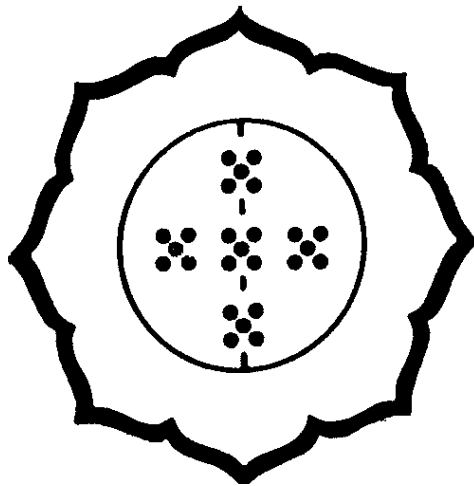


FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO



Regulamento de Graduações

REGULAMENTO DE GRADUAÇÕES

1. PRINCÍPIOS

1.1. GENERALIDADES

As diferentes graduações no Judo formam um conjunto na progressão dos conhecimentos do Judo. Os valores morais, a mestria técnica e a participação nas provas desportivas são o objectivo normal do ensino e do exemplo dedicado ao estudo técnico e ao treino, donde a graduação simboliza os valores do Espírito e do Corpo - Shin-Ghi-Tai (Espírito, Técnica e Eficácia).

A componente desportiva (Jai) é uma condição absolutamente indispensável, em particular do 1º ao 4º Dan, mas que não se basta a si própria. Outros valores essenciais devem sempre ser tomados em linha de conta, tal como um comportamento irrepreensível como atleta, árbitro, treinador, dirigente, etc., ou qualquer outro comportamento constante no Código Moral do Judo.

Os intervalos de tempo impostos para ascender à graduação seguinte, são considerados os tempos mínimos de maturação indispensável que devem ser efectivamente consagrados ao treino e que permitem a progressão no estudo e aprendizagem do Judo. Um ano de prática equivale a, pelo menos, 100 treinos de Judo.

O respeito por aquilo que fazemos, constitui a primeira condição e a primeira garantia do valor dos nossos actos.

1.2. ESPECIFICIDADES

- a) O presente Regulamento de Graduações engloba uma listagem de técnicas reconhecidas pela Federação Internacional de Judo, as técnicas do Gokyo e os Katas reconhecidos pela FPJ. Para o efeito existem uma série de capítulos em que se discrimina a distribuição dessas técnicas pelas diferentes graduações e o modo como se processa a carreira do judoca.
- b) A prática do Judo só é reconhecida pela FPJ, aos atletas devidamente federados de acordo com as normas em vigor.
- c) As graduações terão a data do seu registo na FPJ. No caso de exames, a data será a do exame, nas graduações por mérito a data do diploma e nas graduações atribuídas por treinadores, a data da sua comunicação, após comprovação do cumprimento das normas e demais regulamentações em vigor.
- d) Os treinadores só poderão atribuir graduações de acordo com as normas em vigor, desde que tenham a sua situação regularizada para a época em que estas são atribuídas.

2. COMPETÊNCIAS E CRITÉRIOS

a) DIRECÇÃO DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

A Direcção da FPJ tem a competência da ratificação de todas as graduações iguais ou superiores a 1º Dan, atribuídas e/ou reconhecidas através de parecer da Comissão Nacional de Graduações

b) COMISSÃO NACIONAL DE GRADUAÇÕES

A Comissão Nacional de Graduações é nomeada pela Direcção da Federação Portuguesa de Judo.

A Associação Nacional de Treinadores poderá propor um elemento à Direcção da F.P.J. para integrar a C.N.G., desde que o proposto cumpra com os requisitos individuais necessários para o exercício do cargo.

A proposição apresentada deve vir devidamente fundamentada com o Curriculum pessoal do proposto.

