

**TÜRKİYE KARATE FEDERASYONU  
SHOTOKAN DAN SINAV SORULARI**

**1.DAN**

**Kİ-HON:**

- 1) a-(Z.D./ Oi Tsuki-Gyaku Tsuki  
b-(Z.D./ Sanbon Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

- 2) a-(Z.D./ Age Uke - Gyaku Tsuki  
b-(Z.D./ Soto Uke- (Kb.D./Yoko Empi -Uraken Uchi - (Z.D./ Gyaku Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

- 3) a-(Z.D./Uchi Uke - Kizami Tsuki - Gyaku Tsuki  
b-(Z.D./ Gedan Barai-Uraken Uchi- Gyaku Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

- 4) -(K.D./ Shuto Uke- Kizami Mae Geri-(Z.D./Tate Nukite

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

- 5) a-(Z.D./ Oi Age Empi-(Kb.D/Oi Yoko Empi- (Z.D./ Oi Mawashi Empi- Oi Mae Empi-(K.D./ Oi Ushiro Empi  
b-(Z.D./ Oi Mae Geri

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

- 6) a-(Kb.D./ Yoko Geri Kiage  
b-(Kb.D/ Yoko Geri Kegomi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş (Yori Ashi)MİGİ ve HİDARİ olarak (2 veya 4 kez);

- 7) a-(Z.D./ Oi Mawashi Geri  
b-(Z.D./ Oi Ushiro Geri

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak ( 4 kez).

- 8) a- (Z.D./ SHİHO GYAKU ZUKI (TSUKİ)  
b-(Z.D./ SHİHO MAE GERİ

Uygulama şekli: HACHIJI DACHI'den MİGİ ve HİDARİ olarak (1 veya 2 kez)

**KATA:**

HEİAN 1-5 ve TEKKİ SHODAN Katalarından bir ya da ikisini imtihan komisyon üyeleri sorar.

JİON veya KANKU-DAİ Katalarından birini sho dan adayı kursiyer seçer ve sunar.

**KUMİTE:**

GO-HON KUMİTE (Tek Teknik 5 adımlı)

SANBON KUMİTE (Oi Tsuki Jodan – Oi Tsuki Chudan – Mae Geri Chudan)

Kİ-HON İPPON KUMİTE (Oi Tsuki Jodan – Oi Tsuki Chudan – Mae Geri Chudan)

JİYU İPPON KUMİTE (Oi Tsuki Jodan–Oi Tsuki Chudan– Mae Geri Chudan-Yoko Geri Chudan-Mawashi Geri Jodan-Ushiro Geri Chudan)

Temel Kumite türlerinden bir veya ikisini komisyon sorar.

JİYU KUMİTE (1-2 dk. resmi Kumite kriterleri geçerlidir )

Uygulama şekli: JİYU KUMİTE hariç MİGİ ve HİDARİ olarak (1 veya 2 kez)

**KULLANILAN KISALTMALAR:**

HHJ.D. (Hachiji dachi);

Z.D.(Zenkutsu dachi);

K.D.(Kokutsu dachi);

Kb.D.(Kiba dachi)

## 2. DAN

### Kİ-HON:

1)-(Z.D./ Oi Tsuki- Gyaku Tsuki - Sanbon Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

2)-(Z.D./ Age Uke - Gyaku Tsuki-Age Empi Uchi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 );

3)-(Z.D./ Soto Uke- (Kb.D./Yoko Empi -Uraken Uchi - (Z.D./ Gyaku Zuki- Gedan Barai

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

4)-(K.D./Uchi Uke-(Z.D./ Kizami Tsuki - Gyaku Tsuki - Mae Empi Uchi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

5)-(K.D./ Gedan Barai-(Z.D./ Uraken Uchi- Gyaku Tsuki- Mawashi Empi Uchi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

6)-(K.D./ Shuto Uke- Kizami Mae Geri- (Z.D./Tate Nukite

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

7) (Z.D./ Ren Geri

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

8)(Kb.D./ Yoshi Ashi Yoko Geri Keage- Oi Yoko Geri Kekomi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (4 kez);

9) a-(Z.D./ Kizami Mawashi Geri- Oi Mawashi Geri

b-(Z.D./ Oi Ushiro Geri-Gyaku Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (4 kez);

10) HACHIJI DACHI'den :

a- (F.D./ SHIHO TATE SHUTO UKE:(Z.D./ GYAKU ZUKI (TSUKI)

b- GEDAN GAME'eden:(Z.D./ SHIHO MAE GERİ –GYAKU ZUKI (TSUKI)

Uygulama şekli: HACHIJI DACHI'den MİGİ ve HİDARİ olarak (1 veya 2 kez)

### KATA:

JION, KANKU-DAI, BASSAI DAI + 5 HEIAN ve TEKKI SHODAN Katalarından (1+1)olarak ikisini imtihan komisyon üyeleri sorar.

EMPI, JION - KANKU-DAI, BASSAI DAI katalarından birini 2. Dan adayı kursiyer seçer.

