



Факультативная экзаменационная программа  
для детей до 12 лет

- \* У экзаменатора должен быть как минимум первый ДАН Рюкю Кобудо Тэссинкан.
- \* Экзамены для детей - это внутренние экзамены Додзё и поэтому не должны регистрироваться в организации.
- \* Экзамены для детей бесплатны.  
Но экзаменатор имеет право получать до 10 евро с каждого экзаменуемого за проведение экзамена и/или сертификат.
- \* Официальный экзаменационный сертификат для детей (в формате А4) доступен для свободного скачивания.
- \* Полученный разряд КЮ обозначается добавлением на белый пояс горизонтальных полосок, которые могут быть цветными. (10й КЮ = 1 полоска, 9й КЮ = 2 полоски...)

- \* Требуются только техники с БО.

**10 КЮ - белый пояс с одной полоской**  
САН-ТО-БУН и стойки

Выполнять по 10 повторений!

1. ХАТИ-ДЗИ-ДАЧИ: **САН-ТО-БУН** МОТИ-КАЭ (изменение хвата скольжением)
2. ХАТИ-ДЗИ-ДАЧИ: **ЁКО-ЧУДАН-ЦУКИ** [МОТИ-КАЭ → ЧУДАН-ЦУКИ → МОТИ-КАЭ → ...]  
(Движение ЦУКИ: Вращать кулаки!)
3. ХАТИ-ДЗИ-ДАЧИ: **СЁМЭН-УЧИ** (Изменение хвата скольжением без подготовительного движения)  
ХИДАРИ-СЁМЭН-УЧИ-КАМАЭ → МИГИ-СЁМЭН-УЧИ → МОТИ-КАЭ →  
МИГИ-СЁМЭН-УЧИ-КАМАЭ → ХИДАРИ-СЁМЭН-УЧИ → МОТИ-КАЭ → ...
4. ХАТИ-ДЗИ-ДАЧИ: **Вращение бёдер** (1х → 2х → 3х → 1х → 2х → 3х → ...)  
(Бо стоит вертикально на полу перед экзаменуемым. Держать Бо двумя руками неподвижно на уровне груди. Плечи также неподвижны).
5. ХАТИ-ДЗИ-ДАЧИ: **ЁКО-ЧУДАН-ЦУКИ** (тройное вращение бедра) 5х влево и 5х вправо

**9 КЮ - белый пояс с двумя полосками**  
Стойки и шаги

Выполнять 5 раз слева и справа!

1. **БО-НО-КИХОН №2**
2. СИДЗЭН-ДАЧИ: **РЭНРАКУ-СЁМЭН-УЧИ** (Всегда 2 шага: вперед и назад соответственно)  
(Сначала стойка, затем техника!)
3. **НЭКО-АСИ-ДАЧИ → СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ:**  
(Держать Бо локтями горизонтально за спиной)
  - НЭКО-АСИ-ДАЧИ (КОСИ СЁМЭН)
  - Шагнуть передней ногой вперед и принять СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ (КОСИ СЁМЭН)
  - Не меняя стойки, повернуть бедро на 45 градусов наружу (КОСИ ХАНМИ)
  - Подтянуть переднюю ногу назад и принять НЭКО-АСИ-ДАЧИ (КОСИ СЁМЭН)
  - ...
4. **БО-НО-КИХОН №1**
5. **БО-НО-КИХОН №3**



Факультативная экзаменационная программа  
для детей до 12 лет

**8 КЮ - белый пояс с тремя полосками**  
ГЭДАН-УКЭ и ГЭДАН-БАРАЙ

Выполнять 5 раз слева и справа!

1. СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ: **ГЭДАН-БАРАЙ** (Выполняется на месте!)
2. **ЧУДАН-УРА-КАМАЭ** → **ЧУДАН-КАМАЭ**: (Всегда 2 шага: вперед и назад соответственно)  
→ Шаг вперед КОКУЦУ-ДАЧИ → шаг вперед СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ  
→ Шаг назад КОКУЦУ-ДАЧИ → шаг назад СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ  
→ ...
3. КОКУЦУ-ДАЧИ: **ГЭДАН-УКЭ** (Выполняется на месте!)
4. Как №2 + **ГЭДАН-УКЭ** и **ГЭДАН-БАРАЙ** (Всегда 2 шага: вперед и назад соответственно).
5. АСИ-КОМИ-КАЭ (изменяющийся шаг на месте): -  
**КОКУЦУ-ДАЧИ + ГЭДАН-УКЭ** → **СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ + ГЭДАН-БАРАЙ** → ...

**7 КЮ - белый пояс с четырьмя полосками**  
БО-НО-КИХОН № 4 и 5

Выполнять 5 раз слева и справа!

1. КОКУЦУ-ДАЧИ: **ЁРИ-АСИ ГЭДАН-НУКИ** (скольжение вперед)
2. КОКУЦУ-ДАЧИ : **ГЭДАН-УКЭ-КАМАЭ** → **ГЭДАН-УКЭ** → **ГЭДАН-НУКИ** (ЁРИ-АСИ) → ...
3. СЁМЭН-СИКО-ДАЧИ: **ЧУДАН-КАМАЭ** → **ГЭДАН-БАРАЙ-КАМАЭ** → **ГЭДАН-БАРАЙ** →  
**СЁМЭН-УЧИ-КАМАЭ** (НЭКО-АСИ-ДАЧИ) → **СЁМЭН-УЧИ** →  
**ЧУДАН-ЦУКИ** → **ЧУДАН-КАМАЭ** → ...
4. **БО-НО-КИХОН №4**
5. **БО-НО-КИХОН №5**

**6 КЮ - белый пояс с пятью полосками**  
Последовательности СУШИ-НО-КУН (СЁ)

Выполнить 5 повторений (кроме №4)!

1. **Последовательность #1:** **ЧУДАН-ЦУКИ**  
Техники КАТА 2-3 **ХАТИ-ДЗИ-ДАЧИ** → **ЁКО-СИКО-ДАЧИ** → **О-КУЦУ-ДАЧИ** → ...
2. **Последовательность #2:** **ГЭДАН-УКЭ-КАМАЭ** (уклонение) → **ГЭДАН-УКЭ** → **ГЭДАН-НУКИ**  
Техники КАТА 4-6 (**ЁРИ-АСИ**) → **ХИДАРИ-ТАТЭ-УКЭ** (левая ладонь сверху) →  
**МИГИ-МАВАРУ** → **МИГИ-ТАТЭ-УКЭ** (левая ладонь сверху) → ...
3. **Последовательность #3:** **МИГИ-ТАТЭ-УКЭ** (левая ладонь сверху) + **БО-НО-КИХОН №3** → ...  
Техники КАТА 6-10 (на месте, правая нога впереди)
4. **Последовательность #4:** А) **ХЭЙСОКУ-ДАЧИ:** **ДЗЁДАН-УЧИ** (УРА)  
Техники КАТА 11-19 Б) шаг вперед **ХИДАРИ-НАНАМЭ-МУСУБИ-ДАЧИ:** **СЁМЭН-УЧИ**  
В) Шагнуть левой стопой назад в **МИГИ-ДЗЭНКУЦУ-ДАЧИ:**  
**ЧУДАН-СОТО-УКЭ**

\* А) - В) Повторить три раза

\* Повернуться на 180° против часовой стрелки, подтянуть левую стопу, принять позицию А)

\* А) - В) Повторить три раза