A Comissão Nacional de Graduações tem por incumbência o seguinte:

- Promover, estudar e propor os regulamentos respeitantes à problemática das graduações;
- Apresentar a proposta de calendarização para a realização dos Estágios Técnicos e Exames de Graduação a nível nacional;
- Analisar e dar parecer à Direcção da FPJ sobre todas as propostas de graduações por mérito, independentemente do proponente;
- Verificar o cumprimento dos critérios de selecção do Quadro "Carreira do Judoca".
- Analisar e dar parecer à Direcção da FPJ sobre todas as solicitações de equivalência de graduações obtidas no estrangeiro;
- Elaborar os relatórios dos estágios técnicos assim como os resultados dos Exames de Graduação.

c) COMISSÃO REGIONAL DE GRADUAÇÕES

- A CRG é composta por um elemento de cada Comissão Associativa de Graduações de acordo como o Quadro "Síntese das Competências e Critérios".

d) COMISSÃO ASSOCIATIVA DE GRADUAÇÕES

- Os elementos da CAG serão nomeados pela Direcção da respectiva Associação de acordo com o Quadro "Síntese das Competências e Critérios".

e) TREINADORES

- São da responsabilidade dos Treinadores, reconhecidos e revalidados pela FPJ, todas as graduações iguais ou inferiores a 1º Kyu.

Quadro1 - Síntese das Competências e Critérios

	TREINADORES	CAG	CRG	CNG
COMPOSIÇÃO		3 elementos	1 elemento de cada CAG no mínimo com 3	Elementos indicados pela: FPJ – 1 Presidente 8 elementos ANTJ – 1 elemento
COMPOSIÇÃO PARA EXAME		2(CAG)+1(CRG)	1 elemento de cada CAG+1(CNG)	Presidente e 4 elementos sorteados
CRITÉRIOS DE SELECÇÃO	≥ 1º Dan	≥ 2º Dan	≥ 3º Dan	≥ 4º Dan
IDADE MÍNIMA	De acordo com o Regulamento da Carreira do Treinador	24 Anos		
COMPETÊNCIA	≤ 1º Kyu	1º Dan	1º Dan / 2º Dan (Exames para 1º Dan pela CRG só com justificação do candidato)	≥ 3º Dan
Nº EXAMES		2 (Os agentes desportivos que se encontrem em representação nacional na data do exame de graduação, poderão solicitar a marcação de uma nova data de exame. Neste caso, a data de registo da graduação será a data inicial)		
FORMAÇÃO CONTÍNUA		Os elementos terão de frequentar 1 das 3 acções específicas a realizar para os elementos das CAG	Os elementos da CRG se frequentarem a acção específica ficarão dispensados da acção para a CAG	A CNG deve frequentar acções internacionais com vista à sua actualização, promovendo os estágios para os restantes elementos da CNG e da CRG
OBSERVAÇÕES	As graduações devem ter em atenção a proposta apresentada no Quadro "Carreira do Judoca"	Se a Associação não tiver elementos suficientes para a formação da CAG, a CNG nomeará os restantes	No caso da Região não ter no mínimo 3 Associações, cada uma pode apresentar mais que um elemento para a CRG	Os elementos da CNG só poderão fazer parte do Júri de exame, quando o examinando tiver pelo menos uma graduação inferior à sua.

3. TÉCNICAS RECONHECIDAS

- a) A Federação Portuguesa de Judo reconhece quer o número quer a nomenclatura das organizações internacionais tais como a Federação Internacional de Judo e o Kodokan, pelo que as mesmas poderão ser alteradas ao longo da vigência do actual Regulamento;
- b) As técnicas reconhecidas pela Federação Portuguesa de Judo são:

Nage-waza : 66 Técnicas				
Te-Waza: 16 Técnicas	Ashi-Waza: 21 Técnicas	Koshi-Waza: 10 Técnicas	Masutemi-Waza: 5 Técnicas	Yokosutemi-Waza: 14 Técnicas
Ippon-seoi-nage	Ashi-guruma	Hane-goshi	Hiki-komi-gaeshi	Daki-wakare
Kata-guruma	De-ashi-barai (harai)	Harai-goshi	Sumi-gaeshi	Hane-makikomi
Kibisu-gaeshi	Hane-goshi-gaeshi	Koshi-guruma	Tomoe-nage	Harai-makikomi
Ko-uchi-gaeshi	Harai-goshi-gaeshi	O-goshi	Tawara-gaeshi	Ko-uchi-makikomi
Kuchiki-taoshi	Harai-tsurikomi-ashi	Sode-tsurikomi-goshi	Ura-nage	O-soto-makikomi
Moro-te-gari	Hiza-guruma	Tsuri-goshi		Soto-makikomi
Obi-otoshi	Ko-soto-gake	Tsurikomi-goshi		Tani-otoshi
Obi-tori-gaeshi	Ko-soto-gari	Uki-goshi		Uchi-makikomi
Seoi-nage	Ko-uchi-gari	Ushiro-goshi		Uchi-mata-makikomi
Seoi-otoshi	O-guruma	Utsuri-goshi		Uki-waza
Sukui-nage	Okuri-ashi-barai (harai)			Yoko-gake
Sumi-otoshi	O-soto-gaeshi			Yoko-guruma
Tai-otoshi	O-soto-gari			Yoko-otoshi
Uchi-mata-sukashi	O-soto-guruma			Yoko-wakare
Uki-otoshi	O-soto-otoshi			
Yama-arashi	O-uchi-gaeshi			
	O-uchi-gari			
	Sasae-tsurikomi-ashi			
	Tsubame-gaeshi			
	Uchi-mata			
	Uchi-mata-gaeshi			

Ne-waza: 30 Técnicas		
Osaekomi-waza: 9 Técnicas	Shime-waza: 11 Técnicas	Kansetsu-waza: 10 Técnicas
Kami-shiho-gatame	Gyaku-juji-jime	Ude-garami
Kata-gatame	Hadaka-jime	Ude-hishigi-ashi-gatame
Kesa-gatame	Kata-ha-jime	Ude-hishigi-hara-gatame
Kuzure-kami-shiho-gatame	Kata-juji-jime	Ude-hishigi-hiza-gatame
Kuzure-kesa-gatame	Kata-te-jime	Ude-hishigi-juji-gatame
Tate-shiho-gatame	Nami-juji-jime	Ude-hishigi-sankaku-gatame
Uki-gatame	Okuri-eri-jime	Ude-hishigi-te-gatame
Ushiro-kesa-gatame	Ryo-te-jime	Ude-hishigi-ude-gatame
Yoko-shiho-gatame	Sankaku-jime	Ude-hishigi-waki-gatame
	Sode-guruma-jime	
	Tsukkomi-jime	

Kinshi-Waza: 4 Técnicas
Técnicas Proibidas em Competição
Ashi-garami
Do-jime
Kani-basami
Kawazu-gake

c) As técnicas constantes do Gokyo são:

	1º KYO	2º KYO	3º KYO	4º KYO	5º KYO
1	De-ashi-harai	Kosoto-gari	Kosoto-gake	Sumi-gaeshi	Osoto-guruma
2	Hiza-guruma	Kouchi-gari	Tsuri-goshi	Tani-otoshi	Uki-waza
3	Sasae-tsurikomi-ashi	Koshi-guruma	Yoko-otoshi	Hane-makikomi	Yoko-wakare
4	Uki-goshi	Tsurikomi-goshi	Ashi-guruma	Sukui-nage	Yoko-guruma
5	Osoto-gari	Okuri-ashi-harai	Hane-goshi	Utsuri-goshi	Ushiro-goshi
6	O-goshi	Tai-otoshi	Harai-tsurikomi-ashi	O-guruma	Ura-nage
7	Ouchi-gari	Harai-goshi	Tomoe-nage	Soto-makikomi	Sumi-otoshi
8	Seoi-nage	Uchi-mata	Kata-guruma	Uki-otoshi	Yoko-gake

d) KATAS - Séries de técnicas especialmente seleccionadas tendo em vista o estudo aprofundado dos princípios do Judo:

NOME	TEMA
Nage-No-Kata	- (Formas de projecção)
Katame-No-Kata	- (Formas de controlo)
Ju-No-Kata	- (Formas de suavidade)
Kime-No-Kata	- (Formas de decisão)
Itsutsu-No-Kata	- (Forma dos cinco princípios)
Kodokan-Goshin-Jitsu-No-Kata	- (Formas de defesa para homens)
Jujoshi-Yo-Go-Shiho-No-Kata	- (Formas de defesa para senhoras)
Koshiki-No-Kata	- (Formas antigas)
Seiryoku-Zenyo-Kokumin-Tai-Iku-No-Kata	- (Formas educativas de máxima eficiência)
Go-No-Sen-No-Kata	- (Formas e Contra-Ataque)

4. CARREIRA DO JUDOCA

Tal como está descrito no quadro referente à Síntese das Competências e Critérios, clarifica-se o seguinte:

- 4.1. As graduações até 1º Kyu (inclusive) são da responsabilidade do treinador, no entanto aconselha-se, que sejam respeitados os tempos e as idades mínimas propostas no quadro que a seguir se apresenta, de forma a que haja a devida uniformização.

GRADUAÇÃO	DESCRIÇÃO	IDADE MÍNIMA	TEMPO MÍNIMO
6º Kyu	Branco	até 5 anos	3 m
	Branco / Amarelo	6 anos	3 m
			6 meses
5º Kyu	Amarelo	7 anos	3 m
	Amarelo / Laranja	8 anos	3 m
			6 meses
4º Kyu	Laranja	9 anos	3 m
	Laranja / Verde	10 anos	3 m
			6 meses
3º Kyu	Verde	11 anos	3 m
	Verde / Azul	12 anos	6 m
			6 meses
2º Kyu	Azul	13 anos	
			1 ano
1º Kyu	Castanho	14 anos	

- 4.2. Para além da idade mínima para aceder ao exame para 1º Dan é necessário que o judoca tenha 60 meses de prática efectiva.
- 4.3. As graduações de 1º e 2º Dan são da responsabilidade das Associações Distritais, no que diz respeito à organização dos Exames Associativos e Regionais.
- 4.4. As graduações de 3º Dan a 6º Dan são da responsabilidade da FPJ, as graduações de 7º e 8º Dan são da responsabilidade da União Europeia de Judo, as graduações de 9º e 10º Dan são da responsabilidade da Federação Internacional de Judo.

			2 anos
1º Dan	Negro	16 anos	
			3 anos
2º Dan	Negro	19 anos	
			5 anos
3º Dan	Negro	24 anos	
			6 anos
4º Dan	Negro	30 anos	
			7 anos
5º Dan	Negro	37 anos	
			8 anos
6º Dan	Vermelho / Branco	45 anos	
			10 anos
7º Dan	Vermelho / Branco	55 anos	
			10 anos
8º Dan	Vermelho / Branco	65 anos	
9º Dan	Vermelho		
10º Dan	Vermelho		

5. GRADUAÇÕES PELA VIA RÁPIDA

- a) Todos os Atletas, que optem pela **Via Rápida** têm como quadro de referência o seguinte:

GRADUAÇÃO	IDADE MÍNIMA	PONTOS	TEMPO MÍNIMO
1º Kyu	14 anos		
		10 pontos	1
1º Dan	16 anos		
		20 pontos	1
2º Dan	17 anos		
		20 pontos	2
3º Dan	19 anos		
		30 pontos	3
4º Dan	22 anos		
		40 pontos	4
5º Dan	26 anos		
		50 pontos	5
6º Dan	31 anos		

- b) Em cada mudança de graduação a pontuação obtida retorna a zero.
- c) Só serão contabilizados pontos aos atletas com a graduação igual ou superior a 1º Kyu;
- d) Por cada vitória será contabilizado 1 (um ponto), em caso de empate nas provas por equipas será contabilizado ½ ponto. Esta contabilização é independente da graduação do oponente;
- e) Não serão contabilizados os pontos obtidos nas provas Internacionais, Tsukimani-Shiai e Kohaku-Shiai;
- f) Para além da idade mínima para aceder ao exame para 1º Dan pela Via Rápida é necessário que o judoca tenha 48 meses de prática efectiva

6. CONTEÚDOS PARA EXAME DE GRADUAÇÃO

6.1. Exame Técnico

6.1.1. Randori

Até 4º Dan (inclusive) candidatos deverão fazer uma prova de Randori, com os seguintes tempos:

ANOS	TEMPO	CONTEÚDOS
≤ 40	3 Min	Ne-Waza Nage-Waza

> 40	2 Min	Ne-Waza
------	-------	---------

6.1.2. Técnica Propriamente Dita

Todos os candidatos a uma nova graduação deverão dominar os conteúdos técnicos correspondentes à graduação para a qual se candidatam.

1º DAN

Nage-waza				
Te-Waza:	Ashi-Waza:	Koshi-Waza:	Masutemi-Waza:	Yokosutemi-Waza:
Ippon-seoi-nage	Ko-soto-gake	Koshi-guruma	Sumi-gaeshi	Tani-otoshi
Seoi-nage	O-soto-gari	O-goshi	Tomoe-nage	Uki-waza
Tai-otoshi	Ashi-guruma	Tsuri-goshi	Ura-nage	Yoko-otoshi
Kata-guruma	Hiza-guruma	Tsurikomi-goshi		Hane-makikomi
Sumi-otoshi	Ko-uchi-gari	Uki-goshi		Soto-makikomi
Sukui-nage	O-soto-guruma	Harai-goshi		Yoko-gake
Uki-otoshi	O-guruma	Ushiro-goshi		Yoko-guruma
	O-uchi-gari	Hane-goshi		Yoko-wakare
	Sasae-tsurikomi-ashi	Utsuri-goshi		
	De-ashi-barai			
	Harai-tsurikomi-ashi			
	Ko-soto-gari			
	Okuri-ashi-barai			
	Uchi-mata			

Ne-waza		
Osaekomi-waza	Shime-waza	Kansetsu-waza
Kuzure-kesa-gatame	Nami-juji-jime	Ude-hishigi-juji-gatame
Kami-shiho-gatame	Gyaku-juji-jime	Ude-hishigi-waki-gatame
Yoko-shiho-gatame	Kata-juji-jime	Ude-hishigi-ude-gatame
Kesa-gatame	Hadaka-jime	Ude-hishigi-hiza-gatame
Tate-shiho-gatame	Okuri-eri-jime	
Kata-gatame	Kata-ha-jime	
Kuzure-kami-shiho-gatame		
Uki-gatame		
Ushiro-kesa-gatame		

2º DAN

Nage-waza				
Te-Waza:	Ashi-Waza:	Koshi-Waza:	Masutemi-Waza:	Yokosutemi-Waza:
Moro-te-gari	O-soto-gaeshi	Sode-tsurikomi-goshi	Tawara-gaeshi	Uchi-maki-komi
Ko-uchi-gaeshi	Hane-goshi-gaeshi			Ko-uchi-maki-komi
Kuchiki-taoshi	Harai-goshi-gaeshi			
Seoi-otoshi	O-soto-otoshi			
Uchi-mata-sukashi	O-uchi-gaeshi			
Kibisu-gaeshi	Uchi-mata-gaeshi			

