

טופס מבחן לדאן 4
טופס מס' 5

| | |
|-----------------|---------------------|
| שם הנבחן: | גיל: |
| שם הבוחן: | דאן 3 מתאריך: |
| תאריך: | |

1. הטלות (נגה וזא)

| שם התרגיל | ימין/שמאל | ציון |
|-------------------------------|-----------|------------------------|
| 1. אוצ'י-מטא | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 2. אודה-גאשי | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 3. אָו-גורומה | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 4. הָנא-גושי | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 5. סודה-צוריקומי-גאשי | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 6. יוקו-זקרה | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 7. סומי-אוטושי | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 8. אוקי-ואזה | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 9. (בחירה) בתנועה ל-4 כיוונים | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |

סייה נקודות בפרק 1:

2. תרגילי קרקע (נה-זא)

| תרגיל | ציון |
|---------------------|------------------------|
| 1. אורה-גטאמה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 2. טטא-סנקו-גטאמה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 3. סודה-ז'ימה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 4. קטטה-ז'ימה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 5. גיאקו-אודה-גראמי | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 6. הָרָא-גטאמה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 7. קוזורה-קסה-גטאמה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 8. קנוקי-גטאמה | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| 9. (בחירה) | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |

סייה נקודות בפרק 2:

3. שילובים

| כיוון | תרגיל ראשון | תרגיל שני | ציון |
|-------|-------------|-----------|------------------------|
| זחה | | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| זחה | | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| הפוך | | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| הפוך | | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |
| בחירה | | | 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 |

סייה נקודות בפרק 3:

4. תרגיל-נגד (קאשי וזא)

| ציון | תגובת טורי | התקפת אוקה |
|------------------------|------------|------------|
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | | |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | | |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | | |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | | |

ס"ה ניקוד בפרק 4:

5. התקפה בקרקע

| ציון | תרגיל מסיים |
|------------------------|--------------------------------|
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | נגד "קיפוד" או שכיבת-אפיים: |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | נגד "קיפוד" או שכיבת-אפיים: |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | נגד "קיפוד" או שכיבת-אפיים: |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | התקפת-נגד כשטורי בשכיבת פרקדן: |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | התקפת-נגד כשטורי בשכיבת פרקדן: |
| 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 | התקפת-נגד כשאוקה בשכיבת פרקדן: |

ס"ה ניקוד בפרק 5:

6. קאטה לבחירה (בדף נפרד)

ס"ה ניקוד בפרק 6:

7. קאטה נוספת לבחירה (בדף נפרד)

ס"ה ניקוד בפרק 7:

ימולא ע"י וועדת דרגות

ס"ה פרקים 1-5 נק מתוך 330 אפשריות שהם %

פרק 6 נק מתוך אפשריות שהם %

פרק 7 נק מתוך אפשריות שהם %

חתימת הבוחן ודרגתו: