

# **FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE JUDO**



**CAMPIONATULUI NAȚIONAL DE JUDO ADAPTAT**

**SPECIAL NEEDS 2023**

**06 – 08 Octombrie 2022**

**CLUJ NAPOCA**

**REGULAMENT**

# FEDERAȚIA ROMÂNĂ DE JUDO



## PROGRAMUL

### CAMPIONATULUI NAȚIONAL

DE

JUDO ADAPTAT

SPECIAL NEEDS 2023

06-08 OCTOMBRIE 2023 - CLUJ NAPOCA

	09:00 - 11:00	11:00 - 15:00	13:00 - 15:00	15:00 - 17:00	17:00 - 19:00
<b>VINERI</b> <b>06.10.2023</b>					<b>Înscrierea participanților și divizarea pe categorii și grupe Sala mică</b>
<b>SÂMBĂȚĂ</b> <b>07.10.2023</b>	<b>Începerea competiției ( calificari )  Sala mică</b>	<b>Competiție ( calificari și Finlele ) Sala mică</b>	<b>Ceremonia de premiere  Sala Mare</b>		
<b>DUMINICĂ</b> <b>08.10.2023</b>	<b>Plecarea Participanților</b>				

# CONDIȚII DE PARTICIPARE

## 1. Prezentare

CAMPIONATULUI NAȚIONAL DE JUDO ADAPTAT SPECIAL NEEDS 2023

CLUJ NAPOCA 06-08 OCTOMBRIE 2023

### 1.1. Condiții specifice de participare:

- SĂ FACĂ PARTE DINTR-UN CLUB AFILIAT FRJ,
- SĂ FIE LEGITIMAT CU VIZA MEDICALĂ SPORTIVĂ VALABILĂ
- SĂ DEȚINĂ CERTIFICAT MEDICAL CONFORM LEGII 448/2006
- SĂ FIE VALIDAT DE COMISIA DE JUDO ADAPTAT

## 2. Vârsta

Sportivi Special Needs, între 7 și 40 ani, atât masculin cât și feminin.

### 3. Categoriile de greutate și durata meciurilor:

Feminin	-25	-40	-50	-60	-70	-80	-90	-100	+100
Masculin	-25	-40	-50	-60	-70	-80	-90	-100	+100

Încadrarea în categorii se va face în urma diviziunii și formării grupelor.

Un meci are durata de 90 secunde.

## 4. Naționalitatea

Sportivii trebuie să aibă cetățenia Română și să fie eligibil pentru a face parte din Loturile Naționale (sportivul să nu fie în clasamentul mondial pentru altă țară și dacă este să aibă acceptul de la țara respectivă)

## 5. Responsabilități

FRJ are responsabilitatea să verifice viza medicală de către cabinetele medicale sportive.

Cluburile sunt responsabile pentru viza medicală sportivă și asigurările în caz de accidentări pentru sportivii lor.

Cluburile sunt responsabile pentru atitudinea membrilor delegației.

## 6. Înscrierea

Un sportiv poate participa la o singură categorie de greutate

Toți sportivii participanți se vor înscrie trimițând aplicația la [specialneeds@frjudo.ro](mailto:specialneeds@frjudo.ro)

Termenul limită pentru înscriere în concurs este 05 Octombrie 2023 ora 18:00

## 7. Validarea

Validarea sportivilor se va face înaintea formării grupelor, de către secretarul CNJASN2023.

Sportivii trebuie să îndeplinească cumulativ următoarele :

- Să facă parte dintr-un club afiliat frj,

- Să fie legitimat cu viza medicală sportivă valabilă
- Să dețină certificat medical conform legii 448/2006
- Declarație pe proprie răspundere parinte/tutore legal

#### **8. Tragerea la sorți**

Tragerea la sorți se va face după validarea sportivilor, în seara dinaintea concursului, după grupelor.

#### **9. Controlul greutății ( cântarul )**

Controlul greutății se va face în seara dinaintea concursului de către un albitru desemnat de FRJ.

