



# Дзюдо

Спортивные правила

**Special Olympics**  
Russia





**ОГЛАВЛЕНИЕ РАЗДЕЛА**

<b>1. ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ПРАВИЛА .....</b>	<b>65</b>
<b>2. ОФИЦИАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ .....</b>	<b>75</b>
<b>3. ДИВИЗИОНИРОВАНИЕ .....</b>	<b>75</b>
3.1 Форма заявки .....	75
3.2 Формирование дивизионов .....	75
3.3 Индивидуальные навыки .....	75
3.4 Уровни владения .....	75
3.5 Другие критерии дивизионирования .....	76
<b>4. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ .....</b>	<b>77</b>
4.1 Решения судьи .....	77
4.2 Время схватки .....	77
4.3 Помощь тренера .....	77
4.4 Начальные позиции .....	77
4.5 Запрещенные приёмы .....	77
4.6 Система соревнований .....	78
4.7 Медицинские ограничения .....	78
<b>5. ФОРМА И ОБОРУДОВАНИЕ .....</b>	<b>79</b>
5.1 Дзюдоги .....	79
5.2 Покрытая матами площадь .....	79
<b>6. НАКАЗАНИЯ .....</b>	<b>79</b>
6.1 Запрещённые действия .....	79
6.2 Травмы .....	79
6.3 Захват/касание .....	79
<b>7. СОРЕВНОВАТЕЛЬНАЯ ЗОНА .....</b>	<b>80</b>
7.1 Зона схватки .....	80
7.2 Зона безопасности .....	80
7.3 Ограничения для фотографов .....	80
7.4 Необходимый персонал .....	80

## **1. ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ПРАВИЛА**

Все соревнования Специальной Олимпиады по дзюдо проводятся согласно Официальным спортивным правилам СО, разработанным на основе правил Международной федерации дзюдо (IJF). В случае разногласий между правилами Специальной Олимпиады и правилами IJF применяются правила Специальной Олимпиады.

Информацию по вопросам кодекса поведения, стандартов тренировок, требований к медицинскому обеспечению и безопасности, дивизионирования, награждений, перехода к соревнованиям более высокого уровня и Юнифайд спорта обращайтесь к Статье 1 Правил: <http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/2014-Article-1.pdf>.

## **2. ОФИЦИАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ**

Виды соревнований должны дать возможность выступить атлетам всех уровней способностей. Национальные программы сами выбирают виды соревнований и, если необходимо, определяют порядок их проведения. Тренеры обязаны обеспечить тренировочные и соревновательные возможности всем атлетам с учётом их заинтересованности и способностей.

На Всемирный летних Играх присутствует лишь один вид соревнований: индивидуальные соревнования мужчин и женщин.

## **3. ДИВИЗИОНИРОВАНИЕ**

### **3.1 Форма заявки**

3.1.1 Все атлеты, заявляющиеся на соревнования Специальной Олимпиады по дзюдо, предварительно разделяются на дивизионы на основе информации в их заявках по:

3.1.1.1 Полу

3.1.1.2 Возрасту

3.1.1.3 Весу

3.1.1.4 Уровню способностей

3.1.1.5 Категории

### **3.2 Формирование дивизионов**

3.2.1 Каждый атлет помещается в соответствующий дивизион вместе с другими атлетами аналогичных способностей и характеристик согласно правилам IJF и требованиям безопасности. Это начальный этап дивизионирования. Дальнейшие шаги описаны ниже.

### **3.3 Индивидуальные навыки**

3.3.1 Дальнейшее дивизионирование будет проводиться на татами на основе оценки владения индивидуальными навыками. В своей группе каждый атлет пройдёт испытания владения навыками в положениях «таки-ваза» или «не-ваза», или только в «не-ваза», если это так обозначено тренером (в этом последнем случае атлет обязан проводить всю схватку только в положении «не-ваза»).

3.3.2 Этот тест проводится в процессе тренировочной сессии, где судья по дивизионированию вместе с инспектором татами должны убедиться, что предвари-

тельное дивизионирование проведено правильно. Эта тренировочная сессия должна иметь лёгкий и развлекательный характер, чтобы атлеты получили удовольствие от участия в ней и первых контактов с другими атлетами.

