

# Regulamin Sportowy dla Osób z Niepełnosprawnością Polskiego Związku Judo

1. Wprowadzenie
2. Skróty
3. Ogólne warunki
4. Rodzaje zawodów
5. Kategorie wiekowe
6. Ogólne warunki uczestnictwa w zawodach
7. Licencje
8. Podział na kategorie
9. Czas walki
10. Pozycje wyjściowe
11. Działania zakazne
12. Kary
13. Kontuzje
14. Judogi i pomoce
15. Pomoc trenerska

## **1.Wprowadzenie:**

- 1.1. Niniejszy regulamin tworzy zasady mające na celu umożliwienie udziału judokom z niepełnosprawnościami w rywalizacji PZ Judo w sposób bezpieczny, przyjemny i całościowy.
- 1.2. Regulamin PZ Judo OzN jest stworzony, aby umożliwić i promować wydarzenia judo dla sportowców z niepełnosprawnościami.
- 1.3. Niniejszy Regulamin jest zgodny z obecnymi zasadami EJU. Zawody judo prowadzone zgodnie z tym Regulaminem dają możliwość wszystkim judokom zdobywania cennego doświadczenia we wszystkich zawodach.
- 1.4. Tam, gdzie w tym niniejszym Regulaminie brakuje jasnej zasady, obowiązują zasady EJU.
- 1.5. Zasady zawarte w tym Regulaminie są sprawdzone ze względu na umiejętności i bezpieczeństwo uczestników biorących udział w zawodach.
- 1.6. Regulamin Sportowy PZ Judo dla Osób z Niepełnosprawnością jest wiążącym dokumentem dotyczącym organizacji zawodów judo rozgrywanych w Polsce. Regulamin Sportowy PZ Judo OzN został opracowany w oparciu o Regulamin Sportowy OzN Europejskiej Unii Judo (EJU Rules for Adapted Judo, August 2023). W sytuacji konfliktu niniejszego regulaminu z EJU Adapted Judo podczas zawodów z kalendarza imprez PZ Judo obowiązuje niniejszy regulamin. W zawodach z kalendarza imprez EJU obowiązuje EJU Adapted Judo.
- 1.7. Regulamin może być na bieżąco aktualizowany. Aktualna wersja jest publikowana na stronie [www.pzjudo.pl](http://www.pzjudo.pl)

## **2.Skróty**

- 2.1. PZ Judo- Polski Związek Judo
- 2.2. EJU- European Judo Union- Europejska Unia Judo
- 2.3. IJF - International Judo Federation - Światowa Federacja Judo
- 2.4. OzN- Osób z Niepełnosprawnością
- 2.5. DMP- Drużynowe Mistrzostwa Polski
- 2.6. MP- Mistrzostwa Polski

## **3.Ogólne warunki**

- 3.1. Zawody PZ Judo OzN są prowadzone przez sędziego judo. Wszyscy sędziowie muszą posiadać dodatkowe przeszkolenie w zakresie judo OzN i są wyznaczani przez Kolegium Sędziów PZJudo.  
We wszystkich przypadkach nie objętych niniejszym Regulaminem obowiązuje Regulamin PZJudo.
- 3.2. Na zgłoszeniach do zawodów występuje rozróżnienie między pozycją walki Tachi-waza a Ne-waza, w oparciu o oceny przeprowadzone przez odpowiednich przedstawicieli klubów lub poprzez komisję klasyfikacyjną.
- 3.3. Podział zawodników na kategorie oparty jest na ich poziomie umiejętności, dokonywany na podstawie informacji zawartych w zgłoszeniach do zawodów. Ocenę przed zawodami przeprowadza odpowiednia komisja klasyfikacyjna PZ Judo OzN.

- 3.4. We wszystkich przypadkach nieobjętych zasadami, sędzia główny i/lub dyrektor turnieju, w miarę potrzeb, podejmie decyzję w duchu inkluzji, stwarzając możliwość uczestnictwa i przestrzegając zasady fair play. Wszystkie takie decyzje są ostateczne.
- 3.5. W każdym przypadku podczas walki, gdy sędzia uważa, że bezpieczeństwo któregoś z judoków jest zagrożone, przerwie walkę i podejmie wszelkie konieczne środki, jakie uzna za niezbędne.
- Walki będą prowadzone przez trzech sędziów: jednego sędziego na macie, wspieranego przez dwóch sędziów stołowych zasiadających przy stole sędziowskim przy macie.

#### **4. Rodzaje zawodów PZJudo OzN**

- 4.1. Terminy, miejsca, organizatorzy zawodów organizowanych przez PZJudo są określone w Kalendarzu Imprez zatwierdzonym przez Zarząd PZJudo. Kalendarz imprez PZJudo jest nadrzędnym nad kalendarzami OZ Judo, pionów sportowych i klubów. Kalendarz jest publikowany na stronie internetowej: [www.pzjudo.pl](http://www.pzjudo.pl).
- 4.2. Rodzaje zawodów:
- 4.2.1. DMP OzN- Drużynowe Mistrzostwa Polski Osób z Niepełnosprawnością, wyłaniany w ramach indywidualnych Mistrzostw Polski suma punktów zdobyta przez zawodników poszczególnych klubów.
  - 4.2.2. MP OzN- Mistrzostwa Polski Osób z Niepełnosprawnością
  - 4.2.3. PP OzN- Puchar Polski Osób z Niepełnosprawnością
  - 4.2.4. Pozostałe zawody Osób z Niepełnosprawnością

#### **5. Kategorie wiekowe:**

- 5.1.1. Senior OzN- powyżej 16 lat
- 5.1.2. U16 OzN- do 16 lat

#### **6. Ogólne warunki uczestnictwa w zawodach PZ Judo OzN**

- 6.1. Zawodnik reprezentujący klub polski, aby móc wystartować w zawodach z kalendarza imprez PZ Judo OzN musi:
- 6.1.1. mieć aktywną licencję zawodniczą,
  - 6.1.2. posiadać dokument tożsamości ze zdjęciem, który musi okazać podczas ważenia oficjalnego,
  - 6.1.3. mieć ważne badania sportowo-lekarskie,
  - 6.1.4. orzeczenie o niepełnosprawności lub z poradni psychologiczno-pedagogicznej
- 6.2. W Mistrzostwach Polski i Drużynowych MP seniorów mogą uczestniczyć tylko zawodnicy posiadający obywatelstwo polskie, licencje PZ Judo i ważne badania sportowo-lekarskie oraz dowód osobisty lub paszport.

## 7.Licencje

- 7.1. We współzawodnictwie PZ Judo OzN mogą uczestniczyć tylko te kluby polskie, które mają opłaconą składkę członkowską oraz licencję klubową.
- 7.2. We wszystkich zawodach z kalendarza imprez PZ Judo OzN zawodnicy reprezentujący kluby polskie muszą posiadać ważne licencje zawodnicze.
- 7.3. We wszystkich zawodach z kalendarza imprez PZ Judo OzN trenerzy sekundujący zawodnikowi i biorący udział w losowaniu muszą posiadać ważną licencję trenerską

## 8.Podział na kategorie

- 8.1. Głównym powodem podziału na kategorie w judo OzN jest - bezpieczeństwo. Judo jest bezpiecznym sportem, pod warunkiem, że przeciwnicy są mniej więcej równorzędni. Aby zapewnić, że wszyscy judocy są dopasowani do swoich umiejętności, podczas treningu obserwowanego są dopasowani do poszczególnych grup sprawności, wspierając bezpieczeństwo wszystkich uczestników.
- 8.2. Wiedza i doświadczenie trenerów oraz organizatorów zawodów, pozwala zapewnić, że kategorie są akceptowalne dla dobra zawodników. System Klasyfikacji Funkcjonalnej składa się z 5 poziomów i klasyfikuje judoków na podstawie wglądu, siły, szybkości, woli zwycięstwa i umiejętności judo.
- 8.3. Podział odbywa się na podstawie:
  - 8.3.1. Umiejętności judo (zdefiniowanych w Klasyfikacja na Zawodach)
  - 8.3.2. Masy ciała
  - 8.3.3. Płci
  - 8.3.4. Wiek - Osoby poniżej 16 lat, idealnie nie więcej niż trzy lata różnicy wieku.

## 8.4. Klasyfikacja na Zawodach

- 8.4.1. Poziom 1 to judoka, który może rywalizować w shiai z judoką rekreacyjnym/zawodnikiem. Ten judoka jest szybki i silny oraz ma doskonałą reaktywność. Ma silne poczucie judo i doskonały strategiczny ogląd. Ten judoka ma dobrą znajomość znaczenia i celu zawodów i jest zdolny do uczestnictwa w zawodach krajowych i regionalnych.
- 8.4.2. Poziom 2 to judoka, który może wykonywać randori z judoką rekreacyjnym. Ten judoka rozumie znaczenie i cel zawodów i jest zdolny do udziału w lokalnych turniejach. Ten judoka jest szybki i silny oraz ma umiarkowaną reaktywność, ale zazwyczaj reaguje późno na sytuacje judo. Ma dobre poczucie judo, ale może mieć trudności w przetwarzaniu skomplikowanych instrukcji
- 8.4.3. Poziom 3 to judoka, który może wykonywać randori z judoką rekreacyjnym w zabawowy sposób. Ten judoka jest dość szybki i silny oraz ma dość rozwiniętą reaktywność. Strategia dla tego typu judoki często polega na powtarzaniu tej

samej techniki wielokrotnie. Ten judoka głównie rywalizuje w zawodach OzN z judokami tego samego poziomu.

8.4.4. Poziom 4 to judoka, który może rywalizować z innym judoką tego samego lub porównywalnego poziomu. Ten judoka jest zdolny do uczestnictwa w treningach i zawodach OzN. Często potrzebuje wsparcia podczas zawodów, ale rozumie większość zasad i celów zawodów. Reaktywność jest suboptymalna. Typowo główna technika judo obejmuje rzut, po którym następuje osae-komi.

8.4.5. Poziom 5 to judoka, który może rywalizować z innymi judokami tego samego poziomu. Judoka tego poziomu bierze udział w specjalistycznych treningach lub zawodach OzN. Zawody/treningi mogą wymagać dostosowań, aby zapewnić odpowiednią aktywność. Judoka może być bardzo silny i pasywny, oraz powolny w reakcji. Z powodu względów bezpieczeństwa ten zawodnik może być ograniczony do rywalizacji tylko w ne-waza. Konieczne jest stałe wsparcie w podejmowaniu działań.

## 8.5. Zawody między judokami na różnych Poziomach

8.5.1. Judocy mogą rywalizować na swoim własnym Poziomie lub w Poziomie bezpośrednio wyżej lub poniżej swojego Poziomu.

8.5.1.1. Judocy Poziomu 1 mogą rywalizować z judokami Poziomu 2.

8.5.1.2. Judoka Poziomu 2 może rywalizować z judokami Poziomu 1 oraz judokami Poziomu 3.

8.5.1.3. Judocy Poziomu 3 mogą rywalizować z judokami Poziomu 2 oraz judokami poziomu 4.

8.5.1.4. Judocy Poziomu 4 mogą rywalizować z judokami poziomu 3 oraz judokami Poziomu 5.

8.5.1.5. Judocy Poziomu 5 mogą rywalizować z judokami Poziomu 4.

8.5.2. Gdy Judoka może być sklasyfikowany na dwóch różnych poziomach, to stosowane będą zasady niższego Poziomu!

## 8.6. Pozostałe kryteria podziału

8.6.1. Waga: Klasy opisane w zasadach IJF są ściśle przestrzegane tylko na Poziomach 1 i 2. Dyrektor turnieju ustala dozwoloną różnicę wagi podczas procedury ważenia. Na poziomach 3, 4 i 5 waga, doświadczenie i umiejętności są brane pod uwagę podczas podziału i ważenia. Mają one znacznie luźniejszy margines wagowy, aby łatwiej połączyć różne klasy wagowe i sprawić, że walki będą bardziej równomierne i dopasowane

8.6.2. Płeć: Kobieta / Mężczyzna

8.6.3. Wiek: Osoby poniżej 16 roku życia nie powinny mieć więcej niż trzy lata różnicy wieku. Jeśli różnica jest większa, dopuszczalne jest przeniesienie do innej kategorii wiekowej.



