



Federação Portuguesa
de **Judo**

**mais do que um DESPORTO...
um DESPERTAR!**

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA
CONT N° 501 515 674
MEMBRO DA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO
E DA FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE JUDO
FUNDADA EM 1959

CIRCULAR Nº 154/21

ASSUNTO: Campeonatos Nacionais de Katas- Regulamento 2021

Odivelas, 22 de dezembro de 2021

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio proceder à divulgação do Regulamento Campeonatos Nacionais de Katas.

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da FPJ

Jorge Fernandes



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.



JOGOS
SANTACASA
PATROCINADOR PRINCIPAL



**ODIVELAS
GRAND PRIX
2022 PORTUGAL**
JANUARY 28-30
#JudoOdivelas

RUA ALVES REDOL, Nº 1, LOJA A/B
2675-285 ODIVELAS – PORTUGAL

TEL.(+351)213 931 630
FAX(+351)213 951 679
E-MAIL: SECRETARIA@FPJ.PT
WWW.FPJ.PT

Campeonatos Nacionais de Katas
Regulamento



Federação Portuguesa
de **Judo**

Dezembro 2021

O presente Regulamento entra em vigor no dia 1 de janeiro de 2022

Índice

1- Campeonatos Nacionais de Katas -----	3
2- Participantes -----	3
3- Vestuário -----	3
4- Apresentação dos Atletas -----	4
5- Área de Competição -----	4
6- Juízes -----	5
7- Forma de Avaliação -----	5
8- Atribuição de Pontuação -----	6
9- Quando ocorre um erro no preenchimento da Folha de Avaliação -----	7
10-Ocorrência de Lesões -----	7
11-Reunião de juízes antes da realização dos campeonatos -----	8
12-Folhas de Avaliação -----	9

1- Campeonatos Nacionais de Katas

A Federação Portuguesa de Judo organiza anualmente as seguintes competições de katas:

1.1- Campeonato Nacional de Katas, incluindo uma competição para cada um dos seguintes katas:

- Nage No Kata
- Katame No Kata
- Kime No Kata
- Ju No Kata
- Kodokan Goshin Jutsu

1.1.1- A participação no Campeonato Nacional de Katas é aberta aos atletas com a idade mínima de 16 anos, cumpridos no ano civil em que se realiza o campeonato, e com graduação mínima de 1º Kyu.

1.2- Campeonato Nacional de Katas Sub-23, incluindo uma competição para cada um dos seguintes katas:

- Nage No kata (apenas os três primeiros grupos: Te-waza, Koshi-waza e Ashi-waza)
- Katame No kata (apenas o primeiro grupo: Osaekomi-waza)

1.2.1- A participação no Campeonato Nacional de Katas Sub-23 é aberta aos atletas com a idade não inferior a 16 anos e inferior a 23, cumpridos no ano civil em que se realiza o campeonato, e com graduação mínima de 1ºKyu.

1.3- Estas duas competições são abertas a atletas inscritos na FPJ.

2- Participantes

2.1- Nos Campeonatos Nacionais de Katas poderão participar pares masculinos, pares femininos ou pares mistos, em todos os katas.

2.2- Os pares poderão ser formados por atletas de diferentes clubes.

2.3- Cada atleta poderá participar em tantos katas quantos os que estiverem em competição.

2.4- Em cada Kata, um atleta apenas pode desempenhar um papel (Tori ou Uke), não sendo permitido trocar de papéis, ou participar com outro parceiro no mesmo kata.

3- Vestuário

3.1- Atletas:

3.1.1- Judogi branco, com dimensões regulamentares, cinto preto (para os atletas com graduação superior a 1º Kyu) ou cinto correspondente à sua graduação (no caso de atletas com graduação inferior a 1º Dan), pontas com 20cm a 30cm sem ultrapassar o comprimento da saia. T-shirt branca para as senhoras. O casaco e as calças devem ser da mesma marca.

