



SUPPLEMENTO al n. 7/8 2001

## Settore Judo Programma FIJLKAM per l'attività giovanile

### IL REGOLAMENTO TECNICO-ORGANIZZATIVO

#### ATTIVITÀ PER I BAMBINI E I RAGAZZI

##### CRITERIUM GIOVANISSIMI

1. I Comitati Regionali organizzano il CRITERIUM GIOVANISSIMI riservato alle classi BAMBINI, RAGAZZI. Possono organizzarlo in una o più prove o dividerlo in due CRITERIUM (uno primaverile e uno autunnale). In ogni caso tutte le manifestazioni per le classi PRE-AGONISTICHE devono avere finalità educative e promozionali. Nelle gare del CRITERIUM devono essere premiati tutti i concorrenti in gara.
2. La tassa d'iscrizione alle gare e al Criterium verrà fissata da ogni Comitato Regionale, ma non potrà essere superiore alla tassa d'iscrizione federale alle gare.
3. Le gare del CRITERIUM GIOVANISSIMI possono svolgersi esclusivamente con le seguenti modalità:
  - a) GARE DI YAKU SOKU GEIKO
  - b) CIRCUITO A TEMPO
  - c) GARE DI LOTTA A TERRA
  - d) GARE DI RANDORI per la sola classe RAGAZZI
4. Le gare di YAKU SOKU GEIKO (esecuzione unica con punteggio o gara a coppie ad eliminazione) dovranno svolgersi con l'esecuzione libera utilizzando solo le tecniche di HIZA GURUMA - SASAE TSURI KOMI ASHI - UKI GOSHI - TAI OTOSHI - O SOTO GARI - O UCHI GARI - SEOI NAGE - TSURI KOMI GOSHI - DE ASHI BARAI - ON KESA GATAME - YOKO SHIO GATAME - KAMI SHIO GATAME - TATE SHIO GATAME - USHIRO KESA GATAME.
5. Nelle gare di YAKU SOKU GEIKO i giudici (che non potranno essere meno di 3 o più di 5) dovranno tenere conto in ordine gerarchico dei seguenti parametri: a) Comportamento e sicurezza (saluto, tenuta, sicurezza e controllo delle tecniche); b) Movimento reale (preparazione della tecnica con il movimento; in questo caso comunque si terrà conto della effettiva realtà del movimento e non della sua costruzione artificiale); c) Simmetria (esecuzione a destra e a sinistra); d) Varietà delle tecniche (combinazioni, contrattacchi, proseguire a terra); e) Lotta a terra (varietà e completezza dell'attività di Ne-waza): per la sola classe RAGAZZI.
6. Nelle gare di lotta a terra e di randori deve essere garantita l'incolumità del ragazzo e pertanto è concessa l'esecuzione delle sole tecniche indicate al punto b) del comma 4 del presente articolo.

##### ALTRE GARE

Tutte le altre gare organizzate per le categorie BAMBINI e RAGAZZI dovranno uniformarsi al regolamento del CRITERIUM GIOVANISSIMI.

La partecipazione di BAMBINI o RAGAZZI tesserati FIJLKAM ad attività organizzata da altri Enti potrà essere autorizzata solo in presenza di gare organizzate col regolamento sopra citato.

