

KATAME NO KATA – soutěžní pravidla

1. Kata

Hodnocení Katame-no-kata vychází z oficiálních standardů Kodokanu a oficiálního videa/dvd Kodokanu.

2. Soutěžní plocha

Soutěžní plocha (tatami) má rozměry 10 x 10 metrů. V případě 2 soutěžních ploch bude mezi jednotlivými plochami bezpečnostní pás o šíři 2 metrů. Na tatami jsou páskou vyznačeny ve vzdálenosti 6 metrů od sebe výchozí pozice Toriho a Ukeho. Střed tatami je rovněž označen páskou.

3. Soutěžní úbor

Platí ustanovení soutěžního řádu ČSJU. Tori i uke nastupují ale zásadně v kimonech bílé barvy.

4. Rozhodčí

Provedení kata je hodnoceno 3 nebo 5 rozhodčími kata ČSJU.

5. Systém hodnocení

Každý rozhodčí hodnotí provedení kata na bodovacím listě. V případě 5 rozhodčích se nejvyšší a nejnižší hodnocení škrtná a rozhodují zbývající 3 hodnocení. Toto ustanovení neplatí pro případ 3 rozhodčích.

Každá technika je hodnocena následovně:

- zahájení, zakončení a každá jednotlivá technika se hodnotí maximálně 10 body
- od těchto 10 bodů se při každé technice se mohou odečíst body následujícím způsobem:
 - o malá chyba – odčítá se 1 bod
 - o maximální počet hodnocených malých chyb = 2

 - o střední chyba – odčítají se 3 body
 - o maximální počet hodnocených středních chyb = 1

 - o velká chyba nebo špatně provedená technika – skóre začíná na 5 bodech místo na 10
 - o maximální počet hodnocených velkých chyb = 1
(malé a střední chyby se ale rovněž započítávají)

Zapomenutá (neprovedená) technika: skóre takové techniky je 0 a celkové dosažené skóre katy se dělí dvěma. (Pokud je takové skóre desetinné, provede se zaokrouhlení).

Kromě toho se hodnotí celkové provedení katy s přihlédnutím k plynulosti, průběhu a rytmu katy od min. 0 do max. 10 bodů. V případě zapomenutá (neprovedené) techniky bude hodnocení za celkové provedení katy nulové.

Výsledná hodnocení jednotlivých technik by mělo odpovídat následujícímu hodnocení:

- 1-2 špatné provedení
- 3-4 téměř správné provedení
- 5-6 správné provedení
- 7-8 velmi dobré provedení
- 9-10 výborné provedení

V případě rovnosti bodů se postupuje následovně:

1. hodnotí se celkový počet velkých chyb; vítězem je pár s menším počtem velkých chyb
2. hodnotí se celkový počet středních chyb; vítězem je pár s menším počtem středních chyb
3. hodnotí se celkový počet malých chyb; vítězem je pár s menším počtem malých chyb
4. hodnotí se skóre za celkové provedení katy, vítězí pár s vyšším hodnocením za celkové provedení katy

6. Zahájení a zakončení katy

Rozhodčí jsou na svých místech před zahájením katy.

Pár vstoupí na tatami ve středu tatami naproti šómen, pak dojde každý do svého rohu. Rozhodčí ve středu šómen se postaví a vyzve pár k provedení katy tím, že pozdvihne natažené dlaně. Tori a uke zaujmou svou pozici. Po pozdravu na závěr katy odejdou soutěžící z tatami tak, jak přišli.

7. Zranění, nemoc nebo úraz

Pokud dvojice nemůže z důvodu zranění, nemoci nebo úrazu pokračovat v provádění katy, jsou ze soutěže vyřazeni.

V případě drobného zranění, krvácení, zlomeného nehtu nebo problému s kontaktními čočkami, bude kata, na základě rozhodnutí rozhodčích, přerušena a zranění bude ošetřeno lékařem mimo tatami.

Dvojice provede katu znovu od začátku po posledním soutěžním páru. V případě nového drobného zranění při opakovaném provádění katy bude dvojice ze soutěže vyřazena.

