуда-дачи (камаэ), миги кизами-маваши-гери</li> </ol>
<b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз) <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, ой-цуки дзэдан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, аге-уке</li> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, ой-цуки чудан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, сото-уке</li> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи (камэ), мае-кеаге-гери чудан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, гедан-барай</li> <li>Дзенсин, кокуцу-дачи, шуто-уке</li> <li>Косин, кокуцу-дачи, шуто-уке</li> </ol>	<b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз) <p><b>Работа с партнером:</b> (Оценивается ТОЛЬКО аттестующийся спортсмен. Партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-цуки дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), хидари атоши-барай/гедан-барай</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), миги кизами-цуки дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), миги атоши-барай/гедан-барай</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), маваши-гери (задней ногой по переменно хадари / миги)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), нидан-уке (сдвоенный блок «СКАЛА»)</li> </ol>
<b>Применение (правила WKF):</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ката Тайкиоку-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>Ката Хейан-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>Кихон кумитэ:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Тори ой-цуки дзэдан, уке аге-уке</li> <li>- Тори ой-цуки чудан, уке сото-уке</li> <li>- Тори мае-кеаге-гери чудан, уке гедан-барай</li> <li>- Тори маваши-гери, уке учи-уке</li> </ul> </li> </ol>	<b>Применение (правила WKF):</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>Поединок на оценку (соперник совершает пассивное перемещение):                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- атаки руками (минимум 1 балл)</li> </ul> </li> <li>Поединок демонстрация (свободное перемещение):                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- атаки маваши-гери</li> </ul> </li> </ol>

**8-й кю** (хатикю) 3-я ученическая степень  
(желтый пояс - кииро оби)  
минимальный возраст аттестующегося 6 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
<b>ОФП (на выбор эксперта):</b> Отжимания на кулаках – <b>20 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>3 раза</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Соноба кихон, гокай:</b> (техника на месте, 5 раз)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Хейко-дачи, уракен-учи дзэдан</li> <li>Хейко-дачи, учи-уке чудан</li> <li>Хэйсоку-дачи, йоко-кекоми-гери чудан</li> <li>Дзэнкуцу-дачи, кизами-цуки дзэдан (ханми), гьяку-цуки чудан (шомэн)</li> </ol>	<p><b>Соноба кихон, гокай:</b> (техника на месте, 5 раз)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Хейко-дачи, учи-уке чудан</li> <li>Фуда-дачи (камаэ), уракен-учи дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, фуда-дачи (камаэ), уракен-учи дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-йоко-кекоми-гери</li> <li>Маватэ, фуда-дачи (камаэ), миги кизами-йоко-кекоми-гери</li> </ol>
<p><b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, ой-цуки дзэдан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, аге-уке/гьяку-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, ой-цуки чудан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, сото-уке/гьяку-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи (камэ), мае-кеаге-гери чудан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, гедан-барай/гьяку-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, маваши-гери дзэдан</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, учи-уке дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, кокуцу-дачи, шуто-уке</li> <li>Косин, кокуцу-дачи, шуто-уке</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (Оценивается ТОЛЬКО аттестующийся спортсмен. Партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), хидари уракен-учи дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), хидари учи-уке/гедан-барай/гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), миги уракен-учи дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), миги учи-уке/гедан-барай/гьяку-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), маваши-гери (задней ногой по перемененно хадари / миги)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), нидан-уке («скала»)/гьяку-цуки чудан (шаг назад со сменой стойки)</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), йоко-кекоми-гери (задней ногой по перемененно хадари / миги)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), сото-уке/гьяку-цуки чудан (шаг назад со сменой стойки)</li> </ol>
<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Ката Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> </ol>	<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Поединок на оценку (соперник совершает пассивное перемещение):</li> </ol>

<p>2. Ката Хейан-нидан (средний балл не ниже 6,0)</p> <p>3. Кихон кумитэ:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Тори ой-цуки дзёдан, уке аге-уке /гьяку-цуки чудан</li><li>- Тори ой-цуки чудан, уке сото-уке /гьяку-цуки чудан</li><li>- Тори мае-кеаге-гери чудан, уке гедан-барай /гьяку-цуки чудан</li><li>- Тори маваши-гери дзёдан, уке учи-уке дзёдан /гьяку-цуки чудан</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- атаки руками (минимум 3 балла)</li><li>- атаки ногами (минимум 2 балла)</li></ul> <p>2. Поединок демонстрация (свободное перемещение):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- йоко-кекоми-гери</li></ul>
--	---

