



JUDO

Regulamento Geral de Competições Open e Campeonato Nacional Special Olympics Portugal

Artigo 1.º Âmbito de aplicação

O presente regulamento, estabelece as regras aplicáveis às competições organizadas no âmbito do Special Olympics - Portugal na modalidade de Judo para a deficiência intelectual.

Artigo 2.º Reconhecimento de Torneios e Competições

Só são reconhecidas torneios e competições organizadas pelas Instituições e Clubes associados do Special Olympics - Portugal e outras reconhecidas pela mesma desde que:

- a) constem do calendário anual desportivo aprovado previamente;
- b) façam parte do escalão etário a que dizem respeito e a participação de todas as categorias de peso constantes deste regulamento;
- d) respeitem os requisitos estabelecidos neste regulamento.

Artigo 3.º Escalões etários e Categorias de Peso

Para efeitos de organização competitiva da modalidade, o Special Olympics - Portugal reconhece os seguintes escalões de etários e categorias de peso.

Femininos 8-11 anos Benjamins	Femininos 12-15 anos Juvenis	Femininos 16-17 anos Juniore	Femininos ≥ 18 anos Seniores	Masculinos 8-11 anos Benjamins	Masculinos 12-15 anos Juvenis	Masculinos 16-17 anos Juniore	Masculinos ≥ 18 anos Seniores
-24 Kg				-24 Kg			
-26 Kg				-26 Kg			
-28 Kg				-28 Kg			
-31 Kg				-31 Kg	-31 Kg		
-34 Kg	-34 Kg			-34 Kg	-34 Kg		
-37 Kg	-37 Kg			-37 Kg	-37 Kg		
-45 Kg	-40 Kg	-40 Kg		-45 Kg	-41 Kg		
-50 Kg	-44 Kg	-44 Kg		-50 Kg	-45 Kg	-46 Kg	
+50 Kg	-48 Kg	-48 Kg	-48 Kg	+50 Kg	-50 Kg	-50 Kg	
	-52 Kg	-52 Kg	-52 Kg		-55 Kg	-55 Kg	-55 Kg
	-57 Kg	-57 Kg	-57 Kg		-60 Kg	-60 Kg	-60 Kg
	-63 Kg	-63 Kg	-63 Kg		-66 Kg	-66 Kg	-66 Kg
	+63 Kg	-70 Kg	-70 Kg		-66 Kg	-66 Kg	-66 Kg
		+70 Kg	-78 Kg		-73 Kg	-73 Kg	-73 Kg
			+78 Kg		+73 Kg	-81 Kg	-81 Kg
						+81 Kg	-90 Kg
							-100 kg
							+100 Kg



Artigo 4.º

Permissão de participação em competições de escalões diferentes

A participação em competições de escalões etários diferentes daqueles em que se incluem os atletas apenas é permitida nos seguintes casos:

- a) Subida para o escalão imediatamente seguinte.
- b) Por falta de atletas em qualquer escalão, deve ser devidamente fundamentado e autorizado pela entidade organizadora.

Artigo 5.º

Número mínimo de participantes

Nas competições o número mínimo de presenças e o sistema de classificação são os seguintes:

- a) a competição realiza-se com um mínimo de duas presenças à melhor de três encontros.

Artigo 6.º

Sistema de competição

Nos escalões previstos neste regulamento é utilizada a seguinte fórmula de competição:

- a) Todas as categorias criadas e formadas após o divisioning devem ter no máximo 8 atletas.
- b) Até 5 atletas forma-se uma poule e devem competir de acordo com o Sistema Robin.
- c) 6, 7 ou 8 atletas na mesma categoria serão divididos em duas poules A e B (3+3, 4+3 ou 4+4), e devem competir em cada poule com o Sistema Robin. No final de todos os combates das duas poules os dois primeiros lugares de cada realizaram as meias-finais de acordo com o modelo seguinte (A1 vs. B2, B1 vs. A2), os vencedores seguem para a final defrontando-se e os derrotados classificam-se em 3º lugares.
- d) Em caso de empate entre dois atletas dentro da poule, número igual de vitórias, número igual de pontos, decidirá o resultado do confronto entre os dois. Se existir empate entre 3 atletas, decidirá o confronto direto entre eles, ainda assim se persistir o empate, irão repetir-se os combates entre eles se ainda assim persistir o empate entre eles o fator de desempate será o peso corporal dos atletas no momento da pesagem no início da competição.

