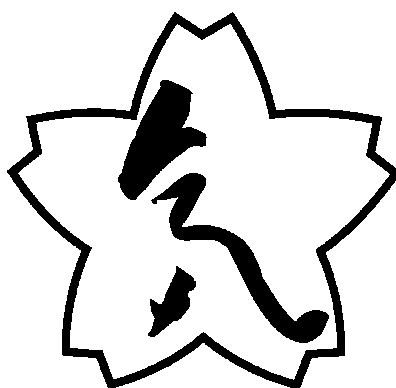


Schvaluji: _____

Libor SKOUMAL
předseda Kolegia Danů ČUDK

Dne: 22. září 2011



ZKUŠEBNÍ ŘÁD

PRO ZKOUŠKY NA STV KYU A DAN

Zpracoval: Milan HAŠKA

Lektoroval: Aleš ROTH

Obsah

1	Účel.....	3
2	Úvod – vysvětlení smyslu zkoušek	3
3	Zkušební komisaři	3
4	Stupně technické vyspělosti.....	4
5	Podmínky k připuštění ke zkoušce na STV	4
6	Etiketa zkoušek.....	6
7	Dokumentace zkoušek.....	6
8	Uznání zkoušek.....	6
9	Organizování zkoušek na STV	6
10	Program zkoušek.....	7
11	Hodnocení	10
12	Zkratky a vysvětlivky	11
13	Závěr.....	12

1 Účel

Tento zkušební řád pro stupně technické vyspělosti (STV) KYU a DAN určuje kdo a jak vykonává zkoušky a stanoví podmínky a rozsah zkoušek pořádaných v České unii Dento Karate-do (ČUDK). Současně určuje, komu přísluší vést evidenci uvedených stupňů technické vyspělosti. Je pomůckou zejména adeptům ucházejících se o složení zkoušky na STV, studium tohoto řádu by mělo být nedílnou součástí přípravy každého uchazeče.

2 Úvod – vysvětlení smyslu zkoušek

Je třeba si uvědomit, že STV do světa BUDO, zavedl až prof. Jigoro Kano (1860 – 1938) a že pouhé jejich získávání není hlavním cílem tohoto studia. Studium Dento Karate-do by mělo být prostředkem k všestrannému harmonickému rozvoji jedince. Správně chápané zkoušky na STV, by měly být právě jedním z prostředků napomáhajících k tomuto rozvoji, prostřednictvím hlubokého studia BUDO (cesty válečníka). Zkoušky lze také chápat jako značky na cestě, po které se pohybujeme, nebo jako kontrolní body ve kterých jsme usměřňováni tak, abychom šli vhodným směrem, nebo se do něj vrátili. Je vhodné mít tyto značky rozestavěné po celé délce této cesty, nebo alespoň do doby kdy jsme schopni identifikovat její cíl.

Složení zkoušky na vyšší STV je třeba brát jako závazek a povinnost vůči sobě a ostatním. A to ve smyslu toho, že starší studenti (sempai) mají být vždy vzorem pro mladší studenty (kohai) a to nejen v dojo. Tato zodpovědnost se promítá i do etiky a ceremoniálů jako je například nástup (řada) na začátku a na konci cvičení (tréninku). Místa na začátku řady by měli obsazovat vždy sempai a první v řadě by měl být ten, kdo je nejlépe připraven převzít vedení tréninku v případě nepřítomnosti senseie (učitele).

Při studiu BUDO, je nutné zejména položit důraz na jeho etické aspekty, které jsou tvořeny na základě hierarchie vymezené právě stupni technické vyspělosti.

3 Zkušební komisaři

Zkušební komisař ČUDK je osoba aktivně studující tradiční Karate-do, která má právo udělovat stupně technické vyspělosti Kyu nebo Dan. Zkušební komisař je oprávněn prověřit cvičence nejen z vědomostí vyžadovaných na příslušný stupeň technické vyspělosti (STV), ale i z náplně kteréhokoliv předcházejícího STV. Dále může zkušební komisař upřesnit techniky aplikace a akce, které umožní komplexně zhodnotit předvedený výkon.

