

**BOLETIM OFICIAL 72/2021  
CAMPEONATO ESTADUAL DE KATA – SENSEI TERUO OBATA****PÚBLICO**

O CAMPEONATO ESTADUAL DE KATA – SENSEI TERUO OBATA será disputada entre judocas a partir da classe Sub 15, filiados a FGJ e com a anuidade em dia.

**INSCRIÇÕES**

Deverão ser realizadas na plataforma ZEMPO “CAMPEONATO ESTADUAL DE KATA – SENSEI TERUO OBATA” pela Entidade até as 24 horas do dia 14/10/2021, quinta-feira. Inscrições e modificações realizadas fora do prazo não serão aceitas sob nenhuma hipótese. A taxa de inscrição é gratuita.

**APRESENTAÇÃO**

A apresentação do Kata será realizada em vídeo a ser postado no YOUTUBE, de forma pública ou compartilhável, que será identificado, com o nome do evento - CAMPEONATO ESTADUAL DE KATA – SENSEI TERUO OBATA e do COMPETIDOR, bem como pelo hashtag *#estadualdekatajudors*.

A apresentação será, OBRIGATORIAMENTE, informada à FGJ por e-mail para [campeonato@judors.com.br](mailto:campeonato@judors.com.br), até dia 18/10/2021, segunda-feira, com a indicação do LINK de acesso no corpo do e-mail. A Falta dessa informação, até a data aprazada, equivalerá à não participação do competidor no evento.

**CONTEÚDO DO VÍDEO**

Será do conteúdo completo (TODOS OS GRUPOS) de cada respectivo KATA, com cerimonial de abertura e encerramento normais, em formato TANDOKU-RENSHU (treino solitário em sombra).

A apresentação deverá ser realizada de JUDOGI BRANCO completo, contemplando todas as técnicas dos referenciados grupos do Kata e demais características de execução, tais como:

- Ações, movimentos e reações como TORI;
- Cerimonial de abertura e encerramento tradicional;
- Saudações e distâncias de engajamento;

- É obrigatória a utilização de um Dojô ou área com tatames. Escolha um local silencioso, com boa iluminação, feche portas e janelas para diminuir ou evitar ruídos externos. Garanta que haverá espaço suficiente para a execução das técnicas (**MÍNIMO 6 metros**), **com demarcação do MEIO da área e das distâncias de 2 METROS e 4 METROS**.

As gravações não poderão ter cortes, deverão ser mantidas condições originais de áudio e realizadas com a câmera ou celular na horizontal da posição de JOSEKI, onde estaria a mesa examinadora.

**SISTEMA DE COMPETIÇÃO**

Serão atribuídas notas, na escala de zero a dez, para cada uma das técnicas que compõem os grupos exigidos e uma nota para cerimônia/etiqueta.

**CATEGORIAS**

Serão 3 (três) categorias de KATA que estarão em disputa:

- a) Nage-no-Kata
- b) Katame-no-Kata
- c) Ju-no-Kata

**CLASSES**

A competição será dividida em DUAS classes, em cada categoria, de acordo com a graduação dos participantes:

- a) Yudanshas – Faixas pretas
- b) Dangais – Amarela até marrom

**ARBITRAGEM**

A apresentação de cada dupla será avaliada por uma BANCA, de 3 (três) árbitros, que atribuirão as notas, individualmente. A soma das notas atribuídas por cada árbitro, corresponderá à pontuação dada para cada atleta.

**CLASSIFICAÇÃO, PREMIAÇÃO e PONTUAÇÃO DA COMPETIÇÃO**

Serão considerados os vencedores de cada categoria da respectiva modalidade os que obtiverem a maior pontuação final, em ordem decrescente, para apurar a classificação de campeão, vice-campeão e terceiro lugar, que serão premiados com a respectiva medalha. Em caso de empate na nota, o critério de desempate será em favor do candidato de maior idade. (os resultados não serão divulgados pelo sistema ZEMPO).

Para candidatos a exame de graduação será outorgada pontuação de copa estadual, conforme manual do candidato 2021: campeão (50), vice-campeão (40), terceiros-lugares (30) e participação (20) pontos.

**ORIENTAÇÕES**Equipamento:

Para a gravação do vídeo, recomendamos a utilização de um celular, com câmera e com boa memória para que não trave durante a gravação.

Verifique a bateria do seu celular para a gravação do vídeo. Se possível, mantenha o aparelho ligado à tomada durante a filmagem.

Ambiente:

É obrigatória a utilização de um Dojô ou área com tatames. Escolha um local silencioso, com boa iluminação, feche portas e janelas para diminuir ou evitar ruídos externos. Garanta que haverá espaço suficiente para a execução das técnicas (**MÍNIMO 6 metros**)

Certifique-se de que ninguém te interrompa durante a gravação. Avise o horário da filmagem as pessoas ao seu redor, evitando interrupções e barulhos.

