

УТВЕРЖДАЮ:

**Исполнительный директор
Спортивный клуб «Альфа-БУДО»**

**_____ А.В.Сергеев
«13» декабря 2017 г.**

ПОЛОЖЕНИЕ

Об аттестации в Спортивном клубе «Альфа-Будо».

1. Цели и задачи.

Аттестационный экзамен проводится в соответствии с Календарным планом мероприятий спортивного клуба «Альфа-Будо»-2017 год.

Мероприятие проводится с целью:

- популяризации каратэ, широкого вовлечения населения в систематические занятия спортом;
- дальнейшего улучшения учебно-тренировочной работы в организациях – членах Спортивного клуба «Альфа-Будо» и повышения спортивного мастерства занимающихся;

2. Руководство проведением аттестацией.

Общее руководство подготовкой и проведением мероприятия осуществляется Спортивным клубом «Альфа-Будо».

Непосредственное руководство подготовкой и проведением экзамена возлагается на Оргкомитет.

- Председатель Оргкомитета мероприятия – А.В. Сергеев;
- Заместитель Председателя Оргкомитета мероприятия – А.В. Исаев.;
- Технический директор мероприятия – Ганин О.И.;
- Главный секретарь мероприятия – А.Б. Тихомирова.

3. Сроки и место проведения аттестации.

Сроки проведения	23 декабря 2017 года
Место проведения	СК «Альфа-Будо»
Адрес	Москва, Люблинская ул.159 корп. 1
Проезд к месту соревнований	м. Марьино,

4. Изменения в программе аттестационного экзамена!

Изменение возрастных категории при сдаче экзамена – Приложение №-1

Из программы удалено ката Джун-ро (Шотокан);

Для детей до 6 лет экзамен проходит в виде базовой техники и тестов по ОФП. Приложение №-2.

Дзю кумитэ на 5-4 кю, будут проходить по следующим правилам:

Первый, второй поединки – с участниками такой же квалификации,

Третий, четвертый поединок с участниками следующей квалификации.

Дзю кумитэ на 3-1 кю, будут проходить по следующим правилам:

Первый, второй поединки – с участниками такой же квалификации,

Третий, четвертый поединок с участниками следующей квалификации,

Пятый с инструкторами клуба.

5. Расписание экзаменов

23.12.2017

Группы Щелкунова И.А.	
Приезд участников 10-6 кю и зачет	08.30 – 08.45
Регистрация участников 10-6 кю	08.45 – 08.55
Аттестационный экзамен и зачет 10-6 кю	09.00 – 10.30
Вручение дипломов 10-6 кю	по мере готовности
Группы Аркиванлы Ф.	
Приезд участников 10-6 кю и зачет	10.30 - 10.40
Регистрация участников 10-6 кю	10.40 – 10.55
Аттестационный экзамен и зачет 10-6 кю	11.00 – 12.10
Вручение дипломов 10-6 кю	по мере готовности
Группы Фроловой В.А., Козлов А.(самбо)	
Приезд участников 10-6 кю и зачет	12.00 – 12.10
Регистрация участников 10-6 кю	12.10 – 12.30
Аттестационный экзамен и зачет 10-6 кю	12.30 – 13.10
Вручение дипломов 10-6 кю	по мере готовности

Группы Ганина О.И., Ахметжанова Р.А. Тиджиева Д.А.	
Приезд участников 10-6 кю и зачет	13.00 – 13.10
Регистрация участников 10-6 кю	13.10 – 13.25
Аттестационный экзамен и зачет 10-6 кю	13.30 – 14.40
Вручение дипломов 10-6 кю	по мере готовности
Группы Бархатова М.Н. Искендерова Э.Х.	
Приезд участников 10-6 кю и зачет	14.30 – 14.40
Регистрация участников 10-6 кю	14.40 – 14.50
Аттестационный экзамен и зачет 10-6 кю	14.50 – 15.30
Вручение дипломов 10-6 кю	по мере готовности
Группы Степина Р.П., Галкина А.Е.	
Приезд участников 10-6 кю и зачет	15.25 – 15.45
Регистрация участников 10-6 кю	15.45 – 16.00
Аттестационный экзамен и зачет 10-6 кю	16.00 – 17.00
Вручение дипломов 10-6 кю	по мере готовности
Приезд участников 5-1 кю и зачет	16.30 – 16.45
Регистрация участников 5-1 кю	16.00 – 16.45
Аттестационный экзамен и зачет 5-1 кю	18.00 – 19.00
Технические поединки 5-1 кю	19.00 – 19.20
Вручение дипломов 5-1 кю	19.30 – 19.50
Заккрытие мероприятия	20.00

