

3, 5, 8 en 10 juli 2019 vindt het Budo Toppers Examen weer plaats voor de kyu-graden. Het beloven een paar sportieve en leerzame dagen te worden. In deze informatiesheet staat alles wat je vooraf moet weten om dit examen tot een succes te maken voor onze Toppers.

Het Budo Toppers Examen wordt binnen de club gehouden en vindt 3 keer per jaar plaats tijdens de training. Tijdens het examen gaan de Toppers op voor een nieuwe gradatie door hun technische vaardigheden zoals kihon, kata en kumite te laten zien. Voor een slip dient de Topper 1 technisch onderdeel te kennen zoals de kihon. Voor een streep dient de Topper minimaal 2 technische onderdelen te kennen zoals kihon en kata. Voor een halve band dient de Topper alle 3 de technische onderdelen te kennen. En voor een hele band dient hij alle technische onderdelen goed uit te kunnen voeren en wordt er ook gekeken naar de fysieke competenties zoals snelheid, kracht, balans. Tevens is het examen een goed moment om te zien hoe de Toppers omgaan met druk, hoeveel zelfvertrouwen ze hebben, hoe het gaat met de concentratie en doorzettingsvermogen en of hoe hun sociale competenties zijn ontwikkeld etc. Het examen gaat er niet om hoe goed iemand is, maar om welke progressie de Topper maakt. De slogan van het examen luidt dan ook: **De ware overwinning is de overwinning op jezelf!**

Data: 3, 5, 8 en 10 juli 2019

Tijd en indeling: Op 18 maart staat op de website: <http://www.budotopnederland.nl/downloads> de indeling.
Woensdag 3 juli 2019

Groep 1: 15.30 - 16.45 uur: Gele streep t/m gele band 6-7 jaar

Groep 2: 17.00 - 18.30 uur: Oranje streep t/m oranje band 7 t/m 12 jaar

Groep 3: 19.00 - 20.30 uur: Blauw t/m bruin band 10+ jaar

Vrijdag 5 juli 2019

Groep 4: 16.00 - 16.45 uur: Streepjes en slippen examen 4 t/m 6 jarige die op vrijdag trainen

Groep 5: 17.00 - 18.30 uur: Witte band en gele slip 6+ jaar

Groep 6: 18.45 - 19.30 uur: Groene band 9+ jaar

Maandag 8 juli 2019

Groep 7: 17.00 - 18.30 uur: Streepjes examen 2,5 -5 jaar

Groep 8: 18.30 - 19.45 uur: Weerbaarheid & special examen 6 - 11 jaar

Groep 9: 19.15 - 20.30 uur: Gele slip t/m gele band 8-12 jaar

Woensdag 10 juli 2019

Groep 10: 16.30 - 17.45 uur: Extra examen

Groep 11: 18.00 - 19.30 uur: Wedstrijd examen 6-11 jaar

Groep 12: 19.30 - 21.00 uur: Wedstrijd examen 12+ jaar

Plaats: Dojo Sport Activity Nederland, groenhovenpark 1 te Gouda (bij sport city)

Kosten:

Streepjes examen 2,5-6 jaar:	gratis
Witte band/Slip/weerbaarheid:	€ 5,00
Streep/halve band/hele band:	€ 8,50

Voor de betaling ontvang je een tikkie deze dient de dag voor het examen betaald te worden.

Deelname: Alleen Toppers die minimaal 12 trainingen hebben gevolgd en hun benodigde handtekening hebben gehaald op hun bandenkaart tijdens één van de proefexamens kunnen deelnemen aan het examen. Deze Toppers zullen op de examenlijst worden geplaatst welke uiterlijk 26 juni 2019 bekend zal worden gemaakt. Als je naam hierop staat kan je deelnemen aan het examen. Hierop staat tevens in welke groep je bent ingedeeld en wanneer je wordt verwacht.

Benodigdheden: Karatepak en band (+ wit shirt voor de dames)
Beschermers: rode of blauwe vuistjes en een beetje (verplicht)
Bidon met water

Verloop:

Het examen start met de openingsgroet en de warming-up. Tijdens de warming-up wordt er gekeken naar het fysiek aspect. Vervolgens worden de Japanse woorden doorgenomen en gaan we door naar de kihon, kata en kumite. Tijdens dit onderdeel kijken we vooral naar het technische gedeelte, maar ook de sociaal-/ emotionele aspecten worden onder de loep genomen. Na het technische gedeelte doen we de Super Seven en sluiten we af met de uitreiking. Omdat het examen maar een moment opname is wordt er ook gekeken naar de prestaties en houding tijdens de reguliere lessen. Het gaat er niet echt om hoe goed een topper is maar meer om welke progressie en ontwikkeling de topper maakt.

Toeschouwers:

Tijdens de examens zijn alle ouders van harte welkom om binnen te komen kijken en om hun kind positief te steunen. Wij willen jullie wel vragen om op tijd aanwezig te zijn, mobieltjes op stil te zetten en zo stil mogelijk langs de kant te zijn zodat iedereen zich goed kan concentreren. Tijdens het examen zal de deur sluiten, maar wilt u later aansluiten en komen kijken dan kan dat van achter het raam. 5 minuten voor de uitreiking zal de deur weer open gaan zodat alle ouders toch bij de uitreiking aanwezig kunnen zijn.