KATAME NO KATA

Hodnocené prvky	Druh chyby
Uke zaujímá jako první výchozí pozici.	střední
<p>Vzdálenost:</p> <p>1. série: Osae-komi-waza</p> <p>Z kleku kjoši, před provedením Kesa-gatame, Uke zaujme pozici vleže na tatami. Tori se postaví, přejde k Ukemu ze strany do vzdálenosti toma (= vzdálenost dvou a půl kroku), zaujme klek kjoši a v kleče se přesune do vzdálenosti čikama (= vzdálenost půl kroku) a zaujme klek kjoši; po provedení techniky se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši a přesune se opět k Ukemu, aby provedl techniku Kata-gatame; po této technice se vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši.</p> <p>Před provedením Kami-šiho-gatame se Tori postaví a přejde za Ukeho hlavu a zaujme klek kjoši ve vzdálenosti toma (= vzdálenost dvou a půl kroku) a v kleče se přesune do vzdálenosti čikama a zaujme klek kjoši, po provedení techniky se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se v kleče do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši.</p> <p>Před provedením Joko-šiho-gatame se Tori postaví, znovu přejde k Ukemu ze strany do vzdálenosti toma, zaujme klek kjoši, v kleče se přesune do vzdálenosti čikama a zaujme klek kjoši; po provedení techniky se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši a přesune se do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši.</p> <p>Před provedením Kuzure-kami-šiho-gatame se Tori postaví a přejde za Ukeho hlavu a zaujme klek kjoši ve vzdálenosti toma a v kleče se přesune do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši a poté provede malý krok stranou odkud provede techniku; po provedení techniky se Tori vrátí zpět do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se v kleče do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši, kterým končí první série.</p> <p>Tori i Uke klečí v pozici kjoši a upraví si své judo-gi.</p> <p>2. série: Šime-waza</p> <p>Před provedením Kata-žuži-žime si Uke lehne, Tori se postaví a přejde k Ukemu ze strany a zaujme klek kjoši ve vzdálenosti toma a v kleče se přesune do vzdálenosti čikama a zaujme klek kjoši. Přesune se do pozice, kdy sedí obkročmo na Ukem a provede škrcení. Poté se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se v kleče do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši.</p> <p>Uke se posadí a Tori se ve stoje přesune do pozice za Ukem do vzdálenosti toma.</p> <p>Před provedením Hadaka-žime Tori zaujme klek kjoši ve vzdálenosti toma a v kleče se přesune do vzdálenosti čikama a zaujme klek kjoši; po provedení techniky se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se k Ukemu a provede škrcení Okuri-eri-žime. Opět se vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se k Ukemu a provede poslední škrcení zezadu Kata-ha-žime. Tori se poté přesune do vzdálenosti čikama a zaujme klek kjoši, přesune se v kleče do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši.</p> <p>Před provedením Gjaku-žuži-žime si Uke lehne, Tori se postaví a vrátí se k Ukemu ze strany a zaujme klek kjoši ve vzdálenosti toma a v kleče se přesune do</p>	<p>Malá až střední</p> <p>(Je hodnocena jako střední chyba pokud je počet kroků sice správný, ale vzdálenost správná není, anebo pokud se Tori nevrací do pozice Čikama po skončení každé techniky, anebo pokud Tori nebo Uke zdvihají během přesunu od tatami koleno)</p>

<p>vzdálenosti čikama a zaujme klek kjoši. Přesune se do pozice kdy znovu sedí obkročmo na Ukem a provede škrcení. Potom se Tori vrátí zpět do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se v kleče do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši, kterým končí druhá série. Postaví se a dojde zpět na své původní místo a zaujme pozici kjoši. Uke simultánně zaujme pozici kjoši. Tori i Uke si upraví své judo-gi.</p> <p>3rd set Kansetsu-waza</p> <p>Před provedením Ude-garami si Uke lehne, Tori se postaví a přejde k Ukemu ze strany a zaujme klek kjoši ve vzdálenosti toma a v kleče se přesune do vzdálenosti Chilana, zaujme klek kjoši a poté provede techniku Ude-garami. Po provedení techniky se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši a přesune se opět k Ukemu a provede techniku Ude-hishigi-žuži-gatame. Po provedení techniky se Tori vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši a přesune se opět k Ukemu a provede techniku Ude-hishigi-ude-gatame. Po této technice se vrátí do vzdálenosti čikama, zaujme klek kjoši, přesune se do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši. Před provedením Ude-hishigi-hiza-gatame, změní jak Tori, tak Uke svoji polohu a zaujmou klek kjoši proti sobě ve vzdálenosti toma. Tori se v kleče posune dvěma kroky vpřed do vzdálenosti Chilana a zaujme klek kjoši. Tori a Uke provedou půl-krok v kleče směrem k sobě, kterým zaujmou správnou vzdálenost pro provedení techniky. Po provedení této techniky zaujmou oba klek kjoši ve vzdálenosti Chilana. Poté se oba postaví.</p> <p>Před provedením Aši-garami, stojí Tori a Uke ve vzdálenosti úchopu a to v pravém základním postoji shizentai. Tori se pokusí o techniku tomoe-nage, ale Uke provede krok vpřed pravou nohou a pokusí se Ukeho zdvihnout. Tori provede páku na nohu. Po provedení této techniky zaujmou oba klek kjoši ve vzdálenosti čikama.</p> <p>Na závěr se Tori v kleče přesune <u>dvěma</u> kroky vzad do vzdálenosti toma a zaujme klek kjoši, Uke se v kleče přesune <u>jedním</u> krokem vzad a rovněž zaujme klek kjoši. Oba si upraví judo-gi, postaví se, provedou jeden krok vzad, zakončí katu pozdravem v kleče a úklonem směrem k shomen.</p>	
Před provedením techniky provede Tori půl-krok.	Malá
Efektivita a reálnost technik	Střední