Podmínky pro navržení zkušebního komisaře, práva, povinnosti, kompetence a další informace jsou obsaženy ve „Směrnici pro řízení trenérsko-metodické komise a kolegia Danů ČUDK“.

4 Stupně technické vyspělosti

Stupně technické vyspělosti dělíme na žákovské – KYU a mistrovské – DAN. Žákovské STV KYU obsahuje studium základních technik a principů. Toto studium je završeno zkouškou na 1. DAN, u zkoušky student prezentuje znalost základních principů a schopnost tyto principy veřejně prezentovat. U zkoušky na 2. DAN student prezentuje, že principy Karate-do adaptoval pro podmínky svého těla a mentality. 3. DAN prezentuje schopnost tyto principy komplexně vyučovat. Od 4. DANU se adept začíná věnovat výzkumu v této oblasti. Od 5. DANU by měl být adept pro celé hnutí přínosem tím, že se rozvíjí v nových oblastech, při zkoušce demonstruje výsledky vlastního studia a hloubku pochopení Dento Karate-do.

5 Podmínky k připuštění ke zkoušce na STV

Základní čekací doba je minimální dobou aktivního studia mezi jednotlivými zkouškami na STV, která je z pravidla potřebná na dosažení požadované technické úrovně viz Tabulka 1 – Základní podmínky pro udělení.

Minimální věková hranice je stanovena, z důvodu dosažení mentální vyspělosti studenta Dento Karate-do, která je od daných technických úrovní očekávána. Mentální vyspělost je stěžejní pro opravdový rozvoj jedince prostřednictvím studia Dento Karate-do.

Celková doba studia je doporučenou dobou aktivní přípravy na zkoušky na STV Dan, dále pak slouží jako pomocné kritérium v případě, že uchazeč žádá o připuštění ke zkoušce s prominutím základní čekací doby. Pokud uchazeč splňuje celkovou dobu studia, může mu zkušební komisař základní čekací dobu prominout.

Čekací doby nemají být brzdou rozvoje studentů, ale mají jim být pomocným nástrojem při jejich studiu. Skromným studentům mají napovídat, že pokud studují soustavně a poctivě je už možná čas přistoupit k další zkoušce. Ambiciózním mají říci, že studium Dento Karate-do je na celý život a že není vhodné si všechny ukazatele cesty vyčerpat hned na jejím počátku.

Tabulka 1 – Základní podmínky pro udělení STV

STV	Barva Obi	Základní čekací doba	Minimální věková hranice	Celková doba studia
9. KYU (KYU KYU)	bílá	-	-	-
8. KYU (HACHI KYU)	žlutá	3 měsíce	-	-
7. KYU (SHICHI KYU)	oranžová	4 měsíce	-	-
6. KYU (ROKU KYU)	zelená	5 měsíců	-	-
5. KYU (GO KYU)	modrá nebo	6 měsíců	-	-
4. KYU (YON KYU)	fialová	6 měsíců	-	-
3. KYU (SAN KYU)	hnědá	6 měsíců	15 let	-
2. KYU (NI KYU)	hnědá	6 měsíců	-	-
1. KYU (ICHI KYU)	hnědá	9 měsíců	-	-
1. DAN (SHO DAN)	černá	1 rok	18 let	5 let
2. DAN (NI DAN)	černá	2 roky	21 let	10 let
3. DAN (SAN DAN)	černá	3 roky	25 let	15 let
4. DAN (YON DAN)	černá	4 roky	31 let	20 let
5. DAN (GO DAN)	černá	5 let	40 let	25 let
6. DAN (ROKU DAN)	černá	-	-	-
7. DAN (SHICHI DAN)	černá	-	-	-
8. DAN (HACHI DAN)	černá	-	-	-
9. DAN (KYU DAN)	černá	-	-	-
10. DAN (JU DAN)	černá	-	-	-

Vývoj každého adepta Karate-do je individuální. Proto před zahájením zkoušek může zkušební komisař, na základě doporučení trenéra, čekací dobu prominout. V určitých případech v průběhu zkoušek, kdy zkušební komisař zhodnotí komplexní vyspělost studenta odpovídající vyššímu STV než na který se uchazeč hlásí, může udělit vyšší STV bez ohledu na splnění požadavků viz Tabulka 1 – Základní podmínky pro udělení STV.