Examentrainingen:

Woensdag 19 juni :	oefen/proefexamen tijdens de reguliere lessen
Vrijdag 21 juni:	oefen/proefexamen tijdens de reguliere lessen
Zondag 23 juni:	oefen/proefexamen van 17.00 - 17.45 kihon/kata & 17.45-18.30 kumite
Maandag 24 juni:	oefen/proefexamen tijdens de reguliere lessen
Woensdag 26 juni :	oefen/proefexamen tijdens de reguliere lessen
Vrijdag 28 juni:	oefen/proefexamen tijdens de reguliere lessen
Zondag 30 juni:	oefen/proefexamen van 17.00 - 17.45 kihon/kata & 17.45-18.30 kumite
Maandag 1 juli:	oefen/proefexamen tijdens de reguliere lessen

Tijdens deze training zal tevens worden gekeken of de toppers er klaar voor zijn. Mocht het zo zijn dat zij nog extra begeleiding nodig hebben tijdens het examen dan zullen zij worden ingedeeld op woensdag 10 juli.

Alle exameneisen kan je terugvinden op de website: <http://www.budotopnederland.nl/downloads>.

Contact:

Voor vragen, tips/tops kan je altijd contact met ons opnemen via: info@budotopnederland.nl

Het examen

- De deelnemers melden zich 15 minuten voor aanvang bij de aanmeldtafel.
- De deelnemers maken een staande groet bij het betreden en verlaten van de dojo.
- De deelnemers houden bij aanvang van het examen de groetceremonie. (zie exameneisen).
- De deelnemers voeren het examenprogramma en de daarbij horende technieken in opdracht van de examiner uit zoals omschreven in de exameneisen.
- De deelnemers ontvangen na het examen hun beoordeling met de uitslag op hun rapport.

Deelnemer

- De deelnemers dienen voor het examen het minimaal aantal trainingen te hebben gevolgd:
- De deelnemer heeft voor een slip minimaal 12 trainingen gevolgd.
 - De deelnemer heeft voor een streep minimaal 24 trainingen gevolgd.
 - De deelnemer heeft voor een halve band minimaal 36 trainingen gevolgd.
 - De deelnemer heeft voor een hele band minimaal 48 trainingen gevolgd.Het aantal gevolgde trainingen wordt bijgehouden op het bandenformulier met stickers.
- De deelnemers moeten tevens zijn geslaagd voor het proefexamen waarbij ze per onderdeel een handtekening kunnen verdienen op het bandenformulier.
 - De deelnemer heeft voor een slip 1 handtekening nodig van de trainer.
 - De deelnemer heeft voor een streep 2 handtekeningen nodig van de trainer.
 - De deelnemer heeft voor een halve band 3 handtekeningen nodig van de trainer.
 - De deelnemer heeft voor een hele band 4 handtekeningen nodig van de trainer.

Beoordeling

- De deelnemer wordt beoordeeld door een trainer van Budo Top Nederland.
- De deelnemer wordt met een positieve blik beoordeeld.
- De deelnemer wordt naast de technische vaardigheden ook beoordeeld op de houding tijdens de les en zijn/haar fysieke/sociaal/emotionele vaardigheden.
- De deelnemer mag een foutje maken en er wordt rekening gehouden met zenuwen en leeftijd etc.

Ouders en/of toeschouwer van de deelnemer

- De ouder en toeschouwer is een goede supporter en geeft het goede voorbeeld door respect te hebben voor iedereen.
- De ouder en toeschouwer houdt zich afzijdig ten opzichte van de beoordeling van de deelnemers door de examiner.
De ouder en toeschouwer houdt zich langs de kant zo stil mogelijk en mobiele telefoons zijn uitgeschakeld.
- De ouder en toeschouwer betreden of verlaten de dojo niet meer als de deur van de dojo dicht is.
- De ouder zorgt ervoor dat de deelnemer op tijd aanwezig is of ziet erop toe dat de deelnemer zich op tijd afmeldt voor het examen als hij/zij is verhinderd.

Algemeen

- De deelnemer houdt zich tijdens het examen tevens aan het Clubreglement van de Budo Top Nederland.
- De deelnemer zorgt ervoor dat contributies en examengelden zijn voldaan.

BANDEN KARATE

WITTE BAND



STREEPJES EXAMEN (2,5-6 jaar)

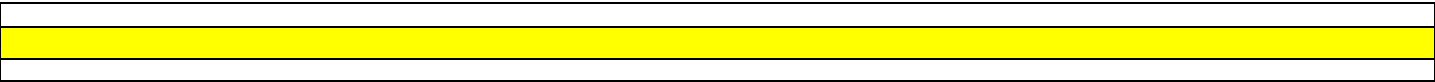


GELE SLIP T/M GELE BAND

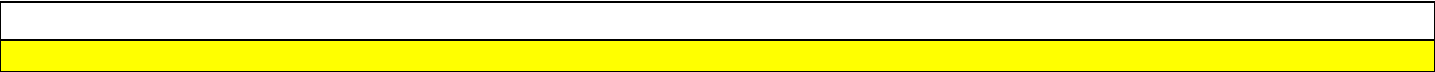
GEEL SLIP



GEEL STREEP



GEEL HALF



GEEL HEEL



ORANJE SLIP T/M ORANJE BAND

ORANJE SLIP



ORANJE STREEP



ORANJE HALF



ORANJE HEEL



GROENE SLIP T/M BRUIN

GROEN SLIP



GROEN STREEP



GROEN HALF



GROEN HEEL



BLAUW SLIP



BLAUW STREEP



BLAUW HALF



BLAUW HEEL



BRUIN SLIP



BRUIN STREEP



BRUIN HALF



BRUIN HEEL



WEERBAARHEID: 6-11 jaar 1 april 17.30 - 18.30 uur

De toppers van weerbaarheid volgen een ander bandensysteem. Voor elk examen halen zijn een dunner band die wel in de kleuren zijn van de officiële karatebanden. Wit, Geel, Oranje, Groen, Blauw, Bruin en Zwart. Na het behalen van de zwarte band kunnen zij doorstromen naar de officiële gele band karate of judo.