**НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПО ПРОГРАММЕ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **«КЮ»** | **Часы занятий** | **Дзуки вадза** | **Дати вадза** | **Укэ-вадза** | **Кери вадза** |  | **Кихон кумитэ** | **ката** | **ОФП** |
| **Секу дзуки** | **Ой-дзуки** | **Гьяку-дзуки** | **Рен-дзуки** | **Санбон-дзуки** | **Дзенкуц-дати** | **Кокуцу-дати** | **Киба-дати** | **Мицуби-дати** | **Хатидзи-дати** | **Нейко аси дати** | **Коса-дати** | **Агэ укэ** | **Сото укэ** | **Учи удэ укэ** | **Сюто укэ** | **Сюто укэ** | **Гедан барай укэ** | **Мае кери кеагэ** | **Йоко кери кагэ** | **Йоко кери кекоми** | **Маваши кери** | **Ура маваши кери** | **Уширо маваши** | **Уширо кери какато** | **Кихон гохон кумитэ** | **Кихон санбон кумитэ** | **Кихон иппон кумитэ** | **Дзю иппон кумитэхеан** | **Тайкеку шодан** | **Хеан шодан** | **Хеан нидан** | **Хеан сандан** | **Хеан йондан** | **Хеан годан** | **Теки шодан** | **Бассай дай** | **канкудай** | **эмпи** | **дзион** | **отжимание** | **выпрыгивание** | **пресс** | **потягивание** |  |
| 1 | 10 КЮ | **2 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **2** | 9 КЮ | **2,5месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3** | 8 КЮ | **3 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **4** | 7 КЮ | **3 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **5** | 6 КЮ | **3,5 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **6** | 5 КЮ | **4 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **7** | 4 КЮ | **4,5 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **8** | 3 КЮ | **5 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **9** | 2 КЮ | **5,5 месяца** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **10** | 1 КЮ | **6 месяцев** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
|  |