



## FEDERAÇÃO CANDANGA DE KARATE DO DISTRITO FEDERAL

CNPJ 06.212.444/0001-77  
Filiada à CBK

CFDF 07.463.064/0001-06  
Fundada em 12 de março de 2004

### **PROGRAMA DE EXAME DE FAIXAS PRETAS CONHECIMENTOS BÁSICOS**

**01 – Quem é o pai de todos os métodos de combate mão a mão, inclusive o Karatê ?**

- Mestre Bodhidharma, conhecido em japonês por (DARUMA DAISHI)

**02 – Quem era Daruma Daishi?**

- Era um monge budista indiano

**03 – O que trouxe Bodhidharma a China:**

- Foi o conhecimento de que o budismo estava sendo pregado de forma errada

**04 – Com que Daruma Daishi se encontrou e o que ocorreu neste encontro?**

- Encontrou-se com o Imperador WU, o qual discordava dele num dos pontos fundamentais do budismo

**05 – Qual era o ponto discutido?**

- Que o espírito do Buda era nesta vida ou depois da morte

**06 – O que achava Daruma Daishi?**

- Que o espírito devia ser aperfeiçoado para atingir a perfeição nesta vida e dirigiu um ataque ao imperador neste sentido.

**07 – O que fez o imperador em Daruma?**

- Expulsou-o do Império Chinês

**08 – Para onde partiu Daruma?**

- Para o templo Shao Lin

**09 – Qual o significado de " Shao Lin"?**

- É o nome de um velho mosteiro budista

**10 – Onde está situado o velho mosteiro?**

- Na montanha de Haoshan

**11 – Baseado em que livro ensinou os meios de disciplinar o corpo?**

- Daruma trouxe consigo dois livros sobre as artes militares

**12 – Qual o título desses livros?**

- O I- Chin- Ching e o Hsien sui ching

**13 – As técnicas por ele ensinadas com as mais tradicionais técnicas de combate chinês formaram que método?**

- A luta chamada Shao Lin Ssu Kempo



## **FEDERAÇÃO CANDANGA DE KARATE DO DISTRITO FEDERAL**

CNPJ 06.212.444/0001-77  
Filiada à CBK

CFDF 07.463.064/0001-06  
Fundada em 12 de março de 2004

- 14 – Qual a origem do Shao Lin Ssu ?**
  - Indiana
- 15 – Qual a origem do Shao Lin Ssu Kempo?**
  - Chinesa
- 16 – Quais os métodos de combate desenvolvidos até chegar ao karatê ?**
  - I chin ching, Shao Lin ssu, Shao lin ssu kempo, Kang-fa, Taichi chuan, Taikyoko ken, Jou fa, Lung huan chan, yukan ken, jujutsu, bushido, chakuriki, shuku, kempo loreano, okinawa te
- 17 – O que significa Okinawa te?**
  - Mãos em japonês
- 18 – O que aconteceu de importante par ao desenvolvimento do Okinawa te no ano de 1902 ou 1903?**
  - A faculdade de Okinawa adotou o karatê como matéria obrigatória de Educação Física
- 19 – O que é o Karatê?**
  - É sobretudo uma arte marcial que põe a prova o caráter, a personalidade e a alma. Serve como defesa pessoal e se pratica com as mãos vazias.
- 20 – Qual a origem do karatê?**
  - Conforme a história o karatê veio da Índia para a China e da China para Okinawa.
- 21 – Por quem foi trazida esta arte para China?**
  - Pelo monge budista Bodhai – Dharma
- 22 – Como se chamava essa luta na época?**
  - kempô
- 23 – Em que século foi introduzido o Kempô em Okinawa?**
  - No século XVII
- 24- Como surgiu o Karatê ?**
  - Com a fusão do Okinawa te e o Jujutsu
- 25 – Em que região está localizada Okinawa?**
  - Em uma ilha do sudeste japonês
- 26 – Em quantas escolas ficou dividido o Karatê?**
  - Em três escolas
- 27 – Quais foram elas?**
  - Shuri te , Naha te e Tomari te
- 28 – Em que região está localizada Shuri?**