Ne-waza		
Osaekomi-waza	Shime-waza	Kansetsu-waza
	Kata-te-jime	Ude-hishigi-hara-gatame
	Ryo-te-jime	Ude-garami
	Sankaku-jime	Ude-hishigi-sankaku-gatame

3º DAN

Nage-waza				
Te-Waza:	Ashi-Waza:	Koshi-Waza:	Masutemi-Waza:	Yokosutemi-Waza:
Obi-otoshi	Tsubame-gaeshi		Hikikomi-gaeshi	Daki-wakare
Yama-arashi				Harai-makikomi
Obi-tori-gaeshi				O-soto-maki-komi
				Uchi-mata-maki-komi
				Kani-basami
				Kawazu-gake

Ne-waza		
Osaekomi-waza	Shime-waza	Kansetsu-waza
	Do-jime	Ude-hishigi-te-gatame
	Tsukkomi-jime	Ashi-garami
	Sode-guruma-jime	Ude-hishigi-ashi-gatame

4º DAN

O candidato deverá responder a questões levantadas pelo Júri de Exame (10 Min.) sobre as técnicas reconhecidas pela FPJ / FIJ.

O candidato deverá apresentar por escrito e oralmente (com demonstração) durante 10 minutos, uma técnica à sua escolha.

5º DAN

O candidato deverá responder a questões levantadas pelo Júri de Exame (10 Min.) sobre as técnicas reconhecidas pela FPJ / FIJ.

O candidato deverá apresentar por escrito e oralmente (com demonstração) durante 20 minutos, um estudo sobre um sub-grupo de técnicas (por exemplo: Shio-Gatame ou Barai).

6º DAN

O candidato deverá responder a questões levantadas pelo Júri de Exame (10 Min.) sobre as técnicas reconhecidas pela FPJ / FIJ.

O candidato deverá apresentar por escrito e oralmente (com demonstração) durante 30 minutos, um estudo sobre um grupo de técnicas (por exemplo: Osaekomi-Waza ou Ashi-Waza).

6.2. Exame de Katas

O programa do Exame de Graduações referente aos Katas é:

CONTEÚDOS		1º Dan	2º Dan	3º Dan	4º Dan	5º Dan	6º Dan
KATAS	Nage-No-Kata (3)	X					
	Nage-No-Kata (5)		X				
	Katame-No-Kata		X	X			
	Kime-No-Kata			X	X		
	Kodokan-Goshin-Jitsu-No-Kata				X	X	
	Ju-No-Kata					X	X
	Koshiki-No-Kata						X

6.3. Exame Geral

Todos os candidatos a uma nova graduação deverão ser examinados nas três áreas que se seguem: História, Organização / Regulamentação e Arbitragem.

No entanto os candidatos poderão solicitar a sua dispensa a qualquer uma das áreas, desde que apresentem o respectivo currículo dessa mesma área um mês antes da realização dos exames.

O processo será analisado pela CNG, informando posteriormente o candidato da decisão de dispensa ou não do exame nessa área.

6.3.1. História

Anexo a este Regulamento será também editado um documento de apoio a nível da História que tem de ser do conhecimento de qualquer candidato a Exame independentemente da Graduação (1º a 6º Dan).

1º DAN

Os candidatos a 1º Dan deverão conhecer os seguintes conteúdos:

- História Associativa
- Data de fundação
- Processo de formalização (reconhecimento pela AG da FPJ)
- Número de Clubes e Atletas
- Localização actual
- Tipo de Organização
- Eventos e resultados mais significativos

2º DAN

Os candidatos a 2º Dan deverão conhecer os seguintes conteúdos:

- História Regional
- Processo de formalização de cada Associação da Região (reconhecimento pela AG da FPJ)
- Número de Clubes e Atletas por Associação
- Localização actual de cada Associação da Região
- Tipo de Organização a nível da Região
- Eventos e resultados mais significativos

3º DAN

Os candidatos a 3º Dan deverão conhecer os seguintes conteúdos:

- História Nacional
- Datas mais significativas (fundação da FPJ, UPD, etc.)
- Número de Clubes e Atletas
- Localização actual da FPJ
- Tipo de Organização da FPJ
- Eventos e resultados mais significativos
- Processos de desenvolvimento da modalidade
- Processo de formação e desenvolvimento da ANTJ
- Processo de formação e desenvolvimento da AAJP

4º DAN

Os candidatos a 4º Dan deverão conhecer os seguintes conteúdos:

História Internacional

Datas e eventos mais significativas (fundação da FIJ e UEJ, competições, etc.)

