

LKA atestacijų reikalavimai bei kriterijai

6 KYU

REIKALINGAS INVENTORIUS:

- Shinai

PRAKTINĖS UŽDUOTYS:

- Suburi: men, kote, do. Po 5 kirčius (po kiekvieno grįžtant į chudan);
- Kirikaeshi (be motodachi);
- Uchikomi: men, kote, do, kote – men (su fumikomi ir okuriashi prabėgimu, be motodachi);

REIKALAVIMAI:

- Taisyklingai atliekamas reiho (ritsu-rei, sonkyo);
- Taisyklingas kamae;
- Bazinių technikų supratimas;
- Gebėjimas atlikti kirtį sinchronizuojant kūno judesius;

NEIŠLAIKYMO KRITERIJAI:

- Pratimų nežinojimas / nesupratimas;
- Kūno sinchronizacijos trūkumas atliekant kirčius;

5 KYU

REIKALINGAS INVENTORIUS:

- Shinai/Bokuto
- Kendo-gi/Hakama

PRAKTINĖS UŽDUOTYS:

Keiko dalis (kirčiai atkiekiami į kendo-gu dėvintį motodachi):

- Kirikaeshi (motodachi nesidengia);
- Uchikomi: men, kote, do, kote – men (su fumikomi ir okuriashi prabėgimu);

Kata dalis:

- Nihon Kendo Kata 1-2;

REIKALAVIMAI:

- Chakuso - tvarkinga ir taisyklingai dėvima apranga;
- Taisyklingai atliekamas reiho (ritsu-rei, sonkyo);
- Taisyklingas kamae;
- Tenouchi supratimas;
- Bazinių technikų supratimas;
- Gebėjimas atlikti kirtį sinchronizuojant kūno judesius;
- Taisyklingas Nihon Kendo Kata formos atlikimas;

NEIŠLAIKYMO KRITERIJAI:

- Pratimų nežinojimas / nesupratimas;
- Kūno sinchronizacijos trūkumas atliekant kirčius;

4 KYU

REIKALINGAS INVENTORIUS:

- Shinai/Bokuto;
- Kendo-gi/Hakama;
- Kendo-gu;

PRAKTINĖS UŽDUOTYS:

Keiko dalis:

- Kirikaeshi (nuo 4 kyu motodachi dengiasi);
- Uchikomi: men, kote, do, kote – men (su fumikomi ir okuriashi prabėgimu);
- Jigeiko (1 minutė);

Kata dalis:

- Nihon Kendo Kata 1-2;

REIKALAVIMAI:

- 5kyu reikalavimai atsižvelgiant, kad lygis yra aukštesnis;
- Distancijos supratimas – kirčiai atliekami iš taisyklingos distancijos;
- Gebėjimas ne tik taisyklingai atlikti, bet ir taisyklingai priimti kirčius būnant motodachi kirikaeshi ir uchikomi metu.
- Kirčiai atliekami išlaikant zanshin;
- Taisyklingas Nihon Kendo Kata formos atlikimas;

NEIŠLAIKYMO KRITERIJAI:

- Pratimų nežinojimas / nesupratimas;
- Kūno sinchronizacijos trūkumas atliekant kirčius;
- Didžioji kirčių dalis atliekama iš netaisyklingos distancijos;
- Netvarkinga apranga, netaisyklingai dėvimi šarvai;

3 KYU

REIKALINGAS INVENTORIUS:

- Shinai/Bokuto;
- Kendo-gi/Hakama;
- Kendo-gu;

PRAKTINĖS UŽDUOTYS:

Keiko dalis:

- Kirikaeshi;
- Uchikomi: men, kote, do, kote – men (su fumikomi ir okuriashi prabėgimu);
- Jigeiko (1 minutė);

Kata dalis:

- Nihon Kendo Kata 1-3;

REIKALAVIMAI:

- 4kyu reikalavimai atsižvelgiant, kad lygis yra aukštesnis;
- Taisyklingas ashi-sabaki (kairė koja neužeidinėja už dešinės kirčio ir prabėgimo metu, įėjus į distanciją nedaromi papildomi žingsniai prieš kirtį..)
- Stiprus kakegoe, kiai;
- Uchikomi ir kirikaeshi atliekami vienisiai, taisyklingai reguliuojant kvėpavimą.
- Taisyklingas Nihon Kendo Kata formos atlikimas;

NEIŠLAIKYMO KRITERIJAI:

- Pratimų nežinojimas / nesupratimas;
- Kūno sinchronizacijos trūkumas atliekant kirčius;
- Didžioji kirčių dalis atliekama iš netaisyklingos distancijos;
- Kirčiai atliekami be fumikomi;
- Kirčiai atliekami be zanshin;
- Netvarkinga apranga, netaisyklingai dėvimi šarvai;

2 KYU

REIKALINGAS INVENTORIUS:

- Shinai/Bokuto;
- Kendo-gi/Hakama;
- Kendo-gu;

PRAKTINĖS UŽDUOTYS:

Keiko dalis:

- Kirikaeshi;
- Uchikomi: men, kote – men, men-taiatari-hikimen, men-taiatari-hikikote, men-taiatari-hikido, men;
(po hiki-waza, atsitraukiama iki tō-ma distancijos)
- Jigeiko (1 minutė);

Kata dalis:

- Nihon Kendo Kata 1-3;

REIKALAVIMAI:

- 3kyu reikalavimai atsižvelgiant, kad lygis yra aukštesnis;
- Ki-ken-tai-no-ichi;
- Gebėjimas atlikti yuko-datotsu kirtį;

NEIŠLAIKYMO KRITERIJAI:

- Pratimų nežinojimas / nesupratimas;
- Didžioji kirčių dalis atliekama iš netaisyklingos distancijos;
- Ki-ken-tai-no-ichi nebuvimas;
- Kirčiai atliekami be zanshin;
- Netvarkinga apranga, netaisyklingai dėvimi šarvai;

1 KYU

REIKALINGAS INVENTORIUS:

- Shinai/Bokuto;
- Kendo-gi/Hakama;
- Kendo-gu;

PRAKTINĖS UŽDUOTYS:

Keiko dalis:

- Kirikaeshi;
- Uchikomi: men, kote – men, men-taiatari-hikimen, men-taiatari-hikikote, men-taiatari-hikido, men; (po hiki-waza, atsitraukiama iki tō-ma distancijos)
- Jigeiko (1 minutė);

Kata dalis:

- Nihon Kendo Kata 1-5;

REIKALAVIMAI:

- 2kyu reikalavimai atsižvelgiant, kad lygis yra aukštesnis;
- Bandymas kirsti ne atsitiktinai, bet pasinaudojant datotsu proga (oponentui įeinant, traukiantis, dengiantis..);
- Sugebėjimas išlikti stabilioje laikysenoje kirčio metu ir po jo (nepalikti klubų gale), sugebėjimas nepavykus pirmam atlikti antrą kirtį;
- Jigeiko metu demonstruojamas aktyvus ir puolantis nusiteikimas – matomas siekis judėti į priekį, spausti oponentą ir bandymai agresyviai išnaudoti atsirandančias progas;

NEIŠLAIKYMO KRITERIJAI:

- Pratimų nežinojimas / nesupratimas;
- Didžioji kirčių dalis atliekama iš netaisyklingos distancijos;
- Ki-ken-tai-no-ichi nebuvimas;
- Kirčiai atliekami be zanshin;
- Kirčiai atliekami su intencija išvengti kovos (atgal);
- Netvarkinga apranga, netaisyklingai dėvimi šarvai;
- Grubios klaidos atliekant Nihon Kendo Kata (nežinoma veiksmų seka, nekreipiama dėmesio į distanciją, sinchronizacijos tarp uchidachi ir shidachi nebuvimas)

Lietuvos Kendo asociacijos prezidentas



Mykolas Maciulevičius