Formarea grupelor se face după efectuarea cântarului, de către organizator.

Toți antrenorii, conducătorii delegațiilor și sportivii trebuie să elibereze camera de cântar înaintea începerii Cântarului Oficial, care va fi separat pentru feminin față de masculin.

Nu este permisă folosirea telefoanelor mobile, a aparatelor foto sau video în camera de cântar.

Sportivii sunt rugați să semneze pe lista de cântar doar în cazul în care au depășit limitele categoriei.

Intervalul orar pentru efectuarea cântarului este afișat în program.

Fiecare sportiv trebuie să fie prezent la cântar, legitimându-se cu pasaportul sportiv și act de

Verificarea vizei medicale sportive se face în timpul efectuării cântarului de către arbitrul delegate.

#### **10. Echipamentul de concurs**

Concursul se va desfășura în JUDO GI ALB sau ALBASTRU.

#### **11. Formula de concurs**

Concursul se va desfășura în sistemul sistem turneu până la 5 sportivi pe categorie de greutate.

#### **12. Arbitraj**

- Concursul va fi arbitrat de arbitri atestați FRJ.
- Se va aplica regulamentul de arbitraj FIJ actual.
- Arbitrul rămâne în frunte, dar într-o manieră încurajatoare .
- Arbitrul veghează asupra meciului conform regulilor randori.
- La cererea antrenorilor este permisă oprirea meciului pentru o perioadă scurtă de timp (unde se oprește și timpul) și este permisă o scurtă discuție despre bunăstarea judoka pe tatami.
- Arbitrul are ultimul cuvânt peste continuarea și scorul final al meciului.

#### **13. Control Anti-Doping**

În cazul solicitării unui control anti-doping, fiecare sportiv invitat trebuie să se prezinte personal însoțit de medic /antrenor/parinte, să se legitimeze cu cartea de identitate și declarația de accept din partea părinților privind recoltarea probelor doping pentru minori.

#### **14. Ceremonia de premiere**

Va fi organizată ca în trecut, în costum de judo alb.

**ANEXE**

**INDORMAȚII DETALIAȚE PRIVIND:**

- CLASIFICAREA JUDOKA
- ATELIER DE DIVIZARE
- REALIZAREA GRUPELOR
- RANDORI

# Clasificare judoka:

Nivelurile sunt determinate prin compararea nivelului de calificare al judoka SN cu un judoka competitiv principal (pentru nivelul 1) sau un judoka recreativ principal (nivelurile 2-5)

**Nivelul 1** este un judoka care poate juca într-un shiai cu un judoka competitiv de masă. Acest judoka este rapid și puternic și are o reacție excelentă. Are un sentiment puternic pentru Judo și o perspectivă strategică excelentă. Acest tip de judoka are un handicap minim și, prin urmare, frecventează de obicei o educație regulată. În general, acestea sunt judoka cu dizabilități fizice sociale sau ușoare, VI și judoke surde și un jucător care a crescut dincolo de nivelul 2.

**Nivelul 2** este un judoka care poate efectua randori cu un judoka recreativ principal. Acest judoka este rapid și puternic și uneori răspunde ușor târziu la situații de judo. Are un sentiment de judo bun, dar de obicei nu are strategie.

**Nivelul 3** este un judoka care poate efectua un randori jucăuș cu un judoka recreativ principal. Acest judoka este destul de rapid și puternic și are o capacitate de reacție dezvoltată în mod rezonabil, dar aproape întotdeauna răspunde târziu la judo-ul situațional. Strategia pentru acest tip de judoka constă în repetarea repetată a aceleiași tehnici. Nu există o strategie perceptibilă.

**Nivelul 4** este un judoka care poate lupta și se poate juca cu un alt judoka de același nivel. Sensibilitatea este suboptimă. De obicei, singura tehnică judo constă în eliminare și osae-komi.

**Nivelul 5** este un judoka care poate lupta și se poate juca cu alți judoka de același nivel. Acești judoka sunt foarte pasivi sau răspund foarte încet. Este necesar un antrenament constant pentru a lua măsuri. Când ajung în osae-komi, acțiunea de a se elibera poate dura foarte mult.