3.1.2- Os judogis deverão estar limpos, secos, sem odores desagradáveis e em boas condições, sem tecidos rasgados ou manchados.

3.1.3- Poderá ser colocada publicidade nos judogis, ou serem usados emblemas dos clubes, de acordo com os Regulamentos da FPJ.

3.2- Juizes de Katas:

3.2.1- Casaco, calças, camisa branca e gravata. Preferencialmente casaco azul marinho e calça cinza escura, camisa branca, gravata da EJU, IJF ou FPJ, meias e sapatos pretos.

4- Apresentação dos Atletas

4.1- Os atletas deverão apresentar-se em cuidadas condições de higiene pessoal.

5- Área de Competição

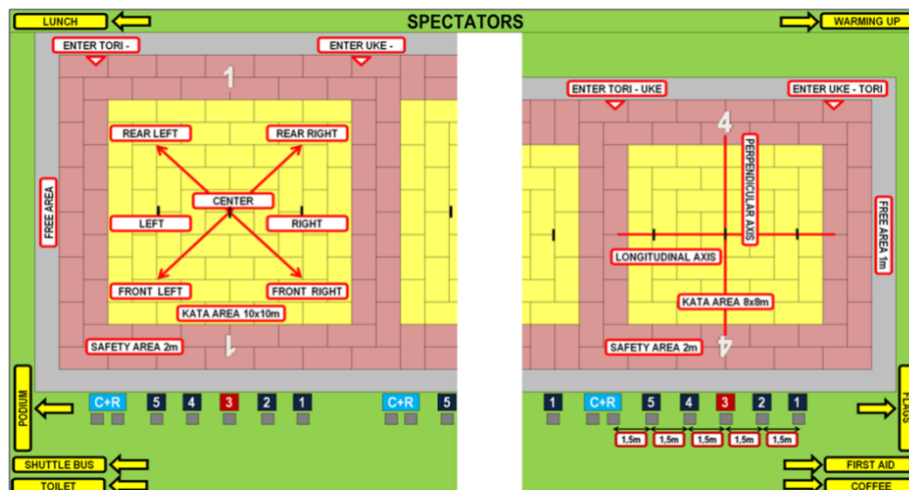
5.1- A área de competição deverá ter 10 metros x 10 metros (eventualmente 8m x 8m), com pelo menos dois metros de área de segurança, sendo constituída por tatamis com dimensões normalizadas, constituídos por material resiliente e com uma boa aderência.

5.2- Quando são usadas áreas de competição adjacentes, deverá existir uma área de segurança comum com um mínimo de 2 metros.

5.3- No centro da área de competição deveser colocada uma fita adesiva colorida bem visível, contrastando com a superfície dos tatamis, com aproximadamente 5 cm de largura e 50 cm de comprimento. Deverão ainda ser colocadas duas fitas adesivas idênticas, no limite dos 6 m, para indicar a posição inicial do Tori e do Uke (distância de 6 metros entre as extremidades exteriores das fitas adesivas).

5.4- Os atletas entram e saem da área de competição no lado oposto aos juizes, no início e no fim do kata, ao efetuar a cerimónia de abertura e a cerimónia de encerramento, ficando a 8 ou 10 m de distância, conforme as dimensões da área.

5.5- Deverá ser reservado um lugar para os convidados de honra, do lado dos juizes (Shomen).



Posição esquemática do espaço de competição

6- Juizes

6.1- Cada kata é avaliado por 5 juizes, sentados próximo da área de competição, em cadeiras confortáveis, com mesas de apoio, virados para o público e afastados entre si cerca de 1 metro. Em casos excepcionais, uma equipa de juizes poderá ser constituída por apenas 3 juizes.

6.2- O Juiz Principal (juiz mais qualificado) senta-se ao meio, alinhado pelo centro do tapete, competindo-lhe dar a ordem para início do kata, colocando-se para isso na posição de pé com os braços abertos e palmas das mãos voltadas para cima, após verificar que estão reunidas as condições necessárias.

