



Handleiding voor het eigen werkstuk

Datum: juli 2016

Het eigen werkstuk komt te vervallen met ingang van 1 september 2017.



Per 1 september 2012 heeft het eigen werkstuk een plaats gekregen binnen de nieuwe danvaardigheidseisen voor 1^e t/m 5^e dan.

Het eigen werkstuk is geen verplichting maar een keuze van de kandidaat.

Indien gekozen, voldoet het werkstuk aan de volgende criteria m.b.t. inhoud en procedure:

A. Inhoud

1. De kandidaat kiest voor het onderdeel nage-waza, katame-waza of voor beide onderdelen.
2. In het eigen werkstuk wordt het accent gelegd op de individuele voorkeuren en/of specialiteit van de kandidaat.
3. In het eigen werkstuk laat de kandidaat vaardigheden zien, die de examinerator bij het reguliere examenpakket niet te zien krijgt m.a.w. een gewone yaku-soku-geiko is dus géén eigen werkstuk!

B. Procedure

1. Het eigen werkstuk duurt per onderdeel maximaal 4 minuten.
2. De kandidaat geeft een schriftelijke toelichting op zijn /haar werkstuk.
3. De schriftelijke presentatie wordt vòòr aanvang van het examen aan de voorzitter van de examencommissie overhandigd en bedraagt niet meer dan één A4.
4. De kandidaat heeft het recht zijn/haar werkstuk te voltooien.
5. De examinerator onderbreekt het werkstuk niet, tenzij dit in het voordeel is van de kandidaat, bijv. bij een mislukte techniek.
6. Vanwege de beperkte duur van het eigen werkstuk en het accent op tokui-waza, stellen de examineratoren na afloop aanvullende vragen.
7. Het behaalde cijfer van het werkstuk wordt gemiddeld met het onderdeel nage-waza en/of katame-waza.

C. Voorbeeld van voorkeur of specialiteit

1. Het *perfectioneren* en *variëren* van één techniek (specialiteit).
2. Het *uitdiepen* van één onderdeel, bijvoorbeeld het ma-sutemi-waza.
3. *Bepaalde vaardigheden* in trainingsvormen als tandoku-renshu of uchi-komi laten zien.
4. Een *bepaald thema* behandelen, bijvoorbeeld: kumi-kata, de principes van het bevrijden, het principe actie-reactie, onorthodoxe technieken, technieken van "vroeger", etc.



D. Voorbeeld 1 van een schriftelijke presentatie

Kandidaat: _____

Examen d.d: _____

Doet examen voor: _____ dan

Titel eigen werkstuk: ippon seoi nage

1. Basis uchikomi van ippon seoi nage
2. Uchikomi in beweging van ippon-seoi nage
3. Nagekomi in 4 richtingen van ippon seoi nage
4. Enkele variaties op ippon seoi nage:
 - been buiten
 - been binnen
 - op een knie
 - linkse ippon seoi nage uit rechtse kumi-kata

E. Voorbeeld 2 van een schriftelijke presentatie

Kandidaat: _____

Examen d.d: _____

Doet examen voor: _____ dan

Titel eigen werkstuk: de rol van de ebi beweging in het katame-waza

1. ebi achterwaarts, voorwaarts en zijwaarts
2. de rol van ebi in het kantelen naar een houdgreep
3. de rol van ebi in het bevrijden uit houdgrepen
4. andere toepassingen van ebi in het katame-waza