6 Etiketa zkoušek

Žadatelé nastupují k provedení zkoušek bosí, čistí s upravenými nehty i vlasy, v bílém GI bez nášivek a nápisů s OBI v barvě aktuálního technického stupně. Ženy mají pod kabátem GI bílé tričko bez nápisů. Z bezpečnostních důvodů je zakázáno, aby uchazeči měli na sobě šperky, v ústech žvýkačky, bonbóny apod. Nasazené brýle jsou na vlastní nebezpečí.

Před zahájením zkoušek předseda zkušební komise zkontroluje úhradu poplatku za zkoušky. Výše tohoto poplatku vyplývá z ekonomické směrnice ČUDK. Poplatek je nevratný i v případě nesložení zkoušky. Na výzvu zkušební komisaře uchazeč předloží svůj členský průkaz ČUDK s platnou členskou známkou na dané časové období, nebo jiný ČUDK uznaný průkaz Karate.

Zkoušky jsou zahajovány nástupem zkoušených a pozdravem. Zkoušený je povinen po celou dobu průběhu zkoušek dodržovat pravidla pro chování v Dojo. Chování v průběhu zkoušky ovlivňuje celkové hodnocení jeho výkonu.

7 Dokumentace zkoušek

Výsledky zkoušek zapisuje zkušební komisař do zkušebních protokolů. Úspěšným uchazečům zapisuje zkušební komisař výsledek zkoušky do členského průkazu ČUDK. Zkušební protokoly s poplatkem se nejpozději do 14 dnů od provedení zkoušek odevzdávají předsedovi výkonného výboru ČUDK.

Evidenci STV Kyu zabezpečují členské oddíly a kluby ČUDK. Evidenci STV Dan zabezpečuje předseda kolegia Danů ČUDK.

8 Uznání zkoušek

Zkoušky na STV, které byly složeny v jiných svazech (organizacích), jsou v ČUDK respektovány.

9 Organizování zkoušek na STV

- a) Řádné zkoušky jsou zkoušky pořádané ČUDK dle plánu činnosti na rok.
- b) Mimořádné zkoušky jsou zkoušky pořádané ČUDK mimo plán činnosti na rok, nebo např. zkoušky oddílové či klubové.

Oddílové či klubové zkoušky na STV musí pořadatel minimálně 14 dnů předem dohodnout s předsedou kolegia Danů a o tomto informovat předsedu výkonného výboru ČUDK. Předseda kolegia Danů pověřuje zkušební komisaře provedením zkoušek.

10 Program zkoušek

Program zkoušek určuje jejich technický a teoretický rozsah po jednotlivých stupních. Dento Karate-do je systém velice široký, zahrnující v sobě velké množství skupin technik (WAZA). Vzhledem k tomu nelze tento zkušební řád brát jako jakousi databázi či sumář technik, ale spíše jako povinný minimální objem znalostí na každý STV.

Zkoušky na 9. KYU se neprovádějí, začínající Karateka samozřejmě nosí bílé OBI s KARATE-GI jehož je nedílnou součástí.

