

ČESKÝ SVAZ JUDA

Komise rozhodčích

Zátopkova 100/2-box 40-16017Praha 6 Strahov

tel.+420-233 355 280-fax+420-257 214 265-www.czechjudo.cz

Úprava pravidel juda pro mládežnické kategorie

Kategorie Dorostu

Smí používat techniku žime vaza (škrčení), ale v případě, že nestihne vzdát a dojde ke ztrátě vědomí (bude uspán), nesmí pokračovat v turnaji.

V ostatních případech má kategorie dorostu „dospělá pravidla“

Kategorie Staršího žactva

Nesmí používat chvaty z kolen

Smí používat techniku žime vaza (škrčení), ale v případě, že nestihne vzdát a dojde ke ztrátě vědomí (bude uspán), nesmí pokračovat v turnaji.

Nesmí používat techniky kansetsu vaza (páčení).

Při prvním použití úchopu pod páskem je závodník trestán šido, při druhém hansoku make.

V ostatních případech má kategorie staršího žactva „dospělá pravidla“

Úprava pravidel pro věkové kategorie do 12 let. (Kategorie mláďata a mladší žáci)

Zakázané techniky:

Chvaty prováděné z kolene nebo kolen.

Jedná se o chvaty zařazené do techniky rukou (Te wazy). Například se toto provedení týká chvatu seoe nage. Správné provedení zmíněného chvatu obr.10-13. Závodník se otočí k soupeři zády, skrčením nohou se dostává pod soupeřovo těžiště, hýžděmi soupeře nadzvedne a techniku dokončí zatažením rukama.



Obr.10



Obr.11



Obr.12



Obr.13

Děti těchto věkových kategorií nejsou většinou ještě schopni zvládnout provedení chvatu správně technicky. Tj., nadzvednout hýžděmi soupeře a pomocí rukou jej dotočit tak, aby dopadl správně na bok. Pokud se pokusí o provedení chvatu z kolen, zvyšuje se riziko úrazu soupeře.

Chvat po dokleku provedou tak, že soupeře stáhnou (strhnou) na tatami, a soupeř většinou dopadá na rameno nebo na hlavu.

Na obrázcích uvádím příklady zakázaného provedení chvatu Obr.14-19



Obr.14



Obr.15



Obr.16



Obr.17



Obr.18



Obr.19

Úprava pravidel proto zakazuje provedení chvatu z jednoho nebo obou kolen.

Je zde však také situace, kdy závodník zahájí provedení chvatu v postoji na obou nohách. Správně nadzvedne soupeře, ale při dokončování chvatu neudrží rovnováhu a v konečné fázi chvatu doklekne na jedno nebo obě kolena. Vzhledem k tomu, že už má soupeře správně navedeného do chvatu a zranění v tomto případě nehrozí, pravidla takového provedení chvatu umožňují a chvat se při zápase normálně hodnotí dle kvality provedení.

Na obr. 20-23 je příklad takového provedení chvatu.



Obr.20



Obr.21



Obr.22



Obr.23

Na obrázcích je vidět, že se závodník dostává na kolena až ve fázi dokončování chvatu. Zde již nehrozí nebezpečí, že házený závodník bude stržen na hlavu nebo rameno.

Chvaty zařazené do sutemi waza (strhy)

Chvaty v sutemi waze jsou prováděny za pomoci hmotnosti závodníka, který chvat provádí.

Vzhledem k tomu, že dětem této věkové kategorie dělá problémy provádět ukemi (pády) správně technicky (udržet hlavu) při zvládnutí vlastní hmotnosti, při zdvojnásobení hmotnosti, o hmotnost soupeře zvyšuje se riziko zranění házeného závodníka. Také se může u dětí, které takto upadnou, vytvářet obava z pádů, v horším případě se vytvoří blok, který není snadné odstranit. Pokud má dítě obavu z pádu, neumožňuje při tréninku soupeři správně nastoupit do chvatu, padá dříve než soupeř nastoupí, případně chvat blokuje apod.

Obr.24-32 tani otoši a 33-41 uširo goši, příklady zakázaných chvatů sutemi waza

Tani otoši



Obr.24



Obr.25



Obr.26



Obr.27



Obr.28



Obr.29



Obr.30



Obr.31



Obr.32

Uširo goši



Obr.33



Obr.34



Obr.35



Obr.36



Obr.37



Obr.38



Obr.39



Obr.40



Obr.41

Jak je zřejmé na obrázcích chvatů, útočící závodník musí použít svoji hmotnost, aby soupeře hodil. Pak ale není schopen dobře kontrolovat soupeřův pád. Házený závodník by tak měl kontrolovat při pádu dvojnásobnou hmotnost.