Technika	Hodnocené prvky	Druh chyby
Pozdrav a úprava	Vzdálenost při zahájení katu Přemístování, na začátku katy provádí Uke jeden krok vpřed, na konci provádí Tori dva kroky vzad a Uke jeden krok vzad. Pozdrav Judogi a pásek	Střední Střední Střední Střední
Osae-komi-waza	Způsob provedení jednotlivých technik: Kesa-gatame : úchop rukou atd. levá a pravá Kata-gatame : úchop protější ruky atd. Kami-šiho-gatame : normální přisunutí a přisun po kolenou, ruce, atd. Joko-šiho-gatame : přesunutí ruky, koleno proti podpaží Ukeho, úchop pásku (levá-pravá ruka), blok pravým kolenem atd. Kuzure-kami-šiho-gatame : normální přisunutí plus jeden krok šikmo vpřed, úchop rukou, blok pravým kolenem atd.	Malá až střední
Osae-komi-waza	Při každé technice musí Uke provést 3 opravdové pokusy o únik a Tori musí demonstrovat příslušné reakce. Tyto pokusy by na sebe měly logicky navazovat.	Střední
Šime-waza	Způsob provedení jednotlivých technik Kata-žuži-žime : koleno proti Ukemu podpaží, atd Hadaka-žime : obě ruce zabírají současně, atd.; Okuri-eri-žime : levá-pravá-levá ruka, atd.; Kata-ha-žime : koleno proti Ukeho lopatce, ruce, pravá noha, atd. Gjaku-žuži-žime : koleno proti Ukemu podpaží, ruce, pravá noha, atd.	Malá až střední

Šime-waza	<p>Při každé technice musí Uke provést 1 způsob obrany a Tori musí demonstrovat příslušnou reakci.</p> <p>Kata-žuži-žime: Uke uchopí obě zápěstí Toriho a oběma rukama tlačí / Tori pokračuje ve škrčení s tím, že se čelem dostane až na tatami.</p> <p>Hadaka-žime: Uke se brání oběma rukama proti předloktí Toriho – pravá ruka je u lokte, obě ruce pracují najednou / Tori pokračuje pohybem vzad ve škrčení</p> <p>Okuri-eri-žime: Uke se brání oběma rukama proti předloktí Toriho (pravá ruka je nad loktem), obě ruce pracují najednou / Tori pokračuje pohybem vzad ve škrčení s tím, že se mírně vytočí stranou– kontrola nohama</p> <p>Kata-ha-žime: Uke se brání tahem levé ruky dolů s tím, že levé zápěstí uchopí pravou rukou. Tori pokračuje ve škrčení s tím, že provede krok vzad stranou pravou nohou (Uke se opírá o vnitřek Toriho pravé nohy).</p> <p>Gjaku-žuži-žime: Uke tlačí levou rukou proti lokti Toriho a pravou rukou táhne dolů / Tori pokračuje ve škrčení, převrátí se na levý bok a spojí chodidla.(pravé chodidlo je pod levým).</p>	Střední
Kansetsu-waza	<p>Způsob provedení jednotlivých technik</p> <p>Ude-garami: Tori přistoupí k Ukemu (poté, co přesunul Ukeho pravou rukou a levé koleno přitisknul proti Ukeho podpaží), zahájí Uke útok tím, že zdvihne svoji levou ruku.</p> <p>Ude-hishigi-žuži-gatame: zatímco se Tori přibližuje, zaútočí Uke tím, že uchopí pravou rukou Toriho levý límec; Tori blokuje ruku, levou nohou provede krok kolem Ukeho hlavy, pravé chodidlo je pod Ukeho podpažím;</p> <p>Ude-hishigi-ude-gatame: zatímco se Tori přibližuje (poté, co přemístil Ukeho ruku), zaútočí Uke tím, že uchopí levou rukou Toriho pravý límec. Tori provede páku s tím, že ruku a zápěstí zablokuje hlavou, pravá-levá ruka na lokti (pravá je pod levou) a kontroluje Ukeho tělo pravým kolenem.</p> <p>Ude-hishigi-hiza-gatame: Tori: uchopí Ukeho loket svoji levou rukou a provede páku tím, že pravou nohou tlačí do Ukeho třísla a poté blokuje levým chodidlem Ukeho bok.</p> <p>Aši-garami: Tori se pokusí o Tomoe-nage, Uke se brání krokem vpřed pravou nohou a tím že táhne / zdvihá. Tori zasune levou nohu přes a okolo Ukeho kolena a levou nohou provede páku na nohu.</p>	Malá až střední
Kansetsu-waza	<p>Při každé technice musí Uke provést 1 základní způsob obrany a Tori musí demonstrovat příslušnou reakci.</p> <p>Ude-garami: Uke se pokouší uniknout mostováním na lopatkách / Tori pokračuje v páce;</p> <p>Ude-hishigi-žuži-gatame: Uke se pokouší uniknout mostováním na lopatkách / Tori pokračuje v páce;</p> <p>Ude-hishigi-ude-gatame: Uke se brání tím, že tlačí svoji ruku dolů / Tori pokračuje v páce;</p> <p>Ude-hishigi-hiza-gatame: Uke se brání tím, že se pokouší pohnout vpřed / Tori pokračuje v páce;</p> <p>Aši-garami: Uke se brání tím, že se pokouší vytočit / Tori pokračuje v páce na nohu</p>	Střední