Número de Países

Processos de desenvolvimento

5º DAN

Os candidatos a 5º Dan deverão entregar um documento escrito (aproximadamente com 1000 palavras, ≈ 3 páginas) com a interpretação pessoal do processo de desenvolvimento do Judo em Portugal, sobre o qual será questionado aquando do exame.

Este documento deverá ser entregue um mês antes da data prevista para os Exames de Graduação

6º DAN

Os candidatos a 6º Dan deverão entregar um documento escrito (aproximadamente com 1500 palavras, ≈ 5 páginas) com a interpretação pessoal do processo de desenvolvimento do Judo a nível internacional, desde o seu aparecimento até à actualidade, sobre o qual será questionado aquando do exame.

Este documento deverá ser entregue um mês antes da data prevista para os Exames de Graduação

6.3.2. Organização / Regulamentação

A documentação de apoio a esta área é a que a seguir se discrimina:

- Estatutos da FPJ
- Calendário e Normas
- Regulamento de Arbitragem
- Regulamento de Graduações
- Regulamento Antidopagem
- Regulamento da Carreira de Treinador
- Regulamento de Publicidade
- Regulamento Disciplinar
- Normas para a Alta-Competição
- Legislação sobre o Seguro Desportivo
- Outra regulamentação entretanto editada

1º DAN

Os candidatos a 1º Dan deverão saber o que regulamenta cada uma das publicações acima mencionadas.

2º DAN

Os candidatos a 2º Dan deverão dominar com alguma profundidade os seguintes regulamentos:

- “Calendário e Normas”
- “Normas para a Alta-Competição”.

3º DAN

Os candidatos a 3º Dan deverão dominar com alguma profundidade os seguintes regulamentos:

- Regulamento de Graduações
- Legislação sobre o Seguro Desportivo

4º DAN

Os candidatos a 4º Dan deverão dominar com alguma profundidade os seguintes regulamentos:

- Estatutos da FPJ
- Regulamento de Arbitragem
- Regulamento Disciplinar

5º DAN

Os candidatos a 5º Dan deverão dominar com alguma profundidade os seguintes regulamentos:

- Regulamento Antidopagem
- Regulamento da Carreira de Treinador
- Regulamento de Publicidade

6º DAN

Os candidatos a 6º Dan deverão apresentar propostas pertinentes de modelos de desenvolvimento da modalidade através de alterações regulamentares.

6.3.3. Arbitragem

A documentação de apoio a esta área é a que se segue:

- Regras de Competição

1º DAN

Papel e função do árbitro e dos juízes.

Preenchimento correcto de folhas de poule, eliminatórias e quadro de repescagens.

Marcadores e cronometristas.

Gestos do árbitro e dos juízes.

2º DAN

Área de competição (zona de combate, zona perigosa e zona de segurança).

Equipamento dos combatentes

Aplicação do Matte.

Valores técnicos.

3º DAN

Faltas

Assistência médica.

4º DAN

Aproveitamento na parte teórica no Curso de Árbitros Estagiários.

7. FORMAS DE GRADUAÇÃO

7.1. Estágio de Katas

A CNG pode, no final do Estágio de Katas a nível nacional, determinar os participantes, com graduação de 1º Dan ou superior, que, ao abrigo do ponto 7.2. ficarão dispensados da execução do(s) Kata(s) nos futuros Exames de Graduação, passando para isso um certificado com base na avaliação efectuada no final do estágio.