6.3- Os juízes devem estar sentados na sua posição, antes da entrada dos atletas na área de competição, mantendo-se na sua posição durante toda a competição.

6.4- Não é permitido aos juízes dar orientações ou manter contato com os atletas, enquanto estiverem a efetuar a avaliação.

6.5- A FPJ pretende assegurar a realização anual de pelo menos uma ação de formação para juízes de katas. Os participantes com uma participação efetiva e um desempenho positivo nas ações de formação da FPJ, serão preferencialmente selecionados para fazerem parte das equipas de juízes em campeonatos nacionais.

6.6- Os juízes necessários para a realização das competições nacionais de katas serão convocados pela FPJ, um mês antes da realização de cada prova.

6.7- A FPJ divulga, cinco dias antes da realização de cada Campeonato Nacional de Katas, a lista de juízes convocados assim como o nome dos atletas inscritos.

6.8- Após a realização das competições, é divulgada a classificação final, incluindo as pontuações atribuídas a cada par participante, por cada um dos júris, em cada uma das técnicas.

7- Forma de Avaliação

7.1- Os juízes avaliam cada uma das técnicas que compõem o kata, assim como a Cerimónia Inicial e a Cerimónia Final, atribuindo uma pontuação até dez valores, através do preenchimento das Fichas de Avaliação.

7.2- A pontuação de cada técnica é obtida somando as pontuações dos vários juízes, retirando a pontuação máxima e a pontuação mínima atribuídas (apenas no caso de existirem 5 juízes).

7.3- A pontuação final de cada par, corresponde à soma das pontuações das várias técnicas.

7.4- As pontuações atribuídas devem seguir os seguintes critérios:

PONTUAÇÃO	Avaliação da Execução	Tipo de Erros
10	PERFEITO	Sem Erros
9	QUASE PERFEITO	1 Erro PEQUENO
8	MUITO BOM	2 Erro PEQUENO
7	BOM	1 Erro MÉDIO
6	QUASE BOM	1 Erro PEQUENO + 1 Erro MÉDIO
5	SUFICIENTE	2 Erros PEQUENOS + 1 Erro MÉDIO / 1 Erro GRANDE
4	QUASE SUFICIENTE	1 Erro GRANDE + 1 Erro PEQUENO
3	POBRE	1 Erro GRANDE + 2 Erros PEQUENOS
2	MUITO POBRE	1 Erro GRANDE + 1 Erro MÉDIO
1	MAU	1 Erro GRANDE + 1 Erro MÉDIO + 1 Erro PEQUENO
0	MUITO MAU	1 Erro GRANDE + 1 Erro MÉDIO + 2 Erros PEQUENOS
0	MUITO MAU	1 ESQUECIMENTO

8- Atribuição de Pontuação

8.1- Nas competições nacionais, organizadas pela FPJ, cada júri atribui diretamente a cada técnica uma pontuação de 0-10, através do preenchimento das Folha de Avaliação, sendo a pontuação final de cada técnica obtida pela soma das pontuações dos vários juízes (conforme ponto 7).

8.2- No caso de se registrar uma Técnica Esquecida, adota-se o critério seguido nos regulamentos da IJF.

8.3- Embora não se faça o registo dos erros na Folha de Avaliação, cada juiz deverá atribuir a sua classificação procurando ter em conta os tipos de erros detetados, de acordo com as regras da IJF (Técnica Esquecida – Erro Grande – Erro Médio – Erro Pequeno):

8.3.1- Técnica esquecida (Forgotten) - Uma técnica esquecida tem pontuação zero. Além disso, a pontuação final total do par é reduzida para metade. Se mais de uma técnica for esquecida, a pontuação dessa técnica também será zero, mas a pontuação final total do par não será reduzida para metade novamente.

Exemplos:

- Esquecimento de uma técnica
- Alteração da sequência das técnicas. Cada sequência alterada corresponde a técnica esquecida

8.3.2- Erro Grande (Big Mistake) - Um Erro Grande corresponde a uma execução incorreta da técnica, sendo deduzidos 5 pontos. Em cada técnica só se pode considerar um Erro Grande.

