



Beoordelingsformulier 4e Dan Jiu-Jitsu

Naam kandidaat: _____ Formulier nr.: _____

Naam examinerator: _____ Paraaf examinerator: _____

Datum: -- Mat nr.: District: LI MN NH NN ON ZH ZN

A Thema 1. Kata ? Zie kata formulieren	
Demonstreer het EBo-No-Kata.	V
Demonstreer het Ne-Waza-Jitsu-No-Kata.	V
Demonstreer het Goshin-Jitsu-No-Kata.	V

1.1

1.2

1.3

B Thema 2. Atemi-Waza, Uke-Waza	
2a. Algemeen ? Toets 1 van de 2	
1. Demonstreer Atemi-Waza, op een door de partner vastgehouden body-shield.	SP
2. Demonstreer verdedigingen met Uke-Waza, verplaatsingen en Atemi-Waza tegen verschillende aanvallen.	(1)
2b. Nieuwe bewegingsvormen met wapens ? Toets 1 van de 3	
1. Tanto-Waza Toon acht (8) verschillende mesaanvallen met zowel snij- en steekbewegingen.	SP 1
2. Kaibo-Waza Demonstreer Atemi-Waza met de Kaibo, acht (8) stuks slagen en stoten.	(1)
3. Hanbo-Waza Demonstreer Atemi-Waza met de Hanbo, acht (8) stuks slagen en stoten (tweehandig).	

2

Wijze van waardering:

Examinator geeft per toetsonderwerp een waardering: S - 0 - V - G - U (Slecht - Onvoldoende - Voldoende - Goed - Uitmuntend)

Per thema wordt vastgesteld: voldoende (V) of onvoldoende (0). 0 + V = 0. 0 + V + V = V.

Legenda:

 Thema	V Volledig	SP1 Niveau 1 (techniegroep: bv. Nage-Waza / worpen)
 Subthema	SP Steekproef	SP2 Niveau 2 (technieksubgroep: bv. Ashi-Nage-Waza / beenworpen)
 Het ene òf het andere thema	(2) Minimaal 2 vragen	SP3 Niveau 3 (afzonderlijke basistechniek: bv. O-Soto-Gari)
! Keuze uit thema's	? Toetsen van vragenlijst	

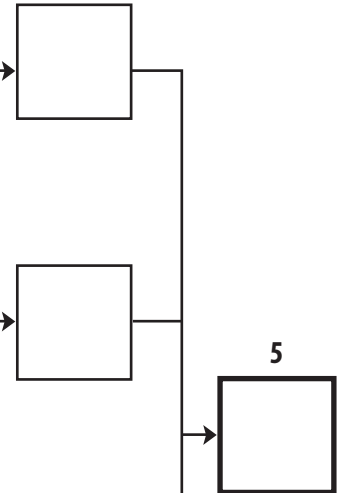
Thema 3. Meervoudigheid			? Toets 3 van de 10
1.	Koshi-Nage-Waza	Demonstreer een heupworp meervoudig.	SP 2 (3)
2.	Ashi-Nage Waza	Demonstreer een beenworp meervoudig.	
3.	Te-Nage-Waza	Demonstreer een arm- of schouderworp meervoudig.	
4.	Sutemi-Waza	Demonstreer een offerworp meervoudig.	
5.	Ude-Hishigi-Waza	Demonstreer een gestrekte armklem meervoudig.	
6.	Ude-Garami-Waza	Demonstreer een gebogen armklem meervoudig.	
7.	Kote-Kansetsu-Waza	Demonstreer een polsklem meervoudig.	
8.	Kansetsu-Waza	Demonstreer een zelf uitgekozen klem meervoudig. De klem mag geen arm (schouder)- of polsklem zijn.	
9.	Hadaka-Jime-Waza	Demonstreer een naakte verwurging meervoudig.	
10.	Eri-Jime-Waza	Demonstreer een kledingwurging meervoudig.	

3

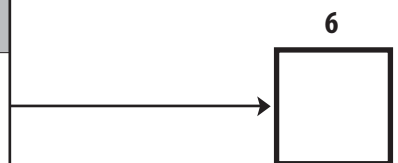
Thema 4. Bewegingsvormen staande			
<i>Nieuw aan te leren basistechnieken staande</i>			? Toets 3 van de 7
1.	Ashi-Nage-Waza	Ushiro-O-Uchi-Gari (achterwaartse beencirkelhaak)	SP 3 (3)
2.	Koshi-Nage-Waza	Utsuri-Goshi (wisselheupworp)	
3.	Te-Nage-Waza	Kiri-Otoshi (klievende worp)	
4.		Ude-Kime-Nage (armklemworp)	
5.		Hiji-Otoshi (elleboogworp)	
6.		Ashi-Seoi-Nage (schouderworp via knieholte)	
7.	Sutemi-Waza	Yoko-Wakare (zijwaartse split)	
<i>Basistechnieken staande, vrije keuze van de kandidaat</i>			? Toets 2 van de 11
1.	Ashi-Nage-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende beenworpen.	SP 2 (2)
2.	Koshi-Nage-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende heupworpen.	
3.	Te-Nage-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende arm- of schouderworpen.	
4.	Sutemi-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende offerworpen.	
5.	Ude-Hishigi-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende gestrekte armklemmen.	
6.	Ude-Garami-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende gebogen armklemmen.	
7.	Kote-Kansetsu-Waza	Demonstreer vier (4) verschillende polsklemmen.	
8.	Yubi-Kansetsu-Waza	Demonstreer twee (2) verschillende vingerklemmen.	
9.	Kubi-Kansetsu-Waza	Demonstreer twee (2) verschillende nekklemmen.	
10.	Hadaka-Jime-Waza	Demonstreer twee (2) verschillende naakte verwurgingen.	
11.	Eri-Jime-Waza	Demonstreer twee (2) verschillende kledingverwurgingen.	