# ATTIVITA' PER ESORDIENTI A

## CRITERIUM GIOVANISSIMI

1. I Comitati Regionali organizzano il **CRITERIUM GIOVANISSIMI** riservato alla classe **ESORDIENTI A**. Possono organizzarlo in una o più prove o dividerlo in due **CRITERIUM** (uno primaverile e uno autunnale). In ogni caso tutte le manifestazioni per le classi **PRE-AGONISTICHE** devono avere finalità educative e promozionali. Nelle gare del **CRITERIUM** devono essere premiati tutti i concorrenti in gara.
2. La **tassa d'iscrizione alle gare e al Criterium** verrà fissata da ogni Comitato Regionale, ma non potrà essere superiore alla **tassa d'iscrizione federale alle gare**.
3. Le gare del **CRITERIUM GIOVANISSIMI** possono svolgersi esclusivamente con le seguenti modalità:
  - a) **GARE DI YAKU SOKU GEIKO LIBERO**
  - b) **GARE DI YAKU SOKU GEIKO SECONDO LO SCHEMA DEI GIOCHI DELLA GIOVENTU'**
  - c) **GARE DI LOTTA A TERRA**
  - d) **GARE DI RANDORI anche con la verifica del peso corporeo**
4. Le gare di **YAKU SOKU GEIKO** (esecuzione unica con punteggio o gara a coppie ad eliminazione) dovranno svolgersi con l'esecuzione libera utilizzando solo le tecniche di **HIZA GURUMA - SASAE TSURI KOMI ASHI - UKI GOSHI - TAI OTOSHI - O SOTO GARI - O UCHI GARI - SEOI NAGE - TSURI KOMI GOSHI - DE ASHI BARAI - ASHI GURUMA - KO UCHI GARI - UCHI MATA - O UCHI GARI - HARAI GOSHI - KO SOTO GARI ON KESA GATAME - YOKO SHIO GATAME - KAMI SHIO GATAME - TATE SHIO GATAME - USHIRO KESA GATAME**
5. Nelle gare di **YAKU SOKU GEIKO** i giudici (che non potranno essere meno di 3 o più di 5) dovranno tenere conto in ordine gerarchico dei seguenti parametri:
  - a) Comportamento e sicurezza (salute, tenuta, sicurezza e controllo delle tecniche)
  - b) Movimento reale (preparazione della tecnica con il movimento; in questo caso comunque si terrà conto della effettiva realtà del movimento e non della sua costruzione artificiale)
  - c) Simmetria (esecuzione a destra e a sinistra)
  - d) Varietà delle tecniche (combinazioni, contrattacchi, proseguire a terra)
  - e) Lotta a terra (varietà e completezza dell'attività di Ne-waza con particolare attenzione per le forme dinamiche di rovesciamento)
6. Le gare di randori dovranno svolgersi col regolamento degli Esordienti B modificato con le integrazioni di seguito indicate:

**INIZIO DEL COMBATTIMENTO:** L'Arbitro darà inizio al combattimento dopo che i combattenti avranno effettuato la presa fondamentale (**BAVERO** e **MANICA**). Quando entrambi i combattenti hanno rotto oppure lasciato le prese l'arbitro annuncerà il **MATTE**. All'annuncio di ogni **MATTE** e prima che l'Arbitro riannunci **HAJIME** i combattenti rifaranno la presa fondamentale dopo essersi portati al centro dell'area di combattimento.

## AZIONI PROIBITE

Oltre alle azioni proibite dal Regolamento Internazionale verranno punite- dopo un primo ed unico richiamo non conteggiato - le seguenti azioni:

- AZIONI CON LE GINOCCHIA AL SUOLO
- AZIONI CON LA PRESA AL DI SOTTO DELLA CINTURA
- AZIONI CHE AVVOLGONO O BLOCCANO IL COLLO DELL'AVVERSAIO
- AZIONI DI MAKI-KOMI e SUTEMI
- AZIONI D'ANCA O DI O-SOTO GARI PORTATE A SINISTRA CON LE PRESE A DESTRA E VICEVERSA
- AZIONI CHE SI SVOLGANO CON PRESE NON TRADIZIONALI
- AZIONI GIUDICATE POTENZIALMENTE PERICOLOSE DALL'ARBITRO

**L'arbitro darà il MATTE' qualora uno dei due atleti si pieghi a 90°.**

Sono inoltre vietate le tecniche di **SHIME-WAZA** e **KANSETZU-WAZA**.

### **DURATA DELL'OSAE-KOMI**

**KOKA** - da 5 a 9 secondi

**YUKO** - da 10 a 14 secondi

**WAZA-ARI** - da 15 a 19 secondi

**IPPON** - 20 secondi

### **ALTRE GARE - NORMA TASSATIVA**

Tutte le altre gare degli ESORDIENTI A debbono svolgersi nell'ambito di Tornei Regionali di Gruppo C e possono essere autorizzato solo ed esclusivamente se riportano integralmente il regolamento sopra citato per il Randori. L'attività degli Esordienti A può svolgersi a livello regionale o interregionale (fino ad un massimo di 3 Regioni anche estere confinanti o contigue).

E' tassativamente vietato inserire gare di Esordienti A negli orari di svolgimento dei Tornei di Gruppo A o B.

Si invitano gli organizzatori di gare a far effettuare agli Esordienti A non meno di due incontri e non più di quattro incontri per gara.

