



REGULAMENTAÇÃO PARA EXAMES DE GRADUAÇÃO SUPERIOR (Faixas Pretas) NO ESTADO DA BAHIA

1.0 Para candidatar – se a Exame de Graduação Superior em Karatê Dô Tradicional no Estado da Bahia, o associado deverá solicitar a inscrição dos seus atletas, com pelo menos seis meses de clube, através de ofício anexando ao pedido os seguintes documentos:

- Atestado ou Histórico Escolar que comprove a escolaridade mínima de **Ensino Médio** completo;
- Folha corrida expedida pelo órgão competente (adultos);
- Currículo Esportivo.

2.0 Pré Requisitos Exigidos:

2.1 Tempo Mínimo de Graduação

- 1° KYU para 1° DAN – 2 anos de prática;
- 1° DAN para 2° DAN – 3 anos de prática;
- 2° DAN para 3° DAN – 4 anos de prática;
- 3° DAN para 4° DAN – 5 anos de prática;
- 4° DAN para 5° DAN – 6 anos de prática.

2.2 Idade mínima requerida

- 1° KYU para 1° DAN – 18 anos;
- 1° DAN para 2° DAN – 22 anos;
- 2° DAN para 3° DAN – 26 anos;
- 3° DAN para 4° DAN – 32 anos;
- 4° DAN para 5° DAN – 38 anos;
- 5° DAN para 6° DAN – 45 anos;
- 6° DAN para 7° DAN – 53 anos;

3.0 A categoria SEÑIOR será considerada após 40 anos de idade e merecerá critérios e condições especiais.

4.0 Requisitos Técnicos para SHODAN (1° DAN):

4.1 – **KIHON** (todas as técnicas serão iniciadas em “base livre” e retornarão à posição inicial e serão executadas avançando e/ou recuando de 3 a 4 vezes)

Técnicas a serem executadas Forma de Deslocamento

Oizuki (Zenkutsu)/Sanbom Zuki (1Jodan/2chudan) Avançar e Girar

Soto Uke (Chudan/Zenkutsu) Yoko Empi (Chudan/Kiba-dachi) Tate Uraken Uchi

(Chudan/Kiba-dachi) Gyaku Zuki (Chudan/Zenkutsu) Avançar e Recuar

Shuto Uke (Kokutsu) Kizami Mae Gueri (Chudan) Nukite (Chudan/Zenkutsu) Avançar e Recuar

Mae Ren Gueri (Keage/Kekomi-Zenkutsu) Avançar e Girar

Maw Ashi Ren Gueri (Kizami/Chudan – Maw Ashi/Jodan) Avançar e Girar

Yoko Ren Gueri Keage (Kiba-dachi) Cruzando As Pernas Kekomi (Kiba-dachi) Trocando o lado avançar e girar

Mae Gueri Keage/Yoko Gueri Keage/Ushiro Gueri (Zenkutsu) - Mesma perna e os dois



lados sem deslocamento

Ura Maw Ashi Gueri/Gyaku Zuki Avançar e Girar

(Uma combinação de três golpes requerida pela banca a critério da banca)

4.2 KATA

4.2.1 Um kata de livre escolha, dentro da seguinte relação:

BASSAI DAÍ – KANKU DAÍ – JION – JITTE – GANKAKU – EMPI – HANGETSU
(conhecimento teórico e aplicações sobre o kata escolhido)

4.2.2 Um kata escolhido pela banca entre os HEIANS e TEKKI SHODAN

4.3 Teste de Controle

Em ZENKUTSU DACHI, desferir vários golpes TZUKI contra um lápis que se move na mão do examinador, para cima e para baixo, para frente e para trás, para um lado e para o outro, chegando bem perto sem tocá-lo, observando a dinâmica do corpo e KIME

4.4 KUMITÊ

4.4.1 Jyu Ippon Kumitê – Oi Zuki (Jodan/Chudan)/ Mae Gueri (Gedan)

Maw Ashi Gueri (Jodan)/ Yoko Gueri Kekomi (Chudan)/ Ushiro Gueri (Chudan)

4.4.2 Jyu Kumitê

5.0 Requisitos Técnicos para NIDAN (2° DAN):

5.1 – KIHON (todas as técnicas serão iniciadas em “base livre” e retornarão à posição inicial e serão executadas avançando e/ou recuando de 3 a 4 vezes)

