



## БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ТАЕКУОНДО - WTF

BULGARIAN TAEKWONDO FEDERATION - WTF

София, бул. "Васил Левски" № 75, тел. / факс (02) 421 98 65, e-mail: office@taekwondo-bulgaria.org  
www.taekwondo-bulgaria.org

### Приложение 4

#### Изпитна програма за техническа степен Гуп (GUP)

Целта на тази програма е да регулира процедурите и правилата за провеждане на изпити за степени „Гуп“, съобразно изискванията на Куккиуон.

Зашитилите Гуп трябва да носят Добок с бяла яка и цветни колан спрямо заштитената степен, както следва в Таблица 1:

Гуп	Цвят на колана	Пумсе по избор на комисията (1)	Задължително Пумсе
От 10 Гуп	Бял	Не се изисква	Не се изисква
От 9 Гуп	Бял с жълта лента	Не се изисква	Не се изисква
От 8 Гуп	Жълт	Не се изисква	Не се изисква
От 7 Гуп	Жълт с зелена лента	Taegeuk 1 Jang	Taegeuk Il Jang (1)
От 6 Гуп	Зелен	Taegeuk 1-2 Jang	Taegeuk Ee Jang (2)
От 5 Гуп	Зелен с синя лента	Taegeuk 1-3 Jang	Taegeuk Sam Jang (3)
От 4 Гуп	Син	Taegeuk 1-4 Jang	Taegeuk Sa Jang (4)
От 3 Гуп	Син с червена лента	Taegeuk 1-5 Jang	Taegeuk Oh Jang (5)
От 2 Гуп	Червен	Taegeuk 1-6 Jang	Taegeuk Yuk Jang (6)
От 1 Гуп	Червен с черна лента	Taegeuk 1-7 Jang	Taegeuk Chil Jang (7)

Табл.1



При двуцветни колани, горния цвят е този от предходната степен (Гуп). Няма право на бродерия на колана, освен изобразената лента за различна степен.

Задължителен набор от време за подготовка на кандидатите за степен Гуп, както следва в Таблица 2:

Гуп	Минимален набор време за всеки изпит!!!	Минимални възрасти за разглеждане, навършени години
От 10 Гуп за 9 Гуп	1 месеца	Няма
От 9 Гуп за 8 Гуп	1 месеца	Няма
От 8 Гуп за 7 Гуп	2 месеца	Няма
От 7 Гуп за 6 Гуп	2 месеца	Няма
От 6 Гуп за 5 Гуп	3 месеца	Няма
От 5 Гуп за 4 Гуп	3 месеца	Няма
От 4 Гуп за 3 Гуп	3 месеца	Няма
От 3 Гуп за 2 Гуп	4 месеца	Няма
От 2 Гуп за 1 Гуп	5 месеца	Няма

Табл.2

Позволено е прескачането на една степен Гуп, при спазване на минималния набор време за всяка степен съобразно Таблица 2.

Изпита за Гуп степени се провежда задължително в следните форми:

1. Практически изпит:

- Физически тест – тест за физическа силова подготовка
- Кибон – Базова техника с ръце и крака
- Пумсе – Форма на бой с въображаем противник
- Къоруги – Форма на бой с реален противник/ци(двубой)
- Къокпа – Силов тест чрез чупене на дъски/керемиди
- Хосинсул – Форма на самозащита(предварително подготвена)

2. Теоретичен изпит: история, терминология, правилознание, принципи и философия в таекуондо и значението – „До“.







# БЪЛГАРСКА ФЕДЕРАЦИЯ ТАЕКУОНДО - WTF

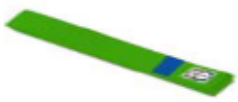




BULGARIAN TAEKWONDO FEDERATION – WTF

София, бул. "Васил Левски" № 75, тел. / факс (02) 421 98 65, e-mail: office@taekwondo-bulgaria.org  
www.taekwondo-bulgaria.org

