

Нихон кэмпо тэ дзюцу сайто рю
Квалификационные требования 6 уровня (4 кю) синий

Стандарт

Атакующие действия:

1. Серия не менее 3 ударов из положения с захватом на запястье. (Оценивается качество ударов передвижение, использование позиций, уход от возможного удара свободной рукой).
2. Серия не менее 3 ударов из положения с захватом на плече за одежду. (Оценивается качество ударов передвижение, использование позиций, уход от возможного удара свободной рукой).
3. Серия не менее 3 ударов из положения с захватом на отвороте одежды. (Оценивается качество ударов передвижение, использование позиций, уход от возможного удара свободной рукой).
4. Каскадная серия ударов в уходе с линии атаки.
5. Нанесение удара – переход в захват на блоке и проведение броска.
6. Нанесение удара – переход в захват на блоке, затем выход из захвата и нанесение серии ударов. (Одной рукой). Оценивается работа центром тяжести, выведение противника из равновесия, качество ударов, сохранение собственного равновесия.
7. Прямой удар ногой за спину (в повороте).

Техника демонстрируется только в парах.

Защитные действия:

1. Снятие двойного захвата на запястье.
2. Снятие двойного захвата за отворот одежды.
3. Снятие двойного захвата за плечи.
4. Защита от прямого удара в голову (не менее трех ответных ударов с фиксацией либо добиванием).
5. Защита блоком от прямого удара в корпус (не менее трех ответных ударов с фиксацией либо добиванием).
6. Защита от прямого удара ногой (не менее двух ответных ударов с фиксацией либо добиванием).
7. Защита от двух ударов руками в голову (с фиксацией позиции и добиванием).
8. Защита от бокового удара ногой. (Полноценное исполнение).
9. Снятие захвата за руку и шею (Нельсон).

Техника демонстрируется только в парах.

Бросковая техника:

1. Принятие броска с приземлением в устойчивое положение (на ноги либо на колени) и продолжающим действие ответным броском.
2. Работа в партере.
3. Бросок с круговым зашагом за спину противнику и заломом локтя. Выполняется в защите от удара, либо с собственного удара и перехода в захват.
4. Обратный бросок через колени. Выполняется в защите от удара, либо с собственного удара и перехода в захват.

Работа с оружием.

Владение короткими парными палками (нунте-бо):

1. Маховый удар (наружу, внутрь).
2. Короткий боковой удар (наружу, внутрь).
3. Удар сверху.
4. Комбинация из двух маховых ударов.
5. Комбинация из двух маховых ударов с переходом в повторную комбинацию.

6. Защита от удара палкой (сносящий блок).
7. Защита от удара палкой (смещение).
8. Защита от удара палкой (встречный удар по рукам).

Работа с данным оружием осуществляется в воздух, либо перед противником, но на дальней дистанции и без контакта.

Физ подготовка

1. Подтягивание 7 раз.
2. Отжимания 35 раз (сайкен).
3. Тест на силу удара горизонтальным кулаком сайкен.
4. Тест на силу удара вертикальным кулаком сайкен.
5. Тест на силу удара боковой сайкен.

Дополнение Квалификация ОФПРБ (боевая).

К аттестации по специальной программе допускаются только претенденты аттестованные по стандартной квалификации. Прошедшим специальную аттестацию выдаются отдельные документы утвержденного образца с внесением в реестр.

Атакующие действия.

1. Боксерские комбинации в перемещении (не менее трех ударов).
2. Универсальные комбинации с использованием обратных ударов.
3. Подход к противнику и нанесение двойного бокового удара передней ногой.
4. Подход к противнику и нанесение двойного бокового удара задней ногой.
5. Комбинация серии ударов рукой и ногой.
6. Удар ногой – серия ударов рукой.

Защитные действия.

1. Уклонения от удара рукой с контратакующим ударом.
2. Блокировка удара рукой с контратакующим ударом.
3. Уклонение от удара ногой с контратакующим ударом.
4. Блокировка удара ногой с контратакующим ударом.
5. Уход от атаки (назад, вперед, в сторону) с контратакой.
6. Клинч с переходом в борцовские действия.

Работа в партере.

1. Болевой из удержания обратный рычаг локтя.
2. Болевой изгибом локтя через таз.
3. Болевой на ахиллесово сухожилие.
4. Простой удушающий.
5. Удушающий ногами в области почек.

Вся техника демонстрируется в паре в боевом ритме.

Спарринг по унифицированным правилам ОФПРБ (не менее 2-х раундов по 3 минуты).

Дополнение. Квалификация курса базовой тактической подготовки (специальная).

1. Неполная разборка-сборка карабина или винтовки М-серии. (любой модификации).
2. Неполная разборка-сборка любого пистолета (на выбор аттестующегося).
3. Хваты оружия (выхват из кобуры, передвижение).
4. Стрелковые навыки. Постановка короткоствольного оружия на цель с выхвата из кобуры. Стойки с короткоствольным и длинноствольным оружием.