

PRAVILNIK

O PASOVIH INKLUZIVNEGA JUDA

JUDO ZVEZE SLOVENIJE

Na podlagi 28. člena Statuta Judo zveze Slovenije (v nadaljevanju: JZS), je Izvršni odbor JZS na svoji 14. redni seji, ki je bila 20.12.2018, sprejel Pravilnik o pasovih Judo zveze Slovenije – Inkluzivni judo

I. SPLOŠNE DOLOČBE

1. člen

S tem pravilnikom so določeni pogoji in način izvedbe izpitov za pasove inkluzivnega juda (v nadaljevanju: pas) pod okriljem JZS.

Izpite za pasove lahko opravljajo vsi državljani in drugi prebivalci Slovenije z motnjami v duševnem razvoju, gibalnimi ovirami ali kombiniranimi motnjami, ki delujejo judu ter izpolnjujejo pogoje.

Za priznanje stopnje pasu, pridobljene ali podeljene v tujini, je potrebno na Komisijo za pasove JZS podati pisno vlogo z dokazili.

Tuji državljani, ki želijo opravljati izpit za višjo stopnjo pasu v Sloveniji, lahko to storijo le na osnovi soglasja Komisije za Pasove JZS ter dokumentacije iz prejšnjega odstavka.

2. člen

Da bi lahko kandidat pristopil k izpitu za določen pas, je potrebno, da osvoji znanje in judo tehnike iz programa za vsak posamezen pas ter izpolnjuje starostne pogoje.

Samo tekmovalni rezultat ni zadosten razlog napredovanja kandidata na višjo stopnjo pasu.

II. IZPITI

3. člen

K izpitu za pas lahko pristopi tisti kandidat, ki je član kluba, kateri je član JZS, ima veljavno registracijo JZS ter vplača takso za izpit, ki jo določi Izvršni odbor JZS.

Izpit za šolske pasove do vključno izpita za oranžni pas (5. KYU) izvaja najmanj en član Izpitne komisije JZS z ustrezno usposobljenostjo, do vključno izpita za moder pas (2. KYU) poteka pred izpitno komisijo, ki je sestavljena iz dveh članov.

Izpit za rjavi pas (1. KYU) ter mojstrske pasove (DAN) poteka pred izpitno komisijo, ki je sestavljena iz treh članov.

4. člen

Izpitni rok za vse pasove do vključno modrega pasu (2. KYU) razpiše in organizira vsak klub, ki je član JZS, za svoje člane samostojno, lahko pa tudi več klubov skupaj. Obvezno mora na izpit povabiti vsaj enega člana Izpitne komisije JZS z veljavno licenco in ustrezno usposobljenostjo.

5. člen

Opravljanje izpita se lahko oceni z uspešno ali neuspešno.

V primeru neuspešnega opravljanja izpita se izpitna taksa kandidatu ne vrne in jo mora pri morebitnem naslednjem pristopu k izpitu ponovno plačati.

Kandidat, ki je pri opravljanju izpita neuspešen, ima pravico ponovno opravljati izpit v katerem koli naslednjem izpitnem roku.

6. člen

Član Izpitne komisije JZS, ki izvede izpit, mora posredovati zapisnik o izvajanju izpita za pasove v elektronski obliki na sedež JZS in predsedniku Komisije za pasove JZS najkasneje v 14 dneh po izvedbi izpita.

Vsi kandidati, ki uspešno opravijo izpit za pas, dobijo diplomu JZS s podpisom predsednika Izpitne komisije JZS, ki je vodila izpit. Diploma velja kot potrdilo o osvojenem znanju in pridobljeni stopnji pasu.

Član Izpitne komisije JZS na sedežu JZS prevzame diplome ter na račun JZS nakaže takso za posamezen pas, ki so jo vplačali kandidati. Višino takse določa Izvršni odbor JZS za vsako koledarsko leto posebej.