4

Thema 5. Bewegingsvormen op de grond			
5a. Algemeen			◆ Toets 1 van de 3
1.	Demonstreer verdedigen vanaf de grond tegen staande aanvallen met Hikomi-Waza.		SP (1)
2.	Demonstreer verdedigen tegen pakkingen, omvattingen en Atemi-Waza op de grond.		
3.	Voer een grondgevecht uit (Randori op de grond). Demonstreer daarbij houdgrepen, klemmen, verwurgingen in de vijf basisposities.		
5b. Nieuw aan te leren basistechnieken op de grond			
1.	Eri-Jime-Waza	Okuri-Eri-Jime (Slippende kraag verwurging)	V
2.	Do-Jimi-Waza	Do-Jime (nierschaar)	
5c. Nieuwe basistechnieken op de grond, vrije keuze kandidaat			◆ Toets 2 van de 9
1.	Ude-Hishigi-Waza	Demonstreer gestrekte armklemmen vanuit drie (3) posities.	SP2 (2)
2.	Ude-Garami-Waza	Demonstreer gebogen armklemmen vanuit drie (3) posities.	
3.	Kote-Kansetsu-Waza	Demonstreer polsklemmen vanuit twee (2) posities.	
4.	Yubi-Kansetsu-Waza	Demonstreer vingerklemmen vanuit twee (2) posities.	
5.	Kubi-Kansetsu-Waza	Demonstreer nekklemmen vanuit drie (3) posities.	
6.	Ashi-Kansetsu-Waza Koshi-Kansetsu-Waza	Demonstreer voet-, knie- en heupklemmen vanuit drie (3) posities.	
7.	Hadaka-Jime-Waza	Demonstreer naakte verwurgingen vanuit twee (2) posities.	
8.	Eri-Jime-Waza.	Demonstreer kledingverwurgingen vanuit twee (2) posities.	
9.	Ashi-Jime-Waza.	Demonstreer verwurgingen m.b.v. de benen vanuit drie (3) posities.	

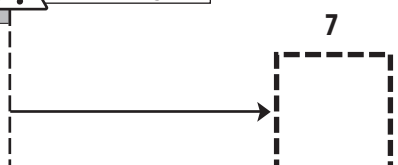



Thema 6. Aanvalscombinaties			
1.	Demonstreer vier (4) verschillende aanvalscombinaties, uitgevoerd met slag-, stoot-, trap combinaties, gevolgd door het naar de grond brengen d.m.v. een worp of klem, afronding met controle op de grond. De aanvalscombinaties moeten met verschillende technieken en aanvalspatronen worden uitgevoerd.		V




C Thema 7. Combinaties (indirecte combinaties)			
			◆ Toets 1 van de 3
1.	Nage-Waza	Combineer op zes (6) verschillende worpen, keuze kandidaat.	SP 1 (1)
2.	Kansetsu-Waza	Combineer op zes (6) verschillende klemmen, keuze kandidaat.	
3.	Jime-Waza	Combineer op drie (3) verschillende verwurgingen, keuze kandidaat.	


⚠ Of 7 of 8 vragen!





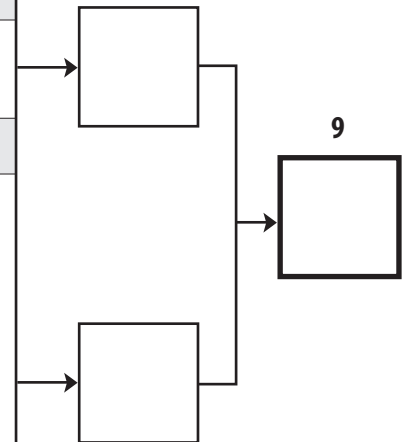
Thema 8. Overnames (verdedigen tegen Jiu-Jitsu technieken)			 Toets 1 van de 3
1.	Nage-Waza	Verdedig tegen vier (4) verschillende worpen, keuze kandidaat.	SP 1 (1)
2.	Kansetsu-Waza	Verdedig tegen vier (4) verschillende klemmen, keuze kandidaat.	
3.	Jime-Waza	Verdedig tegen drie (3) verschillende wurgingen, keuze kandidaat.	