**7-й кю** (нанакю) 4-я ученическая степень  
(оранжевый пояс - орэндзи оби)  
минимальный возраст аттестующегося 7 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
<b>ОФП (на выбор эксперта):</b> Отжимания на кулаках – <b>25 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>4 раза</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, рен-цуки шомэн (ой-цуки дзёдан, гьяку-цуки чудан)</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, аге-уке /сото-уке / гьяку-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, кизами-цуки дзёдан ханми/гьяку-цуки чудан шомэн</li> <li>Косин, дзэнкуцу-дачи, кизами-цуки дзёдан ханми/гьяку-цуки чудан шомэн</li> <li>Дзенсин, кокуцу-дачи, шуто-уке /переход в дзэнкуцу-дачи с гьяку-нукитэ чудан</li> <li>Косин, кокуцу-дачи, шуто-уке /переход в дзэнкуцу-дачи с гьяку-нукитэ чудан</li> <li>Дзенсин, киб-дачи, уракен-учи</li> <li>Косин, киб-дачи, уракен-учи</li> <li>Дзенсин, киб-дачи, хидари ёко-гери-кеаге чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, киб-дачи, миги ёко-гери-кеаге чудан (через коса-дачи)</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (Оценивается ТОЛЬКО аттестующийся спортсмен. Партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-цуки дзёдан/гьяку-цуки чудан/кизами-маваши-гери</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), хидари атоши-барай/гедан-барай/нидан-уке / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), миги кизами-цуки дзёдан/гьяку-цуки чудан/кизами-маваши-гери</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), миги атоши-барай/гедан-барай/нидан-уке / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, косин, фуда-дачи (камаэ), хидари гьяку-цуки чудан с выпадом на встречу</li> <li>Маватэ, косин, фуда-дачи (камаэ), миги гьяку-цуки чудан с выпадом на встречу</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-ура-маваши-гери</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), хидари дзёдан учи-уке</li> <li>Маватэ, фуда-дачи (камаэ), миги кизами-ура-маваши-гери</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), миги дзёдан учи-уке</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), кизами-ёко-кекоми-гери (С шагом назад, выход из атаки через приставной шаг. Партнер имитирует атаку удерживая на корпусе макивару)</li> </ol>
<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Обязательное ката: - Хейан-сандан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>Ката на выбор экзаменатора:</li> </ol>	<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Поединок на оценку (соперник совершает пассивную защиту): - атаки и контратаки руками (минимум 3</li> </ol>

<p>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0) - Хейан-нидан (средний балл не ниже 7,0) 3. Кихон кумитэ (бункай хейан-шодан) Не менее 3-х комбинаций.</p>	<p>балла) - атаки ногами (минимум 3 балла) 2. Поединок демонстрация (свободное перемещение): - ура-маваши-гери - атаки на встречу руками и ногами</p>
--	---

**6-й кю** (роккю) 5-я ученическая степень  
(зеленый пояс - мидори оби)  
минимальный возраст аттестующегося 8 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
ОФП (на выбор эксперта): Отжимания на кулаках – <b>30 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>5 раз</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, санбон-цуки</li> <li>2. Косин, дзэнкуцу-дачи, санбон-цуки</li> <li>3. Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, аге-уке /гьяку-цуки чудан/аге-уке</li> <li>4. Косин, дзэнкуцу-дачи, аге-уке /гьяку-цуки чудан/аге-уке</li> <li>5. Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, учи-уке /кизами-цуки (ханми)/гьяку-цуки чудан (шомэн)</li> <li>6. Косин, дзэнкуцу-дачи, учи-уке /кизами-цуки (ханми)/гьяку-цуки чудан (шомэн)</li> <li>7. Дзенсин, кокуцу-дачи с шуто-уке /мае-аши-мае-гери-кеаге чудан/переход в дзэнкуцу-дачи гьяку-нукитэ чудан</li> <li>8. Косин, кокуцу-дачи с шуто-уке /мае-аши-мае-гери-кеаге чудан/переход в дзэнкуцу-дачи гьяку-нукитэ чудан</li> <li>9. Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, мае-рен-гери (чудан, дзэдан)</li> <li>10. Маватэ, дзенсин, дзэнкуцу-дачи, маваши-гери-дзэдан/гьяку-цуки чудан</li> <li>11. Маватэ, дзенсин, хидари кибя-дачи ёко-гери-кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>12. Маватэ, дзенсин, миги кибя-дачи ёко-гери-кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>13. Маватэ, дзенсин, хидари кибя-дачи ёко-гери-кеаге дзэдан (через коса-дачи)</li> <li>14. Маватэ, дзенсин, миги кибя-дачи ёко-гери-кеаге дзэдан (через коса-дачи)</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, гокай:</b> (техника в перемещении, 5 раз)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (Оценивается ТОЛЬКО аттестующийся спортсмен. Партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), гьяку-цуки чудан/с шагом вперед гьяку-цуки дзэдан (тянучка)</li> <li>2. Косин, фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п. 1</li> <li>3. Дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки дзэдан/гьяку-цуки чудан/кизами-маваши-гери дзэдан</li> <li>4. Косин, хидари фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>5. Маватэ, дзенсин, миги фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки дзэдан/гьяку-цуки чудан/кизами-маваши-гери дзэдан</li> <li>6. Косин, миги фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п.5</li> <li>7. Маватэ, дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки дзэдан/гьяку-цуки чудан/кизами-ура-маваши-гери дзэдан</li> <li>8. Косин, хидари фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п.7</li> <li>9. Маватэ, дзенсин, миги фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки дзэдан/гьяку-цуки чудан/кизами-ура-маваши-гери дзэдан</li> <li>10. Косин, миги фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п.9</li> <li>11. Маватэ, дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), уширо-ура-маваши-гери дзэдан (со сменной стойки хидари / миги задней ногой)</li> <li>12. Косин, фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п. 11</li> </ol>

