

Алгоритм аттестации коричневые пояса 2026 (средняя группа)

1. Aikido Renshinkai two thousand and twenty-six. (называется текущий год)
_____ Kyu test (practice test- если пробная)
2. Вызываются участники экзамена без пауз, по фамильно (или имени). Каждый кричит ОС, хлопает по полу и бежит на место.
3. -Старший группы (сдающий) командует «*sensei ni rei*»
 - a. Все сдающие одновременно выполняют поклон.

Во время подачи команд, между командами делается пауза 3-5 секунд!!!

-
4. Migi hanmi kamae.
 - a. Выход в правостороннюю стойку.
 5. Kamae Naore.
 - a. Возврат обратно в стойку «смирно»
 6. Hidari hanmi kamae
 7. Kamae Naore

Все движения выполняются синхронно!

Должно создаваться ощущение что аттестуемые являются зеркальным отражением друг друга, в плане одновременности выполнения движений.

8. Движения кихона, в средней группе выполняется одиночный кихон.

9. Migi hanmi katae.

10. Название выполняемого кихона.

1. -----
2. -----
3. -----

11. Hajime

- a. Движение выполняется непрерывно несколько раз (около 5-7 раз)

12. Yame

13. !!!!!!! Повторяем то же самое для всех пунктов кихона с пункта 9. !!!!!

14. Переходим к суматсу доса. Стойка Migi hanmi katae.

15. Shumatsu dosa 1

16. Hajime

- a. Движение выполняется непрерывно несколько раз (около 2-4 раза)

17. Yame

18. Hantai onajiku- смена стойки

19. Hajime

- a. Движение выполняется непрерывно несколько раз (около 2-4 раза)

20. Yame

21. Hantai onajiku- смена стойки

22. Shumatsu dosa 2

23. !!!!!!!! Повторяем то же самое для суматсу доса ни начиная с пункта 16

*Если аттестуемый совершил ошибку в выполняемой технике и экзаменатор хочет, чтобы был повтор текущей техники, то вторично подаётся команда: **Hajime**.*

Аттестуемый должен **самостоятельно** осознать причину повтора и по возможности исправить технику

Возможно не более **трёх** попыток!!!

24.Переходим к обязательным техникам. Стойка *Migi hanmi kamae*.

25.*Ichi ni tsuite*.

- а. Произносится как одно слово – быстро «ичництэ́». Занимается позиция 4 метра.

26.*Otagai ni rei*.

- а. Поклон друг другу- СИНХРОННО и с таймингом.

27.*Migi hanmi kamae*.

28.Название выполняемой техники

1. -----
2. -----
3. -----

- Объявление обязательной техники. (ВСЕ АТЭМИ, ЗАХВАТЫ, БРОСКИ и КОНТРОЛИ В ТЕХНИКАХ И ДЖИУ_ВАДЗА ДЕЛАЮТСЯ НА «КИАЙ» с обеих сторон)
- занимается исходная дистанция 2 метра + *kamae*.

29.*Hajime* - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

30.*Hantai onajiku*- смена стойки

31.*Hajime* - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

32.*Shite uke kotae onajiku*- Смена ролей и стоек в исходные.

33.*Hajime* - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

34.*Hantai onajiku*- смена стойки

35.*Hajime* - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

36.*Shite uke kotae onajiku*- Смена ролей и стоек в исходные.

37.!!!!!!Повторяем то же самое для всех обязательных техник начиная с пункта 28

Команда *Yame* даётся только в случае ошибки!!!!!!

38. *Переходим к выборочным техникам.*

39. Shitei Waza Ipon-Me

а. занимается исходная дистанция 2 метра + камае.

40. Название выполняемой техники

1. -----
2. -----
3. -----

41. Hajime - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

42. Hantai onajiku- смена стойки

43. Hajime - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

44. Shite uke kotae onajiku- Смена ролей и стоек в исходные.

45. Hajime - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

46. Hantai onajiku- смена стойки

47. Hajime - Выполняется схождение до дистанции атаки и атака

48. Shitei Waza Nihon-Me (Называется техника и повторяются пункты 39-47)

49. Shitei Waza Sanbon-Me (Называется техника и повторяются пункты 39-47)

*Команда **Yame** даётся только в случае ошибки!!!!*

50. Завершающая часть аттестации

51. Kamae naore

52. Otagai no rei

53. Shomen

54. Sensei ni Rei

55. Tai jo

убегают строем вдоль края татами, становятся в линию, старший командует «сэйдза хо», посадка с левой ноги назад- без рук и движения вперед. Руки сразу на бедрах.

Выполнение регламента является неотъемлемой частью аттестации!!!

**Движения должны выполняться чётко и синхронно с противником
(как будто вы смотрите в зеркало).**

Регламент проверяет сосредоточенность и внимательность участника аттестации на протяжении всего времени аттестации.

Также важно точное позиционирование в пространстве. Имеется введу точное расположение участника в начальной части экзамена, перед выполнением любых движений и техник. Откуда начал туда и вернулся.