3.3.3 Тренировочная сессия должна включать следующие приёмы («waza»):

3.3.3.1 Перевороты от оппонента («uke») в нижней позиции в удержание («Osae-komi-waza»)

3.3.3.2 Приёмы бросков («Nage-waza»)

3.3.3.3 Уход из броска («Ukemi-waza»), проведённого оппонентом («Tori»)

3.3.3.4 Комбинация бросковых приёмов («Renraku-waza»)

3.3.3.5 Блокирование бросковых приёмов («Kaeshi-waza»)

3.3.4 Оценка этих навыков проводится по следующим критериям:

3.3.4.1 Понимание дзюдо

3.3.4.2 Концепция соревнования

3.3.4.3 Предвидение действий противника

3.3.4.4 Предвидение опасности

3.3.4.5 Чувство причины и следствия

3.3.4.6 Техника

3.3.4.7 Характер действий атлета

3.3.4.8 Скорость исполнения приёмов

3.3.4.9 Реакция атлета

3.3.4.10 Концепция стратегии

Уровни владения навыками формируются путём сравнения каждого атлета с типичными атлетами, не ориентирующимися на участие в соревнованиях, а занимающимися дзюдо ради развлечения или общего развития. Эти уровни таковы:

#### **3.4 Уровни:**

3.4.1 Уровень 1

3.4.1.1 Дзюдока (дзюдоист) Уровня 1 может почти на равных «соревноваться» в форме «shiai» с дзюдока развлекательной ориентации, обладает отличным пониманием дзюдо, его движения быстры и мощны, у него хорошая реакция, он способен к стратегическому развитию действий. Он демонстрирует наивысшую степень соответствия критериям.

3.4.1.2 Атлет уровня 1 лишь в небольшой степени нуждается в помощи и подсказкам тренера или судьи, перейти в категорию соревнующихся.

3.4.2 Уровень 2

3.4.2.1 Дзюдока Уровня 2 может «соревноваться» в форме «randori» (выполнение упражнений) почти на равных с дзюдока развлекательной ориентации, хорошо понимает дзюдо, недостаточно быстр и силен в движениях, неплохая реакция и понимание стратегии. Довольно хорошо соответствует критериям.

3.4.2.2 Для перехода к соревнованиям атлету Уровня 2 нужны умеренная помощь и ориентация от тренера или судьи.

3.4.3 Уровень 3

3.4.3.1 Дзюдока Уровня 3 может только в игровой форме взаимодействовать с дзюдока «развлекательной» ориентации в «randori». У него неплохое понимание дзюдо, неплохая реакция, он довольно быстр и силен в движениях, но нет понимания стратегии. Степень соответствия критериям умеренная.

3.4.3.2 Атлет Уровня 3 нуждается в серьёзной помощи и поддержке тренера или судьи.

### 3.4.4 Уровень 4

3.4.4.1 Дзюдока Уровня 4 только в игровой форме может участвовать в «randori» вместе с дзюдока «развлекательной» ориентации и иногда нуждается в помощи последнего. У него слабое понимание дзюдо, медленная реакция и скорость. Нет чувства стратегии. Соответствие критериям слабое.

3.4.4.2 Для выполнения заданий нуждается в серьёзной помощи тренера или судьи.

### 3.4.5 Уровень 5

3.4.5.1 Дзюдока Уровня 5 может взаимодействовать в «randori» с «развлекательным» дзюдока только в игровой форме и при этом в серьёзной степени нуждается в его помощи. У него нет понимания дзюдо, он пассивен и в максимальной степени нуждается в помощи тренера или судьи.

## 3.5 Другие критерии для дивизионирования:

### 3.5.1 Пол

3.5.1.1 Мужчины/женщины

### 3.5.2 Возраст

3.5.2.1 В зависимости от ситуации организаторы имеют право дополнительно разделять возрастные группы таким образом, чтобы с учётом других параметров (уровни, вес) формировать группы, обеспечивающие атлетам безопасность и честность соревнований.

### 3.5.3 Вес

#### 3.5.3.1 Мужчины

3.5.3.1.1 Уровни 1, 2 и 3: < 60 кг, -66 кг, -73 кг, -81 кг, -90 кг, -100 кг, +100 кг

#### 3.5.3.2 Женщины

3.5.3.2.1 Уровни 1, 2 и 3: < 48 кг, -52 кг, -57 кг, -63 кг, -70 кг, -78 кг, +78 кг

3.5.3.3 Организатор обязан обеспечить честные и равные условия соревнований и, следовательно, может в каждом виде создавать дополнительные весовые категории с учётом всех параметров.

Девочки 8-11 лет	Девочки 12-15 лет	Девочки 10 лет	Девушки	Мальчики 8-11 лет	Мальчики 12-15 лет	Мальчики 16 лет	Юноши
-24 кг				-24 кг			
24-26 кг				24-26 кг			
26-28 кг				26-28 кг			
28-31 кг				28-31 кг	-31 кг		
31-34 кг	-34 кг			31-34 кг	31-34 кг		
34-37 кг	34-37 кг			34-37 кг	34-37 кг		
41-45 кг	37-40 кг	-40 кг		37-41 кг	37-41 кг		
45-60 кг	40-44 кг	40-44 кг		41-45 кг	41-45 кг	-46 кг	
+50 кг	44-48 кг	44-48 кг	-48 кг	45-50 кг	45-50 кг	46-50 кг	
	48-52 кг	48-52 кг	48-52 кг	+50 кг	50-55 кг	50-55 кг	
	52-57 кг	52-57 кг	52-57 кг		55-60 кг	55-60 кг	-55 кг
	57-63 кг	57-53 кг	57-63 кг		60-66 кг	60-66 кг	60-66 кг
	+63 кг	63-70 кг	83-70 кг		66-73 кг	66-73 кг	66-73 кг
		+70 кг	70-78 кг		+73 кг	73-81 кг	73-81 кг
			+78 кг			+81 кг	81-90 кг
							90-100 кг
							+100 кг

