



PROGRAMA BASICO

DACHI WAZA, SHINTAI WAZA, UKEMI WAZA, KOGEKI WAZA, NAGE WAZA, NE WAZA, KANSETSU WAZA, SHITAI SHIME WAZA, GERI WAZA.

NIVEL I CINTURON VERDE

- UKEMIS
- DESPALZAMIENTOS
- GOLPEOS Y BLOQUEOS
- POSICIONES Y GUARDIAS
- LUXACIONES
- PROYECCIONES
- CONDUCCIONES
- KOTE GAESHI
- SANKYIO
- IKKIO
- NIKYO
- GOKYO
- UKI GOSHI
- O SOTO GARI
- KO SOTO GARI
- HIZA GURUMA
- TAI OTOSHI
- ARMAS NATURALES

NIVEL II CINTURON AZUL

- UKEMIS
- DESPALZAMIENTOS
- ROTACIONES
- GOLPEOS Y BLOQUEOS
- LUXACIONES
- PROYECCIONES
- ESTRANGULACIONES
- CONDUCCIONES
- SITUACIONES DE ESTRÉS Y EMERGENCIA
- TRABAJO CON KALI
- SHIHO NAGE
- UCHI MATA
- HARAI GOSHI
- DE ASHI BARAI
- O GOSHI
- SOI NAGE
- KOSHI GURUMA
- SHIHO NAGE
- UDE GARAMI
- UDE GATAME
- JUJI GATAME
- WAKI GATAME
- OSEAKOMI WAZA

NIVEL III CINTURON MARRON

- UKEMIS
- DESPALZAMIENTOS
- GOLPEOS Y BLOQUEOS
- LUXACIONES
- PROYECCIONES
- CONDUCCIONES
- TRABAJO DE SUELO
- TRABAJO BINOMIOS
- TRABAJO CON CUCHILLO
- TRABAJO CON KALI
- SITUACIONES DE ESTRÉS Y EMERGENCIA
- HARA GATAME
- HIZA GATAME
- KATA GURUMA
- MOROTE GARI
- SUMI GAESHI
- O SOTO GURUMA
- O SOTO MAKIKOMI
- OSEA KOMI WAZA

PROGRAMA AVANZADO

INSTRUCTOR NIVEL I C.N 1º DAN

- UKEMIS
- DESPALZAMIENTOS
- GOLPEOS Y BLOQUEOS
- LUXACIONES Y PROYECCIONES
- TRABJO DE SUELO
- TRABAJO CON CUCHILLO
- CONDUCCIONES Y ENGRILLETAMIENTOS
- TRABAJO BINOMIOS
- EVALUACION DE SITUACION Y ACTUACION
- TRABAJO ARMA DE FUEGO
- TRABAJO CON KALI
- SITUACIONES DE ESTRÉS Y EMERGENCIA

INSTRUCTOR NIVEL II C.N 2º DAN

SE REALIZARÁ UN TRABAJO TEORICO TACTICO, EVALUANDO EL NIVEL DEL ALLUMNO, CON UN DESRROLLO DINAMICO CON TECNICAS VISTAS EN EL PROGRAMA.

INSTRUCTOR NIVEL III C.N 3º DAN

SE REALIZARÁ UN TRABAJO TEORICO TACTICO, EVALUANDO EL NIVEL DEL ALLUMNO, CON UN DESRROLLO DINAMICO CON TECNICAS VISTAS EN EL PROGRAMA.

MAESTRO NIVEL IV C.N 4 DAN

SE REALIZARÁ UN TRABAJO TEORICO TACTICO, EVALUANDO EL NIVEL DEL ALLUMNO, CON UN DESRROLLO DINAMICO CON TECNICAS VISTAS EN EL PROGRAMA.

*EL DESRROLLO DE ESTE PROGRAMA ES ABIERTO, TENDRA UNAS TECNICAS DE BASE, PERO SE DESRROLLARAN EN CONSTANTE EVOLUCION, PUDIENDO AGREGAR OTRAS DENTRO DE UNA LINEA DE TREABAJO, PERMITIENDO AL ALUMNO OPTAR A VARIOS PUNTOS DE VISTA DENTRO DE UNA MISMA ACCION. ESTE PROGRAMA PUEDE SUFRIR VARIACIONES DENTRO DE LOS CURSOS, SI LA DIRECCION TECNICA O DOCENTES QUE IMPARTAN ESTOS LO CONSIDEREN, SIEMPRE DENTRO DE LA ESTRUCTURA DEL PROGRAMA TECNICO DESRROLLADO EN ESTA DISCIPLINA.

