

Карате

Чоловіки та жінки

Вікові категорії:

діти:

молодшої вікової групи: з 8 до 9 років;

старшої вікової групи: з 10 до 11 років;

юнаки: з 12 до 13 років;

кадети: з 14 до 15 років;

юніори: з 16 до 17 років;

молодь: з 18 до 20 років;

дорослі: 16 років і старші у виді програми ката;

18 років і старші у виді програми куміте.

Види програми: ката, куміте.

Вагові категорії у виді програми куміте:

хлопці молодшої вікової групи: до 27 кг, 30 кг, понад 30 кг;

хлопці старшої вікової групи: до 29 кг, 33 кг, понад 33 кг;

дівчата молодшої вікової групи: до 25 кг, 29 кг, понад 29 кг;

юнаки старшої вікової групи: до 30 кг, 34 кг, 39 кг, 44 кг, понад 44 кг;

дівчата старшої вікової групи: до 33 кг, 39 кг, понад 39 кг;

юнаки: до 40 кг, 45 кг, 50 кг, 55 кг, понад 55 кг;

юначки: до 42 кг, 47 кг, 52 кг, понад 52 кг;

кадети: до 52 кг, 57 кг, 63 кг, 70 кг, понад 70 кг;

кадетки: до 47 кг, 54 кг, 61 кг, понад 61 кг;

юніори: до 55 кг, 61 кг, 68 кг, 76 кг, понад 76 кг;

юніорки: до 48 кг, 53 кг, 59 кг, 66 кг, понад 66 кг;

молодь (чоловіки): до 60 кг, 67 кг, 75 кг, 84 кг, понад 84 кг;

молодь (жінки): до 50 кг, 55 кг, 61 кг, 68 кг, понад 68 кг;

дорослі: чоловіки: до 60 кг, 67 кг, 75 кг, 84 кг, понад 84 кг;

дорослі: жінки: до 50 кг, 55 кг, 61 кг, 68 кг, понад 68 кг.

Посісти місце в одному з перерахованих спортивних змагань (у фінальному заліку) з урахуванням умов присвоєння спортивних звань та спортивних розрядів:

Майстер спорту України міжнародного класу

4–6 – у Всесвітніх іграх з неолімпійських видів спорту;

1–3 – у Всесвітніх іграх з єдиноборств;

1–3 – у Всесвітніх пляжних іграх;

- 1–3 – у чемпіонаті світу;
- 1, 2 – у чемпіонаті Європи;
- 1 – у чемпіонаті світу серед молоді;
- 1, 2 – в Європейських іграх.

Майстер спорту України

- 1, 2 – у чемпіонаті України;
- 1 – у фіналі Кубка України;
- 2, 3 – у чемпіонаті світу серед молоді;
- 1 – у чемпіонаті Європи серед молоді;
- 1, 2 – у чемпіонаті світу серед юніорів;
- 1 – у чемпіонаті Європи серед юніорів;
- 1 – у міжнародних спортивних змаганнях, включених до календарного плану спортивних змагань Всесвітньої федерації карате та Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України.

Кандидат у майстри спорту

- 3, 4 – у чемпіонаті України;
- 2, 3 – у фіналі Кубка України;
- 1–3 – у чемпіонаті України серед молоді;
- 1 – у чемпіонаті України серед кадетів; (старших юнаків та дівчат);
- 1, 2 – у чемпіонаті України серед юніорів, офіційних всеукраїнських спортивних змагань серед молоді, включених до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України;
- 1 – в офіційних всеукраїнських спортивних змаганнях серед юніорів, кадетів (старших юнаків та дівчат), включених до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України.

Перший розряд

- 3, 4 – у чемпіонаті України серед юніорів, офіційних всеукраїнських спортивних змагань серед молоді, включених до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України;
- 2, 3 – у чемпіонаті України серед кадетів (старших юнаків та дівчат);
- 1 – у чемпіонатах областей, Автономної Республіки Крим, міст Києва, Севастополя серед юніорів або кадетів (старших юнаків та дівчат);

2, 3 – у всеукраїнських спортивних змаганнях серед юніорів, кадетів (старших юнаків та дівчат), включених до Єдиного календарного плану фізкультурно-оздоровчих, спортивних заходів та спортивних змагань України.