## **Împărțirea pe grupe:**

### **Antrenor**

Fiecare antrenor ar trebui să-și poată plasa judoka în divizia corectă.

Important în a face acest lucru este o analiză pură, detașată și onestă a capacităților aceluia judoka în care nu sunt privite doar acele capacități și siguranță, ci și a potențialilor adversari ai judokei.

### **Organizator**

Una dintre prioritățile principale ale organizatorului unui turneu trebuie să fie încheierea turneului fără răni grave pentru participanți.

Informațiile privind clasificarea judoka sunt recuperate în mai multe moduri:

### **Formulare de cerere**

Aceasta este sursa principală de informații de clasificare. Există totuși o serie de motive pentru care această sursă nu este complet fiabilă.

De exemplu, este extrem de tentant să pui un judoka într-o clasă prea mică, să-i crești șansele de a câștiga și, din păcate, acest lucru se întâmplă din când în când.

Presiunea părinților sau pur și simplu ambiția oarbă a antrenorilor sunt, de obicei, factorii principali ai acestui comportament.

Pe de altă parte, majoritatea antrenorilor înțeleg în aceste zile că aceste practici copilărești nu ajută pe nimeni.

Un alt motiv este acela că unii antrenori pur și simplu nu au experiență suficientă cu aplicațiile pentru turneele SN.

*Deși descrierile din reguli sunt destul de clare, aplicarea la un turneu este cu totul alta.  
Adesea, un judoka este pus pe partea „sigură” și este clasificat într-o divizie prea mică.  
De înțeles, dar poate fi evident că acest lucru poate avea efecte adverse și asupra adversarului.  
În cele din urmă, se întâmplă destul de des ca un judoka să fie clasificat pe baza experienței turneului sau a lipsei acestuia.*

*Acest lucru este absolut incorect și poate duce la situații periculoase.*

# Atelier de divizare

Un turneu care include toți „suspecții obișnuiți”, judoka care va participa la toate turneele nu va fi prea dificil în ceea ce privește divizarea. Diversiunile vor fi observate și, de obicei, corectate rapid.

Există și o formă de control social la locul de muncă.

Însă, turneele cu judoka debutant sau judoka care iau parte neregulat și pentru care capacitățile de judo sunt îndoielnice sau variabile pot beneficia foarte mult de un atelier de divizare anterior turneului propriu-zis. Aceasta se referă în principal la nivelurile 3, 4 și 5.

## Procedura de divizare

Procedura de divizare este menită să valideze datele din formularele de cerere. Judoka care sunt clasificați incorect pot fi corectate prin această procedură.

În turneele mai mici, atelierul de clasificare poate fi deghizat ca o încălzire. Turneele mai mari necesită adesea o zi suplimentară pentru atelier.

### Funcții :

#### Cap de divizare (DH):

DH face grupele preliminare și este responsabil în cele din urmă pentru pungile finale.

- DH are experiență în fabricarea de pungi și a finalizat mai multe diviziuni cu succes.

#### Lider de divizare (DL):

**DL urmăriți și discutați procedurile cu DT, ajutați antrenorii cu pungile de pe tatami și urmăriți schimbările necesare.**

Acest lucru este apoi discutat cu DH și, dacă este necesar, aplicat. Doar atunci când se observă o diferență extremă în nivelul participantului la grupa, un judoka va fi transferat la o grupa mai adecvată.

Dacă diferența nu este extremă, procedura de divizare va fi finalizată pe același tatami și schimbarea în grupa pentru acel judoka particular poate fi efectuată ulterior.

- DL trebuie să fie profesori experimentați de judo și trebuie să aibă o imagine de ansamblu bună asupra diferitelor dizabilități și comportamentul asociat la tatami.

#### Profesorii de divizare (DT) și asistenții acestora:

Aceștia sunt profesorii care execută lecțiile de randori, vezi dacă pungile sunt corecte și, dacă este necesar, ca asistență pentru DL.

