

## **IZPITNI PROGRAM ZA KYU IN DAN STOPNJE V KENDU**

### **KYU STOPNJE**

#### **6. kyu:**

- Reiho
- Suburi: 5x men, 5x kote, 5x do, 10x choyako suburi (štetje od 1-10 po japonsko)
- Ippon-uchi-no-waza: 3x men, 3x kote / (s fumikomi)

Izpit se opravlja ali v trenirki (dolge hlače, kratka majica) ali v kendo uniformi (gi in hakama). Pomembne točke: urejena in pravilno zavezana uniforma (če jo kandidat že ima), poznavanje etikete (reiho), pravilna drža telesa - kamae, pravilna drža meča (položaj rok), ashisabaki (drsni korak in fumikomi), kiai, veliki zamahi.

#### **5. kyu:**

- Ippon-uchi-no-waza: 2x men, 2x kote, 2x do
- Renzouku waza (ni-sandan-no-waza): 2x kote-men, 2x kote-men-do
- Kirikaeshi

Izpit se opravlja v kendo uniformi (gi in hakama; brez zaščitnega oklepa - bogu). Pomembne točke: vse točke iz predhodnega izpita ter izvedba pravilnih osnovnih zamahov (velike tehnike na točke napada – datotsu bui, kiai in zanshin); pri vaji kirikaeshi je potrebno prikazati velike zamahe in pravilen hasuji.

#### **4. kyu:**

- Ippon-uchi-no-waza: 2x men, 2x kote, 2x do
- Uchi komi (veliki zamahi): men, kote, do, kote-men, kote-men-do, men
- Kirikaeshi

Izpit se opravlja v bogu-ju. Pomembne točke: vse točke iz predhodnih izpitov ter pravilno zavezan bogu; kandidat opravlja tako vlogo kakarita kot motodachija; vaja uchi-komi se lahko izvaja počasneje, vendar morajo biti napadi kontinuirani; vaja kirikaeshi se izvaja z velikimi, kontinuiranimi zamahi, prikazati je potrebno pravilno razdaljo, hasuji in kiai.

#### **3. kyu:**

- Ippon-uchi-no-waza: 2x men, 2x kote, 2x do
- Uchi komi (veliki zamahi): men, kote, do, kote-men, kote-men-do, men



**Kendo zveza Slovenije**

*Kendo Federation of Slovenia*

- Shikake waza: prikaz dveh tehnik po lastni izbiri (vsako tehniko se izvaja 2x)\*
- Kirikaeshi

Pomembne točke: vse točke iz predhodnih izpitov; tehnike shikake waza se lahko izvaja v počasnejšem ritmu, kandidat mora znati poimensko navesti tehniko in pokazati razumevanje tehnike.

## **2. kyu:**

- Uchi komi (veliki zamahi): men, kote, do, kote-men, kote-men-do, men
- Hiki waza: 2x men-hiki-men
- Oji waza: prikaz dveh tehnik po lastni izbiri (vsako tehniko se izvaja 2x)\*
- Kirikaeshi
- 1 x izpitna borba
- Nippon kendo kata: 1-2

Pomembne točke: vse točke iz predhodnih izpitov; tehnike oji waza se lahko izvaja v počasnejšem ritmu, kandidat mora znati poimensko navesti tehniko in pokazati razumevanje tehnike; kandidat mora v izpitni borbi prikazati izvedbo osnovnih, kihon napadov z veliki zamahi, reiho, pravilno držo, kiai.

## **1. kyu:**

- Kirikaeshi
- 2 x izpitna borba
- Nippon kendo kata: 1 – 3

Pomembne točke: vse točke iz predhodnih izpitov; kandidat mora v izpitni borbi prikazati izvedbo osnovnih, kihon napadov, reiho, pravilno držo, kiai in močan duh (kisei).

## **\* ANEKS – DOVOLJENE TEHNIKE ZA 3. IN 2. KYU STOPNJO**

### **1. SHIKAKE WAZA (kandidat izbere 2 tehniki, lahko izvede napad na men, kote ali kote–men, po omote ali ura strani)**

-HARAI (polkrožni/diagonalni odboj shinaja)

-OSAE (pritisk na shinai navzdol)

- HARI (stranski odboj shinaja)

- UCHIOTOSHI (udarec po shinaju)

### **2. OJI WAZA (kandidat izbere 2 tehniki):**



**Kendo zveza Slovenije**

*Kendo Federation of Slovenia*

**NUKI WAZA** (napadu se izognemo in izvedemo proti-napad):

- men- nuki do
- kote-nuki men

**KAESHI WAZA** (napad blokiramo in nato izvedemo proti-napad)

- men-kaeshi do
- kote-kaeshi men

**SURIAGE WAZA** (napad blokiramo s polkrožnim odbojem in izvedemo proti-napad):

- men-suriage men
- kote-suriage men

### **DAN STOPNJE**

<b>Izpitna stopnja</b>	<b>Izpitni predmeti</b>
1. dan	izpitna borba (2x), Nippon kendo kata: 1-3
2. dan	izpitna borba (2x), Nippon kendo kata: 1-5
3. dan	izpitna borba (2x), Nippon kendo kata: 1-7
4. dan, 5. dan	izpitna borba (2x), Nippon kendo kata: 1-10

#### **Kriteriji za ocenjevanje stopnje 1., 2. in 3. dan:**

Osrednji kriterij je stopnja kihon-a - osnovnih tehnik, ki jih izvede kandidat. Član izpitne komisije ovrednoti, ali se je kandidat naučil in pravilno usvojil osnovne tehnike.

Pri ocenjevanju izpita so pomembne sledeče točke:

(1) Chakuso in reiho: kandidatov izgled, pravilno oblečena kendo-gi in hakama, pravilna drža shinaja (chakuso); ustrezno obnašanje in etiketa (reiho).

- (2) Pravilna drža
- (3) Datotsu (udarci in vbodi) v skladu s pravilnimi, osnovnimi kendo tehnikami
- (4) Močan duh (kisei)

**Kriteriji za ocenjevanje stopnje 4. in 5. dan:**

Osrednji kriterij je nivo osnovnih in naprednih tehnik (kihon in oyo waza). Član izpitne komisije ovrednoti, ali se je kandidat popolnoma naučil in ali je sposoben izvesti osnovne in napredne tehnike.

Pri ocenjevanju izpita so poleg kriterijev za predhodne dan stopnje pomembne še sledeče točke:

- (1) stopnja obvladanja naprednih kendo tehnik;
- (2) stopnja prikazane mentalne osredotočenosti in telesne izvedbe;
- (3) strateške sposobnosti potrebne za nadzor in zmago v borbi.