Tabulka 2 – Technické požadavky 8. – 6. KYU

HACHI KYU (8. KYU)	SHICHI KYU (7. KYU)	ROKU KYU (6. KYU)
KATA: Heian Shodan	KATA: Heian Nidan	KATA: Heian Sandan
KIHON 1. (ZE) Oi-tsuki vpřed 2. (ZE) Age-uke vzad 3. (ZE) Soto-ude-uke vpřed 4. (KO) Shuto-uke vzad 5. (ZE) Mae-geri vpřed 6. (ZE) Gedan-barai vzad 7. (KI) Yoko-geri-keage stranou 3x pravá i levá 8. (ZE) Shiho-gyaku-tsuki	KIHON 1. (ZE) Oi-tsuki vpřed 2. (ZE) Age-uke, Gyaku-tsuki vzad 3. (ZE) Soto-ude-uke, Gyaku-tsuki vpřed 4. (KO) Shuto-uke, (ZE) Gyaku-tsuki vzad 5. (ZE) Mae-geri vpřed 6. (ZE) Uchi-ude-uke vzad 7. (ZE) Mawashi-geri vpřed 8. (KI) Yoko-geri-keage stranou 3x levá i pravá 9. (ZE) Shiho-ate-uke + Gyaku-tsuki (Soto, Uchi, Age, Gedan)	KIHON 1. (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed 2. (ZE) Age-uke, Gyaku-tsuki vzad 3. (ZE) Soto-ude-uke, (KI) Yoko-empi-uchi vpřed 4. (KO) Shuto-uke, (ZE) Nukite vzad 5. (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri) 6. (ZE) Uchi-ude-uke vzad + Gyaku-tsuki 7. (ZE) Mawashi-geri vpřed 8. (KI) Yoko-geri-keage stranou 3x levá i pravá 9. (KI) Yoko-geri-kekomi stranou 3x levá i pravá strana 10. (KA) Shiho-mae-geri
KUMITE Kihon-ippou-kumite Shodan ◦ oba v Zenkutsu-dachi na místě ve vzdálenosti 3 m, ◦ útoky: Gyaku-tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan, 1 x Gedan) Migi a Hidari, ◦ obránce provádí z nápřahu Age-uke, Soto-ude-uke a Gedan-barai s Gyaku-tsuki.	KUMITE Kihon-ippou-kumite Shodan ◦ oba v Zenkutsu-dachi na místě ve vzdálenosti na Gyaku-tsuki, ◦ útoky: Gyaku-tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan, 1 x Gedan) Migi a Hidari, ◦ obránce provádí z nápřahu Age-uke, Soto-ude-uke a Gedan-barai s Gyaku-tsuki.	KUMITE Kihon-ippou-kumite Nidan ◦ oba ve vzdálenosti na Yori-ashi s Gyaku-tsuki, ◦ útočník v Kamae provádí Yori-ashi s Gyaku-tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan, 1 x Gedan) Migi a Hidari, ◦ obránce v Zenkutsu-dachi na místě provádí z nápřahu Age-uke, Soto-ude-uke a Gedan-barai s Gyaku-tsuki.
UKEMI WAZA ◦ Tachi-mae-ukemi ◦ Tachi-ushiro-ukemi ◦ Tachi-yoko-ukemi	KANSETSU WAZA ◦ Kote-hineri ◦ Kote-gaeshi UKEMI WAZA ◦ Tachi-zempo-ukemi	KANSETSU WAZA ◦ Ude-hishigi-waki-gatame ◦ Ude-hishigi-ude-gatame ◦ Ude-hishigi-kanuki-gatame ◦ Ude-garami

