



# Karate – 2021

## ESAME NAZIONALE DI GRADUAZIONE - 6°DAN

### Norme Generali

#### Requisiti

Possono sostenere l' Esame per la promozione a **6° Dan** con decorrenza 01/01/2021:

gli **Insegnanti Tecnici (Maestri)** e/o gli **Arbitri Internazionali** in possesso del 5° Dan da **otto anni** (decorrenza 1° Gennaio 2013 o precedenti).

#### Iscrizione:

Tutti i Candidati devono inviare alla Scuola Nazionale della scrivente Federazione (tramite e-mail: [formazione.karate@fijklkam.it](mailto:formazione.karate@fijklkam.it)): la domanda di partecipazione (da redigersi sul Modello allegato) unitamente alla copia del versamento **(da versarsi con bonifico bancario, IBAN IT74C0100503309000000001433, intestato a Sportello CONI/FIJKAM settore Karate- Agenzia BNL 6309)** comprovante il pagamento della quota d'Esame:

- 6° Dan: **€ 350,00.**

**Tale documentazione insieme ad una copia informatizzata (Word o Pdf) contenente la presentazione della Tesi richiesta** (V. Programmi d'Esami), **dovrà pervenire improrogabilmente**, alla Scuola Nazionale della scrivente Federazione, **entro sabato 20 novembre 2021.**

Inoltre, tutti i Candidati sono tenuti ad informare il proprio Comitato Regionale di appartenenza (anche tramite e-mail) dell'avvenuta iscrizione all'Esame Nazionale di Graduazione.

#### Modalità

L'Esame consiste in una prova **Teorica** ed in prove **Pratiche** (V. Programmi d'Esami).  
La Prova **Teorica** consiste in una **Tesi** da esporre nel tempo massimo di 15 min.  
Abbigliamento : Divisa Federale per la parte Teorica.  
Per la prova **Pratica** indossare il Karategi e dotarsi delle regolamentari Protezioni.

### LUOGO, DATA E MODALITA' DI SVOLGIMENTO ESAME 6° DAN

L' Esame per la promozione a 6° Dan si svolgerà presso il Centro Olimpico "Matteo Pellicone" del Lido di Ostia/RM con il seguente calendario:



## **PARTE TEORICA e PARTE PRATICA**

**6°Dan domenica 5 dicembre 2021:** ore 15.00/19.00

### **Commissione Esame Nazionale**

La Commissione di Esame Nazionale è composta di un Presidente e di Maestri (secondo il numero dei Candidati) a discrezione nominati dal Presidente della Federazione.

Le spese (viaggio, eventuale soggiorno e indennità forfettaria) sono a carico della Federazione.

### **Criteri di Valutazione dell'Esame parte Tecnico-Pratica**

L'esecuzione della prova tecnico-pratica deve essere adeguata all'età del Candidato. La valutazione ha carattere di globalità e, pertanto, bisogna tener conto di tutti gli elementi acquisiti durante le prove.

### **Criteri di Valutazione dell'Esame parte Teorica**

La relazione della prova teorica (tesi) verrà giudicata sulla capacità di personalizzazione del tema relazionato.

### **Criteri finali di Valutazione dell'Esame**

La valutazione finale dell'esame ha carattere di globalità e, pertanto, bisogna tener conto di tutti gli elementi acquisiti durante le prove Pratiche e Teoriche.

Solamente alla fine dell'Esame il Candidato può essere giudicato **"IDONEO"** o **"NON IDONEO"**.

\*\*\*\*\*



## **ANNO 2021**

### **ESAME 6° DAN**

L'Esame consiste in tre prove:

- A. KATA e BUNKAI**
- B. KUMITE**
- C. TESI**

### **KATA DI STILE e BUNKAI**

Il Candidato deve eseguire **due** Kata dei tre in elenco per il suo stile e con un partner di sua scelta deve eseguire anche il Bunkai ( due BUNKAI relativamente ai due kata eseguiti)

#### **Goju Ryu**

6° Dan : Kururunfa / Suparimpei / Saifa

#### **Shito Ryu**

6° Dan : Kururunfa / Suparimpei / Rohai

#### **Shotokan Ryu**

6° Dan : Meikyo / Gojushiho-Sho / Jitte

#### **Wado Ryu**

6° Dan : Jitte / Chinto / Naihanchi

\*\*\*\*\*

### **KUMITE**

Le tecniche che si possono eseguire e l'equipaggiamento (*cintura rossa e blu , paradenti, corpetto, guantini, conchiglia, paratibie e parapiedi*) sono quelle consentite e previste dal Regolamento Arbitrale FIJKAM – WKF.

#### **DURATA**

Il combattimento libero ha una durata massima di 50 " secondi

#### **INTENSITA'**

Il combattimento libero va espresso al 50% della forza e velocità dei Candidati.

\*\*\*\*\*

## **TESI**



Il candidato, dovrà nel tempo di 10/15 minuti relazionare alla Commissione i contenuti.

Il Candidato potrà, scegliere un argomento a piacere tra i **tre** proposti dalla Commissione e sotto elencati:

**1. EDUCAZIONE SPORT E VALORI:**

Una riflessione su: sport, educazione, modalità di trasmissione dei contenuti (vale a dire i metodi di insegnamento), sulla libertà o condizionamento, sul rapporto tra gruppo ed individuo e tra natura e società, su unità, congruenza ed efficacia dei metodi;

**2. IL FENOMENO DEL DROP OUT SPORTIVO NELL'ADOLESCENZA:**

L'attività sportiva in età adolescenziale, si innesta su un terreno ricco di capovolgimenti interpersonali e problematiche esistenziali, che in questo periodo subiscono massicci riaggiustamenti. Proposte metodologiche per non andare incontro ad un abbandono precoce dell'attività sportiva

**3. LA COMUNICAZIONE:**

Le relazioni umane sono costituite da varie forme di comunicazione. Nello sport possiamo considerare quattro dinamiche fondamentali che si creano attorno all'atleta: con i genitori, con l'allenatore, con i compagni di squadra e del club e con la società sportiva. In questa riflessione prendere in esame i livelli di comunicazione analizzando in particolare quelli tra l'allenatore – atleta, allenatore – atleta – genitori, ed illustrare i rischi derivanti dai meccanismi di proiezione / identificazione dei desideri ed aspettative sull'atleta.

La Tesi dovrà essere redatta secondo la seguente struttura:

- **TITOLO** (con nome e cognome del Candidato, data Esame)
- **SOMMARIO** (esempio: da slide 3 a slide 10 – ABSTRACT - da slide 11 a slide 13 – CONCLUSIONI - da slide 14 a slide 15 – BIBLIOGRAFIA)
- 
- **ABSTRACT** (riassunto schematico del contenuto)
- **CONCLUSIONI** (con proprio punto di vista)
- **BIBLIOGRAFIA** (fonti consultate)

Il Candidato dovrà venire in sede di esame fornito di una copia della Tesi.

\*\*\*\*\*

