

Программа аттестации

Фонд развития
Айкикай айкидо «Ямато»,
школа Фудзиты Масатакэ сенсея

6 кю

Аси (окури аси, аюми аси,
цуги аси)
Мавари аси (тенкай, тенкан,
ирими тенкан)
Укеми (маэ, усиро, ёко)

Тачи ваза

Сёмен учи

Четыре базовых входа
Иккё (омоте, ура)
Иrimi наге

Айханми катате дори

Четыре базовых входа
Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)
Иrimi наге
Коте гаеси
Сихо наге

Сувари ваза

Рёте дори
Кокю хо

5 кю

Шикко (маэ, усиро, тенкай,
тенкан, ирими тенкан)
Укеми от котегаеси
(с партнером)

Тачи ваза

Сёмен учи

Никё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)

Котегаеси
Айханми катате дори
Санкё (омоте, ура)
Гяку ханми катате дори
Четыре базовых входа
Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Сихо наге (омоте, ура)
Иrimi наге
Коте гаеси
Удекиме наге (омоте, ура)
Кайтен наге (учи, сото)

Сувари ваза

Сёменучи

Иккё (омоте, ура)
Иrimi наге

4 кю

Тачи ваза

Гяку ханми катате дори
Кокю хо
Коси наге
Кокю наге
(не менее 3-х вариантов)

Сёмен учи

Кайтен наге (учи, сото)
Енкё (омоте, ура)

Ката дори

Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)

Рёте дори

Тенчи наге
Иккё (омоте, ура)

Коте гаеси
Сихо наге (омоте, ура)
Иrimi наге
Мороте дори
Иккё (омоте, ура)
Иrimi наге
Чудан цки
Иккё (омоте, ура)
Коте гаеси
Иrimi наге
Удекими наге

Сувари ваза

Катадори

Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)

Рёте дори

Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)

3 кю

Тачи ваза

Ёкомен учи
Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Иrimi наге
Сихо наге
Мороте дори
Никё
(на 2 руки, омоте, ура)
Сихо наге
Кокю наге
(не менее 3-х вариантов)

Дзедан цки

Иккё (омоте, ура)
Иrimi наге

Усиро ваза

Рёте дори

Иккё (омоте, ура)
Иrimi наге
Сихо наге

Реката дори

Иккё (омоте, ура)
Кокю наге (2 варианта)

Сувари ваза

Сёмен учи

Енкё (омоте, ура)

Катате дори

Иккё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Иrimi наге

2 кю

Тачи ваза

Ёкомен учи

Енкё (омоте, ура)
Гокё (ура)
Удекими наге
Коте гаеси
Кокю наге

Дзёдан цки

Никё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Ёнкё (омоте, ура)
Хидзи кими осасе
Коте гаеси
Кокю наге

Катате дори

Дзю ваза

Ханми хантачи ваза

Гяку ханми катате дори
Иккё (омоте, ура)
Кайтен наге (учи, сото)
Сихо наге

Сёмен учи
Ирими наге

Усиро ваза

Катате дори куби симе
Иккё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Сихо наге

Сувари ваза

Ёкомен учи
Иккё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Ирими наге

Ката дори
Санкё (омоте, ура)
Ёнкё (омоте, ура)

1 кю

Тачи ваза

Ката дори мен учи
Иккё (омоте, ура)
Никё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Ёнкё (омоте, ура)
Сихо наге
Ирими наге

Айханми катате дори
Дзю ваза
(от двух нападающих)

Гяку ханми катате дори
Дзю ваза
(от двух нападающих)

Рете дори
Дзю ваза
(от двух нападающих)

Мороте дори
Дзю ваза
(от двух нападающих)

Танто дори

Ёкомен учи
Гокё (ура)
Хидзи киме осае

Сёмен учи
Коте гаеси
Гокё (ура)

Чудан цки
Коте гаеси

Усиро ваза

Эри дори
Иккё (омоте, ура)
Санкё (омоте, ура)
Кокю наге

Сувари ваза

Сёмен учи
Дзю ваза
Боккен и дзё субури,
дзё дори, дзё наге

**(с) Фонд развития Айкикай
айкидо «Ямато»
Россия, С.-Петербург**

Объективные критерии, используемые при аттестации

1. Работа центра (с 6 кю)

Технические действия должны начинаться из области центра (тандена). Так, вращательные движения начинаются за счёт поворота бёдер. Руки должны преимущественно располагаться напротив центра, и использоваться для передачи движения, начатого из тандена (принцип «рука-меч», или «тегатана»). При выполнении технических действий мышцы плечевого пояса (область рук, плеч, шеи) не должны быть напряжены.

2. Равновесие выполняющего технические действия (с 5 кю)

Аттестуемый должен поддерживать распрямлённое положение позвоночника, не должен передвигаться на прямых ногах. При перемещении и выполнении приёмов аттестуемый должен использовать базовые передвижения и не должен при этом терять равновесие.

3. Контроль равновесия партнёра (с 4 кю)

Аттестуемый, начиная выполнять приём, устанавливает взаимодействие между своим центром и центром партнёра. За счёт этого взаимодействия аттестуемый выводит партнёра из положения устойчивого равновесия, и не допускает его возвращения в положение равновесия до падения партнёра, или сигнала партнёра о сдаче. Устойчивым равновесием считается такое положение

партнёра, при котором он способен эффективно продолжать начатую атаку, то есть продолжать ограничивать свободу действий атакующего, или наносить ему удары. Таким образом, по ходу выполнения приёма, аттестуемый должен находиться в безопасности.

4. Слитность и непрерывность выполняемых технических действий (с 3 кю)

При приёме атаки партнёра аттестуемый должен без промедления переводить её в техническое действие, которое выполняется без остановок, не по отдельным фазам, а слитно.

5. Контроль ситуации вокруг себя и готовность к приёму следующей атаки (с 1 кю)

По ходу выполнения приёма аттестуемый не должен неотрывно наблюдать за партнёром. После завершения приёма, аттестуемый должен оказываться в позиции, позволяющей ему сразу же, без затраты времени на дополнительные приготовления, принимать следующую атаку партнёров (непрерывная работа при непрерывных атаках).