Povolené chvaty sutemi waza

Z techniky sutemi waza má tato věková kategorie povoleny dvě techniky: chvat tomoenage a joko tomoenage, při jehož provedení nemusí závodník koordinovat i hmotnost soupeře, ale pouze svoji. Při nácviku tomoe nage se děti učí, jak z těchto chvatů přejít do kotoulu. Nemají pak obavy z těchto chvatů.

Tomoe nage Obr.42-48



Obr.42



Obr.43



Obr.44



Obr.45



Obr.46



Obr.47



Obr.48

Joko tomoe nage Obr.49-54



Obr.49



Obr.50



Obr.51



Obr.52



Obr.53



Obr.54

Chvaty prováděné maki komi (s vlastním pádem)

Jedná se o chvaty, při kterých závodník opět využívá vlastní hmotnost – zavěsí se na soupeře.

Proto bránící se závodník opět musí zvládnout při pádu i soupeřovu hmotnost. Nastává stejný problém se zvládnutím pádu i rizika úrazu soupeře. Jako příklady chvatů v provedení maki komi uvádím kouči maki komi obr.55-61 a kosoto maki komi Obr.62-66

Kouči maki komi



Obr.55



Obr.56



Obr.57



Obr.58



Obr.59



Obr.60



Obr.61

Kosoto maki komi



Obr.62



Obr.63



Obr.64



Obr.65



Obr.66

Zákaz provádění technik Kansetsu waza (páčení)

Pro věkovou kategorii do 12 let úprava pravidel zakazuje používat techniky páčení. V judu je povoleno páčit pouze loketní kloub, který je, díky své citlivosti, relativně bezpečný, ve srovnání s ostatními klouby. Normální rozsah loketního kloubu při extenzi je 0 - -5 stupňů. Páčení je násilná extenze za tuto hranici. Lékařská komise EJU doporučila zakázat tyto techniky i v kategorii dorostu. Odůvodněním tohoto zákazu byla skutečnost, že i v kategorii dorostu závodníci ještě nemají dostatečně zpevněné klouby a snadno může dojít k jejich poškození. V kategorii těchto malých dětí je riziko zranění loketního kloubu velmi velké. Dítě nedokáže odhadnout okamžik, kdy je třeba vzdát, aby nedošlo ke zranění. Jak závodník, který techniku provádí, tak i závodník, který je páčený, nemají odhad, jak razantně tuto techniku provést.

Jak je vidět na obrázcích příkladů Kansetsu waza – Ude hišigi žuži gatame obr.67-68 a Ude garami Obr.69-71, je zřejmé, že technická vyspělost této věkové kategorie ještě není na dostatečné úrovni. I zkušební řád juda zařazuje techniky Kansetsu waza až do 3.kyu.

Ude hišigi žuži gatame



Obr.67



Obr.68

Ude garami



Obr.69

Obr.70



Obr.71

V případě Ude garami nastává, při špatném provedení techniky, další riziko poranění ramenního kloubu.

Zákaz provádění technik Žime waza (škrcení)

Pro věkovou kategorii do 12 let úprava pravidel zakazuje používat techniky škrcení. Škrcení se provádí tak, že se tlakem přeruší přívod krve do mozku. Lékařská komise EJU doporučila v kategorii dorostu zakázat pokračování v turnaji, pokud závodník včas nevzdá a upadne do bezvědomí. Odůvodněním tohoto zákazu byla skutečnost, že je zde určité zdravotní riziko pro mládežnické kategorie, když se přeruší přívod krve do mozku. Pravidla řeší tuto situaci diskvalifikací závodníka, který upadl do bezvědomí. Dítě nedokáže odhadnout okamžik, kdy je třeba vzdát, aby nedošlo k bezvědomí. Jak závodník, který techniku provádí, tak i závodník, který je škrcený, nemají odhad, jak razantně tuto techniku provést.

Jak je vidět na obrázcích příkladů Žime waza – Hadaka žime obr.72-73 a Te žime obr.74, je zřejmé, že technická vyspělost této věkové kategorie ještě není na dostatečné úrovni. I zkušební řád juda zařazuje techniky Žime waza až do 3.kyu.

Hadaka žime



Obr.72



Obr.73

Te žime



Obr.74

Kromě rizika bezvědomí, je zde při nesprávném provedení techniky, další riziko zranění krční páteře.

