



MINISTERUL EDUCAȚIEI NAȚIONALE

CLUBUL SPORTIV ȘCOLAR FOCSANI

Str. 1 Decembrie 1918 , nr.33, tel.: 0237.215150 , fax 0237.215150,
email:cssfocsani2017@gmail.com

Nr. 236 din 20.03.2019

CATRE,
FEDERATIA ROMANA DE JUDO

-In atentia Domnului Secretar General-

Subsemnatul, Zisu Dumitru, profesor-antrenor la C.S.S. Focsani si membru in comisia antrenorilor Federatiei Romane de Judo, propun urmatoarele:

- In privinta unui campionat national de judo la varste mici, inclusiv U12, sustin necesitatea acestuia, dar mentionez, ca nu doresc ca acesta sa fie sub forma de lupta.

Pentru a rezolva problema verificarii sportivilor in lupta, la aceasta varsta se pot desfasura cupe, dupa regulamentul de copii al F.R.J. si eventuale completari, facute de organizatori. Solicit organizarea unui campionat national de pana in U13, din U12 inclusiv, bazat numai pe elemente tehnice, in ideea imbunatatirii bagajului tehnic al viitorilor sportivi:

- executii de procedee din centurile colorate pe care le vom agree impreuna, 4-5 procedee;
- caderi: mae, ushiro, mae kaiten ukemi ;
- forme de deplasare: aiumi ashi, tsughi ashi, suri ashi;
- structura de pasi: mae sabaki, ushiro sabaki, mae mawari sabaki, ushiro mawari sabaki;
- directii de deplasare.
- executiile procedurilor sa se faca in directii de deplasare mae, ushino, yoko, hikite, yoko tsurite si circular.

Din toate acestea, facem impreuna selectie pentru ca toata lumea sa execute acelasi lucru bine impus. Detaliile sa fie puse la punct strict de comisia antrenorilor al F.R.J., dupa consultarea cu antrenorii si directorii de euroregiune.

1. Comisia antrenorilor stabileste comisiile de examinare la competitii, compuse din antrenori autorizati;
2. Competitia se va desfasura pe mai multe ateliere (spatii suficiente de executie);
3. Sportivii vor avea fiecare cate o fisa, unde vor acumula punctele castigate in urma notarii de la 5 la 10.
4. Propun impartirea copiilor dupa doua grupe de greutate;
5. Fiecare sportiv isi alege partenerul pentru executarea procedurilor;

6. Notarea sa aiba caracter eliminatoriu, sub o anumita nota pe care o stabilim, sportivul cade din examen – cred ca sub nota 5.

7. Primii 16 sportivi de la cele doua categorii intra in finala si repeta examenul.

Fara a avea pretentia ca m-am gandit la toate, consider ca mai multe persoane din comisia antrenorilor pot pune la punct multe detalii.

Va mentionez ca acest sistem va obliga antrenorii sa faca un bagaj tehnic corect, bine pus la punct, si astfel nu se va mai ajunge la nivel de cadeti cu un bagaj foarte sarac, bazat doar pe calitatile fizice.

Consider ca acest sistem va ridica nivelul judo-ului in Romania in urmatorii ani.

DIRECTOR,

Prof. Zisu Dumitru