Exemplos:

- Tori e Uke trocam de posição
- Perda de controle na execução duma técnica.
- Perder o cinto na execução duma técnica
- Executar uma técnica duas vezes para o mesmo lado (Nage No Kata)

8.3.3- Erro Médio (Medium Mistake) - Quando um ou mais aspetos importantes da técnica não são executados de maneira correta, sendo deduzidos 3 pontos. Em cada técnica só se pode considerar um Erro Médio.

Exemplos:

- Falta de eficácia, realismo ou fluidez na execução duma técnica
- Primeiro passo, após a saudação, inferior a 60 cm
- Perda de ligaduras na cerimónia de abertura ou na cerimónia de encerramento.

8.3.4- Erro Pequeno (Small Mistake) - Imperfeição na aplicação da técnica, sendo deduzido um ponto. Em cada técnica pode-se considerar no máximo dois Erros Pequenos. Nas regras da IJF a pontuação total de cada técnica pode ser aumentada ou diminuída em 0,5 pontos, adicionando na coluna do “valor de correção” um “+” ou um “-”. Para todas as técnicas sem grandes erros, a pontuação mínima deve ser 4, 5. No Nage No Kata, embora as técnicas sejam executadas à direita e à esquerda, a avaliação é feita de forma abrangente (apenas uma pontuação para cada técnica).

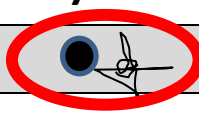
8.4- No caso de se verificar uma pontuação igual entre dois ou mais pares, aplicam-se os seguintes critérios, considerando as fichas de pontuação de todos os juizes:

8.4.1- Atribuição da vitória ao par que tiver maior número de técnicas com pontuação máxima 10 (dez). No caso de se manter o empate, consideram-se sucessivamente as notas mais altas seguintes (9, 8, 7 ...) até desfazer o empate;

8.4.2- Se mesmo assim se mantiver a igualdade, os pares com a mesma pontuação deverão repetir o kata, submetendo-se a nova avaliação, com os mesmos juizes.

9- Quando ocorre um erro no preenchimento da Folha de Avaliação

9.1- No caso de erro no preenchimento da Folha de Avaliação, o júri deverá efetuar um círculo preto sobre a cruz colocada erradamente, assinar dentro da célula errada, e colocar a cruz no lugar correto. Exemplo:

		TÉCNICAS	PONTUAÇÃO
1		CERIMÓNIA ABERTURA	8
2	Te-wa-za	UKI OTOSHI	7
3		SEOI NAGE	6 
4		KATA GURUMA	6
5		UKI GOSHI	7

10- Ocorrência de Lesões

10.1- Quando o Tori ou o Uke não puderem continuar devido a lesão, doença ou acidente durante a execução do Kata, o par será considerado fora de competição.

10.2- No caso de lesão leve, como uma ferida sangrenta, unhas quebradas ou um problema com as lentes de contato, de acordo com a decisão dos juizes, a execução do Kata será interrompida e o atleta poderá ser assistido por um médico fora da área de competição. Neste caso a competição continuará e os atletas repetirão integralmente o Kata após o último par em prova.

10.3- Se ocorrer uma nova lesão aos mesmos atletas, durante a segunda execução do Kata, o par será considerado fora da competição.

10.4- No caso dum a lesão leve ocorrer após uma Técnica Esquecida (Forgotten), o par será considerado fora de competição.

11- Reunião de juízes antes da realização dos campeonatos

11.1- Cerca de 30 minutos antes do início de cada competição de katas realiza-se uma reunião de juízes, dirigido pelo responsável técnico nomeado pela FPJ, onde serão prestadas todas as informações sobre a prova e esclarecidos os aspetos técnicos considerados relevantes. É obrigatória a presença de todos os juízes nesta reunião.