Antrenorii judoka pot fi de mare ajutor ca asistent în această chestiune datorită relației lor mai strânse cu judoka. Câteva observații suplimentare cu privire la aceasta pot fi găsite în 7.4.

- DT sunt profesori de judo cu experiență, care trebuie să fie foarte conștienți de siguranța și procedurile de pe tatami.

## Procedură

- Judoka primește o grupa preliminară și un tatami. Acesta este grupul care va efectua împreună exercițiile de divizare.
- Sesiunile de clasificare durează între 45 și 60 de minute. Important este să nu depășești durata de atenție a judoka, altfel sesiunea poate fi percepută ca plictisitoare. Nu uitați: judoka mai are un turneu în față!
- La fiecare 15-20 de minute, DT-urile se rotesc către un alt tatami.
- Pot exista maximum 4-5 perle per tatami, pe sesiune.
- DT apelează fiecare judoka la tatami-ul atribuit și face grupuri pe grupa. În mod preferabil, fiecare grup este însoțit de un asistent.

Rețineți că aceasta este o parte importantă a divizării. Deoarece acesta este primul contact, acesta permite DT să observe vizual și să compare un judoka cu grupul său în următoarele zone:

- Jucaus / Serios
  - Alertă / îndepărtată / visătoare / nervoasă
  - Mic / mare
  - Rapid / lent
  - ..etc.
- Practic: Acest exercițiu poate servi și ca apel nominal.
  - După aceasta, sesiunile de împărțire pot continua
  - După o verificare finală, DH va finaliza pungile pentru turneu.

### **Atelier de divizare:**

#### **Constrângeri**

Este foarte important să înțelegem că nivelul judo poate fi determinat doar de Judo.

De exemplu: echilibrul ar trebui testat în timpul situațiilor de judo reale, deși un judoka poate avea probleme cu echilibrul său în viața de zi cu zi, de multe ori au învățat să compenseze acest lucru în timpul judo-ului și poate chiar au învățat să profite de lipsa lor de echilibru.

Testarea situațiilor reale în randori este, prin urmare, cel mai bun test pentru abilitatea judo3.

Cu toate acestea, un randori propriu-zis ar putea fi oarecum problematic: este obositor pentru judoka care ar putea fi nevoit să acționeze mai târziu în shiai, iar conceptul de randori nu este întotdeauna înțeles foarte bine pentru judoka de nivel inferior și poate ajunge în shiai.

Prin urmare, diferitele abilități trebuie testate într-un mod ludic, făcând exerciții simple: formele randori.

#### **Opt principii de abilități**

În anii nouăzeci, SNJF a definit opt abilități care sunt importante pentru un judoka și cu care putem testa un participant la turnee. Principiul celor opt abilități este utilizat de la prima introducere a judo-ului în Jocurile Olimpice Speciale din 1996.

Observarea executării acestor opt abilități poate fi utilizată pentru a determina lucrurile care contează cu adevărat în shiai: putere, capacitate de reacție, echilibru, voință de a câștiga, tactici:

1. Diverse forme de ukemi-waza (autonome)
2. Diverse forme de ukemi-waza (când sunt aruncate)
3. Executarea osae-komi-waza
4. Eliberarea de osae-komi-waza (toketa-waza)
5. Tehnica de înclinare
6. Aruncări (nage-waza)
7. Combinații (renraku-waza)
8. Preluări (kaeshi-waza)

#### **Exemple de jocuri:**

Scopul principal al unui atelier de divizare este de a lucra cele 8 abilități de mai sus într-o lecție de randori care durează aproximativ 15-20 de minute.

Un număr de exemple este listat mai jos, dar numărul de posibilități este nelimitat.

#### **Abilitatea 1**

Pentru nivelurile inferioare sau ca încălzire, un joc de etichete prin care uke poate fi eliberat printr-o tehnică ukemi.

Acest lucru permite să observăm cine are perspicacitate și cine este mai rapid sau poate mai lent decât ceilalți.

