



PROGRAMA DE EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P. DE 1º A 6º DAN



TÉCNICAS PARA EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 1er DAN **DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P.** **(Vía Técnica)**

U.E. 1 FUNDAMENTOS:

Saludos / Posición / Guardias / Caídas / Desplazamiento

U.E. 2 TÉCNICAS DE GOLPEO:

Formas de golpeo, tren superior:

- Directo de izquierda
- Directo de derecha
- Gancho
- Golpe circular

Formas de golpeo, tren inferior:

- Mae Geri
- Yokoi Geri

U.E. 3 TÉCNICAS DE LUXACIÓN:

De muñeca:

- Sankyo
- Kote Gaeshi
- Ikkyo
- Nikyo
- Gokyo

U.E. 4 TÉCNICAS DE PROYECCIÓN:

- O Soto Gari
- Ko Soto Gari
- O Soto Otoshi
- Ippon Seoi Nage
- Morote Seoi Nage
- Hiza Guruma

U.E. 5 TÉCNICAS DE ESTRANGULACIÓN:

- Kata Juji Jime
- Nami Juji Jime
- Gyaku Juji Jime
- Hadaka Jime

U.E. 6 INMOVILIZACIONES:

- Hon Kesa Gatame

U.E. 7 TÉCNICAS DE DETENCIÓN:

- Interpelaciones
- Cacheo en situación normal
- Engrilletar en situación normal
- Primera conducción con grilletes
- Segunda conducción con grilletes
- Tercera conducción con grilletes

EXAMEN:

Se pedirá cualquiera de las técnicas anteriormente descritas, así como encadenamientos Pie-Suelo y combinaciones, terminando siempre en cualquiera de las técnicas de la operativa policial.

Se pedirán también los tres primeros grupos del primer Kata de Defensa Personal Policial D.P.P.



TÉCNICAS PARA EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 2º DAN **DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P.** **(Vía Técnica)**

U.E. 1 ARMAS NATURALES:

- Mano
- Antebrazo
- Codo
- Rodilla
- Pie
- Hombro
- Cabeza

U.E. 2 TECNICAS GOLPEO

Formas de golpeo, tren superior:

- Shuto
- Haito
- Uraken
- Empi
- Teisho

Formas de golpeo, tren inferior:

- Mawashi Geri
- Mae Hiza Geri
- Mawashi Hiza Geri
- Ushiro Geri

U.E. 3 TECNICAS DE LUXACION:

- Shiho Nage
- Ude Garami
- Ude Gatame
- Juji Gatame

U.E. 4 TÉCNICAS DE PROYECCIÓN:

- Uchi Mata
- Harai Goshi
- Sasae Tsurikomi Ashi
- O Uchi Gari
- Ko Uchi Gari

U.E. 5 TÉCNICAS DE ESTRANGULACIÓN:

- Kata Te Jime
- Tsukkomi Jime

U.E. 6 INMOVILIZACIONES:

- Kami Shiho Gatame
- Yoko Shiho Gatame

U.E. 7 TÉCNICAS DE DETENCIÓN:

- Control de seguridad
- Engrilletamiento doble en situación normal

U.E. 8 KOBUDO POLICIAL:

- Partes del Bastón Policial
- Formas de transportar y extraer el bastón policial.
- Extracción de personas del interior de vehículos.
- Kubután.

EXAMEN:

Se pedirá cualquiera de las técnicas anteriormente descritas, así como encadenamientos Pie-Suelo y combinaciones, terminando siempre en cualquiera de las técnicas de la operativa policial.

Se pedirá también el primer Kata de Defensa Personal Policial D.P.P.



TÉCNICAS PARA EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 3º DAN **DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P.** **(Vía Técnica)**

U.E. 1 TÉCNICAS DE PARADAS Y ESQUIVAS:

- Age Uke
- Juji Uke
- Soto Uke
- Uchi Uke – Ude Uke
- Hiza Uke
- Sokuto Uke
- Tai Sabaki

U.E. 2 TECNICAS DE LUXACION:

- Waki Gatame
- Hara Gatame
- Hiza Gatame

U.E. 3 TÉCNICAS DE PROYECCIÓN:

- Tai Otoshi
- Kata Guruma
- Morote Gari

U.E. 4 TÉCNICAS DE ESTRANGULACIÓN:

- Sankaku Jime
- Okuri Eri Jime

U.E. 5 INMOVILIZACIONES:

- Tate Shiho Gatame

U.E. 6 TÉCNICAS DE DETENCIÓN:

- Situaciones de la Intervención policial
- Detenciones al paso, en situación de alerta
- Engrilletar en situación de alerta
- Colocación de lazos de seguridad
- Colocación de manillas de seguridad
- Forma de quitar grilletes con la máxima seguridad
- Detenciones al paso en situación de peligro
- Engrilletar en situación de peligro

U.E. 7 KOBUDO POLICIAL:

- Ejercicios de habilidad
- Resolución de resistencias pasivas

U.E. 8 DEFENSA PERSONAL POLICIAL:

- Defensa desde el suelo

EXAMEN:

Se pedirá cualquiera de las técnicas anteriormente descritas, así como encadenamientos Pie-Suelo y combinaciones, terminando siempre en cualquiera de las técnicas de la operativa policial.

Se pedirá también tanto el primer Kata, como el segundo Kata de Defensa Personal Policial D.P.P.



TÉCNICAS PARA EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 4º DAN
DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P.
(Vía Técnica)

U.E. 1 TÉCNICAS DE LUXACION:

- Luxación de cadera
- Luxación de hombro

U.E. 2 TÉCNICAS DE PROYECCIÓN:

- Tomoe Nage
- Yoko Guruma
- Ura Nage
- Tani Otoshi
- Kani Basami

U.E. 3 TÉCNICAS DE ESTRANGULACIÓN:

- Kata Ha Jime
- Hadaka Ha Jime
- Sode Guruma Jime

U.E. 4 INMOVILIZACIONES:

- Kuzures

U.E. 5 TÉCNICAS DE DETENCIÓN:

- Engrillear en situación de peligro base
- Engrilletamiento doble en situación de peligro

U.E. 6 KOBUDO POLICIAL:

- Tipos de bastones policiales

U.E. 7 DEFENSA PERSONAL POLICIAL:

- Presiones y pellizcos - Aplicación práctica
- Manejo del cuchillo

EXAMEN:

Se pedirá cualquiera de las técnicas anteriormente descritas, así como encadenamientos Pie-Suelo y combinaciones, terminando siempre en cualquiera de las técnicas de la operativa policial.

Se pedirá también tanto el primer Kata, como el segundo Kata de Defensa Personal Policial D.P.P.



TÉCNICAS PARA EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 5º DAN **DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P.** **(Vía Técnica)**

U.E. 1 TECNICAS DE LUXACION:

- Ashi Garami

U.E. 2 TÉCNICAS DE PROYECCIÓN:

- Kibisu gaeshi

U.E. 3 TÉCNICAS DE ESTRANGULACIÓN:

- Sankaku jime

U.E. 4 TÉCNICAS DE DETENCIÓN:

- Detención al paso: traumática y normal.

U.E. 5 KOBUDO POLICIAL:

- Cielo seis.
- Proyección con bastón, reducción al suelo, formas de levantar y conducción.
- Conducción en violín.

U.E. 6 DEFENSA PERSONAL POLICIAL:

- Reducción policial ante agarres básicos

EXAMEN:

Se pedirá cualquiera de las técnicas anteriormente descritas, así como encadenamientos Pie-Suelo y combinaciones, terminando siempre en cualquiera de las técnicas de la operativa policial.

Se pedirá también tanto el primer Kata, como el segundo Kata de Defensa Personal Policial D.P.P.



TÉCNICAS PARA EXAMEN DE CINTURÓN NEGRO 6º DAN **DE DEFENSA PERSONAL POLICIAL D.P.P.** **(Vía Técnica)**

U.E. 1 TÉCNICAS DE LUXACION:

- Presa dolorosa al talón de aquiles.

U.E. 2 TÉCNICAS DE PROYECCIÓN:

- Kuchiki taoshi

U.E. 3 TÉCNICAS DE ESTRANGULACIÓN:

- Okuri eri jime
- Do jime

U.E. 5 TÉCNICAS DE DETENCIÓN:

- Situaciones de la intervención policial.

U.E. 6 KOBUDO POLICIAL:

- Proyección con bastón policial por el cuello.
- Por la espalda.
- Por las piernas.

U.E. 7 DEFENSA PERSONAL POLICIAL:

- Defensa desde el suelo.

EXAMEN:

Se pedirá cualquiera de las técnicas anteriormente descritas, así como encadenamientos Pie-Suelo y combinaciones, terminando siempre en cualquiera de las técnicas de la operativa policial.

Se pedirá también tanto el primer Kata, como el segundo Kata de Defensa Personal Policial D.P.P.