	13.
<p>Применение (правила WKF):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обязательное ката:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> <li>2. Ката на выбор экзаменатора:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 7,0)</li> </ul> </li> <li>3. Кихон кумитэ (бункай хейан-нидан):             <ul style="list-style-type: none"> <li>Не менее 3-х комбинаций.</li> </ul> </li> </ol>	<p>Применение (правила WKF):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поединок на оценку (соперник совершает активное перемещение и пассивную защиту):             <ul style="list-style-type: none"> <li>- атаки и контратаки руками (минимум 3 балла)</li> <li>- атаки ногами (минимум 3 балла)</li> </ul> </li> <li>2. Поединок демонстрация (свободное перемещение):             <ul style="list-style-type: none"> <li>- уширо-ура-маваши-гери</li> <li>- срыв атаки соперника руками или ногами</li> </ul> </li> </ol>

**5-й кю** (гокю) 6-я ученическая степень  
(бирюзовый пояс - ао оби)  
минимальный возраст аттестующегося 9 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
<b>ОФП (на выбор эксперта):</b> Отжимания на кулаках – <b>35 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>6 раз</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзенкуцу-дачи, сото-уке/ переход в кибя-дачи ёко-эмпи-учи, уракен-учи</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи, маваши-гери дзёдан, гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи, аши-барай/ гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кокуцу-дачи с шуто-уке/ переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан + вперёд в кибя-дачи с уракен-учи/ переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кокуцу-дачи с шуто-уке/ переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан + вперёд в кибя-дачи с уракен-учи/ переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кибя-дачи с ёко-гери-кеаге дзёдан/ ёко-эмпи-учи чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кибя-дачи с ёко-гери-кеаге дзёдан/ ёко-эмпи-учи чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кибя-дачи с ёко-гери-кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кибя-дачи с ёко-гери-кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), гьяку-цуки чудан дзенкуцу-дачи</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки (атакующее действие с шагом вперед в дзенкуцу-дачи) / гьяку-цуки чудан + вперёд в дзенкуцу-дачи с мае-гери-кеаге чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки (атакующее действие с шагом вперед в дзенкуцу-дачи) / гьяку-цуки чудан + вперёд в дзенкуцу-дачи с мае-гери-кеаге чудан</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (Оценивается ТОЛЬКО аттестующийся спортсмен. Партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки/гьяку-цуки чудан/с шагом вперед гьяку-цуки дзёдан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п.1</li> <li>Дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), уширо-ура-маваши-гери дзёдан/гьяку-цуки чудан/кизами-маваши-гери</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), бросок под переднюю ногу</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), бросок под заднюю ногу (встречное действие под удар маваши-гери)</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), подсечка передней ногой</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), зацеп передней ногой</li> </ol>
<b>Применение (правила WKF):</b> 1. Обязательное ката:	<b>Применение (правила WKF):</b> 1. Поединок на оценку (соперник совершает