III. ČLAN IZPITNE KOMISIJE JZS

7. člen

Izpite za šolske pasove lahko izvajajo le člani Izpitne komisije JZS z veljavno licenco in ustrezno usposobljenostjo

Izpit za 8., 7., 6. in 5 KYU (belo-rumeni, rumeni, rumeno-oranžni in oranžni pas) lahko izvaja član Izpitne komisije, ki ima veljavno najmanj C licenco, ki se je udeležil vsaj dveh trenerskih tečajev inkluzivnega juda.

Izpit za 4., 3. in 2 KYU (oranžno-zeleni, zeleni in moder pas) lahko izvaja član Izpitne komisije, ki ima veljavno najmanj C licenco, ki se je udeležil vsaj dveh trenerskih tečajev inkluzivnega juda. Najmanj en član komisije ne sme biti član istega kluba kot je kandidat.

Izpit za 1. KYU (rjavi pas) in mojstrske pasove (DAN) lahko izvaja član Izpitne komisije z veljavno B licenco, ki se je udeležil vsaj dveh trenerskih tečajev inkluzivnega juda.

Ne glede na določbe poslovnika komisije za pasove se lahko izjemoma podeli licenca C za izvajanje izpitov za pasove inkluzivnega juda tudi nosilcu 2. KYU, ki aktivno deluje na področju inkluzivnega juda vsaj pet (5) let.

8. člen

Način in pogoje za članstvo v Izpitni komisiji JZS in pridobitev posamezne licence določa Poslovnik Komisije za pasove JZS.

IV. POGOJI ZA PRISTOP K IZPITU ZA ŠOLSKE PASOVE

9. člen

Vsi začetniki v judu so nosilci belega pasu in lahko napredujejo po pasovih v skladu s pogoji, ki so navedeni v tem pravilniku. Praviloma se prične napredovati z izpitom za belo-rumeni pas.

Kandidat lahko pristopi k izpitu za višji šolski pas na podlagi starostnih in časovnih omejitev glede na zadnji pristop k izpitu.

Barva pasu določa stopnjo obvladovanja in poznavanja judo tehnik in osvojenih principov juda.

10. člen

Starostne omejitve za pristop k izpitu za višjo stopnjo šolskega pasu (kandidat mora v koledarskem letu, v katerem opravlja izpit za pas, dopolniti leta določena s starostno omejitvijo):

pas	starostna omejitev
8. kyu - belo-rumeni pas	8. let
7. kyu - rumeni pas	10. let
6. kyu - rumeno-oranžni pas	11. let
5. kyu - oranžni pas	12. let
4. kyu - oranžno-zeleni pas	13. let
3. kyu - zeleni pas	14. let
2. kyu - modri pas	15. let
1. kyu - rjavi pas	16. let
1. dan – črni pas	20. let
2. dan – črni pas	24. let

11. člen

Časovna omejitev pri napredovanju:

- v 8. KYU je udeležba najmanj na šestnajstih (16) treningih;
- do 2. KYU je eno (1) leto od izpita za nižji pas;

- v 1 KYU ter 1. DAN dve (2) leti od izpita za nižji pas;
- v višje mojstrske (DAN) pasove se uporabljajo časovni pogoji, ki so določeni s pravilnikom, ki ureja mojstrske pasove.

Za ostale pogoje napredovanja v mojstrske pasove se smiselno uporablja pravilnik, ki ureja mojstrske pasove.

12. člen

Program za pasove je sestavni del tega pravilnika in se nahaja v prilogi.

V. KONČNE DOLOČBE

13. člen

V primeru nespoštovanja določil tega pravilnika s strani katerega koli judo kluba, ki je član JZS, ali člana Izpitne komisije JZS, bo Komisija za pasove JZS sprejela vse potrebne ukrepe za odpravo vseh evidentiranih kršitev. Drugostopenjski organ je Izvršni odbor JZS.

Določila tega pravilnika tolmači Komisija za pasove JZS po predhodnem mnenju Komisije za inkluzivni judo.

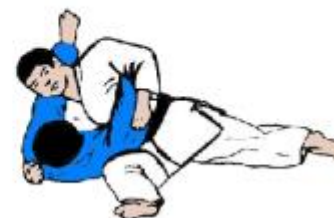
Vsi člani Izpitne komisije JZS, ki so v komisiji na posameznem izpitnem roku, so upravičeni do povračila stroškov s strani JZS in sicer jim pripada dnevnic, kilometrina in urnina, kot za sodnika z najvišjo licenco, po ceniku JZS za tekoče koledarsko leto.

