

JUDO

1. Modalidades o disciplinas incluidas en esta guía

La FDPJ patrocina las siguientes modalidades:

1. Judo combate
2. Judo kata

2. Federación, unión o asociación internacional

International Judo Federation (IJF)

www.ijf.org

3. Bibliografía consultada

International Judo Federation (2015). E06 Guía de Organización de Eventos. Documento emitido por la IJF para organizar eventos del circuito olímpico, se actualiza cada dos años (su última versión publicada es del año 2015). Esta publicación es distribuida a todas las federaciones por la FIJ una vez publicado.

International Judo Federation. JF Tatami Regulation. Tomado de www.ijf.org/documents

JUDO COMBATE / KATA

A. Descripción general de deporte

1. Breve descripción de la dinámica del juego

El judo es un deporte de combate, el cual se basa en derribar o proyectar al contrario contra el piso, éste suele ponerse en práctica sobre un tatami (superficie que atenúa las caídas de los peleadores), la indumentaria que se suele utilizar es denominada "judogui" la cual es bastante resistente a los roces y jalones.

B. Características del área de juego

1. Dimensiones

Las dimensiones del área de juego son de 16 x 16 metros.

2. Zona de seguridad

Deseablemente se debe mantener una distancia de 3 metros desde el área de juego hasta cualquier elemento (columnas, muros, mobiliario, estructuras, etc.), no obstante si se diera el caso este debe ser adecuadamente cubierto con espumas forradas a fin de evitar accidentes.

Cuando se use la plataforma, la zona de seguridad tenga 4 m. de anchura alrededor de toda el área de competición. Los espectadores no deben ser admitidos a menos de 3 m. de la superficie de competición (o plataforma). Cuando se usen dos o más áreas de competición contiguas, se necesita una zona de seguridad común de entre 3 m. y 4 m.

3. Trazado

La demarcación dentro del área de juego es establecida por los mismos colores del tatami, estableciendo un color para la zona de competencia y otro para la zona de seguridad.

4. Entrenamiento y práctica recreativa

En el caso de entrenamiento de alta competencia, se requiere de una zona complementaria de desarrollo de fuerza y resistencia, esta zona tendrá un área equivalente al área de juego, en la que se colocarán sogas, cuerdas y llantas de grandes proporciones, por lo que las instalaciones deben permitir y estar preparadas para instalar y albergar dicho equipamiento.

En cada una de las áreas de juego se puede instruir a un máximo de 25 deportistas a cargo de 1 solo instructor (la limitación es por aspectos pedagógicos). Las sesiones de enseñanza duran una hora y se desarrollan 3 veces por semana en turnos fuera del horario escolar.

5. Práctica para personas con discapacidad

En el Perú, la práctica de Judo para personas con discapacidad es promovida por la ANPP, empleándose las mismas instalaciones que para la práctica regular, debiéndose contemplar los criterios de accesibilidad regulares de edificación.

C. Características de la superficie de juego

1. Especificación de materiales

Los tatamis deben tener una superficie antideslizante y ser de un espesor de 5 cm.

Para el entrenamiento se debe contar con una base de madera flotante, sobre la que se colocaran los tatamis a fin de amortiguar las caídas y reducir el riesgo de lesiones.

D. Instalaciones complementarias y auxiliares

Se debe manejar el criterio de “pies limpios” y “pies sucios”, esto implica establecer un circuito de acceso a las instalaciones que evite que personas sin la indumentaria adecuada accedan a la zona de práctica deportiva.

En competencias esto se traduce en un circuito:

- (i) vestuarios,
- (ii) área de calentamiento,
- (iii) control de deportistas y
- (iv) área de competencia.

E. Equipamiento

1. Equipamiento deportivo

TATAMIS

Los tatamis medirán un metro por dos metros, hechos de paja prensada o, más frecuentemente, de espuma prensada. Deben ser firmes a la pisada y tener la propiedad de amortiguar el golpe durante los ukemi y no deben ser resbaladizos ni demasiado ásperos. Estos elementos que constituyen la superficie para la competición deben ser alineados sin espacios entre sí, de superficie lisa y fijados de forma que no puedan desplazarse.

JUDOJI

El competidor deberá llevar un judogi azul o blanco (el competidor llamado primero vestirá el judogi azul, el segundo vestirá con el blanco).

2. Equipamiento auxiliar

SILLAS Y BANDERINES

Dos sillas ligeras serán situadas en el área de seguridad y en las esquinas diagonalmente opuestas del área de combate y en posición de forma que no obstruyan la visión del marcador a los jueces, miembros de la comisión y anotadores. Un banderín azul y otro blanco se colocarán en un estuche fijado en cada silla.

MARCADORES

En cada área de competición habrá dos marcadores que indiquen la puntuación horizontalmente, que no excedan de 90 cm. de alto y 2 m. de ancho, situados fuera del área de competición, donde puedan ser vistos fácilmente por los árbitros, miembros de la Comisión, oficiales y espectadores.