Tabulka 3 – Technické požadavky 5. – 3. KYU

GO KYU (5. KYU)	YON KYU (4. KYU)	SAN KYU (3. KYU)
KATA: Heian Yodan	KATA: Heian Godan	KATA: Tekki Shodan
<p>KIHON</p> <ol style="list-style-type: none"> (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki (HA) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-emp-uchi, Shomen-uraken, (ZE) Gyaku-tsuki (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri) (HA) Uchi-ude-uke vzad, Gyaku-tsuki (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed (KI) Yoko-geri-keage stranou 3x levá i pravá strana (KI) Yoko-geri-kekomi stranou 3x levá i pravá strana (ZE) Gedan-barai vzad, Uraken-uchi (KA) Mae-geri, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki vpřed (KA) Shiho-mawashi-geri 	<p>KIHON</p> <ol style="list-style-type: none"> (ZE) Oi-tsuki Sanbon-tsuki vpřed (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki (HA) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-emp-uchi, Yokomen-uraken-uchi, (ZE) Gyaku-tsuki (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri), (ZE) Oi-tsuki (HA) Uchi-ude-uke vzad, (KA) Kizami-tsuki, (ZE) Gyaku-tsuki (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed, (ZE) Gyaku-tsuki (KI) Yoko-geri-keage stranou, Gedan-barai, Shomen-uraken-uchi, 3x levá i pravá strana (KI) Yoko-geri-kekomi stranou 3x levá i pravá strana (ZE) Gedan-barai vzad, Uraken-uchi, Gyaku-tsuki (KA) Mae-geri, Yoko-geri-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki (KA) Shiho-keri (Mae-geri, Yoko-geri-keage, Fumi-komi-geri, Ushiro-geri-keage) 	<p>KIHON</p> <ol style="list-style-type: none"> (KA) Kizami-tsuki Sanbon-tsuki vpřed (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki (HA) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-emp-uchi, Tate-uraken-uchi, (ZE) Gyaku-tsuki (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri), (ZE) Oi-tsuki (HA) Uchi-ude-uke vzad, (KA) Kizami-tsuki, (ZE) Gyaku-tsuki (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed (KI) Yoko-geri-keage stranou Gedan-barai, (ZE) Gyaku-tsuki, 3x levá i pravá strana (KA) Yoko-geri-kekomi vpřed, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki (KA) Mawashi-geri, Yoko-geri-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage (na místě střídonož) (KA) Shiho-yoko-geri
<p>KUMITE</p> <p>Kihon-ippou-kumite Nidan</p> <ul style="list-style-type: none"> oba ve vzdálenosti na Yori-ashi s Gyaku-tsuki, útočník v Kamae provádí Yori-ashi s Gyaku-tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan, 1 x Gedan) Migi a Hidari, obránce v Zenkutsu-dachi na místě provádí z náprahu Age-uke, Soto-ude-uke a Gedan-barai. 	<p>KUMITE</p> <p>Kihon-ippou-kumite Sandan</p> <ul style="list-style-type: none"> oba v Kamae vzdálenost odpovídá pozici v Jiu-kumite útočník v Kamae provádí Yori-ashi s Gyaku-tsuki (1 x Jodan, 1 x Chudan, 1 x Gedan) Migi a Hidari, obránce v Kamae na místě provádí Age-uke, Soto-ude-uke a Gedan-barai, důraz je kladen na přemístění a načasování techniky. 	<p>KUMITE</p> <p>Jiu-ippou-kumite Shodan</p> <ul style="list-style-type: none"> je dán útočník hlásící pásmo nebo kop, vzdálenost odpovídá pozici v Jiu-kumite.
<p>SHIME WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> Hadaka-jime Okuri-eri-jime Kata-ha-jime Juji-jime 	<p>ASHI WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> De-ashi-harai Sasae-tsurikomi-ashi O-soto-gari O-uchi-gari 	<p>KOSHI WAZA</p> <ul style="list-style-type: none"> Uki-goshi O-goshi Harai-goshi Sode-tsurikomi-goshi

Tabulka 4 – Technické požadavky 2. KYU – 1. DAN

NI KYU (2. KYU)	ICHI KYU (1. KYU)	SHO DAN (1. DAN)
KATA Tokui Kata z Tekki Nidan až Gankaku.	KATA Tokui Kata z Tekki Nidan až Gankaku.	KATA 1. Tokui Kata mimo Heian a Tekki 2. Vybraná Kata zkušebním komisařem ◦ Tekki Shodan, Heian 1-5
KIHON 1. (KA) Yori-ashi Kizami-tsuki, (ZE) Gyaku-tsuki, Fumi-ashi Oi-tsuki vpřed 2. (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki 3. (HA) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Yokomen-uraken-uchi, (ZE) Gyaku-tsuki 4. (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite 5. (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri), (ZE) Oi-tsuki 6. (HA) Uchi-ude-uke vzad, Kizami-tsuki, (ZE) Gyaku-tsuki 7. (KA) Mawashi-geri-rengeri (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri) vpřed 8. (KI) Yoko-geri-keage stranou Gedan-barai, (ZE) Gyaku-tsuki, 3x levá i pravá strana 9. (KA) Yoko-geri-kekomi, vpřed Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki 10. (KA) Mawashi-geri vpřed, Yoko-geri-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki 11. (HE) Mae-geri, Yoko-geri-kekomi (na místě střídonož) 12. (ZE) Shiho-uchi (Gyaku-soto-shuto-uchi, Uchi-shuto-uchi, Yokomen-uraken-uchi, Shomen-tetsui-uchi)	KIHON 1. (KA) Yori-ashi Kizami-tsuki, Tsugi-ashi Gyaku-tsuki, Fumi-asi Oi-tsuki vpřed 2. (ZE) Age-uke vzad, Gyaku-tsuki 3. (HA) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Yokomen-uraken-uchi, (ZE) Gyaku-tsuki 4. (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite 5. (KA) Mae-geri-rengeri vpřed (Kizami-mae-geri, Mae-geri), (ZE) Oi-tsuki 6. (HA) Uchi-ude-uke vzad, Kizami-tsuki, Gyaku-tsuki 7. (KA) Mawashi-geri-rengeri vpřed (Kizami-mawashi-geri, Mawashi-geri), Gyaku-tsuki 8. (KI) Yoko-geri-keage stranou Gedan-barai, (ZE) Gyaku-tsuki, 3x levá i pravá strana 9. (KA) Yoko-geri-kekomi vpřed, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki 10. (KA) Mawashi-geri vpřed, Yoko-kekomi, (ZE) Gyaku-tsuki 11. (KA) Mikatsuki-geri, (ZE) Gyaku-tsuki na místě 12. (ZE) Shiho-nagashi-uke + Gyaku-tsuki (Sho, Ude, Kake, Tsukami)	KIHON 1. (KA) Yori-ashi Kizami-tsuki, Tsugi-ashi Gyaku-tsuki, Fumi-asi Oi-tsuki vpřed 2. (ZE) Age-uke vzad, Kizami-mae-geri, Gyaku-tsuki 3. (HA) Soto-ude-uke vpřed, (KI) Yoko-empi-uchi, Yokomen-uraken-uchi, (ZE) Gyaku-tsuki 4. (KO) Shuto-uke vzad, Kizami-mae-geri, (ZE) Nukite 5. (KA) Mae-geri-rengeri vpřed, (Kizami-mae-geri, Mae-geri), (ZE) Oi-tsuki 6. (HA) Uchi-ude-uke vzad, (KA) Kizami-tsuki, (ZE) Gyaku-tsuki 7. (KA) Mawashi-geri vpřed, Ura-mawashi-geri 8. (KI) Yoko-geri-keage stranou, Gedan-barai, (ZE) Gyaku-tsuki, 3x levá i pravá strana 9. (KA) Kizami-yoko-geri-kekomi vpřed, Mawashi-geri, (ZE) Gyaku-tsuki 10. (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage, Yoko-geri-kekomi, Ushiro-geri, Mawashi-geri vpřed (na místě střídonož) 11. Shiho-empi-uchi (Mae-empi-uchi (ZE), Yoko-empi-uchi (KI), Yori-ashi, Yoko-empi-uchi (KI), Ushiro-empi-uchi (KO), Tate-empi-uchi (SHI), Mawashi-empi-uchi (HA), Age-empi-uchi (FU)
KUMITE Jiu-ippou-kumite Nidan ◦ je dán útočník, nic nehlásí, ◦ vzdálenost odpovídá pozici v Jiu-kumite.	KUMITE Jiu-ippou-kumite Sandan ◦ role útočníka a obránce se mezi partnery po každé akci střídá, ◦ vzdálenost odpovídá pozici v Jiu-kumite.	KUMITE Jiu Kumite (demonstrace volného boje) ◦ Role útočníka či obránce není předem dána.
TE WAZA ◦ Seoi-nage ◦ Morote-gari ◦ Sukui-nage ◦ Tai-otoshi	SUTEMI WAZA ◦ Tomoe-nage ◦ Sumi-gaeshi ◦ Uki-waza ◦ Tani-otoshi	SEBEOBRANA KRÁTKÁ VZDÁLENOST 1. TSUKAMI WAZA uvolňování z úchopů ◦ Junte-dori, Dosokute-dori, Ryote-dori, Ryote-yppo-dori, Kata-ude-dori, Sode-dori ◦ Hidari a Migi-eri-dori, Ushiro a Yoko-eri-dori ◦ Hidari a Migi, Ryote-sode-dori rukáv 2. UWATE, SHITATE a GAMI WAZA obrana proti obejmutí ◦ Mae, Yoko a Ushiro-uwate obejmutí přes ruce ◦ Mae, Yoko a Ushiro-shitate obejmutí pod rukama ◦ Mae a Ushiro-osae-gami držení za vlasy