### 3.5.4 Прочие факторы

3.5.4.1 Если атлета не удалось включить в какую-либо группу по итогам первого и второго циклов дивизионирования, выбор группы для него ложится на тренера и организаторов турнира.

3.5.4.2 Выбор делается с учётом таких критериев: Безопасность важнее возраста, веса и способностей всех атлетов в выбранной группе.

## **4. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ**

### **4.1 Решения судьи**

- 4.1.1 Во всех ситуациях, которые не имеют точного соответствия правилам, но где, по мнению судьи, возникает угроза безопасности одному или обоим атлетам, судья обязан немедленно прекратить/приостановить схватку и принять необходимые меры.
- 4.1.2 Если опасная ситуация возникла из-за умышленного действия, судья может применить меры наказания.

### **4.2 Время схватки**

- 4.2.1 Чистое время схватки 3 минуты. При необходимости даётся одна добавочная минута «Голден скор».

### **4.3 Помощь тренера**

- 4.3.1 Если атлет нуждается в помощи для того, чтобы выйти на татами, её может оказать тренер вместе с помощником судьи. Без разрешения судьи никто не имеет права вступить на покрытую матами поверхность.

### **4.4 Начальные позиции**

- 4.4.1 Подавая заявку на участие в соревнованиях, необходимо указывать, в какой позиции будет начинать схватку атлет – «таки-ваза» (стоя) или «не-ваза» (на коленях или сидя).
- 4.4.2 В не-ваза есть две позиции начала схватки.
  - 4.4.2.1 Из положения на коленях.
  - 4.4.2.2 Сидя рядом с руками в базовом положении «kumi-kata» (позиция захвата) и вытянутыми вперёд ногами.
- 4.4.3 Если атлет в силу своего физического поражения должен начинать схватку в положении «не-ваза», такую же позицию должен принять и его соперник.
- 4.4.4 Если судья по соображениям безопасности не согласен начать схватку из положения «таки-ваза», он может в любое время решить начать её из положения «не-ваза» или перевести её из «таки-ваза» в «не-ваза». Атлеты и тренеры обязаны подчиниться решению судьи.
- 4.4.5 Схватка, начатая в положении «не-ваза», должна и продолжаться в «не-ваза».
- 4.4.6 В любое время можно заработать очко бросковым приёмом из положения «не-ваза», если схватка проводилась в этой позиции или в любое время после перевода схватки в положение «не-ваза».
- 4.4.7 Если атлеты проводят схватку в «не-waza», им не разрешены толчки соперника прямо назад.
- 4.4.8 И в «tachi-waza», и в «ne-waza» судья исключить захваты шеи соперника способом, способным привести к травме. Захват шеи в «tachi-waza» и «ne-waza» дальше позвоночника приводит к прекращению схватки («Mate»).

### **4.5 Запрещённые приёмы**

- 4.5.1 Броски с падением атакующего («sutemi-waza»).
- 4.5.2 Броски с болевым приёмом на сустав («ude-kansetsu-waza»).
- 4.5.3 Удушающие приёмы («shime-waza»).
- 4.5.4 Удушающие приёмы ногами «Sankaku-waza» (треугольник).
- 4.5.5 Бросок вперёд на одно или оба колена.

- 4.5.6 Падение сверху на соперника после правильного выполнения приёма.
- 4.5.7 Любой приём, создающий опасность для шеи соперника, запрещён.
- 4.5.8 In «tachi-waza» запрещены следующие приёмы:
  - 4.5.8.1 «Koshi guruma» – бросок через бедро с захватом шеи
  - 4.5.8.2 «Kubi nage» – не нашёл лобьяснения
- 4.5.9 In «ne-waza» запрещены следующие приёмы:
  - 4.5.9.1 «Flon kesa gatame»- удержание сбоку захватом руки и головы
  - 4.5.9.2 «Makura kesa gatame»
  - 4.5.9.3 «Kata gatame» – удержание сбоку захватом головы с ближней рукой
  - 4.5.9.4 «Tate shiho gatame» – удержание сверху (кроме случаев с фиксацией только одной руки)
- 4.5.10 Более того, любые приёмы, включающие контроль головы защищающегося, разрешаются только тогда, нападающий в то же время контролирует руку защищающегося своей рукой.