### **Aptitudinile 2, 6 și 7**

*Un joc cu ștafetă propus. 1 judoka este de cealaltă parte a tatami, al 2-lea judoka aleargă acolo și aruncă numărul unu, numărul unu revine la numărul trei și highfives, numărul trei aleargă la numărul doi și îl aruncă etc.*

*Prin aceasta devine vizibil cine este sigur, cine poate arunca corect, cine poate cădea corect, își amintește instrucțiunile etc.*

### **Aptitudinile 3 și 4**

*Aceste abilități pot fi testate foarte bine împreună.*

*Demonstrați o tehnică osae-komi și spuneți-i lui uke să scape în 15 secunde.*

*Demonstrați tehnica corectă de evadare și faceți din nou jocul.*

*Prin aceasta, devine vizibil cât de confortabil este un judoka în ne-waza, puterea sa disponibilă și cât de repede preia noi tehnici.*

### **Aptitudinea 5**

*Acest lucru poate fi combinat cu exemplul anterior: Faceți jocul „oilor de tuns” și demonstrați o tehnică de înclinare și apoi practicați această tehnică și lăsați-o să se termine cu un randori scurt.*

*Acest lucru ar trebui să demonstreze abilitățile judoka și ar trebui să devină clar dacă toți judoka din acea grupă se potrivesc reciproc.*

### **Abilitățile 7 și 8**

*Acestea pot fi testate printr-un mic joc de osoto gari fără a arunca efectiv sau prin jocul uki goshi prin care judoka încearcă să-și învețe reciproc piciorul superior.*

*Echilibrul și capacitatea de reacție vor deveni vizibile.*

### **Observații:**

#### **Importanța formei de joc:**

*Cele de mai sus sunt exemple, desigur, și există numeroase alte forme randori care pot fi utilizate pentru a aduna informațiile necesare. Important este să nu arăt o lecție uscată: „vă rog să-mi arătați un rol înainte”, ci să oferiți un exercițiu jucăuș, dar competitiv, care să permită judoka să-și arate partea cea mai bună. Forma jocului este să ne asigurăm că randoriul pe care îl dorim nu ajunge în shiai.*

### **Fă ca judoka să arate cât mai bine**

*Desigur, este foarte important să vă asigurați că diferitele abilități ale judoka vor deveni vizibile în timpul atelierului, astfel încât să vă asigurați că fie judoka se află în grupa corectă, fie că trebuie mutată într-o altă grupă.*

*Dacă judoka va trebui să fie încurajat să concerteze, atunci nu ar trebui să fie nicio problemă - la urma urmei, acest lucru se întâmplă și în timpul turneului.*

### **Importanța rotației și a zonei de confort**

*Un alt punct important este rotirea partenerilor cu care judoka face atelierul.*

*Prin rotire, diferențele reciproce ale diferitelor judoka devin clare.*

*Prin urmare, un judoka nu trebuie să aibă voie să susțină atelierul cu partenerul său obișnuit.*

*Rutina pe care o are o astfel de pereche va distorsiona observațiile corecte. Prin urmare: scoateți judoka din zona sa de confort - la urma urmei, nici în shiai nu va evolua împotriva partenerului său obișnuit!*

*Din același motiv, este mai bine să nu aveți antrenorul judokei să participe la jocurile randori.*

*Antrenorul vă poate ajuta și consilia, dar nu este recomandabilă o interacțiune directă cu judoka.*

# Realizarea grupelor

## **Reguli de baza:**

1. În SN-Judo, nivelul este cel mai important, iar categoriile de greutate care se aplică Judo-ului obișnuit sunt secundare.

Excepție fac campionatele oficiale pentru nivelurile 1 și 2 și, bineînțeles, dacă organizatorul turneului dorește să adere la diviziile de greutate.

Este recomandabil să menționați această politică în invitație pentru a evita dezamăgirile.

Un exemplu: un judoka care cântărește 72 de kilograme de nivelul 3 ar ajunge în categoria -73 la Judo obișnuit.

Un judoka care cântărește 74 de kilograme din aceeași categorie ar ajunge în -81.