Tabulka 5 – Technické požadavky 2. DAN a vyšší

NI DAN (2. DAN)	SAN DAN (3. DAN)	YON DAN (4. DAN) a vyšší
KATA 1. Tokui Kata mimo Heian a Tekki 2. Vybraná Kata zkušebním komisařem <ul style="list-style-type: none"> ◦ Tekki 1-2 ◦ Heian 1-5 	KATA 1. Tokui Kata mimo Heian až Gankaku 2. Tokui Kata z Bassai Dai až Gankaku 3. Vybraná Kata zkušebním komisařem <ul style="list-style-type: none"> ◦ Tekki 1-3 ◦ Heian 1-5 	KATA Tokui Kata: <ul style="list-style-type: none"> ◦ Uchazeč demonstruje Kata ◦ Poté vysvětlí Bunkai a principy Kata.
KIHON 1. (KA) Yori-ashi Kizami tsuki, Tsugi-ashi Gyaku-tsuki, Fumi-ashi Oi-tsuki 2. (KA) Yori-ashi Kizami-tsuki, Mae-geri, (ZE) Oi-tsuki 3. (KA) Yoko-geri-keage vpřed, Yoko-geri-kekomi 4. (KA) Age-uke vpřed, Mawashi-geri, (KI) Yoko Uraken-uchi, (ZE) Oi-tsuki 5. (KA) Mikatsuki-geri-nagashi, (ZE) Gyaku tsuki 6. (KA) Ura-mawashi-geri, (ZE) Gyaku tsuki 7. (KA) Ushiro-mawashi-geri 8. (KA) Deashi-harai, Yori-ashi Gyaku tsuki 9. (HE) Mae-geri, Yoko-geri-keage, Yoko-geri-kekomi, Mawashi-geri, Ushiro-geri (na místě z jedné nohy)	KIHON Dle požadavků zkušebního komisaře	INSTRUKTÁŽ Zkoušky na STV 4. DAN a vyšší se provádějí na seminářích ČUDK nebo soustředěních, které zkušební z části nebo celý vede. Zkoušený demonstruje hloubku pochopení Karate-do v dalších oblastech (Kihon, Kumite) vyučuje a opravuje určené cvičence na základě dotazů zkušejícího. Zkoušený má za úkol v instruktáži vysvětlit a prakticky demonstrovat vlastní výzkum v Karate-do s důrazem na pokrok dosažený od získání předešlého STV. S každým vyšším STV od 5. DANU se předpokládá, že výzkum v Karate-do nebude soustředěn pouze na studium techniky a jejího použití, ale že bude demonstrováno pochopení Karate-do komplexně, tzn. v souvislosti s poznatky ze studia anatomie, fyziologie, psychologie, filozofie, historie, etiky atd.
KUMITE Jiu Kumite (demonstrace volného boje) <ul style="list-style-type: none"> ◦ Role útočnicka či obránce není předem dána. 	KUMITE Dle požadavků zkušebního komisaře	
SEBEOBRANA Požadavky na 1. Dan Mimo postojový boj Ohrožení holí, nožem a střelnou zbraní	SEBEOBRANA Dle požadavků zkušebního komisaře	

Poznámka:

- Pokud není uvedeno jinak je použita chůze Fumi-asi, nebo se technika provádí na místě.
- SEBEOBRANA - Při realizaci obrany se předpokládá útok řešit v souladu s principy Oji-Waza, s maximální účelností a účinností v pohybu, ve vhodné vzdálenosti a čase, útok soupeře bezpečně zakončit správně zvolenou technikou TODOME nebo transportní technikou.