Другий розряд

2, 3 – у чемпіонатах областей, Автономної Республіки Крим, міст Києва, Севастополя серед юніорів або кадетів (старших юнаків та дівчат);

1–3 – у чемпіонатах районів, спортивних клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл серед юніорів або кадетів (старших юнаків та дівчат).

Третій розряд

У спортивних змаганнях клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, чемпіонатах районів, міст серед дорослих, молоді, юніорів або кадетів (старших юнаків та дівчат) здобути протягом року три перемоги.

Перший юнацький розряд

1 – у чемпіонатах областей, Автономної Республіки Крим, міст Києва, Севастополя серед юнаків;

1–3 – у чемпіонатах України серед юнаків.

Другий юнацький розряд

2, 3 – у чемпіонатах областей, Автономної Республіки Крим, міст Києва, Севастополя серед юнаків;

1 – у чемпіонатах міст та районів серед юнаків або молодших юнаків;

1 – у чемпіонатах клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл серед юнаків або молодших юнаків;

або у спортивних змаганнях клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл, чемпіонатах районів, міст серед юнаків або молодших юнаків протягом року здобути п'ять перемог.

Третій юнацький розряд

У спортивних змаганнях спортивних клубів, дитячо-юнацьких спортивних шкіл серед юнаків або молодших юнаків протягом року здобути дві перемоги.

Умови присвоєння спортивних звань та спортивних розрядів:

1. Спортивне звання "Майстер спорту України міжнародного класу" присвоюється за умови участі в офіційних міжнародних спортивних змаганнях у виді програми спортсменів (команд) не менше ніж з 10 країн, у найважчій та найлегшій вагових категоріях – не менше ніж з восьми країн (крім Всесвітніх ігор з неолімпійських видів спорту, Всесвітніх ігор з єдиноборств).

2. Спортивне звання "Майстер спорту України" присвоюється за умови участі в

офіційних всеукраїнських спортивних змаганнях у виді програми спортсменів (команд) не менше ніж з 10 областей, включаючи Автономну Республіку Крим, міста Київ та Севастополь, з яких чотири спортсмени мають спортивне звання "Майстер спорту України" або чотири – спортивний розряд "Кандидат у майстри спорту України", у найважчій та найлегшій вагових категоріях – не менше ніж з восьми областей, включаючи Автономну Республіку Крим, міста Київ та Севастополь, з яких три спортсмени мають спортивне звання "Майстер спорту України" або три – спортивний розряд "Кандидат у майстри спорту України".

3. У командних спортивних змаганнях для присвоєння спортивних звань "Майстер спорту України міжнародного класу" та "Майстер спорту України" необхідно отримати перемогу не менше ніж у двох поєдинках у виді програми куміте та пройти два кола у виді програми ката у відповідних спортивних змаганнях.

4. Спортивне звання "Майстер спорту України міжнародного класу" присвоюється спортсменам, яким на момент виконання умов присвоєння спортивного звання виповнилось 18 років.

5. Спортивне звання "Майстер спорту України" присвоюється спортсменам, яким на момент виконання умов присвоєння спортивного звання виповнилось 16 років.

6. Третій розряд та перший-другий юнацькі розряди присвоюються за умови виконання контрольних нормативів загальної фізичної підготовки, вказаних у таблиці.

Таблиця контрольних нормативів загальної фізичної підготовки:

Вправа	Стать	Спортивні розряди		
		III розряд	I юнацький розряд	II юнацький розряд
1	2	3	4	5
Біг 60 м, с	юнаки	10,2	10,6	11,1
	дівчата	10,9	11,4	11,8
Біг 1000 м, хв, с	юнаки	4,20	4,45	5,00
	дівчата	4,45	5,05	5,20
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи на підлозі, разів	юнаки	22	19	18
	дівчата	10	10	8
Піднімання тулуба з положення лежачи, ноги зігнуті в колінах, разів за 1 хвилину	юнаки	40	38	36
	дівчата	32	28	25