Técnicas a serem executadas Forma de Deslocamento

Kizami Zuki (Jodan/Zenkutsu)/Sanbom Zuki (1Jodan/2chudan-Zenkutsu) Avançar e Girar

Kizami Zuki (Jodan/Zenkutsu)/Mae Gueri (Gedan)/ Oi Zuki (Chudan/Zenkutsu) Avançar e Girar

Yoko Ren Gueri Keage (Kiba-dachi) Cruzando As Pernas Kekomi (Kiba-dachi) Trocando o lado avançar e girar

Age Uke (Zenkutsu-Recuando)/Maw Ashi Gueri/Uraken/Oi Zuki (Chudan/Zenkutsu)

Avançar e Girar

Mae Gueri Keage/Yoko Gueri Keage/Ushiro Gueri/Maw Ashi Gueri - Base Livre, Mesma perna e os dois lados sem deslocamento

Maw Ashi Gueri/Ura Maw Ashi Gueri/Gyaku Zuki Avançar e Girar

(Uma combinação de quatro golpes requerida pela banca a critério da banca)

5.2 KATA

5.2.1 Um kata de livre escolha, dentro da seguinte relação:

BASSAI DAÍ – KANKU DAÍ – JION – JITTE – GANKAKU – EMPI – HANGETSU
(conhecimento teórico e aplicações sobre o kata escolhido)

5.2.2 Um kata escolhido pela banca entre os BASSAI DAÍ – KANKU DAÍ – JION - EMPI



5.3 Teste de Controle

Em ZENKUTSU DACHI, desferir vários golpes TZUKI contra um lápis que se move na mão do examinador, para cima e para baixo, para frente e para trás, para um lado e para o outro, chegando bem perto sem tocá-lo, observando a dinâmica do corpo e KIME

5.4 KUMITÊ

5.4.1 SHIAI KUMITÊ

5.4.2 JYU KUMITÊ (para SENIORES, em lugar do JYU KUMITÊ, o examinado poderá fazer apresentações de defesa contra faca, porrete ou cadeira, ou defesa própria sentada ou contra agarramento, com um parceiro a sua escolha. A banca pode solicitar repetição com um novo parceiro designado por ela)

6.0 Requisitos Técnicos para SANDAN (3° DAN):

6.1 – KATA

6.1.1 Um kata de livre escolha entre os katas superiores.

6.1.2 Um kata escolhido pela banca entre os 7 obrigatórios para faixa preta:

BASSAI DAÍ – KANKU DAÍ – JION – JITTE – GANKAKU – EMPI – HANGETSU

6.2 Conhecimentos Teóricos

Questões sobre o KATA opcional executado e conhecimentos técnicos de KARATÊ

6.3 KUMITÊ

6.3.1 JYU KUMITÊ – mínimo de 3(três) adversários, um por vez (com atletas de graduação inferior)

6.3.2 Para SENIORES, em lugar do JYU KUMITÊ, o examinado poderá fazer apresentações de defesa contra faca, porrete ou cadeira, ou defesa própria sentada ou contra agarramento, com um parceiro a sua escolha. A banca pode solicitar repetição com um novo parceiro designado por ela.

6.4 Teste de Arbitragem

Os candidatos deverão dirigir um combate (SHIAI KUMITÊ) demonstrando qualidades imprescindíveis para arbitrar com segurança, tais como: conhecimento dos regulamentos em vigor, visão, posicionamento no SHIAI-JO, gesticulação, voz de comando, etc.

7.0 Requisitos Técnicos para YODAN (4° DAN):

7.1 – KATA

7.1.1 Um kata de livre escolha entre os katas superiores.

7.2 Conhecimentos Teóricos e Práticos

7.2.1 O candidato terá até cinco minutos para expor um tema de livre escolha nas áreas de KIHON, KATA e KUMITÊ. Após a exposição a banca questionará sobre o tema exposto

O tema escolhido deverá conter elementos da própria vivência do candidato, ou seja, será exigido além da pesquisa bibliográfica, uma exposição escrita e oral (teórica e prática) baseada nas experiências técnicas acumuladas pelo praticante e/ou professor.

7.3 KUMITÊ

7.3.1 JYU KUMITÊ

7.3.2 Para SENIORES, em lugar do JYU KUMITÊ, o examinado poderá fazer apresentações de defesa contra faca, porrete ou cadeira, ou defesa própria sentada ou contra agarramento, com um parceiro a sua escolha. A banca pode solicitar repetição com um novo parceiro designado por ela.