## FEDERAÇÃO CANDANGA DE KARATE DO DISTRITO FEDERAL

CNPJ 06.212.444/0001-77  
Filiada à CBK

CFDF 07.463.064/0001-06  
Fundada em 12 de março de 2004

- **Ao norte de Okinawa**
- 29 – Qual era o tipo de karatê praticado em Shuri?**
  - **O estilo longo e forte**
- 30 – Em ano o okinawa te foi introduzido no Japão?**
  - **Em 1922 pelo mestre Ginshin Funakoshi**
- 31 – Em que ano e em que cidade Funakoshi fez a sua primeira demonstração?**
  - **Em 1916 na cidade de Kioto**
- 32 – Onde nasceu Funakoshi?**
  - **Na província de Shuiri Okinawa em 1868 e morreu em 1957**
- 33 – Qual o significado de karatê do?**
  - **Mãos vazias**
- 34 – Quem modernizou, propagou e deu poder de penetração ao karatê?**
  - **Mestre Gishin Funakoshi**
- 35 – Em que ano foi criado o estilo Shotokan?**
  - **Em 1936**
- 36 – Com o desaparecimento de Funakoshi quem assumiu o seu lugar?**
  - **Seu filho Yoshitaka**
- 37 – O que fez Yoshitaka?**
  - **Criou o Tem No Kata e aperfeiçoou as técnicas de pé**
- 38 – Quem foi o criador do estilo Goju Ryu?**
  - **Mestre Miagi Chujun**
- 39 – Quem criou o Wado Ryu?**
  - **Mestre Otsuka**
- 40 – Quem criou o Shito Ryu?**
  - **Mestre Kenwa Mabuni**
- 41 – Quem criou o Kyokushikai?**
  - **Young Choi**
- 42 – Quem criou Shorin Ryu?**
  - **Mestre Chibana**
- 43 – Qual o significado da palavra Shotokan ?**
  - **Casa de shoto, era o apelido de Funakoshi**
- 44 – O que é Katá?**
  - **É uma luta imaginaria e uma forma de ginástica rítmica e precisa, onde o karateca desenvolve a técnica de forma que seu corpo adquira os movimentos automáticos.**
- 45 – Em quantas partes se divide o karatê ?**



## FEDERAÇÃO CANDANGA DE KARATE DO DISTRITO FEDERAL

CNPJ 06.212.444/0001-77

Filiada à CBK

CFDF 07.463.064/0001-06

Fundada em 12 de março de 2004

- **Em três partes o Kihon (fundamentos), Kata (forma0 e Jiu Kumite (luta)**
- 46 – Quais os pontos chaves do karatê?**
  - **Postura, concentração, velocidade, tempo e impacto**
- 47 – Sem a força do Tandem (abdômen) é possível fazer movimentos que exijam força?**
  - **Não, o Tandem é o centro de todas as forças do corppo.**
- 48 – KIAI significa grito?**
  - **Não, o grito é a expressão do KIAI**
- 49 – Quais são os propósitos do grito no KIAI?**
  - **Encorajar-se psicologicamente aumentando a força**
- 50 – Quem trouxe o karatê para o Brasil e em que ano?**
  - **Os imigrantes japoneses em 1908**
- 51 – Quem trouxe o karatê para Brasília?**
  - **Mestre Tetsuma Higashino**
- 52 – Quais são os três principais componentes que controlam os movimentos do corpo durante o soco?**
  - **Braço que soca, braço que é retraído e movimento dos quadris**
- 53 – Quais são os preceitos práticos que devem guiar os karatecas na sua busca de autocontrole?**
  - **Esforçar-se para a formação do caráter; Fidelidade ao verdadeiro caminho da razão; Criar o intuito de esforço; Respeitar acima de tudo; Conter o espírito de agressão.**
- 54 – Quando foi criada a CBK?**
  - **Em 11 de setembro de 1987**
- 55 – Quando foi criada a FCKDF?**
  - **Em 12 de março de 2004-07-05**

Nossos agradecimentos pela colaboração do Professor Alusio Pereira de Souza Filho – 6° DAN