## **GIOCHI DELLA GIOVENTU'**

1. I GIOCHI DELLA GIOVENTU' vengono organizzati dai Comitati Regionali nel primo semestre dell'anno(nel 2001 possono essere organizzati anche nel secondo semestre). Essi riguardano sei classi di età così determinate:

2. I GIOCHI DELLA GIOVENTU' possono svolgersi in un'unica FASE REGIONALE o in più FASI PROVINCIALI e una FINALE REGIONALE. La decisione in tal senso è demandata ai Comitati Regionali. La tassa d'iscrizione sarà di £. 20.00 a coppia.

3. Per le classi BAMBINI e RAGAZZI il regolamento è quello previsto per il CRITERIUM GIOVANISSIMI nella forma del YAKU SOKU GEIKO libero con un limitato numero di tecniche concesse.

4. Per le classi ESORDEINTI A i Giochi della Gioventù si svolgeranno nel modo seguente:

### **PARTE OBBLIGATORIA**

Classe	2001	2002	2003	2004
BAMBINI 7	1994	1995	1996	1997
BAMBINI 8	1993	1994	1995	1996
RAGAZZI 9	1992	1993	1994	1995
RAGAZZI 10	1991	1992	1993	1994
ESORDIENTI A 11	1990	1991	1992	1993
ESORDIENTI A 12	1989	1990	1991	1992

- **SEOI NAGE (Ippon o Morote)** quando Uke avanza
- **TAI OTOSHI** quando Uke indietreggia
- **TSURI KOMI GOSHI** quando Uke si sposta in semicerchio
- **OKURI ASHI BARAI** quando Uke si sposta lateralmente

Le tecniche debbono essere eseguite nell'ordine indicato. Le prime due a destra e a sinistra dal primo atleta, le seconde due sempre a destra e a sinistra dal secondo atleta. Gli spostamenti sono sempre riferiti a Uke.

## PARTE FACOLTATIVA

Nella parte facoltativa entrambi gli atleti possono effettuare sia tecniche della parte obbligatoria, sia le seguenti tecniche: HIZA GURUMA - SASAE TSURI KOMI ASHI - UKI GOSHI - TAI OTOSHI - O SOTO GARI - O UCHI GARI - SEOI NAGE - TSURI KOMI GOSHI - DE ASHI BARAI - ON KESA GATAME - YOKO SHIO GATAME - KAMI SHIO GATAME - TATE SHIO GATAME - USHIRO KESA GATAME - ASHI GURUMA - KO UCHI GARI - UCHI MATA - O UCHI GARI - HARAI GOSHI - KO SOTO GARI. Nella parte a terra devono essere eseguite tecniche di OSAE KOMI e di rovesciamento di Uke.

## GIUDIZIO

Il giudizio deve essere stabilito tenendo conto per 7/10 della conformità della parte obbligatoria al programma proposto e per 3/10 della qualità della parte libera secondo i criteri stabiliti per il CRITERIUM GIOVANISSIMI. Ogni giudice cioè dovrà valutare con voti da 1 a 7 la parte obbligatoria e da 1 a 3 la parte libera. I Giudici non potranno essere inferiori a 3 o superiori a 5.

## FORMULA DI GARA

La gara si svolgerà con la formula dell'eliminazione diretta e il doppio recupero. Le coppie potranno esibirsi insieme o una alla volta: ciò verrà stabilito da ogni Comitato Regionale in base al numero delle coppie iscritte o ad altre esigenze.

Vincerà l'incontro la coppia che avrà ottenuto il punteggio più alto sommando quelli dei singoli giudici. In caso di parità i giudici decideranno a maggioranza.

## ATTIVITA' PER ESORDIENTI B

### GARE PER ESORDIENTI B

Tutte le gare per Esordienti B devono svolgersi secondo il regolamento FIJLKAM per il Campionato Italiano.