<p>- Хейан-годан (средний балл не ниже 6,0)</p> <p>2. Ката на выбор экзаменатора:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 7,0)</li></ul> <p>3. Кихон кумитэ (бункай хейан-сандан):</p> <p>Не менее 3-х комбинаций</p>	<p>активное перемещение, пассивную защиту и срыв атаки):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- атаки и контратаки руками (минимум 3 балла)</li><li>- атаки ногами (минимум 3 балла)</li></ul> <p>2. Поединок демонстрация (свободное перемещение):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- уширо-ура-маваши-гери</li><li>- бросок или подсечка</li></ul>
--	--

**4-й кю** (йонкю) 7-я ученическая степень  
(синий пояс - ао оби)  
минимальный возраст аттестующегося 10 лет

**Отраслевая принадлежность**

(в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)

<p><b>ОФП (на выбор эксперта):</b> Отжимания на кулаках – <b>40 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>7 раз</b></p>	
<p><b>КАТА</b></p>	<p><b>КУМИТЭ</b></p>
<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзенкуцу-дачи, учи-уке / гьяку-цуки чудан / кизами-цуки</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи, мае-гери-кеаге-чудан / маваши-гери дзэдан (этой же ногой) / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи, маваширен-гери (чудан, дзэдан)</li> <li>Маватэ, дзенсин, кокуцу-дачи с шуто-уке чудан + переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кибачи-дачи ёко-гери-кеаге дзэдан / ёко-гери кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кибачи-дачи ёко-гери-кеаге дзэдан / ёко-гери кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кокуцу-дачи шуто-уке / кизами-мае-гери-дзэдан / переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан + с шагом вперёд маваши-гери дзэдан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кокуцу-дачи шуто-уке / кизами-мае-гери-дзэдан / переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан + с шагом вперёд маваши-гери дзэдан</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), рен-цуки / аге-уке / гьяку-цуки чудан дзенкуцу-дачи</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари фуда-дачи (камаэ), гьяку-цуки дзэдан дзенкуцу-дачи + с шагом вперёд аши-барай в дзенкуцу-дачи / маваши-гери дзэдан</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги фуда-дачи (камаэ), гьяку-цуки дзэдан дзенкуцу-дачи + с шагом вперёд аши-барай в дзенкуцу-дачи / маваши-гери дзэдан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи (камаэ), уширо-гери чудан</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (Оценивается ТОЛЬКО аттестующийся спортсмен. Партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки / гьяку-цуки чудан + с шагом вперед ура-маваши дзэдан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п. 1</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), рен-маваши-гери (чудан, дзэдан) / ура-маваши-гери дзэдан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ), демонстрация защитных действий от атак в п. 3</li> </ol> <p><b>Работа с партнером:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), бросок под переднюю ногу (вариант №1)</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), бросок под переднюю ногу (вариант №2)</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), бросок под заднюю ногу (вариант №1) (встречное действие под удар маваши-гери)</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), бросок под заднюю ногу (вариант №2) (встречное действие под удар маваши-гери)</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), подсечка передней ногой</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), подсечка задней ногой</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), зацеп передней ногой</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), зацеп задней ногой</li> </ol>
<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Обязательное ката: - Текки-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> </ol>	<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Поединок на оценку (соперник совершает активное перемещение, пассивную защиту и встречные атаки):</li> </ol>

<p>2. Ката на выбор экзаменатора:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 7,0)</li></ul> <p>3. Кихон кумитэ (бункай хейан-йондан):</p> <p>Не менее 3-х комбинаций</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- атаки и контратаки руками или ногами (минимум 3 балла)</li><li>- бросок или подсечка (минимум 3 балла)</li></ul>
--	--