Ta pravilnik stopa v veljavo z datumom 20.12.2018.

Komisija za G-judo
(inkluzivni judo) JZS

Darko Mušič
Predsednik JZS





IZPITNI PROGRAM

ZA PASOVE – INKLUZIVNIJUDO

8. kyu – belo-rumeni pas

Splošno	pokaže vsaj tri vaje za razgibavanje telesa, ki jih je potrebno opraviti pred začetkom vadbe		
Pozdrav	tachi rei – pozdrav stoje		
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj		
Osnovne oblike metov	uki goshi		
Osnovne oblike parternih tehnik	kuzure kesa gatame	obračanje nasprotnika na hrbet, ko je ta na vseh štirih in končni prijem	
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	1. odnos do sebe in drugih judoistov ter ljudi na splošno	2. nošenje kimona in higiena.	3. stopnje pasov

7. kyu – rumeni pas

Splošno	pokaže vsaj tri vaje za razgibavanje telesa, ki jih je potrebno opraviti pred začetkom vadbe		navadni preval naprej
Pozdrav	tachi rei – pozdrav stoje	za rei – pozdrav kleče	
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	
Osnovne oblike metov	uki goshi	o soto otoshi	kata ashi dori v parterju
Osnovne oblike parternih tehnik	kuzure kesa gatame	Mune gatame	
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	1. osebna higiena in etika vedenja na treningu, na judo igrah in v zasebnem življenju.	2. odnos do trenerjev in sodnikov	3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon

6. kyu – rumeno-oranžni pas

Splošno	pokaže vaje za ogrevanje in razgibavanje telesa, pojasni pomen ogrevanja in razgibavanja za varno vadbo	navadni preval naprej	navadni preval nazaj
Pozdrav	tachi rei – pozdrav stoje	za rei – pozdrav kleče	
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	mae mavare ukemi – judo preval
Osnovne oblike metov	O goshi	Seoi otoshi	
Osnovne oblike parternih tehnik	kuzure kesa gatame	Yoko shiho gatame	Kami shiho gatame
Uporabne tehnike	<ul style="list-style-type: none"> • prehod iz meta v končni prijem • prehodi med končnimi prijemi 		
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	<ol style="list-style-type: none"> 1. odnos do sebe in drugih judoistov ter ljudi na splošno 2. nošenje kimona in higiena 3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon 		

5. kyu – oranžni pas

Splošno	pokaže vaje za ogrevanje in razgibavanje telesa, pojasni pomen ogrevanja in razgibavanja za varno vadbo	navadni preval naprej	navadni preval nazaj
Pozdrav	tachi rei – pozdrav stoje	za rei – pozdrav kleče	
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	mae mavare ukemi – judo preval
Osnovne oblike metov	lppon seio nage	O uchi gari	
Osnovne oblike parternih tehnik	Kuzire kami shiho gatame	Tate shiho gatame	dve različni izvedbi yoko shiho gatame
Uporabne tehnike	<ul style="list-style-type: none"> • obračanje ukeja, ko je ta na vseh štirih • prehod iz meta v končni primem in prehodi med končnimi prijemi • dve reševanji iz kuzure kesa gatame 		
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	<ol style="list-style-type: none"> 1. zgodovina in ustanovitelj juda 2. etika judoista 3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon 		

4. kyu – oranžno-zeleni pas

Splošno	pokaže vaje za ogrevanje in razgibavanje telesa, pojasni pomen ogrevanja in razgibavanja za varno vadbo	navadni preval naprej	navadni preval nazaj
Pozdrav	tachi rei – pozdrav stoje	za rei – pozdrav kleče	
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	mae mavare ukemi – judo preval
Osnovne oblike metov	Tai otoshi	Moroto seoi nage	
Osnovne oblike parternih tehnik	dve različni izvedbi kami shiho gatame	Tate shiho gatame	
Uporabne tehnike	<ul style="list-style-type: none"> • reševanje iz yoko shiho gatame • obračanje nasprotnika na hrbet, ko je ta na vseh štirih in končni prijem yoko shiho gatame. • prehod iz yoko shiho gatame v kuzure kami shiho gatame in kami shiho gatame 		
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	<ol style="list-style-type: none"> 1. prijem za kimono v stoječem položaju, v parterju, dovoljeni prepovedani prijemi za kimono 2. hoja po blazini 3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon 		