Povolené úchopy

Základní úchop

Závodník se může při zápase chytit do základního úchopu, pravá ruka na levé části soupeřova kimona, levá ruka na pravé části soupeřova kimona. Úchop za oba rukávy, nebo za oba límce. Obr.75-77



Obr.75



Obr.76



Obr.77

Mezi povolené úchopy patří i nestandardní úchopy, které závodníci mohou použít při nástupu do chvatu. Závodníci se mohou takto chytit jen po určitou dobu, delší držení nestandardního úchopu dává důvod k přerušení zápasu. Příklady těchto úchopů obr.78- 80

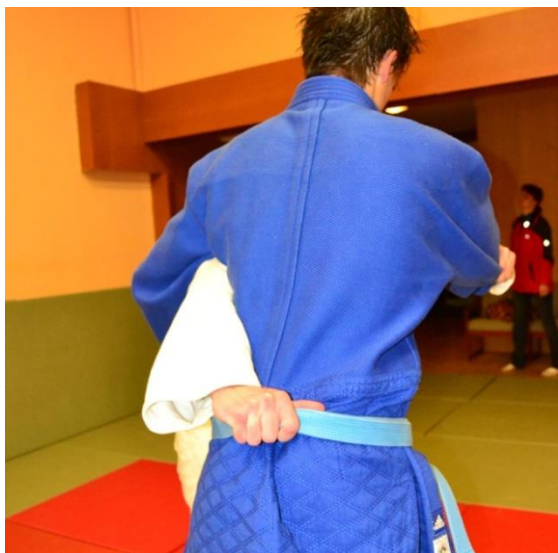
Mezi tyto úchopy patří úchop na zádech, úchop za pásek jako při chvatu o goši a i jednostranný úchop, kdy se soupeř chytí na jedné – pravé nebo levé straně soupeřova kimona např. chvat seoe nage.



Obr.78



Obr.79



Obr.80

Zakázaný úchop

Mezi zakázané úchopy patří úchop za krk tzv. kravata. V tomto případě je riziko zranění soupeře, protože závodník této věkové kategorie nemá tak silné svaly na krku, aby taková technika, např. goši gumma byla bez rizika zranění pro házeného soupeře. Obr.81-82



Obr.81



Obr.82

Původní zákaz úchopu pod páskem měl přimět závodníky, aby se věnovali nácviku „velkých“ technik. Současná úprava pravidel juda zcela zakazuje při nástupu do chvatu úchop pod páskem. Na obrázcích je příklad techniky, kterou měli závodníci této kategorie zakázáno jak z důvodu rizika zranění, tak i z důvodu nechuti akcelerovaných závodníků učit se další techniky, protože tato na jejich soupeře funguje. Obr.83-87

Morote gari



Obr.83



Obr.84



Obr.85



Obr.86



Obr.87

Zákaz provádění přechodu do kuzure uširo kesa gatame tzv. Raiter

Jedná se o přechod v Ne waza, kdy dochází k takovému blokování soupeřovy hlavy, které je pro drženého závodníky velmi nepříjemné a má podobný efekt, jako házení v „kravatě“. Je to poslední změna v úpravě pravidel pro děti a vyplývá z požadavků trenérů mládeže. Při nesprávném provedení tohoto přechodu dochází k páce na krční páteř a hrozí tím zranění drženého závodníka. Obr.88-95



Obr.88



Obr.89



Obr.90



Obr.91



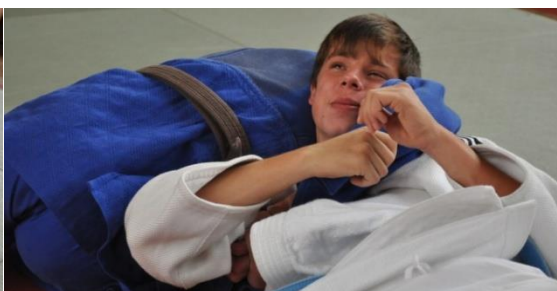
Obr.92



Obr.93



Obr.94



Obr.95

V kategorii **mláďat** se zakázané techniky netrestají, rozhodčí vyhlásí mate a vysvětlí závodníkovi, čeho se dopustil a že nesmí tuto techniku používat. Nelze nechat závodníky pokračovat v boji v nevaza, závodník nesmí mít výhodu za zakázané techniky.

V kategorii **mladšího žactva** první použití zakázané techniky mate a vysvětlení závodníkovi co nesmí. Při druhém a dalším použití stejné zakázané techniky trest **šido**.