Enquadramento:

O celular deve ser posicionado de modo a enquadrar a totalidade do corpo do judoca durante toda a filmagem. Antes de gravar o vídeo, teste o posicionamento fazendo algumas técnicas e veja se a câmera está enquadrando todas as partes do corpo, inclusive as movimentações. Não grave o vídeo no modo selfie. O Tori deve entrar do lado direito na visão dos árbitros (Câmera) no Nage-no-Kata e Katame-no-Kata. No Ju-no-Kata o Tori deve estar do lado esquerdo da visão dos árbitros (câmera)

Iluminação:

A iluminação também é um fator crucial. Evite qualquer foco de luz atrás do Tori e garanta que há iluminação suficiente para que os avaliadores vejam o competidor sem nenhuma dificuldade. É importante garantir que seu celular esteja fixo e apoiado em superfície plana (mesa, cadeira, tripé etc.). Não deixe que ninguém segurar o objeto para você durante gravação. Se a pessoa tremer com o celular pode prejudicar a sua avaliação.

**DICAS GERAIS PARA PARTICIPAÇÃO EM EVENTOS DE KATA TANDOKU RENSHU**

- 1) **PREPARAÇÃO:** O KATA exige concentração e coordenação, sua apresentação deve preconizar uma boa etiqueta e respeitar as formalidades.
- 2) **ETIQUETA:** O judogi deve ser branco, limpo e apenas com patches oficiais/regulamentados. Mantenha sua faixa (obi) bem amarrada, utilizando nó tradicionais.
- 3) **SAUDAÇÕES:** As saudações são um item avaliado na apresentação. Devem ser realizadas com simplicidade e elegância:
- 4) **HARMONIA:** A apresentação deve respeitar um mesmo ritmo do início ao fim (respeitando-se a diferença entre determinadas execuções de técnicas). Importante observar o tempo de intervalo e local de posicionamento entre a aplicação de uma técnica, queda imaginária/reposicionamento do Uke, e o início da próxima execução.
- 5) **SHINTAI:** Os Kata apresentam variadas formas de deslocamento (shintai) ao longo de sua apresentação. Fiquem atentos ao momento de usar cada uma delas.
- 6) **KUMI-KATA:** Mesmo o Uke sendo imaginário é importante demonstrar de maneira correta a pegada (Kumi-Kata) correspondente a cada técnica.
- 7) **KUZUSHI e TSUKURI:** Após estabelecer o Kumi-Kata e realizar o shintai apropriado, o tori deve evidenciar o momento de desequilíbrio (Kuzushi) do Uke imaginário e preparação (Tsukuri) imediatamente anterior a projeção ou posição final.
- 8) **KAKE:** Mesmo sem ocorrer a projeção (Kake) de fato, a mesma deve ser demonstrada com Ikioi (impulso com força, velocidade e vigor), sem perder o equilíbrio.

9) ZANSHIN: Após a execução do movimento de projeção, deve ser realizado o Zanshin (atenção contínua), postura final que evidencie domínio e controle.

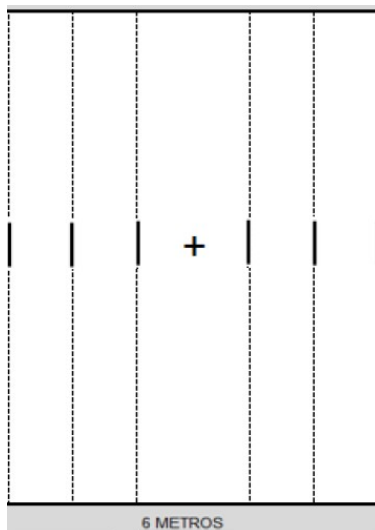
10) NAGE-NO-KATA: é composto por cinco (5) grupos de técnicas de arremesso separados de acordo com sua natureza, são eles: Te-Waza, Koshi-Waza, Ashi-Waza, Masutemi-Waza e Yoko-Sutemi-Waza. Cada grupo é formado por uma sequência de três técnicas, que são práticas do lado direito e esquerdo. A base das técnicas de arremesso é adquirida através da prática pelo Kuzushi, Tsukuri e Kake.

11) KATAME-NO-KATA é composto por cinco técnicas representativas selecionadas de Osaekomi-Waza, Shime-Waza e Kansetsu-Waza. A lógica básica e a aplicação das técnicas com métodos corretos de imobilização, contra-ataque, estrangulamento e travamento das articulações contra um oponente são adquiridas ao aprender este Kata.

12) JU-NO-KATA é uma composição dinâmica, expressiva e ginástica de métodos de ataque e defesa em uma série de ações lentas e moderada.

13) RESUMO: “No Kata estão o significado e a ética do Judô. A prática dos Kata desenvolve no judoca maior sensibilidade na compreensão das técnicas, lhe dando maior capacidade para penetrar na ciência dos golpes, na filosofia desta nobre arte. É no Kata que está o espírito do judô, sem o qual é impossível perceber o objetivo” JIGORO KANO.

14) DEMARCAÇÕES



Porto Alegre, 29 de setembro de 2021.



Douglas Potrich  
Diretor Técnico - FGJ