3. kyu – zeleni pas

Splošno	pokaže vaje za ogrevanje in razgibavanje telesa, pojasni pomen ogrevanja in razgibavanja za varno vadbo	navadni preval naprej	navadni preval nazaj
Pozdrav	tachi rei – pozdrav stoje	za rei – pozdrav kleče	
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	mae mavare ukemi – judo preval
Osnovne oblike metov	De ashi barai	Ushiro goshi	Utsuri goshi
Osnovne oblike parternih tehnik	kesa gatame	kata gatame	kami shiho gatame
Uporabne tehnike	<ul style="list-style-type: none"> • obračanje ukeja, ko je ta na trebuhu • po tem ko uke pri izvajanju končnega prijema ujame nogo, mora tori ponovno vzpostaviti kontrolo nad ukejem 		
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	<ol style="list-style-type: none"> 1. prijem za kimono v stoječem položaju, v parterju, dovoljeni prepovedani prijemi za kimono 2. hoja po blazini 3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon 		

2. kyu – modri pas

Splošno	pokaže vaje za ogrevanje in razgibavanje telesa, pojasni pomen ogrevanja in razgibavanja za varno vadbo	navadni preval naprej	navadni preval nazaj
Pozdrav	prikaže začetni in končni protokol kate z izvedbo poljubnega meta		
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	mae mavare ukemi – judo preval
Osnovne oblike metov	Uki goshi	Harai goshi	Tsurikomi goshi
Osnovne oblike parternih tehnik	Yoko shiho gatame	Kuzure kami shiko gatame	Kata juji jime
Uporabne tehnike	<ul style="list-style-type: none"> • prehod v končni prijem, ko se tori nahaja med ukejevimi nogami • po tem ko uke pri izvajanju končnega prijema ujame nogo, mora tori ponovno vzpostaviti kontrolo nad ukejem 		
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	<ol style="list-style-type: none"> 1. gibanje po blazini 2. razdelitev juda (po skupinah) 3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon 		

1. kyu – rjavi pas

Splošno	pokaže vaje za ogrevanje in razgibavanje telesa, pojasni pomen ogrevanja in razgibavanja za varno vadbo	navadni preval naprej	navadni preval nazaj
Pozdrav	prikaže začetni in končni protokol kate z izvedbo poljubnega meta		
Tehnika padanja	ushiro ukemi – padec nazaj	yoko ukemi – padec v stran	mae mavare ukemi – judo preval
Osnovne oblike metov	Okuri ashi harai	Sasae tsurikomi ashi	Uchi mata
Osnovne oblike parternih tehnik	Hadaka jime	Okuri eri jime	Kataha jime
Uporabne tehnike	<ul style="list-style-type: none"> • reševanje iz končnega prijema • prehod med vsemi končnimi prijemi • obračanje ukeja kot je ta na trebuhu ali na vseh štirih in izvedba končnega prijema 		
Razumevanje pojmov, teorija in osnove juda	<ol style="list-style-type: none"> 1. ključ do tehnike meta 2. osnovna načela juda 3. osnovna pravila borbe – hajime, matte, sore made, sono mama, yoshi, wazaari, ippon 		

DAN – črni pas

Črni pas – 1. dan

Izvajanje Nage-no-ate: Koshi-waza (samo v eno smer) in Katame-no-kate : Osaekomi-waza

Etika juda

Prikaz tehnik iz šolskega programa - izbor kandidata

Črni pas – 2. dan

Izvajanje Nage-nokate: Ashi-waza in Koshi-waza (samo v eno smer) in Katame-no-kate: Osaekomi-waza in Shime-waza.

Etika juda

Prikaz tehnik iz šolskega programa - izbor kandidata