#### **4.6 Система соревнования**

- 4.6.1 После окончательного дивизионирования в группе может быть не больше восьми атлетов.
- 4.6.2 В группе до пяти человек соревнования проводятся по круговой системе.
- 4.6.3 В группе из шести, семи или восьми человек формируются две подгруппы А и Б (3+3, 3+4, 4+4), в которых атлеты соревнуются по круговой системе. Затем по два победителя каждой подгруппы выходят в полуфинал, где происходит борьба на выбывание по схеме А1 против Б2 и Б1 против А2. Победители выходят в финали борются за первое и второе место. Если в финал выходят два борца из одной группы, они проводят схватку между собой и победитель занимает первое место независимо от результата на предварительном этапе
- 4.6.4 В случае ничейного результата между двумя атлетами (равное количество побед, равное количество очков) и если они претендуют на одно из трёх призовых мест, победитель определяется по личной встрече.
- 4.6.5 Если равный результат у трёх атлетов, им даётся второй шанс – схватка каждый с каждым. Если и теперь результат будет равным, победитель становится тот, кто на момент взвешивания в день решающего соревнования весил меньше.
- 4.6.6 Если атлет не может или не хочет участвовать в схватках в подгруппе, его предварительный результат аннулируется и не учитывается при определении мест его соперников.

#### **4.7 Медицинские ограничения**

- 4.7.1 Атлет с синдромом Дауна и атланта-осевой нестабильностью не может участвовать в соревнованиях по дзюдо. Информацию о возможных исключениях из этого запрета смотрите в Статье 1 Правил СО.



## **5. ФОРМА И ОБОРУДОВАНИЕ**

### **5.1 Дзюдоги**

- 5.1.1 Во время дивизионирования и соревнований атлеты должны носить только белые «дзюдоги».
- 5.1.2 Для различения атлетов применяются белые и синие пояса на талии, которые предоставляет организатор соревнований. Ношение во время соревнований других поясов не допускается.
- 5.1.3 «Дзюдоги» должны быть чистыми и аккуратными, без рекламных или других знаков.
- 5.1.4 По просьбе участников организатор должен за свой счёт обеспечить их номерами, нашиваемыми на спину «дзюдоги», а атлеты обязаны их носить. Номера предназначены для того, чтобы различать атлетов и схватки.
- 5.1.5 Женщины должны носить под «дзюдоки» простую белую футболку.

### **5.2 Покрытая матами площадь**

- 5.2.1 Каждый мат должен иметь следующее оборудование:
  - 5.2.1.1 Одно табло
  - 5.2.1.2 Два прибора учёта времени схватки (если табло электронное, хватит одного)
  - 5.2.1.3 Стол секретариата, три стула для персонала и сколько нужно для представителей организатора соревнований
  - 5.2.1.4 Два стула для судей у мата
  - 5.2.1.5 Один красный и один белый пояс для атлетов
  - 5.2.1.6 Два стула – по одному на тренеров атлетов.

## **6. НАКАЗАНИЯ**

### **6.1 Запрещённые действия**

- 6.1.1 Если произведено запрещённое действие, судья выносит предупреждение и объясняет атлету сущность нарушения. При повторе судья назначает наказание. Наказания налагаются только на атлетов Уровня 1 и (с осторожностью) на атлетов Уровня 2. На Всемирных летних Играх наказания распространяются и на Уровень 3.

### **6.2 Травмы**

- 6.2.1 Если атлет получает травму и не может продолжать схватку вследствие запрещённого приёма, он объявляется победителем. Помощь травмированному атлету может оказываться прямо на татами медиком, а если нужно и с помощью тренера.

### **6.3 Захваты/касания**

- 5.3.1 Захват или касание ноги соперника в «таки-ваза» не является основанием для «hansuku-take» – дисквалификации. Следует только объявить «shido» – предупреждение.

## **7. ЗОНА СОРЕВНОВАНИЙ**

### **7.1 Зона схватки**

7.1.1 Размер зоны схватки не менее чем 6 на 6 метров и не более чем 10 на 10 метров.

### **7.2 Зона безопасности**

7.2.1 Окружающая зону схватки зона безопасности должна быть не менее трёх метров шириной и отличаться по цвету.

### **7.3 Ограничения для фотографов**

7.3.1 Никакие фотографы не имеют права приближаться к зоне схватки на расстояние меньше трёх метров.

### **7.4 Необходимый персонал**

7.4.1 Только для уровня национальных соревнований и выше:

7.4.1.1 Три судьи

7.4.1.2 Один секретарь

7.4.1.3 Один секундометрист