 **Of 7 òf 8 vragen!**

8




Thema 9. Bijzondere opdrachten		
 Toets hulp aan aangevallen derden		
1.	Biedt hulp aan aangevallen derden, vijf (5) situaties staande. De situatie wordt daarbij gecontroleerd, de veiligheid van de derde en de eigen veiligheid wordt daarbij geborgd.	V
 Toets 1 van de 3		
1.	Demonstreer verschillende opbreng/transporteertechnieken, Vier (4) maal vanuit een staande positie in combinatie met een verdediging, twee (2) vanuit buikligging van de tegenstander na worp en twee(2) maal vanuit een zittende positie van de tegenstander.	SP (1)
2.	Demonstreer bevrijdingen/ontsnappingen m.b.v. Atemi-Waza (schop-, slag- en stoot-technieken), Kyusho-Waza (drukpunten) en hefboom en rotatiebewegingen tegen pakkingen en omvattingen voor, opzij en van achteren door twee tegenstanders.	
3.	Demonstreer bevrijdingen/ontsnappingen m.b.v. Atemi-Waza (schop-, slag- en stoot-technieken), Kyusho-Waza (drukpunten) en hefboom en rotatiebewegingen tegen pakkingen en omvattingen op de grond.	



Thema 10. Ongewapende aanvallen			 Toets 1 van de 4
1.	Verdedig tegen pakkingen staande, vijf (5) aanvallen uit de aanvallenindex, met vooraanval, keuze examinerator.	SP (1)	
2.	Verdedig tegen pakkingen en omvattingen op de grond, vijf (5) aanvallen uit de aanvallenindex, met vooraanval, keuze examinerator.		
3.	Verdedig tegen omvattingen, vijf (5) aanvallen uit de aanvallenindex, met vooraanval, keuze examinerator.		
4.	Verdedig tegen slagen, stoten en schoppen, vijf (5) aanvallen uit de aanvallenindex, met vooraanval, keuze examinerator.		

 **Of 10 òf 11 vragen!**

10



Thema 11. Wapens		! Of 10 òf 11 vragen!	
		? Toets 1 van de 3	
1.	Verdedig tegen vijf (5) tweehandige stokaanvallen met de lange stok, circa 1,10 m (Hanbo), uit de aanvallenindex, de aanvaller wordt ontwapend en gecontroleerd of uitgeschakeld met behulp van de stok. Bij verdedigingen toepassen: Hanbo-Atemi-Waza (stoten, slagen met de stok) Hanbo-Nage-Waza (werpen met gebruik van de stok) Hanbo-Kansetsu-Waza (klemmen met gebruik van de stok) Hanbo-Jime-Waza (wurgingen met behulp van de stok)	SP (1)	
2.	Verdedig met de korte stok (Kaibo) tegen vijf (5) stuks door de examiner op te geven basisaanvallen. Bij verdedigingen toepassen: Kaibo-Atemi-Waza (stoten, slagen met de stok) Kaibo-Ebi-Jime-Waza (geschaarde wurgingen met de stok) Kaibo-Ebi-Ude-Kansetsu-Waza (geschaarde klemmen op de arm) Kaibo-Ebi-Ashi-Kansetsu-Waza (geschaarde klemmen op het been)		
3.	Verdedig tegen aanvallen met een touw of ketting, twee (2) wurgingen en drie (3) slagbewegingen, uit de aanvallenindex (keuze kandidaat).		
		? Toets 1 van de 4	
1.	Verdedig tegen zes (6) gewapende aanvallen van de basisaanvallen met vooraanval, de vooraanval wordt ook met het wapen uitgevoerd.	SP (1)	
2.	Verdedig tegen acht (8) verschillende stokaanvallen met de Kaibo uit de aanvallenindex, bij de verdediging wordt de aanvaller ontwapend en gecontroleerd, eindcontrole vindt plaats d.m.v. de stok. Bij verdedigingen toepassen: Kaibo-Ebi-Jime-Waza (geschaarde wurging met de stok), Kaibo-Ebi-Ude-Kansetsu-Waza (geschaarde klem op de arm), Kaibo-Ebi-Ashi-Kansetsu-Waza (geschaarde klemmen op het been).		
3.	Verdedig tegen bedreiging met een mes, vier (4) richtingen/situaties uit de aanvallenindex naar keuze van de kandidaat, de aanvaller wordt ontwapend en gecontroleerd of uitgeschakeld.		
4.	Verdedig tegen bedreiging met een vuistvuurwapen, drie (3) richtingen/situaties uit de aanvallenindex naar keuze van de kandidaat, de aanvaller wordt ontwapend en gecontroleerd of uitgeschakeld.		

Thema 12. Vrije aanval/Randori			
		? Toets 1 van de 3	
1.	Verdedig tegen één (1) vrij aanvallende, ongewapende aanvaller.	SP (1)	
2.	Verdedig tegen één (1) vrij aanvallende, aanvaller gewapend met mes.		
3.	Verdedig tegen één (1) vrij aanvallende, aanvaller gewapend met stok.		
		? Toets 1 van de 2	
1.	Verdedig tegen twee (2) vrij aanvallende, ongewapende aanvallers.	SP (1)	
2.	Verdedig tegen twee (2) vrij aanvallende, aanvallers gewapend met mes of stok.		