

MANUALE DELL'ARBITRO

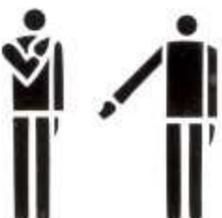
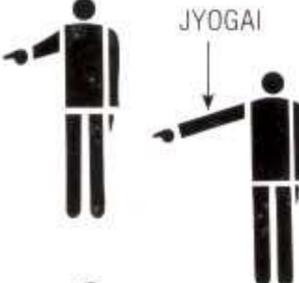
DI

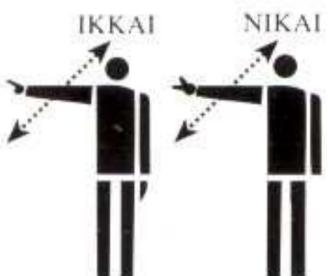
K U M I T E

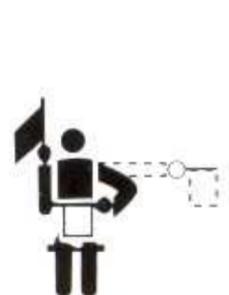
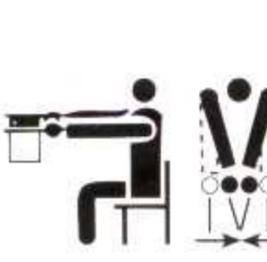
(GESTUALITÀ E TERMINOLOGIA)

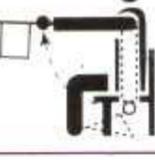


FIKTA

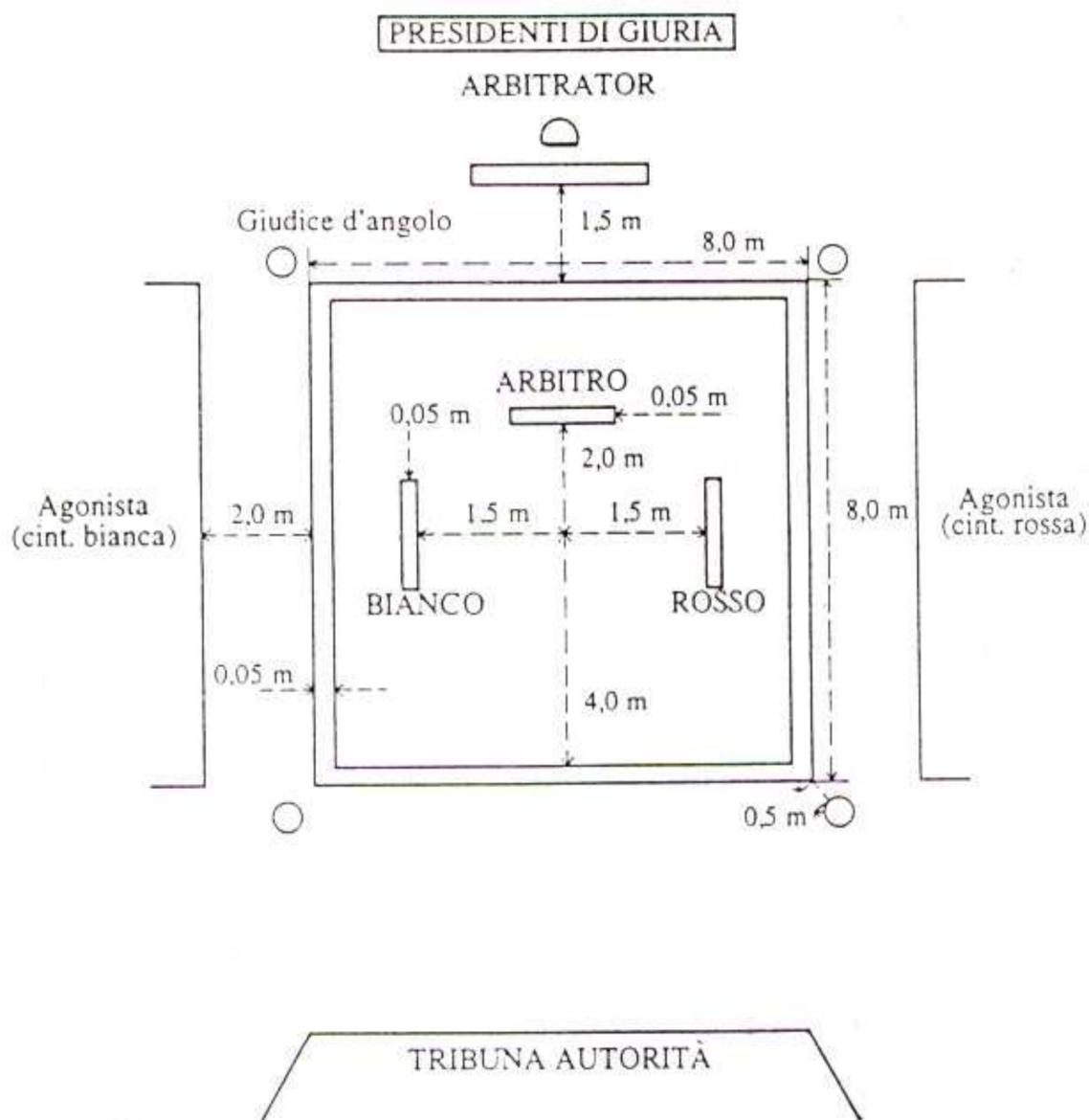
<p><i>Significato</i> Terminologia Gestualità</p>	<p>Arbitro Centrale</p>	<p>Giudice di Sedia</p>	
<p>1 <i>Invito agli atleti ad entrare nel quadrato</i> AKA - SHIRO NAKAE indicare gli atleti</p>			
<p>2 <i>Inizio dell'incontro.</i> SHOBU IPPON - HAJIME. Solo comando verbale.</p>			
<p>3 <i>Interruzione (temporanea o definitiva).</i> YAME. muovere con unico gesto, la mano aperta, tenuta di taglio sopra il capo, verso il basso sino all'altezza dello stomaco.</p>			
<p>4 <i>Continuazione dopo una interruzione formale.</i> TSUZUKETE - HAJIME. stendere completamente le braccia diagonalmente (verso il viso dei concorrenti) con le mani aperte di taglio, il dorso rivolto all'esterno, quindi muovere le braccia l'una verso l'altra senza che le mani si tocchino.</p>			
<p>5 <i>Continuazione (quando l'incontro si interrompe senza il comando dell'Arbitro).</i> TSUZUKETE. piegare leggermente le braccia in avanti, tenendo le mani aperte, l'una verso l'altra all'altezza dello stomaco, quindi, avvicinarle ed allontanarle in un movimento corto senza che le mani si tocchino.</p>			
<p>6 <i>Uscita dall'area di gara e comando di rientro.</i> JYOGAI - NAKAE eseguire la stessa gestualità descritta al punto 3) - Interruzione - quindi, muovere lo stesso braccio in un movimento d'invito a rientrare nell'area di gara.</p>			<p>toccare il pavimento con la cima della bandierina corrispondente, emettendo alcuni brevi colpi di fischietto (in caso di uscita contemporanea, portare entrambe le bandierine nella posizione di anzi descritta).</p>
<p>7 <i>Comando ai concorrenti di ritornare sulle rispettive prefissate posizioni d'inizio dell'incontro.</i> MOTONOICHI stendere le braccia verso il basso con gli indici puntati verso le posizioni prefissate di ciascun concorrente.</p>			
<p>8 <i>Assegnazione di Wazaari.</i> WAZAARI portare la mano vicino alla spalla opposta, quindi stendere il braccio, in un movimento semicircolare, verso il basso lateralmente (45°), mantenendo la mano aperta in avanti.</p>			<p>stendere il braccio lateralmente parallelo al terreno, emettendo contemporaneamente un breve colpo di fischietto.</p>
<p>9 <i>Assegnazione di Ippon.</i> IPPON portare la mano aperta al fianco opposto, quindi, muovere il braccio verso l'alto lateralmente (45°) più in alto della spalla, mantenendo la mano aperta in avanti.</p>			<p>stendere il braccio lateralmente (45°) più in alto della spalla, emettendo contemporaneamente, un breve colpo di fischietto.</p>
<p>10 <i>Indicazione dell'uscita dall'area di gara ed assegnazione del primo Jyogai</i> AKA (SHIRO) JYOGAI IKKAI stendere il braccio con il dito indice puntato all'altezza dello stomaco del concorrente uscito, muovere, poi, lo stesso braccio teso indicando il limite dell'area di gara, quindi piegarlo leggermente puntando il dito indice verso il viso del concorrente.</p>			
<p>11 <i>Indicazione dell'uscita dall'area di gara ed assegnazione del secondo Jyogai al concorrente penalizzato e di Wazaari all'altro concorrente</i> AKA (SHIRO) JYOGAI-NIKAI SHIRO (AKA) WAZAARI a) eseguire la stessa gestualità descritta al punto 10) - Indicazione dell'uscita dall'area di gara ed assegnazione del primo Jyogai - , puntando oltre al dito indice anche il medio; b) continuare assegnando un Wazaari all'altro concorrente, eseguendo la stessa gestualità descritta al punto 7) - Assegnazione di Wazaari. -</p>			

<p>12 <i>Indicazione della richiesta di nuovo giudizio</i> SAI SHINPAN - Emettere alcuni brevi colpi di fischietto, portare la mano destra aperta sulla parte sinistra del petto, manifestare la propria opinione e giudizio con l'opportuna gestualità, quindi, chiedere un nuovo giudizio emettendo un lungo colpo di fischietto, seguito da uno breve a giudizio ottenuto (definitivo).</p>			
<p>13 <i>Assegnazione del primo Keikoku</i> AKA (SHIRO) KEIKOKU - IKKAI piegare leggermente il braccio, puntando il dito indice verso il concorrente fallosa all'altezza del viso.</p> <p>14 <i>Assegnazione del secondo Keikoku</i> AKA (SHIRO) KEIKOKU - NIKAI eseguire la stessa gestualità descritta al punto 13 - Assegnazione del primo KEIKOKU -, puntando oltre al dito indice anche il medio.</p>	<p style="text-align: center;">KEIKOKU</p> 		
<p>15 <i>Assegnazione di Chui</i> CHUI dopo aver eseguito la gestualità descritta al punto 14 - Assegnazione del secondo Keikoku - abbassare di poco il braccio, mantenendolo sempre leggermente piegato puntando il solo dito indice verso lo stomaco del concorrente penalizzato. In caso di assegnazione diretta, tralasciare la gestualità di cui ai punti 13 e 14.</p>			<p>portare la bandierina più in alto della testa ed eseguire un piccolo movimento di rotazione.</p>
<p>16 <i>Assegnazione di Hansoku al concorrente squalificato e della vittoria all'altro concorrente</i> AKA (SHIRO) HANSOKU - SHIRO (AKA) NO KACHI piegare fortemente il braccio avvicinando il dito indice alla spalla, quindi, stendere energicamente il braccio puntando il dito indice verso il viso del concorrente squalificato. Segue l'assegnazione della vittoria all'altro concorrente (punto 22).</p>			<p>portare la bandierina più in alto della testa ed eseguire un'ampia rotazione.</p>
<p>17 <i>Chiamata di tutti i Giudici d'angolo</i> FUKUSHIN - SHUGO stendere le braccia, parallelamente tra loro ed al terreno, con le palme rivolte verso l'alto, quindi, piegare le braccia simultaneamente portando le palme verso ed oltre il viso.</p>			
<p>18 <i>Chiamata di Giudici specifici</i> FUKUSHIN stendere il braccio puntando il dito indice verso il giudice che si vuole chiamare, quindi, aprire la mano con il palmo rivolto verso l'alto e piegare il braccio portando il palmo verso ed oltre il viso</p>			
<p>19 <i>Avviso per entrambi i concorrenti che mancano trenta secondi al termine dell'incontro</i> SHIBARAKU solo avviso verbale.</p>			
<p>20 <i>Fine dell'incontro (tempo esaurito a termine di regolamento)</i> SOREMADE dopo aver eseguito la gestualità descritta al punto 3) - Interruzione - stendere il braccio frontalmente parallelamente al terreno, piegando il polso con il palmo rivolto in avanti.</p>			
<p>21 <i>Richiesta di giudizio arbitrale</i> HANTEI emettere un lungo colpo di fischietto, immediatamente seguito da uno breve per la richiesta di giudizio, quindi, emettere un altro breve colpo di fischietto a giudizio ottenuto per fare abbassare le bandierine.</p>			
<p>22 <i>Dichiarazione di vittoria</i> AKA (SHIRO) - NO KACHI eseguire la stessa gestualità descritta al punto 9) - Assegnazione di Ippon -</p>			<p>eseguire la stessa segnalazione descritta al punto 9) - Assegnazione di IPPON - senza emettere alcun fischio.</p>
<p>23 <i>Indicazione di parità</i> HIKIWAKE incrociare le braccia al petto con le palme rivolte verso le opposte spalle, quindi, stendere simultaneamente le braccia in un movimento semicircolare verso il basso lateralmente (45°), mantenendo le mani aperte con le palme rivolte in avanti.</p>			<p>portare le bandierina incrociate al di sopra del capo.</p>
<p>24 <i>Inizio dell'incontro Kettei Sen</i> KETTEI SEN - HAJYME solo comando verbale - stessa posizione di cui al punto 2).</p>			
<p>25 <i>Dichiarazione di abbandono (ritiro) di un concorrente ed assegnazione della vittoria all'altro</i> AKA (SHIRO) NO KIKEN - SHIRO (AKA) NO KACHI piegare leggermente il braccio puntando il dito indice all'altezza del viso, quindi, aprire la mano con il palmo rivolto verso ed all'altezza del viso, sempre con il braccio leggermente piegato. Segue assegnazione della vittoria all'altro concorrente (punto 22).</p>			

<p>26 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica efficace che ha raggiunto il bersaglio per prima</i> AKA (SHIRO) HAYAI piegare un braccio ad angolo retto frontalmente verso l'alto tenendo il palmo di lato, e portare l'altro braccio, indicante la tecnica che ha raggiunto il bersaglio per prima, piegato lateralmente all'altezza dello stomaco, con la mano aperta con il palmo rivolto verso il basso, a toccare con le dita il lato del gomito.</p>			<p>piegare un braccio ad angolo retto frontalmente verso l'alto, e portare l'altro braccio, indicante la tecnica efficace che ha raggiunto il bersaglio per prima, piegato lateralmente all'altezza dello stomaco, a toccare con la cima della bandierina il lato del gomito.</p>
<p>27 <i>Indicazione della simultaneità dell'uscita dall'area di gara di un concorrente con la segnalazione di tempo scaduto</i> DOJI stendere entrambe le braccia frontalmente, parallele tra loro, ed al pavimento, all'altezza delle spalle, con le palme rivolte l'una verso l'altra, quindi, congiungere le mani in un unico movimento di braccia.</p>			<p>stendere entrambe le braccia in avanti, parallele tra loro ed al pavimento, all'altezza delle spalle, quindi, unire le bandierine in un unico movimento di braccia.</p>
<p>28 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica non efficace</i> FUJYUBUN o TORANAI o TORIMASEN stendere le braccia in avanti a 45° verso il basso, con le palme rivolte al pavimento, muovendo le braccia in alcuni movimenti incrociati.</p>			<p>sventolare le bandierine in un movimento incrociato, frontalmente, appena al di sopra delle ginocchia, emettendo alcuni brevi colpi di fischietto.</p>
<p>29 <i>Indicazione del verificarsi di un fatto successivamente ad un altro più importante a termine di regolamento</i> ATO piegare le braccia frontalmente, portando simultaneamente gli avambracci verso l'alto, con le palme rivolte in avanti parallele tra loro all'altezza ed a lato del viso.</p>			<p>piegare le braccia portando simultaneamente gli avambracci verso l'alto, tenendo le bandierine parallele tra loro all'altezza ed a lato del viso.</p>
<p>30 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica mentre il corpo si sposta in direzione opposta</i> NIGE oscillare un braccio teso avanti / indietro di lato al corpo, tenendo la mano aperta.</p>			<p>piegare il braccio frontalmente, portando la bandierina corrispondente sulla spalla oltre il capo.</p>
<p>31 <i>Indicazione dell'esecuzione simultanea di tecniche efficaci</i> AIUCHI piegare frontalmente entrambe le braccia all'altezza dello stomaco, con gli avambracci paralleli al pavimento, portando i pugni quasi a contatto.</p>			<p>piegare frontalmente entrambe le braccia, all'altezza dello stomaco, con gli avambracci paralleli al pavimento, portando la cima delle bandierine quasi a contatto.</p>
<p>32 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica portata debolmente</i> YOWAI stendere il braccio in avanti ed in alto a 45°, con il palmo rivolto al pavimento, quindi, muovere il braccio verso il basso sino all'altezza dello stomaco.</p>			<p>stendere il braccio in avanti ed in alto a 45°, muovendolo verso il basso sino alle ginocchia.</p>
<p>33 <i>Indicazione di parata (bloccaggio)</i> UKE piegare completamente e frontalmente un braccio verso il corpo, con il pugno vicino alla spalla, e portare le dita dell'altra mano a toccare l'avambraccio.</p>			<p>piegare leggermente il braccio frontalmente, puntando la bandierina in alto perpendicolarmente al pavimento e con l'altro braccio piegato di lato parallelamente al pavimento andare a toccare con questa seconda bandierina la prima.</p>
<p>34 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica portata fuori bersaglio</i> NUKE muovere il braccio, piegato ad angolo retto, parallelo al pavimento all'altezza dello stomaco (se trattasi di tecnica Chudan: all'altezza del viso, se trattasi di tecnica Jyodan), in un movimento di andata e ritorno.</p>			<p>muovere il braccio piegato ad angolo retto, con la bandierina corrispondente, parallelo al pavimento ed all'altezza dello stomaco (se trattasi di tecnica Chudan: all'altezza del viso, se trattasi di tecnica Jyodan) in un movimento di andata e ritorno.</p>
<p>35 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica portata ad una distanza non corretta (troppo distante o troppo vicina)</i> MAAI stendere entrambe le braccia frontalmente, parallele tra loro ed al pavimento, all'altezza del petto, con le mani l'una verso l'altra, quindi avvicinare ed allontanare le mani in un movimento della larghezza delle spalle, evitando che le mani si tocchino.</p>			<p>stendere entrambe le braccia frontalmente, parallele tra loro ed al pavimento, all'altezza del petto, avvicinando ed allontanando le bandierine stese in avanti in un movimento della larghezza delle spalle, evitando che le bandierine si tocchino.</p>
<p>36 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica portata con un'errata scelta di tempo</i> FUORI TEMPO piegare entrambe le braccia ad angolo retto, frontalmente all'altezza del petto, a mani aperte, con gli avambracci quasi paralleli fra loro, quindi, ruotare gli stessi in un rapido movimento circolare.</p>			<p>piegare entrambe le braccia frontalmente, all'altezza del petto, ruotando le bandierine in un rapido movimento circolare.</p>
<p>37 <i>Indicazione dell'assunzione di una posizione debole e non corretta</i> TACHI portare, frontalmente al petto con le braccia piegate, le mani a forma di triangolo con la punta delle dita a toccarsi.</p>			<p>piegare leggermente entrambe le braccia frontalmente, portando le bandierine all'altezza del petto a formare un triangolo.</p>