**3-й кю** (санкю) 8-я ученическая степень  
(коричневый пояс с одной золотой полоской - тьяиро оби)  
минимальный возраст аттестующегося 11 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
ОФП (на выбор эксперта): Отжимания на кулаках – <b>45 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>8 раз</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p>Идо кихон, санкай: (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзенкуцу-дачи, хидари ой-цуки дзёдан/ переход в кокуцу-дачи учи-уке + вперёд в дзенкуцу-дачи с ой-цуки чудан</li> <li>Дзенсин, дзенкуцу-дачи, миги ой-цуки дзёдан/ переход в кокуцу-дачи учи-уке + вперёд в дзенкуцу-дачи с ой-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари дзенкуцу-дачи мае-гери-кеаге чудан + с шагом вперёд маваши-гери дзёдан/ гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги дзенкуцу-дачи мае-гери-кеаге чудан + с шагом вперёд маваши-гери дзёдан/ гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи сото-уке/ переход в кибя-дачи с уракен-учи (горизонтальный) / переход в дзенкуцу-дачи с гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, кокуцу-дачи шуто-уке чудан + с шагом вперёд в дзенкуцу-дачи с ой-цуки чудан / маваши-гери дзёдан задней ногой/ гьяку-цуки чудан (каждая комбинация через маватэ)</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзенкуцу-дачи мае-гери-кеаге дзёдан/ гьяку-цуки чудан + назад в дзенкуцу-дачи учи-уке/ в сторону ёко-гери-кекоми (задней ногой с постановкой вперед)</li> <li>Маватэ, косин, хидари фуда-дачи (камаэ) сури-аши-дачи аши-барай /дзенсин дзенкуцу-дачи гьяку-цуки чудан + дзенсин дзенкуцу-дачи маваши-гери дзёдан / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, косин, миги фуда-дачи (камаэ) сури-аши-дачи аши-барай /дзенсин дзенкуцу-дачи гьяку-цуки чудан + дзенсин дзенкуцу-дачи маваши-гери дзёдан / гьяку-цуки чудан</li> </ol>	<p>Идо кихон, санкай: (техника в перемещении, 3 раза)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (оба спортсмена демонстрируют навыки как атакующих действий, так и защитных с различными вариантами контратак. Если аттестующийся спортсмен один, то партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-цуки дзёдан / гьяку-цуки чудан (выход из атаки) + с шагом вперед маваши-гери (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.1</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки / гьяку-цуки чудан (выход из атаки) + с шагом вперед ура-маваши дзёдан (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), рен-маваши-гери (чудан, дзёдан) (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.5</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), уширо-ура-маваши-гери (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.7</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), защита броском от удара маваши-гери задней ногой</li> <li>Маватэ, дзенсин, фуда-дачи (камаэ), защита броском от удара ура-маваши-гери задней ногой</li> </ol>
<p>Применение (правила WKF):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Обязательное ката на выбор:</li> </ol>	<p>Применение (правила WKF):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Два поединка на оценку с разными соперниками (соперник совершает активное</li> </ol>

<p>- Басай-дай (средний балл не ниже 6,0) Или - Канку-дай (средний балл не ниже 6,0)</p> <p>2. Два ката на выбор экзаменатора:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 7,0)</li><li>- Текки-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li></ul> <p>3. Кихон кумитэ (бункай хейан-годан): Не менее 3-х комбинаций</p>	<p>перемещение и защиту):</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- атаки и контратаки руками или ногами (минимум 3 балла)</li><li>- бросок или подсечка (минимум 3 балла)</li></ul> <p>2. Одно ката на выбор аттестующегося:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li><li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 6,0)</li><li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 6,0)</li><li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 6,0)</li><li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 6,0)</li></ul>
--	---

**2-й кю** (никю) 9-я ученическая степень  
(коричневый пояс с двумя золотыми полосками - тьяиро оби)  
минимальный возраст аттестующегося 12 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
ОФП (на выбор эксперта): Отжимания на кулаках – <b>50 раз</b> или подтягивание на перекладине – <b>9 раз</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, дзэнкуцу-дачи, маваши-гери дзёдан / переход в кибя-дачи сото-уке / переход в дзэнкуцу-дачи гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, кокуцу-дачи шуто-уке + с шагом назад кокуцу-дачи учи-уке + с шагом вперёд дзэнкуцу-дачи маваши-гери дзёдан / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кибя-дачи ёко-гери-кекоми чудан / ёко-гери-кеаге дзёдан этой же ногой (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кибя-дачи ёко-гери-кекоми чудан / ёко-гери-кеаге дзёдан этой же ногой (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари дзэнкуцу-дачи кизами-мае-гери-кеаге дзёдан / гьяку-цуки чудан + с шагом вперёд маваши гери дзёдан + с шагом вперёд ёко-гери-кекоми чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги дзэнкуцу-дачи кизами-мае-гери-кеаге дзёдан / гьяку-цуки чудан + с шагом вперёд маваши гери дзёдан + с шагом вперёд ёко-гери-кекоми чудан</li> </ol> <p>Демонстрация атак ногами на три стороны: мае-гери вперед, маваши-гери с разворотом на 180 градусов и ёко-гери в сторону на 90 градусов</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Сидзинтай, хидари мае-гери чудан/ маваши-гери дзёдан/ ёко-гери кекоми чудан</li> <li>Маватэ, сидзинтай, миги мае-гери чудан/ маваши-гери дзёдан/ ёко-гери кекоми чудан</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <p><b>Работа с партнером:</b> (оба спортсмена демонстрируют навыки как атакующих действий, так и защитных с различными вариантами контратак. В случае если партнер снижает активность действий – демонстрируется срыв атаки в любой момент демонстрируемой комбинации. Если аттестующийся спортсмен один, то партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), хидари кизами-цуки дзёдан/гьяку-цуки чудан/маваши-гери (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.1</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), кизами-цуки+гьяку-цуки чудан/с шагом вперед урамашаши дзёдан (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), рен-маваши-гери (чудан, дзёдан) (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.5</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), уширо-урамашаши-гери (соответствующая ситуации защита партнера + контратака цуки или гери)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.7</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), защита броском от удара мавашаши-гери задней ногой (вариант №1)</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), защита броском от удара мавашаши-гери задней ногой (вариант №2)</li> </ol>