Prima dell'inizio di ogni gara a tutte le Società partecipanti deve essere consegnata copia del regolamento FIJLKAM con le seguenti norme:

**INIZIO DEL COMBATTIMENTO:** L'Arbitro darà inizio al combattimento dopo che i combattenti avranno effettuato la presa fondamentale (BAVERO e MANICA). Quando entrambi i combattenti hanno rotto oppure lasciato le prese l'arbitro annuncerà il MATTE. All'annuncio di ogni MATTE e prima che l'Arbitro riannunci HAJIME i combattenti rifaranno la presa fondamentale dopo essersi portati al centro dell'area di combattimento. **AZIONI PROIBITE** Oltre alle azioni proibite dal Regolamento Internazionale verranno punite - dopo un primo ed unico richiamo non conteggiato - verranno punite le seguenti azioni:

- **AZIONI CON LE GINOCCHIA AL SUOLO**
- **AZIONI CON LA PRESA AL DI SOTTO DELLA CINTURA**
- **AZIONI CHE AVVOLGONO O BLOCCANO IL COLLO DELL'AVVERSARIO**
- **AZIONI DI MAKI-KOMI e SUTEMI**

Sono inoltre vietate le tecniche di **SHIME-WAZA e KANSETZU-WAZA.**

### DURATA DELL'OSAE-KOMIKOKA

- da 5 a 9 secondi **YUKO**

- da 10 a 14 secondi **WAZA-ARI**

- da 15 a 19 secondi **IPPON** - 20 secondi

Non sono ammesse deroghe di alcun genere al regolamento fino alla sua eventuale modifica.

# **GIUDICI DI GARA REGIONALI PER GARE A CARATTERE GIOVANILE**

## **I Comitato Regionali istituiranno annualmente:**

- 1 corso di formazione per giudici di gare giovanili (detto corso potrà essere svolto anche a carattere provinciale)
- 1 corso di aggiornamento per giudici di gare giovanili
- la Commissione Regionale per l'attività giovanile

I corsi sono aperti ai soli Insegnanti Tecnici e Arbitri FIJLKAM.

Il Corso di formazione della durata di almeno 12 ore divise in almeno 4 giornate dovrà anche affrontare simulazioni pratiche e abituare i giudici ad una gestione completa delle gare giovanili. Il corso dovrà analizzare nel dettaglio il Programma dell'attività giovanile della FIJLKAM.

Il Corso di aggiornamento della durata di almeno 6 ore potrà anche svolgersi nell'ambito di una manifestazione giovanile. Il corso dovrà analizzare nel dettaglio situazioni reali venutesi a creare nell'ambito dell'attività giovanile.

I docenti dei Corsi di formazione e di aggiornamento saranno indicati dai Comitati Regionali, che li sceglieranno tra i tecnici che hanno dimostrato particolare attenzione e competenza nel settore dell'attività giovanile.

Le quote d'iscrizione (che non potranno essere superiori a quelle previste per i corsi di aggiornamento degli Insegnanti Tecnici) saranno incamerate dai Comitati.

Nei corsi è importante chiarire il significato della competizione per i giovani seguendo la seguente scaletta:

- **Gli altri sport fanno le gare**
- **La gara crea il senso del club**
- **Introduce il judoka gradualmente alla gara**
- **E' difficile che un bambino continui a fare judo se non c'è lo stimolo della gara**
- **Ci si misura con gli altri e con se stessi**
- **Si impara a perdere**

# I VARI TIPI DI GARE DESCRIZIONI

---

## BAMBINI CHE PRATICANO IL JUDO EDUCATIVO O PRE JUDO (5-6 Anni)

---

### Caratteristiche della gara

FACILE, BREVE, COMPRENSIBILE

- **CIRCUITO A TEMPO** contenente oltre che ai tipici esercizi ginnici dei circuiti anche le **USHIRO UKEMI**, eventualmente una capriola e **uno o più scambi di tecniche**. In caso di errore si aggiungono dei secondi di penalità alla prestazione.

- Eventuale **YAKU SOKU GEIKO** libero senza punteggio, ma solo nella seconda parte dell'anno.

### PREMIAZIONI E CLASSIFICHE

- PREMI a tutti i partecipanti.

- CLASSIFICA eventuale con il 1° e il 2° e gli altri ex-aequo.

- Nel corso dell'anno è possibile differenziare le classifiche premiando i vincitori di ogni prova e il vincitore finale.

- In ogni caso mai classificare un bambino oltre il 4° posto.

## BAMBINI (7-8 ANNI)

---

### Caratteristiche della gara

FACILE, BREVE, COMPRENSIBILE

### FORMULE PROPOSTE

La gara può essere effettuata da una o più delle seguenti prove. E' consigliabile farne almeno due, in modo che i bambini abbiano più possibilità di coinvolgimento.