Artigo 7.º

Distribuição dos atletas e sequência dos combates

1. Os atletas serão divididos de forma a que os representantes do mesmo clube, da mesma associação ou da mesma zona não se encontrem pelo menos no primeiro combate.

2. Sempre que numa poule existam dois ou mais atletas do mesmo clube, os combates entre si serão sempre os primeiros a serem disputados.



3. No sistema de poules a sequência é a seguinte:

- a) Poules de 3: 1x2-2x3-1x3
- b) Poules de 4: 1x2-3x4-1x3-2x4-1x4-2x3
- c) Poules de 5: 4x5-1x2-3x4-1x5-2x3-1x4-3x5-2x4-1x3-2x5

Artigo 8.º Regras de Arbitragem

1. Os atletas aos inscreverem-se numa competição devem referir na ficha de inscrição se competem em “tachi-waza”(começam em pé) ou “ne-waza”(começam de joelhos ou sentados).

2. Existem duas posições possíveis de iniciar a luta no solo no sistema Ne-Waza, começando os dois atletas de joelhos frente a frente ou sentados um ao lado do outro com as pernas esticadas e com o Kumikata realizado.

3. Se um dos atletas tem que iniciar a competição na posição Ne-Waza devido à sua limitação ou deficiência o adversário terá que se adaptar e iniciar também em posição de Ne-Waza.

4. Se o por motivos de segurança a **organização** não concorda com a forma inicial de começar o combate “Tachi-Waza” poderá decidir em iniciar a luta em Ne-Waza, os atletas e os seus treinadores deverão aceitar a decisão da organização.

5. Um combate que se tenha iniciado em Ne-Waza continuará sempre a começar em Ne-Waza.

7. Se os atletas estão a competir em Ne-Waza é proibido empurrar para as costas do adversário na posição de joelhos.

8. Em ambas as posições de luta “Tachi-Waza” e “Ne-Waza” o árbitro deverá garantir que nenhum dos atletas está preso no ou pelo pescoço de forma a que não se coloquem em perigo de lesão da cervical.

9. Técnicas Proibidas:

- a. Sutemi-Waza
- b. Kansetsu-Waza
- c. Shime-Waza
- d. Sankaku-Waza
- e. Projeções com 1 ou 2 joelhos no tatami.
- f. Cair em cima do adversário após ter realizado um boa e válida projeção.
- g. Nenhuma técnica que coloque a cervical em risco, a saber:

Em Tachi Waza são proibidas as seguintes técnicas:

- Koshi guruma

Em Tachi-Waza são proibidas pegadas acima do ombro.

Em Ne Waza, são proibidas as seguintes técnicas:

- Hon kesa gatame
- Makura kesa gatame
- Kata gatame
- Tate shiho gatame excepto variante com um braço agarrado



Artigo 9.º Penalidades

1. Em caso de realização de uma ação proibida por parte dos atletas, o árbitro dará um aviso e explicará ao atleta a natureza da ação proibida, quando o atleta repetir a referida ação receberá o 1º castigo de Shido, ao 3º castigo de Shido o atleta perde o combate.

2. As ações punitivas só serão aplicadas aos atletas de nível 1, e discretamente a atletas nível 2. Somente nos Jogos de Verão as ações punitivas serão estendidas aos nível 3.

3. Se um atleta estiver lesionado e não apto para continuar resultado de uma ação proibida, o atleta lesionado é declarado vencedor.

4. Todas as lesões são tratadas primeiro no tatami por um assistente médico, e pelo treinador se solicitado no máximo três vezes.

5. Se um atleta agarrar a perna do adversário em Tachi Waza, não é de imediato Hansuku-Make. Somente Shido deve ser aplicado.

Artigo 10.º Pontuação

Nas competições individuais um atleta pode vencer por:

Ippon 100 pontos
Wazari 10 pontos
Decisão 0,5 ponto

Artigo 11.º Falta de comparência

1. Nos casos de falta de comparência de um dos competidores, o atleta presente será declarado vencedor (100 pontos).

2. Nas competições disputadas em eliminatórias diretas, o atleta faltoso não pode ser repescado.

3. Em competições disputadas em sistema de “poule” o atleta faltoso é logo eliminado, e os combates que disputou são anulados, mas são contabilizados os pontos relativos aos combates efetivamente realizados.

Artigo 12.º Abandono por lesão

Se numa competição individual disputada em sistema de poule houver abandono por lesão de um competidor, todos os resultados dos combates que já efetuou serão anulados, salvo se a lesão se der no último combate.



Artigo 13.º **Afastamento compulsivo da competição**

1. Um atleta que seja castigado com Hansoku-Make, por uma ação não válida poderá continuar em competição, por exemplo num ataque à perna depois de já ter recebido um primeiro castigo por ação semelhante.

2. Um atleta que seja castigado diretamente com Hansoku-Make por atitude antidesportiva não pode continuar em competição, nem receber quaisquer prémios a que eventualmente já tivesse direito.

Artigo 14.º **Ponto de ouro**

1. Se no final do tempo de combate os atletas estiverem empatados, realiza-se de imediato um novo combate com um tempo máximo de 1/3 do tempo normal do combate e termina logo que um dos atletas obtenha uma vantagem, sendo declarado vencedor.

2. Se no final do novo combate o empate subsistir haverá lugar a decisão obrigatória dos árbitros.

Artigo 15.º **Critério de desempate nas competições disputadas em sistema de poule**

1. Se no final de todos os combates de uma poule, dois ou mais atletas terminarem com o mesmo número de pontos, aplica-se o seguinte critério de desempate:

- a) maior número de vitórias;
- b) maior número de pontos;
- c) resultado entre os atletas empatados;
- e) peso real dos atletas nas pesagens oficiais, sendo o mais leve o primeiro classificado e assim sucessivamente.

Artigo 16.º **Tempo de Combate**

1. Tempo de competição:

Benjamins 1,00 minutos; Juvenis 1,30 minutos; Juniores 3,00 minutos e Seniores 3,00 minutos.

2. Golden Score:

Todos escalões 1 minuto.



Artigo 17.º Árbitro

1. Em todas as competições as equipas de arbitragem serão compostas por 3 árbitros e um coordenador da arbitragem.

3. Se um atleta necessitar de assistência ou apoio médico, ao treinador é permitida a sua entrada no tatami com a ajuda de um árbitro assistente. Nenhuma pessoa é autorizada a entrar no tatami sem autorização do árbitro.

Artigo 18.º Pesagens

As pesagens terão de ser efetuadas no dia da competição, sob a responsabilidade da organização.

Artigo 19.º Infraestruturas

O recinto em que se realizem as competições deve integrar as seguintes estruturas mínimas de apoio:

- a) Salas de pesagem distintas para ambos os sexos;
- b) Balneários distintos para ambos os sexos;
- c) Espaço próprio destinado aos atletas;
- d) Espaço próprio destinado ao público;
- e) Espaço próprio para a organização.

Artigo 20.º Medidas mínimas do espaço de competição e zonas de segurança

As medidas mínimas do espaço de competição e o material necessário são os seguintes:

- a) Área de combate de 6mx6m;
- b) Área de segurança exterior de 2m;
- c) Área de segurança entre áreas de combate de 2m;
- d) Distância da área de competição às paredes/bancadas de 2m;
- e) Um marcador;
- f) Secretária para marcador;
- g) Cadeiras para a mesa de competição;
- h) Duas cadeiras para os árbitros;
- i) Um cinto vermelho e um cinto branco por área de competição;
- j) Duas cadeiras para os treinadores.



Artigo 21.º
Número mínimo de áreas de competição

O número mínimo de áreas de competição é o seguinte:

- a) Em competições com menos de vinte e cinco atletas inscritos, uma área de competição;
- a) Em competições com menos de cinquenta atletas inscritos, duas áreas de competição;
- b) Em competições com cem atletas inscritos, três áreas de competição;
- c) Em competições com um número de inscrições superior a 100 atletas, quatro ou cinco áreas de competição.

Artigo 22.º
Equipamento Oficial – Judogi

- 1. Os atletas devem durante o divisioning e a competição, estar vestido com fato branco.
- 2. A distinção dos dois atletas durante a competição deve ser feita através da utilização de um cinto vermelho e um cinto branco colocado na cintura, dando uma só volta, providenciado pela organização. O judogi deve apresentar-se limpo e apertado. A organização se o entender poderá solicitar a utilização de dorsais que a mesma deverá fornecer, sendo os atletas obrigados a usar. Os dorsais podem servir para distinguir os atletas e respetivas divisões durante as competições.
- 3. As atletas femininas devem usar obrigatoriamente uma t-shirt branca lisa debaixo do judogi sem escritos ou imagens.

Artigo 23.º
Divisioning

1. Todos os atletas que participem nas competições do Special Olympics – Portugal, terão que inicialmente participar numa sessão de “Divisioning” pelos seguintes critérios.