	<p>11. Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), защита броском от удара ура-маваши-гери задней ногой (вариант №1)</p> <p>12. Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), защита броском от удара ура-маваши-гери задней ногой (вариант №2)</p>
<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <p>1. Обязательное ката на выбор:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дзион (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> <p>Или</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Энпи (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> <p>2. Два ката на выбор экзаменатора:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Текки-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Басай-дай (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Канку-дай (средний балл не ниже 7,0)</li> </ul> <p>3. Дзию-иппон-кумитэ</p> <p>Тори: ой-цуки дзёдан, ой-цуки чудан, мае-гери-чудан, мавашу-гери-чудан, ёко-гери-чудан, уширо-гери-чудан (все атаки последовательно)</p> <p>Уке: свободное перемещение, любая защита и контратака</p>	<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <p>1. Два поединка на оценку с разными соперниками (соперник совершает активное перемещение и защиту):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- атаки и контратаки руками или ногами (минимум 4 балла)</li> <li>- бросок или подсечка (минимум 3 балла)</li> </ul> <p>2. Одно ката на выбор аттестующегося:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> <p>3. Одно ката на выбор аттестующегося:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Текки-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Басай-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Канку-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul>

**1-й кю** (иккю) 10-я ученическая степень  
(коричневый пояс с тремя золотыми полосками - тьяиро оби)  
минимальный возраст аттестующегося 14 лет

**Отраслевая принадлежность**

(в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)

**ОФП (на выбор эксперта):**

Отжимания на кулаках – **55 раз** или подтягивание на перекладине – **10 раз**

<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, в сторону в кибя-дачи с тэйшо-уке / чоку-цуки чудан + шаг назад в дзэнкуцу-дачи гедан-барай / гьяку-цуки чудан + шаг вперед в дзэнкуцу-дачи аге-уке / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзэнкуцу-дачи аге-уке / гьяку-цуки чудан / гедан-барай + сото-уке / гьяку-цуки чудан + учи-уке / гьяку-цуки чудан / гедан барай</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кокуцу-дачи шуто-уке / кизами-маваши-гери чудан дзэнкуцу-дачи с шагом вперед маваша-гери дзэдан / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кокуцу-дачи шуто-уке / кизами-маваши-гери чудан дзэнкуцу-дачи с шагом вперед маваша-гери дзэдан / гьяку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, хидари кибя-дачи ёко-гери-кеаге дзэдан / ёко-гери-кекоми чудан (через коса-дачи)</li> <li>Маватэ, дзенсин, миги кибя-дачи ёко-гери-кеаге дзэдан / ёко-гери-кекоми чудан (через коса-дачи)</li> </ol> <p>Демонстрация атак ногами на четыре стороны: мае-гери вперед, маваша-гери с разворотом на 180 градусов, ёко-гери в сторону на 90 градусов и уширо-гери с разворотом на 180 градусов</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Маватэ, сидзинтай, хидари мае-гери чудан / маваша-гери дзэдан / ёко-гери кекоми чудан / уширо-гери чудан</li> <li>Маватэ, сидзинтай, миги мае-гери чудан / маваша-гери дзэдан / ёко-гери кекоми чудан / уширо-гери чудан</li> </ol> <p><b>Работа с партнером:</b> (оба спортсмена демонстрируют навыки как атакующих действий, так и защитных с различными вариантами контратак. В случае если партнер снижает активность действий – демонстрируется срыв атаки в любой момент демонстрируемой комбинации. Если аттестующийся спортсмен один, то партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), уракен-учи / гьяку-цуки чудан / миги-ура-маваши-гери дзэдан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.1</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ) кизами-цуки + маваша-гери чудан / гьяку-цуки</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ) кизами-ёко-гери-кекоми чудан / гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.5</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), уход в сторону под углом 45 градусов кизами-цуки / гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.7</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ) отход назад + атака вперед, уширо-гери чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.9</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <p>Демонстрация атак ногами на четыре стороны: мае-гери вперед, маваша-гери с разворотом на 180 градусов, ёко-гери в сторону на 90 градусов и уширо-гери с разворотом на 180 градусов</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Сидзинтай, хидари мае-гери чудан / маваша-гери дзэдан / ёко-гери кекоми чудан / уширо-гери чудан</li> <li>Маватэ, сидзинтай, миги мае-гери чудан / маваша-гери дзэдан / ёко-гери кекоми чудан / уширо-гери чудан</li> </ol> <p><b>Работа с партнером:</b> (оба спортсмена демонстрируют навыки как атакующих действий, так и защитных с различными вариантами контратак. В случае если партнер снижает активность действий – демонстрируется срыв атаки в любой момент демонстрируемой комбинации. Если аттестующийся спортсмен один, то партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), уракен-учи / гьяку-цуки чудан / миги-ура-маваши-гери дзэдан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.1</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ) кизами-цуки + маваша-гери чудан / гьяку-цуки</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ) кизами-ёко-гери-кекоми чудан / гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.5</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), уход в сторону под углом 45 градусов кизами-цуки / гьяку-цуки чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.7</li> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ) отход назад + атака вперед, уширо-гери чудан</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.9</li> </ol>