În SN-Judo, este posibil să puneți acești doi judoka în aceeași grupă.

Regula generală: diferența reciprocă între *weght* nu poate fi mai mare de 15

2. Un organizator al turneului trebuie să se străduiască întotdeauna să nu pună nivelurile 1 și 2 împreună din cauza diferențelor mari dintre un nivel bun 1 și un nivel inferior 2.

Dacă este necesar să faceți acest lucru, acest lucru ar trebui să se întâmple numai în coordonare și aprobarea antrenorii.

Responsabilitatea revine atunci antrenorilor.

3. Abilitățile de judo diminuate la nivelul 4 pot fi compensate prin punerea judoka într-un meci împotriva unui nivel mai ușor 3.

Este posibil să combinați nivelurile în acest mod (nivelul 2 împotriva 3, 3 împotriva 4 etc.

Dar nu 3 împotriva 5 Nu este posibil să aveți trei niveluri în interiorul unei grupe)

## **Nivelul 5**

De preferință, grupele de nivelul 5 ar trebui să aibă maximum 5 persoane din cauza rezistenței adesea limitate a acestor judoka.

## **Sub 16 ani:**

Vârsta este foarte importantă. În mod ideal, nu ar trebui să existe o diferență de vârstă mai mare de 3 ani.

Dacă diferența este mai mare, atunci este posibil să treceți la un alt nivel, adică un judoka mai tânăr, dar mai ușor, nivelul 2, împotriva și mai vechi, dar mai greu, nivelul 3.

## **Situații speciale**

Asigurați-vă că explicați în invitație modul în care vor fi abordate situațiile speciale pentru a evita dezamăgirile în timpul punerii în comun.

Chiar mai bine este să discutați situații speciale cu antrenorul.

## **Feminin peste 12 ani:**

Uneori pur și simplu nu există suficiente feminine pentru a crea o grupă corectă.

În consultare cu antrenorul, se poate decide apoi plasarea unei astfel de feminiă într-o grupă masculină, dar cu un nivel mai mic.

O femeie de nivel 3 ajunge apoi la o grupă de bărbați de nivelul 4.

## **Judoka peste 16 ani pentru care nu se poate face nicio grupă adecvată:**

Acestea sunt adesea judoka mai ușor de la nivelurile 3, 4 și 5.

În consultare cu antrenorii, se poate decide dacă judoka poate concura într-o grupă sub 16 ani.

Din nou, poate fi necesară compensarea greutății și / sau nivelului.

Exemplu: Judoka de 26 de ani, 45 kg, nivel 4 contra 13 ani, 50 kg, nivel 4.

Este întotdeauna posibil să combinați nivelurile 5 atâta timp cât greutatea este comparabilă (+/- 15%)

**Judoka greu sub 16 pentru care nu poate fi realizată nicio grupă corectă:**

*Judoka greu sub 16 ani poate fi pus într-o grupă peste 16 ani numai în consultare cu antrenorul.*

*Adesea trebuie făcută o compensare în greutate și / sau nivel.*

*Exemplu: judoka 5 ani, 75 kg, nivel 3 contra 27 ani, 70 kg, nivel 3 sau 75 kg, nivel 4.*

**Feminin nivel 5**

*Este adesea posibil să fuzionezi o grupă de sex feminin de nivelul 5 cu o grupă de sex masculin de nivel*

5.

*Vârsta are o importanță minoră, atâta timp cât greutatețile sunt comparabile.*

*Regula: peste 16 ani nu cu 11 ani sau mai puțin. Din nou, totul se întâmplă în consultață cu antrenorii.*

# RANDORI

## **Norme generale**

### **TACHI-WAZA – Lupta va începe din picioare**

### **NE-WAZA - Lupta va începe de pe sol**

Regulile și reglementările pentru judo cu nevoi speciale rămân în vigoare.

Regulile stabilite în acest document reprezintă o mărire a regulilor menționate.