- **CIRCUITO A TEMPO** contenente, oltre che ai tipici esercizi ginnici dei circuiti, anche le **USHIRO UKEMI**, le **YOKO UKEMI** ed eventualmente le MAE MAWARi UKEMI e uno o più scambi di tecniche. In caso di errore si aggiungono dei secondi di penalità alla prestazione.

- **YAKU SOKU GEIKO** a coppie libero: i giudici valuta la qualità delle tecniche effettuate.

- **RANDORI NE WAZA** : 1' di randori ne waza, dopo l'ippon si riprende fino al gong. L'arbitro conteggia i punteggi e assegna la vittoria. Si può cominciare dalla posizione di schiena a schiena o dalla posizione frontale con un ginocchio sollevato e le prese tradizionali.

**E' vietato girare l'avversario avvolgendolo intorno al collo.**

**Nel caso di Hon-Kesa-gatame è importante che il giudice dia il MATTE' quando vede una stretta eccessiva del collo o quando Uke ruota nella direzione inversa rispetto al corpo di Tori.**

## RAGAZZI (9 E 10 ANNI)

---

### Caratteristiche della gara

COINVOLGENTE

### FORMULE PROPOSTE

La gara può essere effettuata da una o più delle seguenti prove. E' consigliabile farne almeno due, in modo che i ragazzi abbiano più possibilità di cimentarsi.

- **CIRCUITO A TEMPO** contenente esercizi tipici, anche di abilità.  
- **YAKU SOKU GEIKO** libero: i giudici valutano la qualità delle tecniche effettuate secondo i parametri indicati.

- **RANDORI NE WAZA**: 1' di randori ne waza, dopo l'ippon si riprende fino al gong. L'arbitro conteggia i punteggi e assegna la vittoria. Si può cominciare dalla posizione di schiena a schiena o di fronte con un ginocchio sollevato e le prese tradizionali.

**E' vietato girare l'avversario avvolgendolo intorno al collo.**

**Nel caso di Hon-Kesa-gatame è importante che il giudice dia il MATTE' quando vede una stretta eccessiva del collo o quando Uke ruota nella direzione inversa rispetto al corpo di Tori.**

- **RANDORI** : 1' o 1' e 30" di randori in piedi. E' consigliabile effettuare il randori senza il bordo rosso. E' consigliabile fare la gara in cui ogni ragazzo faccia da un minimo di due ad un massimo di tre incontri.

## **ESORDIENTI "A"(11 E 12 ANNI)**

---

### **Caratteristiche della gara**

#### **INTRODUZIONE ALL'AGONISMO**

#### **FORMULE PROPOSTE**

La gara può essere effettuata in uno dei seguenti modi:

- **YAKU SOKU GEIKO** libero: i giudici valutano la qualità delle tecniche effettuate secondo i parametri indicati.

- **YAKU SOKU GEIKO** a schema guidato (secondo le regole dei GIOCHI DELLA GIOVENTU').

- **RANDORI** : 1' o 1' e 30" di randori in piedi. E' consigliabile effettuare il randori senza il bordo rosso. E' consigliabile fare la gara in cui ogni ragazzo faccia da un minimo di due ad un massimo di tre incontri.

- **GARE ANCHE UFFICIALI** (con il peso) secondo il regolamento judo per ESORDIENTI A della FIJLKAM.

#### **OBIETTIVO**

Introdurre gli esordienti "A" all'agonismo salvaguardandone l'incolomità

## **ESORDIENTI "B" (13 E 14 ANNI)**

---

### **Caratteristiche della gara**

#### **AGONISMO PROTETTO**

#### **FORMULE PROPOSTE**

- **GARE UFFICIALI** (con il peso) secondo il regolamento judo per ESORDIENTI della FIJLKAM.

#### **OBIETTIVO**

Far fare agli esordienti l'agonismo salvaguardandone l'incolomità e migliorando il loro bagaglio tecnico.

---

Realizzato a cura del Gruppo di lavoro "Attività Giovanile e Scolastica - Settore Judo"

Presidente: Stefanel Stefano

Componenti: Bongiorno Corrado

Moraci Nicola

Cantini Renato

Pierantozzi Emanuela

Galimberti Libero

Toniolo Raffaele

Maddaloni Giovanni