<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обязательное ката на выбор:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Годзю-шиху-шо (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul>             Или             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Годзю-шиху-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> <li>2. Два ката на выбор экзаменатора:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Текки-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Басай-дай (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Канку-дай (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Дзион (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Энпи (средний балл не ниже 7,0)</li> </ul> </li> <li>3. Дзию-иппон-кумитэ             <p>Тори: ой-цуки дзёдан, ой-цуки чудан, мае-гери-чудан, маваши-гери-чудан, ёко-гери-чудан, уширо-гери-чудан (любая последовательность выполнения атак)</p> <p>Уке: свободное перемещение, любая защита и контратака</p> </li> </ol>	<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Три поединка на оценку с разными соперниками (соперник совершает активное перемещение и защиту):             <ul style="list-style-type: none"> <li>- атаки и контратаки руками или ногами (минимум 3 балла)</li> <li>- бросок или подсечка (минимум 3 балла)</li> </ul> </li> <li>3. Одно ката на выбор аттестующегося:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> <li>4. Одно ката на выбор аттестующегося:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Текки-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Басай-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Канку-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> <li>5. Одно ката на выбор аттестующегося:             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Дзион (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Энпи (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> </ol>
--	---

**1-й дан** (шодан) 1-я мастерская степень  
(черный пояс - курои оби)  
минимальный возраст аттестующегося 16 лет

<b>Отраслевая принадлежность</b> (в зависимости от направления школы, аттестующийся выбирает самостоятельно)	
ОФП: Отжимания на кулаках – <b>100 раз</b>	
<b>КАТА</b>	<b>КУМИТЭ</b>
<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фудо-дачи с татэ-шутто уке, рен-цуки чудан/мае-гери чудан + некоаши-дачи аге-уке/ кизами гери дзедан/зенкуцу-дачи гиаку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзэнкуцу-дачи ой-цуки чудан/ маватэ в некоаши-дачи гику-цуки чудан+ шаг в сторону в кибя-дачи с хайто-уке гедан шутто камае + назад в зенкуцу-дачи с гедан-барай уке гиаку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, некоаши-дачи с гиаку-цуки чудан/ переход в уразенкуцу-дачи гедан-барай уке / переход зенкуцу-дачи с гиаку-цуки чудан/ переход в шико-дачи с татэ-шутто уке/переход зенкуцу-дачи с рен-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзэнкуцу-дачи рен-цуки чудан/мае-гери чудан некоаши-дачи аге-уке/маватэ зенкуцу-дачи татэ-шутто уке рен-цуки чудан/маватэ зенкуцу-дачи гедан-барай уке гиаку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, кокуцу-дачи шутто-уке гиаку-цуки чудан + еко-гери кекоми дзедан/ура-зенкуцу-дачи татэ-шутто уке/зенкуцу-дачи гиаку-цуки чудан + маваша гери-дзедан/аши-барай гиаку-цуки чудан</li> </ol>	<p><b>Идо кихон, санкай:</b> (техника в перемещении, 3 раза)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фудо-дачи с татэ-шутто уке, рен-цуки чудан/мае-гери чудан + некоаши-дачи аге-уке/ кизами гери дзедан/зенкуцу-дачи гиаку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзэнкуцу-дачи ой-цуки чудан/ маватэ в некоаши-дачи гику-цуки чудан+ шаг в сторону в кибя-дачи с хайто-уке гедан шутто камае + назад в зенкуцу-дачи с гедан-барай уке гиаку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, некоаши-дачи с гиаку-цуки чудан/ переход в уразенкуцу-дачи