11 Hodnocení

8. - 6. Kyu: při hodnocení je důraz kladen na práci (dynamiku) těla, spojení (konexi) a dráhu technik.

5. - 4. Kyu: při hodnocení je důraz kladen na využití podložky, na uvolněný a plynulý pohyb.

3. - 1. Kyu: při hodnocení je důraz kladen na plynulé dynamické provedení techniky se schopností demonstrovat snap a kime.

1. Dan: při hodnocení je důraz kladen na komplexní projev se všemi atributy pro vykonání dané techniky.

2. Dan: při hodnocení je důraz kladen na přizpůsobení principů Karate-do k somatotypu a psychice zkoušeného adepta.

3. Dan: při hodnocení je důraz kladen na schopnost adepta prezentovat principy Karate-do za různých předem nespécifikovaných podmínek, které určuje zkušební komisař v průběhu zkoušky.

4. Dan: důraz je kladen na schopnost principy Karate-do komplexně vyučovat.

5. Dan: důraz je kladen na hodnocení výzkumu, kterého adept dosáhl ve zvolené úzké oblasti.

6. Dan: důraz je kladen na hodnocení přínosu výzkumu adepta pro karate a ČUDK, aplikace nových poznatků - úprava či změna metodiky, či přínos výzkumu v teoretické oblasti (historie, psychologie, biomechanika...).

7. Dan a vyšší přínos výzkumu adepta je pro rozvoj karate v ČUDK zásadní. Stupně technické vyspělosti od 7. Danu se udělují lidem, jejichž práce je velmi významnou pro celé hnutí (ČUDK) jako ohodnocení jejich přínosu pro rozvoj Karate-do.

12 Zkratky a vysvětlivky

ASHI WAZA – Technika hodů,
kde hrají významnou roli nohy

FU – Fudo-dachi

HA – Hangetsu-dachi

HE – Heisoku-dachi

KA – Kamae

KANSETSU WAZA – Technika
páčení

KATA – Forma

KI – Kiba-dachi

KIHON – Základ

KO – Kokutsu-dachi

KOSHI WAZA – Technika hodů,
kde hrají významnou roli boky

KUMITE – Boj, aplikace kihon
s partnerem

SHIME-WAZA – Technika škrčení

SHI – Shiko-dachi

SUTEMI WAZA – Technika hodů
pomocí snížení těžiště (strhy)

TE WAZA – Technika hodů, kde
hrají významnou roli ruce

UKEMI WAZA – Technika pádů

ZE – Zenkutsu-dachi

13 Seznam základních KATA

- | | | |
|-----------------|-----------------|---------------|
| 1. Heian Shodan | 6. Tekki Shodan | 9. Bassai Dai |
| 2. Heian Nidan | 7. Tekki Nidan | 10. Kanku Dai |
| 3. Heian Sandan | 8. Tekki Sandan | 11. Hangetsu |
| 4. Heian Yodan | | 12. Jutte |
| 5. Heian Godan | | 13. Jion |
| | | 14. Empi |
| | | 15. Gankaku |

14 Závěr

Vedení ČUDK věří, že tento zkušební řád bude, všem adeptům Dento Karate-do, hodnotnou pomůckou při jejich přípravě na zkoušky na STV.

Samostatnou přílohou tohoto řádu jsou zkušební protokoly na STV KYU a DAN.

V Brně 22. září 2011

Milan HAŠKA

Lektoroval:

Aleš ROTH