<p>38 <i>Indicazione di immediato ritorno di una tecnica di pugno</i> IMMEDIATO RITORNO stendere il braccio in avanti, parallelo al terreno, con la mano chiusa a pugno, quindi, effettuare un rapido movimento all'indietro, piegando leggermente il braccio verso il fianco.</p>			<p>dopo aver steso il braccio con la bandierina in linea orizzontale, effettuare un rapido movimento indietro.</p>
<p>39 <i>Indicazione di mancanza di scatto (velocità) nell'esecuzione di tecniche di braccio</i> FURI UCHI stendere il braccio al fianco con pugno chiuso e alzarlo lateralmente in linea orizzontale.</p>			<p>stendere il braccio al fianco e alzarlo lateralmente, con la bandierina in linea orizzontale.</p>
<p>40 <i>Indicazione di mancanza di scatto o di affondo nell'esecuzione di tecniche di calcio.</i> FURI GERI stendere il braccio dietro, di lato ed in basso, con la mano chiusa a pugno, quindi, effettuare un movimento da dietro/basso in avanti/ alto.</p>			<p>stendere il braccio in basso, quindi, portarlo verso l'alto frontalmente.</p>
<p>41 <i>Tecnica spinta</i> O SHI stendere il braccio (o entrambi) frontalmente, parallelo al terreno, con il palmo della mano aperta in avanti, evidenziando il movimento di spinta.</p>			<p>stendere in avanti il braccio impugnando verticalmente la bandierina.</p>
<p>42 <i>Indicazione di emergenze di vario tipo</i> portare la mano aperta al di sopra del capo, con il braccio leggermente piegato, eseguendo piccoli movimenti circolari.</p>			<p>emettere alcuni brevi colpi di fischietto, tenendo la bandierina corrispondente al di sopra del capo perpendicolarmente al pavimento.</p>
<p>43 <i>Indicazione dell'esecuzione di una tecnica con sufficiente portata che non tiene in debito conto di una tecnica eseguita dall'altro concorrente</i> MUSHI portare la palma di una mano a coprire entrambi gli occhi.</p>			<p>portare la bandierina corrispondente a coprire entrambi gli occhi.</p>
<p>44 <i>Indicazione di ignorare gli avvertimenti dell'Arbitro</i> CHUI MUSHI portare le palme a coprire entrambe le orecchie.</p>			<p>portare le bandierine a coprire entrambe le orecchie.</p>
<p>45 <i>Indicazione dell'assunzione di pessimi atteggiamenti e/o del mostrare scarsa attitudine al combattimento</i> FUKEI piegare leggermente il braccio frontalmente con il palmo rivolto in avanti, quindi, oscillare l'avambraccio in un ampio movimento laterale di andata e ritorno.</p>			<p>piegare leggermente il braccio frontalmente, puntando la bandierina in alto perpendicolare al pavimento, facendo quindi, oscillare l'avambraccio in un ampio movimento laterale di andata e ritorno.</p>
<p>46 <i>Indicazione dell'afferrare, dello stringere</i> TSUKAMU piegare leggermente il braccio frontalmente, con il palmo rivolto in avanti, quindi, chiudere la mano in un gesto dell'afferrare ruotando parzialmente l'avambraccio.</p>			<p>stringere le bandierine con entrambe le mani, quindi indicare, il concorrente penalizzato stendendo in avanti, frontalmente al petto il braccio con la bandierina corrispondente.</p>
<p>47 <i>Assegnazione di Tento (caduta)</i> TENTO stendere il braccio con il dito indice puntato verso il concorrente caduto, quindi ruotare il braccio con un ampio movimento circolare terminando con l'indice puntato verso il centro dell'area.</p>			<p>indicare con la bandierina corrispondente il concorrente caduto, quindi ruotare il braccio in un ampio movimento circolare, terminando con la bandierina rivolta verso il centro dell'area, emettendo brevi colpi di fischietto.</p>
<p>48 <i>Tecnica proibita</i> KINSHI portare alla gola la punta delle dita unite della mano aperta.</p>			<p>portare la punta dell'asta della bandierina corrispondente alla gola.</p>
<p>49 <i>Indicazione di contatto</i> ATE portare un pugno a toccare un lato del viso.</p>			<p>portare la cima della bandierina corrispondente, a toccare il lato del viso.</p>

KUMITE Area di gara



KUMITE

Sono valide tutte quelle tecniche eseguite nell'ambito di una TATTICA CHIARA adottata.

Le tattiche chiare sono le seguenti:

- **KAKE WASA** (Sen - Sen No Sen)
- **KAKE NO SEN** (Sen no Sen)
- **TAI NO SEN**

- **AMASHI WAZA** (Go No Sen)
- **UKE WAZA** (Go No Sen)

- **RENZOKU WAZA** (Shikake Waza)
- **SASOI WAZA** (Shikake Waza)
- **KUZUSHI WAZA** (Shikake Waza)

E' possibile, peraltro, che venga assegnato un punto anche quando vengono portate tecniche valide al verificarsi di una cosiddetta FUORI TATTICA, come:

- **distrazione dell'avversario**
- **sbilanciamento casuale**