

# FOLHA DE EXAME KARATÉ-DO



空手道松涛会

Nome <input type="text"/>		
Ginásio <input type="text"/>		
Gradação <input type="text"/>	Data <input type="text"/>	
KIHON		Valores
<b>INDIVIDUAL</b>	Shisei-waza <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>A PARES</b> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Ashi-waza <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	
	Uke-waza <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	7 MÁXIMAS
	Tsuki-waza <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
	Geri-waza <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	<b>SEQUÊNCIA</b> <input type="checkbox"/>
KUMITÉ		Valores
Ippon-kumité <input type="checkbox"/>	Midale <input type="checkbox"/>	
Sanbom-kumité <input type="checkbox"/>	Haiso-kumité <input type="checkbox"/>	
Gohon-kumité <input type="checkbox"/>	Shiai-kumité <input type="checkbox"/>	
Ju-ippon-kumité <input type="checkbox"/>	Ju-kumité <input type="checkbox"/>	
Okuri-Ju-ippon-kumité <input type="checkbox"/>		
KATAS		Valores
<b>KATAS OBRIGATÓRIAS</b>	<b>KATA FACULTATIVA</b>	
Técnica <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Técnica <input type="checkbox"/>	
Ritmo <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Ritmo <input type="checkbox"/>	
Kiai <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>	Kiai <input type="checkbox"/>	
ASPECTOS GERAIS		Valores
Cerimonial do Kimono <input type="checkbox"/>	Testes de quebra (Shiwari) <input type="checkbox"/>	
Prova mental (Zanshin) <input type="checkbox"/>	Vocabulário / Prova escrita <input type="checkbox"/>	
AVALIAÇÃO GLOBAL		

CONSELHO  
TÉCNICO

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

# REGRAS

Este documento tem como objectivo clarificar o preenchimento por parte do conselho técnico a folha de exame.

Foi aplicada uma escala de 0 a 20 valores como critério geral de avaliação, estando dividido da seguinte forma:

KIHON	KUMITÉ	KATAS	ASPECTOS GERAIS
5 Valores	5 Valores	6 Valores	4 Valores

## Avaliação do Kihon

Todas as secções terão uma avaliação de 0 a 5 valores, onde:

NÃO FEZ / NÃO SABE	FEZ COM IMPERFEIÇÕES	FEZ A TÉCNICA CORRECTA	FEZ BEM A TÉCNICA DEMONSTRANDO O ZANCHIN
0	1,2	3,4	5

## Avaliação do Kumité

Todas as secções terão uma avaliação de 0 a 5 valores, onde:

NÃO FEZ / NÃO SABE	FEZ COM IMPERFEIÇÕES	FEZ O EXERCÍCIO CORRECTAMENTE	FEZ O EXERCÍCIO CORRECTAMENTE DEMONSTRANDO O ZANCHIN
0	1,2	3,4	5

## Avaliação da Kata

Todas as secções terão uma avaliação de 0 a 6 valores, onde:

NÃO FEZ / NÃO SABE	FEZ COM IMPERFEIÇÕES	FEZ A KATA CORRECTAMENTE	FEZ A KATA CORRECTAMENTE DEMONSTRANDO O ZANCHIN
0	1,2,3	4,5	6

Cada coluna diz respeito a uma kata sendo preenchido atendendo ao nível de técnica, ritmo empregue e se fez ou não os kiais. Pode-se pedir até 3 katas do programa podendo o praticante realizar uma kata facultativa.

## Aspectos gerais

Todas as secções terão uma avaliação de 0 a 4 valores, onde:

NÃO FEZ / NÃO SABE	FEZ COM IMPERFEIÇÕES	FEZ CORRECTAMENTE
0	1,2,3	4

No caso do vocabulário a avaliação é aplicada da seguinte forma:

NÃO RESPONDEU	RESPONDEU A MENOS DE METADE DAS PERGUNTAS CORRECTAS	RESPONDEU A MAIS DE METADE DAS PERGUNTAS CORRECTAS	RESPONDEU A TODAS AS PERGUNTAS CORRECTAS
0	1	2,3	4

**Exemplo prático:** Kumité (Ippon-kumité - 4 valores; Sambom-kumite - 3 valores; Gohon-kumité - 4 valores; Midale - 3 valores (4+3+4+3=14); numero de quadrados utilizados 4(Ippon, Sambom, Gohon e Midale).  
Dividir o total (14) por Quadrados utilizados (4),  $14/4=3,5$  valores.

A **avaliação global** é atribuída pela soma dos valores de Kihon, de Kumité, de Kata e de Aspectos gerais