6. Участники мероприятия и условия их допуска.

К участию в мероприятии допускаются спортсмены организаций – членов СК «Альфа-Будо» и приглашенные организации. Все участники должны иметь:

- документ, подтверждающий квалификацию участника;
- экзаменационный лист;
- накладки на руки, индивидуальные средства защиты, определённые правилами соревнований WKF (сдающих дзю кумитэ).

Спортсмены, нарушившие требования настоящей статьи, к мероприятию не допускаются.

7. Работа регистрационной комиссии.

Допуск участников к мероприятию осуществляет Регистрационная комиссия.

8. Адрес проведения мероприятия:

Метро Марьино, Люблинская ул.159 корп. 1

Аттестация и зачеты на пояса по каратэ в СК "АЛЬФА-БУДО"

			Сдача разрешена только с 6 лет											
			Сдача разрешена только с 7 лет											
												Сдача через 1 год		
Пояс	Белый с нашивкой 1 желтый полоса	Белый с нашивкой 2 желтый полосы	Белый с желтой нашивкой	Желтый	Желтый с оранж. нашивкой	Оранж.	Оранж. с зеленой нашивкой	Зеленый	Зеленый с синей нашивкой	Синий	Синий с корич. нашивкой	Корич.	Корич.	Корич.
кю	10	9	8	7	зачет на 6	6	зачет на 5	5	зачет на 4	4	зачет на 3	3	2	1

Программа экзамена спортсменам до 6 лет.

10 кю (белый пояс 1 желтая полоска),

9 кю (белый пояс 2 желтые полоски)

КИХОН:

Из положения хэйсоку дачи:

Выпад вперед в дзенкутсу дачи с ударом ой дзуки

(поочередно дзедан, чудан, гедан) по 5 раз – с правой руки и по 5 раз - с левой руки

Из положения хэйсоку дачи:

Уход назад в дзенкутсу дачи с блоками:

(поочередно аге уке, сото уке, гедан барай) по 5 раз – с правой руки и по 5 раз - с левой руки.

КУМИТЭ:

Из положения йой дачи:

Тори (атакующий) – вперед – дзенкутсу дачи ой дзуки (дзедан).

Уке (защищающийся) – назад – дзенкутсу дачи аге уке.

ОФП для детей 4-6 лет:

ШПАГАТ, ГИБКОСТЬ (наклоны) – оценивается по 5 бальной шкале;

ПРЫЖКОК в длину – 90 см. (удовлетворительно), 100 см. (хорошо), 110 см. (отлично);

ПРИСЕДАНИЯ – не менее 15 раз.

ОТЖИМАНИЯ (можно с колен) – 5 раз (удовлетворительно), 7 раз (хорошо), 10 раз (отлично).

Координация – общая оценка: стойка на одной ноге (ласточка) не менее 5 сек., ходьба по одной линии 5 метров.

Дополнительная техника на 9 кю ((белый пояс 2 желтые полоски).

КИХОН:

Выпад вперед в дзенкутсу дачи с ударом маи гери (чудан) – по 5 раз с правой ноги и по 5 раз с левой ноги.

Выпад назад в стойку дзенкутсу дачи с блоком гедан барай – по 5 раз с правой ноги и по 5 раз с левой ноги.

КУМИТЕ:

Тори (атакующий) – вперед – дзенкутсу дачи маи гери (чудан).

Уке (защищающийся) – назад – дзенкутсу дачи гедан барай уке.