## Приложение 5

### Изпитна програма за техническа степен Гуп (GUP)

Степен Гуп-колан:	Базова техника	Пумсе	Спаринг	Самозащита	Силов тест	Теория
<b>9 Гуп</b> Бял с жълта лента 	Чариот(Моа соги), Нарани соги, Джучум соги, Ап соги, Апчаолиги, Ап чаги, Монтомг чируги, Аре/монтомг/олгул магки, Джумок	<b>Саджо чируги</b> (техники в 4 посоки)	<b>Не</b>	<b>Не</b>	<b>Не</b>	Какво е ТКД? От къде идва ТКД? Чариот?, Чумби?, Кьогне?, Добок?, Ап/Йоп/Дит?, Аре/монтомг/олгул? Броене до 10?
<b>8 Гуп</b> Жълт 	Ап куби ; Бандал чаги, Дольо чаги, Мирно чаги, Тубом чируги, Хечо магки, Ин-джун и Мьонг-чи	<b>Саджо Магки</b> (техники в 4 посоки)	<b>Не</b>	<b>Не</b>	<b>Не</b>	Кой стил ТКД сме? Създателя на ТКД? Символика – Бял пояс? Кога е създаден клуба? Дожанг?, Джумок? , Чируги? Чаги? , Соги? ,Магки?, Шно?, Баро?
<b>7 Гуп</b> Жълт с зелена лента 	Бакат(Балкал) чаги, Йоп чаги, Сетбом чируги, Дит Куби, Бакат магки, Годуро магки, Анпалмок магки	<b>Тегуек 1 Жанг</b> <i>Саджо Чируги</i> <i>Саджо Магки</i>	<b>Не</b>	<b>Не</b>	<b>Не</b>	Кога се създава ТКД? Символика–Жълт пояс? Символика – Пумсе 1? Сонкут?, Соннал?, Ап-Чук?, Дит-Чук?, Апро?, Тиро?, Тиродора?
<b>6 Гуп</b> Зелен 	Дит Куби, Бом Соги, Хакдари Соги, Ан/Бакат Нерио чаги, Хорио чаги, Парамбал чаги, Соннал магки, Хансоннал магки, Дьнгджумок чиги	<b>Тегуек 2 Жанг</b> <i>Тегуек 1 Жанг</i> <i>Саджо Чируги</i> <i>Саджо Магки</i>	Двойни комбинации на цел – в нападение	3-стъпков договорен спаринг	<b>Не</b>	Развитието на Таекуондо в България Какво е Kukkiwon? От кога ТКД е в ОИ? Символика – 6 Гуп? Символика – Пумсе 2? Палкуп?, Мок?, Муруп?,

<b>5 Гуп</b> Зелен с синя лента 	Дит чаги, Соннал Мок чиги, Батансонг магки, Сонкут чириги, Пьоджок Палкуп чиги, Меджумок Нерио чиги	<b>Тегуек 3 Жанг</b> <i>Тегуек 1-2 Жанг</i>	Двойни комбинации на цел – в защита	3-стъпков договорен спаринг	Йоп чаги и Монтомг чируги	Принципите на ТКД? Дисциплини в ТКД? Символика – Пумсе 3? Батансонг?, Инджун?, Мьонг-Чи?, Данджун?
<b>4 Гуп</b> Син 	Ап/Дит Коа Соги, Торадольо чаги, Пьонсонкут чируги, Джебирум Соннал Мок чиги, Палкуп Дольо чиги,	<b>Тегуек 4 Жанг</b> <i>Тегуек 1-3 Жанг</i>	Тройни комбинации на цел – в нападение	2-стъпков и 3-стъпков договорен спаринг	Йоп чаги и Монтомг чируги	Символика – Пумсе 4? Дьнг-Джумок, Ме-Джумок, Дит Кумчи Състезателен правилник Кьоруги- WTF (Игрално поле, точкова система, Нарушения и наказания)
<b>3 Гуп</b> Син с червена лента 	Тиолиги, Пьоджок чаги, тимно Ап/Дольо чаги, Батансонг чиги, Гави магки, Хечо-Сантул магки	<b>Тегуек 5 Жанг</b> <i>Тегуек 1-4 Жанг</i>	Двойни комбинации на цел – в защита ; Чупки деран (без контактен спаринг)	2-стъпков и 3-стъпков договорен спаринг	Нерио чаги и Монтомг чируги	Символика – Пумсе 5? Кибон, Кьоруги, Пумсе, Кьокпа, Хосинсул Състезателен правилник Кьоруги- WTF (Възрастови групи и класификация на състезания)
<b>2 Гуп</b> Червен 	Тимно Йоп/Мирно чаги(прескок), Тио Ан-Нерио чаги, Битуро чаги, Битуро Магки	<b>Тегуек 6 Жанг</b> <i>Тегуек 1-5 Жанг</i>	комбинации на цел – в нападение ; Свободен спаринг; Бой със сянка	1-стъпков и 2-стъпков договорен спаринг (деран) Освобождение от захват	Нерио чаги и Монтомг чируги	Символика – Пумсе 6? Състезателен правилник Пумсе- WTF (Игрално поле, точкова система, Възрастови групи)
<b>1 Гуп</b> Червен с черна лента 	Тимно Тора Ан-Нерио/Мирно чаги, Тио Дит чаги/Тиолиги, Муруп чаги, Годуро Батансонг магки, Палкуп Йоп/Дит/Ольо/Нерио чиги, Осантул Магки, Буджумок чумби соги,	<b>Тегуек 7 Жанг</b> <i>Тегуек 1-6 Жанг</i>	комбинации на цел – в защита ; Свободен спаринг; Бой със сянка	1-стъпков и 2-стъпков договорен спаринг (деран) Освобождение от захват	Дит чаги и Палкуп Дольо чиги	История на ТКД в ОИ Символика – Пумсе 7? Състезателен правилник Пумсе- WTF (Състезателни Пумсе по дивизии (Възрастови групи)



При двуцветни колани, горния цвят е този от предходната степен (Гуп).