În cazul în care normele și reglementările nu acoperă o situație specifică, arbitrul-șef este autorizat să decidă altfel împreună cu conducătorul tehnic.

- Durata meciului este fixată pe 90 de secunde.
- În aceste 90 de secunde se marchează ippon și waza-ari.
- La nivelul1 și nivelul2 = ippon încheie meciul
- La nivelul3 = 2 ippon încheie meciul
- La nivelul4 și nivelul5 = ippon nu încheie meciul
- Waza-ari awasete ippon nu este utilizat.
- Cu alte cuvinte: ippon nu încheie meciul.

Prin urmare, este posibil să se înscrie mai multe ippon sau waza-ari.

Punctajul final se determină după cum urmează:

- Dacă o judoka câștigă cu mai multe ippon, atunci lui 1scorul final rămâne ippon.
- Dacă judoka A marchează (de exemplu ) 5 ippon și judoka B marchează 3 ippon, atunci judoka A câștigă cu ippon.
- Ippon rămâne scorul principal . De exemplu, dacă juoka A marchează 1 ippon , dar judoka B marchează 6 waza-ari, atunci A câștigă în continuare cu ippon.
- Dacă judoka A înscrie 2 ippon și judoka B marchează 2 ippon și 1 waza-ari, atunci B câștigă cu waza-ari.
- Dacă un ippon este marcat cu osae-komi, timpul se oprește. După aceasta, meciul este reluat din poziția de început și meciul continuă.
- Dacă ambele judoka marchează la fel după două minute, trezirea hiki este în vigoare. Ambele judoka marchează 1 punct de meci și 0, 7 sau 10 puncte de judo.
- Penalizările vor fi evitate pe cât posibil și nu sunt luate în calcul în scor.

## **Siguranța în timpul competiției:**

Siguranța este întotdeauna cel mai important aspect.

Prin urmare, sunt în vigoare următoarele reguli:

- Este evident că judoka de nivel 4 și 5 sunt, în medie, de o condiție fizică mai mică decât celelalte clase. Prin urmare, timpul de potrivire de 90 de secunde ar trebui să fie suficient.
- Recomandăm grupele de maximum 5 judoka pentru a limita numărul de meciuri pe judoka.
- Chiar mai mult decât în cazul altor meciuri A, arbitrul trebuie să coopereze cu antrenorii și invers. Cu toate acestea, arbitrul rămâne în permanență în controlul meciului .
- Este întotdeauna permis să opriți un meci înainte de timp. De exemplu:
  - Dacă, în ciuda duratei limitate a meciului, judoka este prea epuizată pentru a finaliza cele 90 de secunde, antrenorul are voie să oprească meciul. Cealaltă judoka înscrie apoi ippon.
  - Dacă arbitrul decide că unul dintre judoka este prea obosit pentru a continua, meciul va fi oprit. Cealaltă judoka înscrie apoi ippon.

- *Dacă un judoka a fost prea obosit pentru a continua într-un meci mai devreme, el poate concura în continuare în meciurile ulterioare, după consultarea dintre antrenor și arbitru.*
- *Echipa de la masă se asigură că judoka are suficient timp de odihnă între meciuri.*
- *În cazul în care se utilizează forma masculină, forma feminină este destinată implicit*

**Rolul antrenorului:**

*Atenția pozitivă și încurajarea sunt permise, iar antrenorul va avea mai mult timp pentru acest lucru din cauza duratei mai lungi a meciului.*

*Antrenorul are grijă de judoka lui, nu de arbitru.*

*Antrenorii ar trebui să depună eforturi pentru o experiență bună pentru judoka lor.*

**Rolul arbitrului:**

*Arbitrul rămâne în frunte, dar într-o manieră încurajatoare .*

*Arbitrul veghează asupra meciului conform regulilor randori.*

*La cererea antrenorilor este permisă oprirea meciului pentru o perioadă scurtă de timp (unde se oprește și timpul) și este permisă o scurtă discuție despre bunăstarea judoka pe tatami.*

*Arbitrul are ultimul cuvânt peste continuarea și scorul final al meciului.*