## 8.7. Podział na turniejach PZ Judo OzN

8.7.1. Na turniejach PZ Judo OzN, komisja klasyfikacyjna jest stałą i obowiązkową częścią procedury turniejowej. Procedura podziału ma na celu potwierdzenie danych w zgłoszeniach do zawodów. Judocy, którzy zostali sklasyfikowani nieprawidłowo, mogą zostać poprawieni w ramach tej procedury. Na mniejszych zawodach (oznaczonych jako zawody PZ Judo) komisja klasyfikacyjna może odbywać się w czasie rozgrzewki. Na zawodach rangi Mistrzostw Polski wymagany jest dodatkowy dzień na przeprowadzenie komisji.

## 8.8. Odpowiedzialność organizatora

8.8.1. Współpraca między Organizatorem zawodów oraz trenerami zapewnia, że utworzone grupy są sprawiedliwe i mają sens rywalizacji, gwarantując bezpieczeństwo wszystkich zawodników.

## 9. Czas walki

9.1. Dla Poziomów 1, 2 czas trwania walki to 3 minuty, Senior, U16

9.2. Dla Poziomów 3, 4, 5 czas trwania walki to 2 minuty, Senior, U16

## 10. Pozycje wyjściowe

10.1. Dyrektor turnieju określi właściwą pozycję startową dla każdego pojedynku poprzez podział, który może zostać ponownie oceniony przez sędziego prowadzącego, gdy ten zauważy niestabilność zawodnika.

10.2. Sędzia ma prawo zmienić pojedynek Tachi-waza na pojedynek Ne-waza, jeśli stanie się jasne, że zawodnik nie może bezpiecznie działać w Tachi-waza.

10.3. W pojedynkach tylko w Ne-waza, techniki przechylenia prowadzące do upadku uke na bok lub plecy będą punktowane. Uke, będący w pozycji przysiadu, nie musi opuszczać powierzchni macie w tym celu. Sędziowie są zobowiązani do korzystania z własnego osądu w celu oceny upadku zgodnie z zasadami IJF, ale uwzględniając fakt, że takie techniki nie osiągną pełnej prędkości, siły i uderzenia techniki Tachi-waza.


## 10.4. Tachi-waza

W Tachi-waza są dwie możliwe pozycje startowe:

10.4.1. Zgodnie z zasadami Turniejowymi IJF, w sposób standardowy;

10.4.2. Jeśli jeden lub obaj judocy mają upośledzenie wzroku lub są niewidomi, opiekun/trener/sędzia prowadzący wspiera zawodnika w wejściu na macie, zgodnie z protokołem, i przekazuje go sędziemu, aby wykonał Kumi-kata. Judoka nie ma prawa zmieniać chwytu do momentu, aż sędzia nie ogłosi Ha-jime. Zawodnik o wzroku niepełnosprawnym nie może zwolnić obu rąk z chwytu Kumi-kata.

10.4.3. Na poziomach 3, 4 i 5 sędzia może kontynuować pojedynek w Kumi-kata, gdy:

 6/9

10.4.3.1. Jeden lub obaj judocy unikają Kumi-kata, albo

10.4.3.2. Jeden lub obaj judocy nie mogą odpowiednio ustanowić Kumi-kata.

10.4.4. Sędzia ma prawo zmienić pojedynek Tachi-waza na pojedynek Ne-waza. Judoka, który spowodował tę decyzję, będzie następnie rywalizował w Ne-waza przez resztę turnieju.