- a) Sexo
- b) Idade
- c) Categoria de Peso
- d) Nível de Habilidade
- e) Graduação

2. Cada atleta deverá ser colocado numa divisão apropriada, juntamente com outros atletas similares em habilidades e características, seguindo igualmente os critérios da IJF e de segurança.

Esta será a primeira forma de divisão, a seguir devem ser seguidos os seguintes critérios num novo processo de divisão no dia do evento, assim a observação das habilidades individuais e respetivas capacidades irá melhorar e facilitar todo o processo.

Cada atleta irá então na sua respetiva poule realizar um teste individual de habilidades em Tachi-Waza e Ne-Waza ou somente em Ne-Waza, se o atleta tiver sido indicado pelo seu treinador (durante a competição este atleta só poderá participar em sistema Ne-Waza).

Esta avaliação descrita deve ser realizada durante uma sessão de treino, sendo o Divisioning oficial realizado em conjunto com outros atletas no tatami e o seu respetivo responsável máximo que irá averiguar se o pré-divisioning está bem realizado.



A sessão de treino deverá incluir a avaliação e observação das seguintes técnicas.

- Viragens a um oponente (Uke) no solo e realizar situações de imobilização (Osae-komi-waza)
- Técnicas de Projeção (Nage-waza)
- Quedas (Ukemi-waza) após ser projetado por um oponente (Tori)
- Combinação de Técnicas de Projeção (Renraku-waza)
- Projeções com técnicas de contra ataque (Kaeshi-waza)

3. A avaliação das habilidades serão baseadas nos seguintes critérios.

- a) Perceção do Judo
- b) Conceito de Competição
- c) Predição do movimento do oponente
- d) Predição de Perigo
- e) Sensação de Causa e Efeito
- f) Técnica
- g) Performance do atleta
- h) Velocidade da Técnica
- i) Reação do Atleta
- j) Conceito de Estratégia
- l) Cerimonial específico do Judo, Zarei e Ritsurei.

Os níveis de habilidades serão formados por uma comparação básica entre cada atleta para se conseguir uma orientação:

Nível de Habilidade 1: Um judoca de nível 1 pode competir num Shiai ou Randori em quase tudo como um igual, com uma perceção perfeita do judo, sendo rápido e poderoso nos movimentos, com reações rápidas e capaz de desenvolver estratégias durante o combate.

Um atleta neste nível necessita apenas de uma pequena assistência e apoio do seu treinador ou árbitro afim de competir , o combate inicia em Tachi-Waza.

Nível de Habilidade 2: Um judoca de nível 2 pode competir num Randori em quase tudo como um igual, com uma boa perceção do judo, sendo algo lento e não muito poderoso nos movimentos, com reações suficientes rápidas e minimamente capaz de desenvolver estratégias durante o combate.

Um atleta neste nível necessita de uma moderada assistência e apoio do seu treinador ou árbitro afim de competir, o combate inicia em Ne-Waza.

Nível de Habilidade 3: Um judoca de nível 3 somente pode partilhar um Randori com um judoca “regular” de forma recreativa e lúdica, sem ser capaz de desenvolver estratégias durante o combate, projeções ou imobilizações.

Um atleta neste nível necessita de uma séria assistência e apoio do seu treinador afim de competir, à melhor de três pela obtenção ou recolha de um cinto colocado no por detrás do adversário.



4. Critérios adicionais para o divisioning:

a) Género - Masculino ou Feminino

b) Idade – Poderão as organizações dos eventos ter de reajustar os escalões etários de forma ser possível existir quadro competitivo, desde que combinados com os restantes parâmetros de habilidade (níveis, categorias de peso) de forma a realizar umas poules apropriadas, justo e seguro para todos os atletas.

c) Categorias de Peso:

Masculinos: Níveis 1, 2 e 3: < 60kg, -66kg, -73kg, -81 kg, -90kg, -100kg, +100kg

Femininos : Níveis 1, 2 e 3: < 48 kg, -52 kg, -57 kg, -63 kg, -70kg, -78kg, +78kg

Artigo 24.º **Condições de participação**

Todos os atletas terão de estar inscritos no Special Olympics - Portugal, e/ou na Federação Portuguesa de Judo.

Artigo 25º **Exclusões**

Um atleta Síndrome de Down, diagnosticado como sendo portador de Instabilidade Atlanto-Axial não poderá participar nas competições de Judo.

Artigo 26º **Disposições finais**

Os Casos omissos ao presente regulamento serão decididos pela equipa técnica da modalidades Judo no Special Olympics Portugal em cooperação com a organização da competição.

P'lo departamento técnico do SO Portugal
Pedro Serra

Com a parceria:

