

Wrocław Aikikai

Wymagania egzaminacyjne dla grup dziecięcych





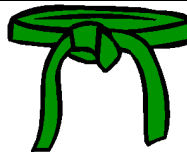
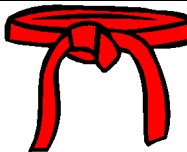
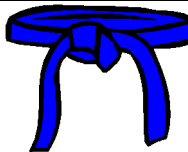
Przerwy między egzaminami: **1 rok**

Stopnie dostępne:

dzieci do 6 lat: 12 kyu (biały pas)

dzieci 7-9 lat: 12, 11, 10 (biały, żółty, pomarańczowy pas)

dzieci 10-12 lat: 12, 11, 10, 9, 8, 7 (biały, żółty, pomarańczowy, zielony, czerwony, niebieski pas)

Grupa wiekowa	Pas biały 12 kyu	Pas żółty 11 kyu	Pas pomarańczowy 10 kyu	Pas zielony 9 kyu	Pas czerwony 8 kyu	Pas niebieski 7 kyu
						
Dzieci do 6 lat	Liczenie po jap. shikko, seiza, kiritsu, przewroty, ukemi undo, mostek, świeca, kołyska ukłon, ceremoniał. 1 technika					
Dzieci 7-9 lat	Liczenie po jap. shikko, seiza, kiritsu, przewroty, ukemi undo, mostek, świeca, kołyska ukłon, ceremoniał. Kata 1-2 1 technika ataki	Kata 1-4 ukemi 2 techniki	Kata 1-6 ukemi, 3 techniki			
Dzieci 10 – 12 lat	Kata 1-2. 1 technika ukemi, ataki 2 techniki	Kata 1-4 ataki ukemi przez 2 osoby 3 techniki	Kata 1-6 ukemi przez 2 osoby 3 techniki	Kata 1-8 jo - ataki ukemi przez 2 osoby 4 techniki	Kata 1- 8 jo - ataki ukemi przez 2 osoby 5 technik	Kata 1-8 6 technik

Jak liczyć

1: ici	6: roku
2: ni	7: sici (nana)
3: san	8: hachi
4: si (jon)	9: kiuu (ku)
5: go	10: dziuu

Słownik dla dzieci

Mae – do przodu
Ushiro – do tyłu
Yoko – w bok
Hidari – lewy
Migi - prawy
Rei – ukłon
Ukemi – przewrót
Shikko – chodzenie w poz. na kolanach
Suwari waza – pozycja siedząca
Tachi waza – pozycja stojąca
Seiza – siadź
Kiritsu – wstań
Kamiza – centralne miejsce dojo,
Arigato – dziękuję
Onegai shimasu – mogę z tobą ćwiczyć?
Sensei – nauczyciel
Sempai – instruktor, który nie ma jeszcze czarnego pasa
Uke – osoba, która atakuje
Tori – osoba, która wykonuje technikę
Kyu, Dan – stopnie w Aikido
Obi – pas
Keikogi – strój do ćwiczeń
Zori – kaptcie
Hakama – szerokie spodnie noszone przez zaawansowanych
Bokken – drewniany miecz
Jo – drewniany kij

Przewroty- ukemi

mae ukemi – do przodu
ushiro ukemi – do tyłu
tachi waza – z pozycji stojącej
suwari waza – z pozycji klęczącej

Kata Nr 1.

1. Ushiro tenkan + shomen (krok do tyłu i cięcie)
 2. Krok do przodu i pchnięcie
 3. Zwrot w miejscu i cięcie shomen
- To samo na lewą stronę.

Kata Nr 2.

1. Krok do przodu i cięcie
 2. Krok do przodu i pchnięcie
 3. Zwrot w miejscu i cięcie shomen
- To samo na lewą stronę.

Kata Nr 3.

1. Zwrot w miejscu, krok ro tyłu, pionowe cięcie w górę, zwrot w miejscu, cięcie w dół.
 2. Krok do przodu i pchnięcie
 3. Zwrot w miejscu i cięcie shomen
- To samo na lewą stronę.

Kata Nr 4.

1. Zwrot w miejscu, krok do przodu, pionowe cięcie w górę, zwrot w miejscu, cięcie w dół.
 2. Krok do przodu i pchnięcie
 3. Zwrot w miejscu i cięcie shomen
- To samo na lewą stronę.