## 10.5. Ne- waza

W Ne-waza, pozycja startowa może być różna: klęcząca, siedząca lub leżąca na brzuchu, z możliwością rozpoczęcia z podstawowym Kumi-kata. Należy zauważyć, że sędzia zostanie poinformowany o odpowiedniej postawie dla judoków przed rozpoczęciem pojedynku.

10.5.1. Judoka wchodzi na obszar walki, w razie potrzeby wspierany przez opiekuna, trenera lub sędziego. Judoka kłania się na odległość około dwóch metrów, po czym sędzia ogłasza Ha-jime.

10.5.2. Walki Ne-waza są wykonywane wyłącznie w Ne-waza, ponieważ jeden z judoków, z powodu niepełnosprawności, nie może bezpiecznie rywalizować w Tachi-waza.

10.5.3. W pozycji klęczącej, jeśli którykolwiek z judoków nie może używać jednej nogi do podparcia, również nie jest to dozwolone dla przeciwnika.

10.5.4. Jeśli którykolwiek z judoków nie może rywalizować w pozycji klęczącej, judoka rozpocznie pojedynek w pozycji siedzącej. W tym przypadku przeciwnicy siedzą obok siebie, zwrócenie w przeciwnych kierunkach, z podstawowym Kumi-kata.

10.5.5. Jeśli którykolwiek z judoków nie może rywalizować w pozycji siedzącej, obaj judocy rozpoczną leżąc na brzuchu, zwrócenie do siebie, z podstawowym Kumi-kata.

10.5.6. Zamiar rywalizacji w Ne-waza musi być jasno określony podczas zgłaszania się na turniej.

10.5.7. Techniki przechylenia prowadzące do upadku Uke na plecy będą punktowane zgodnie z Regulaminem Turnieju IJF. Uke nie musi opuszczać powierzchni macie w tym celu. Użycie ręki poniżej pasa jest dozwolone w Ne-waza.

10.5.8. Uke nie może zdobyć punktów będąc w Osae-komi.

## 11. Działania zakazane

Oprócz zabronionych działań, jak opisane w oficjalnych zasadach judo, poniższe techniki są również zabronione na wszystkich poziomach:

11.1. Wszelkie formy i warianty:

11.1.1. Sutemi-waza;

11.1.2. Kansetsu-waza;

11.1.3. Shime-waza;

11.1.4. Techniki Sankaku;

11.2. Wszystkie rzuty, które są wykonane na jedno lub dwa kolana.

11.3. Wszystkie rzuty, gdzie Tori ląduje na tatami przed Uke.

11.4. Celowe upadanie na przeciwnika. (Poziomy 3, 4 i 5)

11.5. Wywieranie nacisku na głowę, szyję lub gardło przeciwnika.

- 11.5.1. Dla poziomów 1 i 2, dłoń wokół szyi z jedną ręką na podłożu jest dozwolona (na przykład, Kesa gatame)
- 11.6. W Tachi-waza:
  - 11.6.1. Wykonywanie Kumi-kata wokół głowy lub szyi przeciwnika. Podczas chwytania przez ramię lub obojczyk, ręka nie może przekroczyć środkowej linii pleców.
- 11.7. W Ne-waza:
  - 11.7.1. Popychanie przeciwnika do tyłu podczas klęczącej pozycji.
  - 11.7.2. Natychmiastowe zwolnienie Kumi-kata po Ha-jime podczas walk z modyfikowaną pozycją startową.
  - 11.7.3. Podnoszenie kolana, aby uzyskać przewagę, gdy wcześniej ustalono, że nie jest to dozwolone.