TECNICAS DE GOLPEO CON LAS MANOS.

(GOLPES DIRECTOS E INDIRECTOS, MANOS CERRADAS Y ABIERTAS)

- Recto con el puño.
- Circular con el puño.
- Golpe con el canto de la mano.
- Golpe con el reverso de la mano
- Golpeo con la punta de los dedos

Técnicas de golpeo con los codos.

- Ascendente.
- Descendente
- Circular
- Atrás ascendente
- Atrás descendente.
- Al frente de pta.
- Lateral.

TÉCNICAS DE GOLPEO CON LAS PIERNAS. (DIRECTOS E INDIRECTOS)

- Golpe de rodilla.
- Patada frontal. (Pta. De los dedos, pie completo)
- Patada lateral (canto del pie, pie completo)
- Patada circular adelantada (pta de los dedos, empeine del pie, koshi)
- Patada circular atrasada.
- Patada recta atrás.
- Circular con giro.

TÉCNICAS BÁSICAS DE BLOQUEOS, ESQUIVAS.

- Bloqueo ascendente
- Bloqueo descendente
- Centro exterior.
- Centro interior
- De percusión.
- Bloqueo de codos
- Bloqueo con la pierna
- bloqueo con la palma de la mano
- Bloqueos con las dos manos.

POSICIONES.

- Naturales
- Avanzadas.
- Equilibradas.
- Atrasadas.

DESPLAZAMIENTOS.

- al frente
- lateral
- atrás
- pivot
- cruzado
- giros.

CAÍDAS.

- Al frente.
- Atrás.
- Lateral
- Rueda al frente. Derecha e izq.

PRINCIPIO HAPONO (8 ÁNGULOS).

TÉCNICAS DE LUXACIONES.

- Dedos
- Muñecas
- Codos.
- Hombros.
- Cuello.

TÉCNICAS BÁSICAS DE PROYECCIONES.

TÉCNICAS DE DESAGARRE CONTRA.

- Agarre de muñeca.
- Agarre cruzado.
- Agarre de las dos muñecas.
- Agarre de hombro.
- Agarre de cuello con una mano.
- Agarre al cuello dos manos.
- Agarre de cuello por la espalda.
- Abrazo de oso de frente
- Abrazo de oso por la espalda.

Técnicas de estrangulación.

USO DEL CUCHILLO.

- Clasificación del cuchillo según su uso.
- Tipos de heridas.
- Tipos de agarre.
- Ángulos de cortes.
- Lógica del ataque.
- Combinaciones de ataque y defensa con cuchillo.

DEFENSAS CONTRA CUCHILLO.

- Contra amenaza al tronco.
- Contra amenaza al cuello.
- Contra amenaza al costado.
- Contra amenaza a la espalda.
- Contra ataques circulares.

- Contra ataques centrados.
- Contra ataques descendentes y ascendentes.
- Contra ataques cruzados.
- Cuchillo táctico.
- Combate cuchillo contra cuchillo.

MANEJO DEL TAMBO (bastón retráctil).

- Ángulos de golpes.
- Técnicas de bloqueo.
- Técnicas de luxaciones.

DEFENSAS CONTRA TAMBO A MANOS VACÍAS.

DEFENSAS BÁSICAS CONTRA UNO O MÁS Oponentes.

PROTECCIÓN Y TRABAJO DE INTERVENCIÓN.

COMBATE SITUACIONES EXTREMAS. (Uso de arma de reglamento y herramientas de combate)

DENTRO DE LOS CONTENIDOS DE CADA NIVEL SE VERAN DIFERENTES TECNICAS DE:

- TKCP TECNICAS KYUSHO CONTROL POLICIAL
- SEI JUTSU TECNICAS DE CUCHILLO
- JIU JITSU TECNICAS DE SUELO

DENTRO DEL PROGRAMA SE REALIZARÁN EJERCICIOS Y CURSOS ESPECIFICOS DE:

- INTERVENCION CON PACIENTES AGITADOS
- PRIMEROS AUXILIOS ANTE ARMA BLANCA O DE FUEGO
- ATAQUE TERRORISTA
- INTERVENCION CON VIOLENCIA DE GENERO
- SITUACIONES DE ESTRÉS Y EMERGENCIA
- GUIA, ORIENTACION Y DESARROLLO
- INTERVENCION EN RECINTOS PEQUEÑOS
- ENTRADA A DOMICILIOS Y RECINTOS