CRONÓMETROS

Se dispondrán los siguientes cronómetros:

- | | |
|------------------------|--------------------------------|
| - Duración del combate | uno |
| - Osaekomi | dos |
| - En reserva | uno |
| - Amarillo | Tiempo muerto (combate parado) |
| - Verde | Duración osaekomi |

SEÑAL DE FIN DEL TIEMPO

Habrà una campana o dispositivo similar audible para indicar al árbitro el final del tiempo asignado para el combate.

F. Criterios de diseño para el área de espectadores

Se debe evitar el cruce de circulaciones de deportistas y espectadores, así mismo, se debe evitar y controlar el acceso de público ajeno al circuito de los deportistas.

DIAGRAMA 01
DIMENSIONES DEL CAMPO DE JUEGO

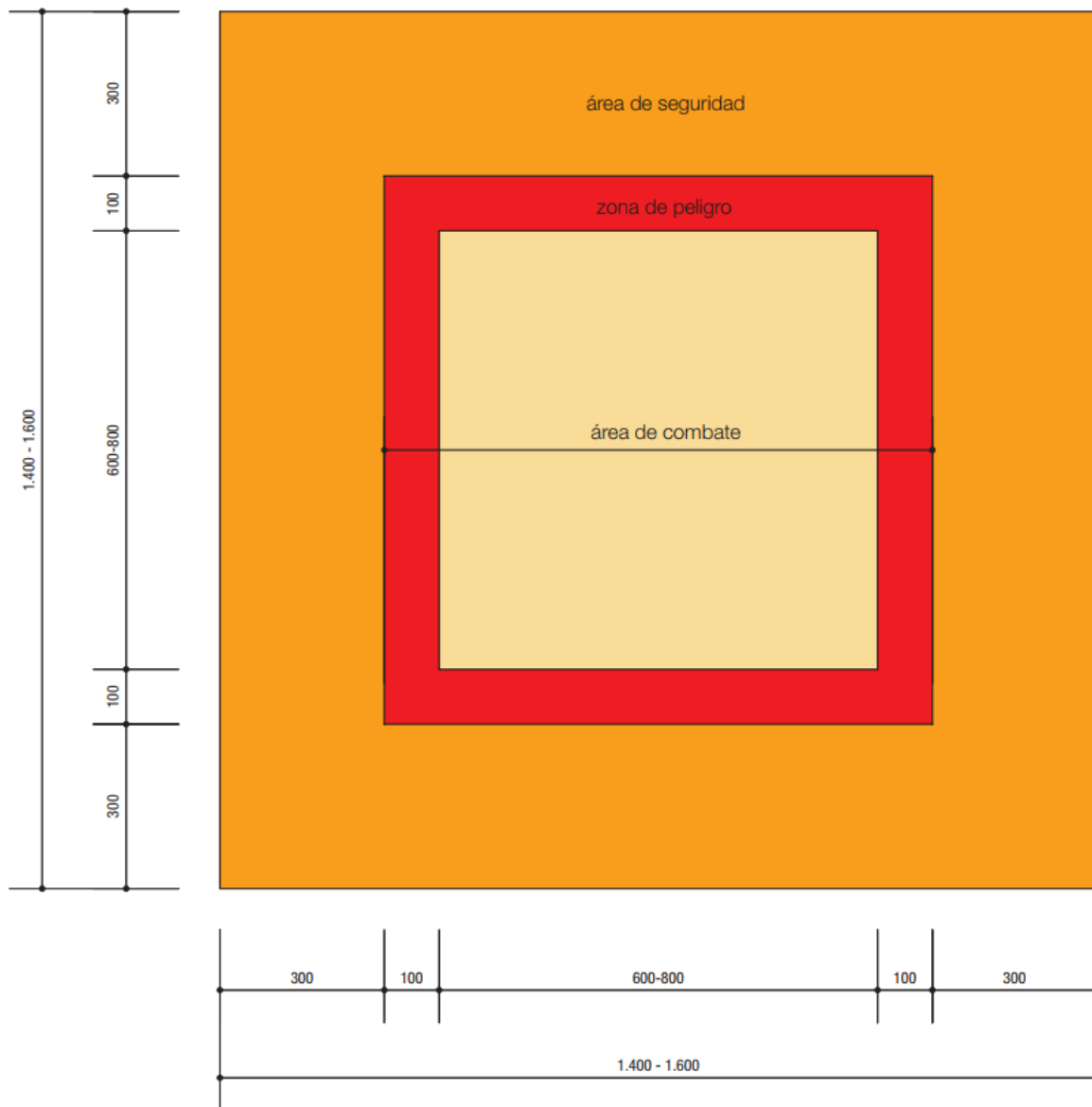


Figura 1
Tatami de judo.¹

¹ Tomado de https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/D479574B-C413-4050-AE66-1489823DD1DF/123727/Manualdeinstalaciones_opt1.pdf