### KUMİTE:

GO-HON KUMİTE (Tek Teknik 5 adımlı)

SANBON KUMİTE (Oi Tsuki Jodan – Oi Tsuki Chudan – Mae Geri Chudan)

Kİ-HON İPPON KUMİTE (Oi Tsuki Jodan –Oi Tsuki Chudan- Mae Geri – Yoko Geri – Mawashi Geri – Ushiro Geri

JİYU İPPON KUMİTE Temel Kumite türlerinden birini komisyon sorar.

JİYU KUMİTE (1-2 dk. resmi Kumite kriterleri geçerlidir ) 2 kişi ile

### KULLANILAN KISALTMALAR:

HCJD. (Hachiji dachi); Z.D.(Zenkutsu dachi); K.D.(Kokutsu dachi); Kb.D.(Kiba dachi); F.D.(Fudo dachi)

( Her bir üst kuşak aşaması geride kalan alt seviye testlerinde sorumludur..!)

### 3.DAN

#### Kİ-HON:

1)-(Z.D./ Kizami Tsuki - Gyaku Tsuki - Sanbon Tsuki - Oi Uraken Uchi- Gyaku Tate Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (1 veya 2 kez);

2)-(K.D./ Age Uke – Mae Geri **sagaru (geri)** - Gyaku Tsuki-(K.D./ Shuto Uke-Kizami Mae Geri-(Z.D./Tate Tsuki - Haito uchi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (1 veya 2 kez);

3)-(Z.D./ Soto Uke- (Kb.D./Yoko Empi -Uraken Uchi -(Z.D./ Gyaku Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

4)-(Z.D./Uchi Uke-(Kb.D./ Yoko Empi Uchi – (Z.D./ Gyaku Mae Empi- Kz. Age Empi – (F.D./ Oi Otoshi Empi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş MİĞİ ve HİDARİ olarak (1 veya 2 kez);

5)-(Z.D./Mae Geri- Mawashi Geri- Uraken Uchi- Gyaku Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

6)-(Z.D./Yoko Geri Keage- Yoko Geri Kekomi (Aynı ayakla)

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

7)- (Hk. D./Mae Geri-Yoko Geri- Ushiro Geri- Mawashi Geri (aynı ayakla)

Uygulama şekli: olduğu yerde Migi ve Hıdarı olarak (3 er kez );

8) HACHIJI DACHI'den :

a- SHIHO EMPİ UCHİ

b- SHIHO SHUTO UKE - KIZAMI MAE GERİ-TATE NUKİTE

c- SHIHO TATE SHUTO UKE- GYAKU ZUKI (TSUKİ)

d- SHIHO MAE GERİ –GYAKU ZUKI (TSUKİ)

Uygulama şekli: HACHIJI DACHI'den MİĞİ ve HİDARİ olarak (1 veya 2 kez)

#### KATA:

JİON, KANKU-DAİ, BASSAI DAİ, EMPİ + 5 HEİAN VE TEKKİ SHODAN Katarlarından (1+1)olarak ikisi (2) imtihan komisyon üyeleri sorar.

KANKU-SHO, BASSAI- SHO, CHINTE, GANGAKU ve SOCHIN katarlarından birini aday seçer ve uygular.

**Not: Kursiyer, seçtiği katanın Komisyon üyelerince sorulan bölümlerini açıklamalıdır.**

#### KUMİTE:

GO-HON KUMİTE

SANBON KUMİTE

Kİ-HON İPPON KUMİTE

JİYU İPPON KUMİTE

JİYU KUMİTE (1-2 dk. resmi Kumite kriterleri geçerlidir ) 3 kişi ile.

#### KULLANILAN KISALTMALAR:

HHJ.D. (Hachiji dachi); Z.D.(Zenkutsu dachi); K.D.(Kokutsu dachi); Kb.D.(Kiba dachi); F.D.(Fudo dachi) ; Hk.D.(heiko dachi)

( Her bir üst kuşak aşaması geride kalan alt seviye testlerinde sorumludur..!)

## 4.DAN

### KIHON:

1)-(Z.D.) Mae Geri -Jun Tsuki-Gyaku Tsuki **Sagaru (geri)** Gedan Barai – GyakuTsuki-Mawashi Geri- Uraken Uchi- Oi Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

2)-(Z.D./ Oi Tsuki- Gyaku Tsuki **Sagaru (geri)** Sote Uke- Gyaku Tsuki- Yoko Kekomi Geri- Ushiro Geri- Gyaku Tate Tsuki

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

3)-(Z.D./ Kizami Tsuki- Sanbon Tsuki- Mae geri- Oi Gyaku Tsuki- (Z.D./ Uchi Uke (olduğu yerde)- **Sagaru (geri)** (K.D./ Age Uke- Sote Uke- Gedan Barai-**Sagaru** Gedan Nagashi Uke **Sagaru** -N.A.D./ Gyaku Uchi Uke-(Z.D./ Kz.Age Empi Uchi- (Kb.D./ (ayak değiştirerek)Yoko Empi Uchi

Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye geliş olarak (MİGİ ve HİDARI);

4) **HACHIJI DACHI**'den :

a- SHIHO EMPİ UCHİ

b- SHIHO SHUTO UKE - KIZAMI MAE GERİ- TATE NUKİTE

c- SHIHO TATE SHUTO UKE- GYAKU ZUKI (TSUKİ)

d- SHIHO MAE GERİ –GYAKU ZUKI (TSUKİ )

Uygulama şekli: **HACHIJI DACHI**'den MİGİ ve HİDARI olarak (1 veya 2 kez)

### KATA:

JION, KANKU- DAI, EMPİ, B. DAI ve KANKU-SHO Katarlarından birini komisyon seçer ve sorar.