O referido estágio terá a duração mínima de 4 dias, tendo como programação o seguinte

		1º Grupo	2º Grupo
1º Dia	Manhã e Tarde	Nage-No-Kata	Kodokan-Goshin-Jitsu-No-Kata
2º Dia	Manhã e Tarde	Katame-No-Kata	Ju-No-Kata
3º Dia	Manhã e Tarde	Kime-No-Kata	Koshiki-No-Kata
4º Dia	Manhã	Esclarecimento de dúvidas	Esclarecimento de dúvidas
	Tarde	Avaliação	Avaliação

Os participantes poderão optar em cada dia qual o grupo onde se vão integrar, garantindo que nesse mesmo dia não transitam de grupo.

7.2. Candidatos com Limitações Físicas

Os candidatos que por limitação física se candidatem a Exame de Graduação, deverão comunicar com seis meses de antecedência a sua pretensão, por forma a que a CNG possa consultar um especialista da área.

Este procedimento visa estudar um programa de exame alternativo, que esteja de acordo com a limitação do candidato. Esta metodologia permitirá que o candidato se prepare atempada e correctamente para o exame a que irá ser submetido.

8. PROMOÇÕES POR MÉRITO

Os judocas cujo palmarés ou serviços prestados à modalidade sejam de extraordinário relevo, só poderão vir a ser graduados por mérito pela FPJ uma vez na sua carreira.

Serão exigidas para as promoções por mérito as condições constantes no ponto 5 do presente Regulamento, no que se refere à idade mínima.

9. EQUIVALÊNCIAS

Nas equivalências das graduações obtidas no estrangeiro, é necessário que o requerente não tenha estado inscrito na FPJ nos dois anos anteriores à data da solicitação. Para o mesmo efeito é necessária a apresentação do documento autenticado e comprovativo, passado por qualquer Federação reconhecida pela Federação Internacional de Judo.

10. MEDIDAS TRANSITÓRIAS

Face à necessidade de estabelecer as medidas transitórias, de forma a que a passagem para o actual Regulamento não crie injustiças, estabelece-se o seguinte:

- a) Os pontos que os **Atletas** obtiveram pelo antigo Regulamento de Graduações serão contabilizados juntamente com os pontos obtidos pelo actual regulamento.
- b) Os judocas cuja graduação actual seja de 2º, 3º, 4º e 5º Dan e que tenham usufruído da "Via Competitiva" do antigo Regulamento de Graduações, terão de executar um kata adicional, respectivamente Nage-No-Kata (completo), Katame-No-Kata, Kime-No-Kata e Kodokan-Goshin-Jitsu-No-Kata.

INDICE

1. PRINCÍPIOS	2
1.1. GENERALIDADES	2
1.2. ESPECIFICIDADES	2
2. COMPETÊNCIAS E CRITÉRIOS	3
3. TÉCNICAS RECONHECIDAS	5
4. CARREIRA DO JUDOCA	8
5. GRADUAÇÕES PELA VIA RÁPIDA	10
6. CONTEÚDOS PARA EXAME DE GRADUAÇÃO	10
6.1. EXAME TÉCNICO	10
6.1.1. RANDORI	10
6.1.2. TÉCNICA PROPRIAMENTE DITA	11
6.2. EXAME DE KATAS	13
6.3. EXAME GERAL	13
6.3.1. HISTÓRIA	14
6.3.2. ORGANIZAÇÃO / REGULAMENTAÇÃO	15
6.3.3. ARBITRAGEM	16
7. FORMAS DE GRADUAÇÃO	18
7.1. ESTÁGIO DE KATAS	18
7.2. CANDIDATOS COM LIMITAÇÕES FÍSICAS	18
8. PROMOÇÕES POR MÉRITO	19
9. EQUIVALÊNCIAS	19
10. MEDIDAS TRANSITÓRIAS	19