## 12.Kary

Dla wszystkich zabronionych działań, sankcje będą się różnić w zależności od Poziomu:

- 12.1. Judocy na Poziomie 1 i 2 zostaną pouczeni co do swoich działań i ukarani odpowiednio.
- 12.2. Judocy na Poziomach 3, 4 i 5 zostaną pouczeni co do swoich działań za pomocą werbalnego ostrzeżenia. Jeśli działanie zostanie powtórzone, werbalne wyjaśnienie zostanie powtórzone, a stosowna kara zostanie nałożona.
- 12.3. Zabronione działania będą karane Shido.
- 12.4. W celu ochrony judoki, wszystkie działania sprzeczne z duchem judo będą karane Hansoku-make.
- 12.5. Reguła trzech Shido obowiązuje na Poziomach 1 i 2, a Hansoku-make jest przyznawany. Na poziomach 3, 4 i 5 należy tego unikać ze względu na dobro judoki.
- 12.6. Sędzia ma prawo rozważać Poziom, niepełnosprawność, rodzaj i intencję wykroczenia przy podejmowaniu decyzji, a także powtarzalność, ogólny obraz pojedynku i bezpieczeństwo przy decydowaniu o karze.
- 12.7. Shido przyznane w pojedynkach na Poziomach 3, 4 i 5 są wliczane do wyniku; dlatego jeśli nie ma punktów technicznych lub punkty są równe na koniec pojedynku, judoka z mniejszą liczbą Shido zostanie uznany za zwycięzcę.

## 13.Kontuzje

- 13.1. Nie ma ograniczeń dotyczących liczby razy, kiedy ten sam problem medyczny może być leczony.
- 13.2. Jeśli sędzia uzna to za konieczne, aby trener lub opiekun zajął się kontuzją, te osoby mogą wejść na obszar walki.
- 13.3. We wszystkich przypadkach, gdy sędzia, trener lub delegat techniczny uważają, że bezpieczeństwo któregoś z zawodników jest zagrożone, podejmowane będą odpowiednie środki zaradcze.



#### 14. Judogi i pomoce

- 14.1. Pomocami są uważane wszystkie dodatki poza standardowym uniformem judo, jak opisano w Regulaminach Turniejowych IJF.
- 14.2. Judoga musi być dopasowany do ograniczeń fizycznych judoki; jednak nie może on przeszkadzać przeciwnikowi w wykonywaniu właściwej techniki judo.
- 14.3. Noszenie skarpetek z gumowymi kropkami przyczepności w Ne-waza jest dozwolone z przyczyn medycznych.
- 14.4. Noszenie zwykłej białej koszulki z okrągłym dekoltem pod judogi jest obowiązkowe dla zawodniczek. Dla zawodników męskich można nosić zwykłe białe koszulki.
- 14.5. Noszenie ochraniacza na zęby jest dozwolone.
- 14.6. Pomoc musi być bezpieczna zarówno dla noszącego, jak i dla przeciwnika, i nie może zawierać twardych substancji ani powierzchni, co należy ustalić według uznania głównego sędziego.
- 14.7. Przeciwnik nie może być dyskryminowany, ani noszący nie może mieć nieuzasadnionej przewagi z powodu pomocy. Okulary nie mogą mieć twardych powierzchni i muszą dobrze przylegać do twarzy. Okulary sportowe są dozwolone po uprzednim zatwierdzeniu przez dyrektora turnieju i pod warunkiem, że nie stanowią one ryzyka dla żadnego z zawodników.

#### 15. Pomoc trenerska

- 15.1. Dla judoków na poziomach 1 i 2, akredytowani trenerzy oraz opiekunowie mogą udzielać wskazówek tylko między sygnałami Mate i Hajime i powinni powstrzymać się od kierowania uwagi do sędziego.
- 15.2. Dla judoków na poziomach 3, 4 i 5, trenerzy i opiekunowie mogą udzielać wskazówek przez cały pojedynek i powinni powstrzymać się od kierowania uwagi do sędziego.
- 15.3. Dla judoków na poziomach 3, 4 i 5 oraz ogólnie dla niedoświadczonych judoków, trenerzy, opiekunowie i sędziowie powinni oferować wsparcie i zachętę.

KOORDYNATOR ZESPOŁU DS. JUDO O2N

*Włodzisław Patek Smolnicki*

ZŁONIEK ZESPOŁU DS. JUDO O2N  
*Paweł Smolnicki*