JITTE, CHINTE, HANGETSU, TEKKİ NİDAN, JIN, BASAI SHO, GOJU SHIHO SHO,GOJU SHIHO DAI, GANGAKU ve SOCHIN katarlarından birini aday seçer ve uygular.

**Not: Kursiyer, seçtiği katanın Komisyon üyelerince sorulan bölümlerini açıklamalıdır.**

### KUMİTE:

SANBON KUMİTE

GO-HON KUMİTE

Kİ-HON İPPON KUMİTE

JİYU İPPON KUMİTE Temel Kumite türlerinden bir ya da ikisini komisyon sorar.

JİYU KUMİTE ( 1,dk.resmi Kumite kriterleri geçerlidir.) 4 kişi ile;

( Her bir üst kuşak aşaması geride kalan alt seviye testlerinde sorumludur..!)

## 5.DAN

### KİHON:

- 1) Kizami Tsuki- Oi Tsuki- Gyaku Tsuki - Mae Geri Oi Tsuki-Gyaku Tate Tsuki  
Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);
- 2) Yoko Kekomi Geri-Uraken Uchi-Gyaku Tsuki - Mawashi Geri Uraken Uchi - Gyaku Tate Tsuki  
Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);
- 3) Mae geri-Jun Tsuki - Gyaku Tsuki - Ushiro Geri- Oi Tsuki- Gyaku Tate Tsuki  
Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);
- 4) **HACHIJI DACHI'den :**
  - a- SHIHO EMPİ UCHİ
  - b- SHIHO SHUTO UKE- KIZAMI MAE GERİ- TATE NUKİTE
  - c- SHIHO TATE SHUTO UKE- GYAKU ZUKİ (TSUKİ)
  - d- SHIHO MAE GERİ – GYAKU ZUKİ (TSUKİ)Uygulama şekli: **HACHIJI DACHI'den MİĞİ ve HİDARİ** olarak (1 veya 2 kez)

### KATA:

JION, KANKU-DAİ, EMPİ, B. DAİ, KANKU-SHO ve BASSAI SHO Katarlarından birini komisyon seçer ve sorar.  
JITTE, CHINTE, HANGETSU, MEKYO, TEKKİ NİDAN, TEKKİ SANDAN, JIN, GOJU SHIHO-SHO, GOJU SHIHO-DAI, GANGAKU, SOCHIN ve WANKAN katarlarından birini aday seçer ve uygular.

**Not: Kursiyer, seçtiği katanın Komisyon üyelerince sorulan bölümlerini açıklamalıdır.**

### KUMİTE:

SANBON KUMİTE  
GO-HON KUMİTE  
Kİ-HON İPPON KUMİTE  
JİYU İPPON KUMİTE Temel Kumite türlerinden bir ya da ikisini komisyon sorar.  
JİYU KUMİTE ( 1.dk.resmi Kumite kriterleri geçerlidir.) 4 kişi ile;

( Her bir üst kuşak aşaması geride kalan alt seviye testlerinde sorumludur..!)

## 6. DAN

### KİHON:

- 1) Mae Geri Oi Tsuki-Gyaku Tate Tsuki (sagaru) Age Uke-Gyaku Tsuki-Gedan Barai  
Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);
- 2) Sote Uke-Yoko Empi-Uraken Uchi-Gyaku Tsuki- Gedan Barai - Gyaku Tate Tsuki  
Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);
- 3)Mae geri-Yoko Geri-Ushiro Geri-Mawashi Geri.( ileriye doğru)  
Uygulama şekli: İleri gidiş ve geriye dönüş olarak (2 veya 4 kez);

### KATA

**26 Katanın tümünden sorunlu olup kendi seçtiği bir katanın açılımını sunar.**

### KUMİTE

**JUI-İPPON KUMİTE'i farklı olarak yorumlar.**

( Her bir üst kuşak aşaması geride kalan alt seviye testlerinde sorumludur..!)

## 7. DAN

### TEZ

Geleneksel Karate-DO sanatı yada Sportif Karate üzerine teknik, felsefi ya da sosyal açıdan yenilikçi açıklamalar ifade eden bir tez ve muhrem olan yerleri açıklmalıdır. Not: 10 puntluk harflerle en az 15 sayfa olarak yazılmalı ve kaynak gösterilmelidir.

Dr. Alev ORAL

Dan Kurul Başkanı

Cengiz SANIN

Dan Kurulu Üyesi

Recep ONAT

Dan Kurul Üye ve Sekreteri