гедан-барай уке / переход зенкуцу-дачи с гиаку-цуки чудан/ переход в шико-дачи с татэ-шутто уке/переход зенкуцу-дачи с рен-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, дзэнкуцу-дачи рен-цуки чудан/мае-гери чудан некоаши-дачи аге-уке/маватэ зенкуцу-дачи татэ-шутто уке рен-цуки чудан/маватэ зенкуцу-дачи гедан-барай уке гиаку-цуки чудан</li> <li>Маватэ, дзенсин, кокуцу-дачи шутто-уке гиаку-цуки чудан + еко-гери кекоми дзедан/ура-зенкуцу-дачи татэ-шутто уке/зенкуцу-дачи гиаку-цуки чудан + маваша гери-дзедан/аши-барай гиаку-цуки чудан</li> </ol> <p><b>Работа с партнером:</b> (оба спортсмена демонстрируют навыки как атакующих действий, так и защитных с различными вариантами контратак руками и ногами. В случае если партнер снижает активность действий – демонстрируется срыв атаки в любой момент демонстрируемой комбинации. В наиболее подходящий момент демонстрируется встречная атака. Если аттестующийся спортсмен один, то партнер помогает продемонстрировать указанному спортсмену, как атакующие действия, так и соответствующие атаке защитные действия)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Дзенсин, фуда-дачи (камаэ), коронная комбинация на руки (три последовательных варианта)</li> <li>Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.1</li> <li>Дзенсин фуда-дачи (камаэ), коронная</li> </ol>

	<p>комбинация взаимодействия рук и ног (три последовательных варианта)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.3</li> <li>5. Дзенсин фуда-дачи (камаэ), коронная подсечка (три последовательных варианта)</li> <li>6. Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.5</li> <li>7. Дзенсин фуда-дачи (камаэ), коронный бросок (три последовательных варианта)</li> <li>8. Косин, фуда-дачи (камаэ) демонстрация защитных действий от атак в п.7</li> </ol>
<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Обязательные ката: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Текки-шодан (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Басай-дай (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Канку-дай (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Дзион (средний балл не ниже 7,0)</li> <li>- Энпи (средний балл не ниже 7,0)</li> </ul> </li> <li>2. Дзию-иппон-кумитэ <p>Тори: ой-цуки дзёдан, ой-цуки чудан, мае-гери-чудан, маваши-гери-чудан, ёко-гери чудан, уширо-гери чудан (любая последовательность выполнения атак)</p> <p>Уке: свободное перемещение, любая защита и контратака</p> </li> </ol>	<p><b>Применение (правила WKF):</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Одно ката на выбор аттестующегося: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Хейан-шодан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-нидан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейон-сандан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-йондан (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Хейан-гондан (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> <li>2. Одно ката на выбор аттестующегося: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Басай-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Канку-дай (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Дзион (средний балл не ниже 6,0)</li> <li>- Энпи (средний балл не ниже 6,0)</li> </ul> </li> <li>3. Пять поединков на оценку с разными соперниками (соперник совершает свободные действия по собственному усмотрению). <p>Обязательное исполнение атакующих действий на оценку за 5 боев должно быть не менее 21 балла, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кизами-дзуки – 1 балл</li> <li>- гьяку-дзуки – 1 балл</li> <li>- уракен-учи – 1 балл</li> <li>- маваши-гери чудан – 2 балла</li> <li>- маваши-гери дзёдан – 3 балла</li> <li>- ура-маваши-гери дзёдан – 3 балла</li> <li>- йоко-гери чудан – 2 балла</li> <li>- уширо-гери – 2 балла</li> <li>- бросок – 3 балла</li> <li>- подсечка - 3 балла</li> </ul> </li> </ol>