

Karate (spreekbeurt Mark en Jermo)

1. Jermo:

Ik vind het een leuke sport en ik hou van de bewegingen. Ik vind Kata-lopen leuk.

Mark:

Ik vind het een leuke sport en ik zit er zelf op. Een toernooi lijkt mij erg leuk.

2. Jermo:

Geschiedenis:

Karate komt uit Japan, eiland Okinawa, kara en te zijn japanse woorden en betekenen met lege hand! Omdat je geen wapens gebruikt.

De mensen mochten van de koning niet vechten met wapens.

3. Mark:

Karate bestaat al meer dan 1500 jaar.

Sensei Gichin Funakoshi is de grondlegger van de shotokan karatestijl.

4. Jermo:

Iemand die karate beoefent heet een Karateka

Er zijn meer dan 40 miljoen mensen over de hele wereld die aan karate doen.

5. Mark: Een karatepak heet een Gi.

En de band heet een obi.

De oefenzaal waar karate wordt beoefend heet een dojo

6. Jermo:

Wat is karate precies? Karate is geen nederlaag of overwinning, maar het verbeteren van het karakter. Gewelddadig zijn, is zwak zijn.

7. Mark:

Een kata is een oefening met bewegingen achter elkaar.

Welke bewegingen doe je?

Trappen, stoten en afweren.

Een kata duurt 1 of 2 minuten.

Er zijn meer dan 60 kata's.

Een aantal kata's zijn:

Heian gedan, heian shodan, heian nidan.

8. Jermo:

Welke karate trappen zijn er?

Mae geri, soto geri, yoko geri.

9. Mark:

Hoe zijn de kleuren van de banden ontstaan?

Eerst wit, toen werden ze geel van het zweet toen gingen ze nog meer zweten en werd het oranje.

Toen groeide er schimmel op en werd het groen.

Toen ging het schimmel verkleuren en werd het blauw. Toen werd het heel vies en bruin. Toen was het zo smerig dat het zwart werd.

10. Jermo:

Kleuren banden die er nu zijn:

Wit, Geel, Oranje, Groen, Blauw, Bruin, Zwart.

11. Mark:

Je krijgt een andere kleur band na het examen als je het goed doet. Als je het fout doet, dan krijg je wel de volgende band, maar moet je herexamen doen over een half jaar.

12. Jermo en Mark:

Tellen in het japans: Ichi, ni, san, shi, go, roku, shichi, hachi, kyu, ju.

13. Jermo:

**De meester heet in japans: sensei
Hoe groet je hem: oes**

14. Mark:

**Bekende karateka's:
Chuck Norris, Bruce Lee, Jackie Chan, Karate kid, Elvis Presley.**

15. Jermo

Een wedstrijd bestaat uit:

- Kata lopen**
- Tweegevecht, hierbij wordt je gediskwalificeerd als je je tegenstander blesseert.**

16. Quiz:

Jermo: 1. Hoe lang bestaat Karate? Meer dan 1500 jaar.

Mark: 2. Hoe heet iemand die karate beoefent? Karateka

Jermo: 3. Hoeveel mensen beoefenen karate over de hele wereld? Meer dan 40 miljoen

Mark 5. Hoe heet een karatepak? Gi

En de band? een obi

Jermo: 6. Hoe heet de oefenzaal waar je karate beoefent? dojo.

16.Mark en Jermo:

Demonstrate van de bewegingen

Kata 1: mark en jermo

Kata 2: mark en jermo

Kata 3: jermo

SPECIAL EDITION



RALPH MACCHIO

PAT MORITA

The Karate Kid

DVD
VIDEO



空

手

道

KARA

TE

DO

Empty

Hand

Way

