

Polski Związek Judo

Regulamin uzyskiwania stopni judo

1. Postanowienia ogólne

I. Ustala się 3 rodzaje stopni:

1. Stopnie szkolne - KYU
2. Stopnie mistrzowskie - DAN
3. Stopnie honorowe - DAN

II. Nadawanie stopni:

1. Prawo nadawania stopni 6, 5, 4, 3, KYU mają trenerzy lub instruktorzy judo kierujący bezpośrednio szkoleniem egzaminowanego posiadający minimum 1 DAN zweryfikowani przez PZJudo (obowiązkowy udział w kursie doszkoleniowym w okresie ostatnich 3 lat).

2. Prawo nadawania stopni 2 i 1 KYU mają trenerzy, instruktorzy judo kierujący bezpośrednio szkoleniem egzaminowanego lub inni z macierzystego klubu lub okręgu posiadający minimum 3 DAN zweryfikowani przez PZJudo (obowiązkowy udział w kursie doszkoleniowym w okresie ostatnich 3 lat).

3. Prawo nadawania stopni mistrzowskich DAN i stopni honorowych DAN ma Komisja DAN Polskiego Związku Judo na organizowanych dwa razy w roku kursach form KATA oraz na zgrupowaniach Kadry Narodowej. W wyjątkowych przypadkach dopuszcza się organizowanie egzaminów na stopnie DAN przy innych okazjach.

4. Zawodnikom stopnie mistrzowskie 1 i 2 DAN mają prawo nadawać Regionalne Komisje DAN w ustalonych przez nie i ogłoszonych terminach.

5. Nadane stopnie są prawomocne po uzyskaniu pozytywnego wyniku egzaminu. *Informacja o nadanych stopniach ogłaszana jest nie rzadziej niż raz w roku w komunikacie PZJ i jest ostatecznym potwierdzeniem nadania stopnia.*

6. Przy nadawaniu jakiegoś stopnia: zawodniczego, trenerskiego czy honorowego obowiązuje zachowanie kolejności stopnia. **Nie dopuszcza się omijania stopni.**

7. Zgodnie z przepisami Światowej Federacji Judo nie uznaje się żadnych stopni nadanych przez inne federacje obywatelom polskim. Honorowane będą jedynie stopnie DAN nadawane przez KODOKAN. Osoba ubiegająca się o nadanie stopnia judo winna prezentować nienaganną postawę moralną.

2. Regulamin uzyskiwania stopni KYU

1. Ustala się 6 stopni KYU

- o 6 kyu - pas biały
- o 5 kyu - pas żółty
- o 4 kyu - pas pomarańczowy
- o 3 kyu - pas zielony
- o 2 kyu - pas niebieski
- o 1 kyu - pas brązowy

2. Kryteria zdobywania stopni KYU:

- 6-4 KYU spełnienie wymagań technicznych
- 3-1 KYU spełnienie wymagań technicznych i sportowych
- 6-1 KYU spełnienie kryterium czasowego

3. Wymagania sportowe:

Uzyskanie minimum 30 punktów w turniejach objętych kalendarzem PZJudo, Regionów i OZ Judo wg następującego klucza

- Zwycięstwo nad zawodnikiem o 2 stopnie niższym - 1 pkt
- Zwycięstwo nad zawodnikiem o 1 stopnie niższym - 2 pkt
- Zwycięstwo nad zawodnikiem o równym stopniu - 3 pkt
- Zwycięstwo nad zawodnikiem o 1 stopniu wyższym - 4 pkt
- Zwycięstwo nad zawodnikiem o 2 lub więcej stopni wyższym - 5 pkt

Uwaga! JUDOKA, który nie chce brać udziału w oficjalnym współzawodnictwie sportowym PZJudo, Regionów i OZJudo może uzyskiwać stopnie bez spełnienia warunku sportowego. Przystąpienia do egzaminu możliwe jest po:

- uzyskaniu zgody trenera prowadzącego szkolenie na tryb zdobywania stopnia bez warunku sportowego
- udokumentowania zdobycia 150 pkt* za udział w treningach RANDORI w klubach wskazanych przez PZJ o profilu wyczynowym (listę klubów publikuje Pion Szkolenia PZJudo).
- zdaniu egzaminu przed Komisją w której składzie obecny jest wytypowany przedstawiciel Regionalnej Komisji DAN.
- *- za jedno stoczone randori można otrzymać 1pkt. (bez względu na stopień przeciwnika)
- * - punkty za stoczone randori potwierdza trener uprawniony przez PZJudo na obowiązującym formularzu

Stopień tak uzyskany nie uprawnia jednak do udziału w turniejach kalendarzowych PZJudo, Regionu i OZJudo, w których obowiązuje posiadanie 3 lub 2 KYU, co egzaminator obowiązano jest odnotować na drugiej stronie certyfikatu.

4. Wymagania techniczne i kryteria czasowe

- Aby uzyskać wyższy od posiadanego stopień judo należy zdać egzamin techniczny demonstrując techniki wyznaczone niniejszym regulaminem dla danego stopnia oraz wykazać się umiejętnością technik obowiązujących na wszystkie poprzednie stopnie. NAGE WAZA należy demonstrować w YOKU SOKU GAIKO na obydwie strony, a KATAME WAZA wraz z HAIRI KATA wykazując umiejętność przejść na leżącym na brzuchu, klęczącym w podporze, leżącym na plecach - od strony nóg oraz z pozycji leżenia pod przeciwnikiem. *Forma zdawania egzaminów określona jest przez instrukcje trenerów i instruktorów uczestniczących w kursie doszkoleniowym organizowanym przez PZJudo dla osób uprawnionych do przyjmowania egzaminów.*
- Kryteria czasowe oraz wiadomości i umiejętności obowiązujące na poszczególne stopnie:

6 KYU - pas biały

(po odbyciu minimum 50 lekcji judo)

- Historia i zasady judo, składanie judoki, wiązanie pasa, pojęcie UKE, TORI
- REI HO
- SHIZEN (SHIZEN TAI, JIGO TAI)
- TAI SABAKI
- UKEMI
- KUMI KATA
- HAPPO NO KUZUSHI

	KATAME WAZA
	1. HON KESA GATAME 2. TATE SHIHO GATAME 3. YOKO SHIHO GATAME 4. KAMI SHIHO GATAME 5. FUSEGI przeciwko w/w chwytom

5 KYU - pas żółty

(po odbyciu minimum 50 lekcji judo od uzyskania 6 KYU)

NAGE WAZA	KATAME WAZA
1. HIZA GURUMA 2. O UCHI GARI 3. IPPON SEOI NAGE 4. KO UCHI GARI 5. DE ASHI HARAI 6. SASAE TSURIKOMI ASHI 7. O GOSHI 8. O SOTO GARI 9. Podstawowe RENRAKU WAZA i HENKA WAZA oparte o dotychczasowe poznane rzuty	10. KUZURE KESA GATAME 11. KATA GATAME 12. KUZURE KAMI SHIHO GATAME 13. KUZURE YOKO SHIHO GATAME 14. MUNE YOKO SHIHO GATAME 15. HADAKA JIME 16. FUSEGI przeciwko w/w chwytom

4 KYU - pas pomarańczowy

(w trybie zawodniczym po minimum 6 miesiącach szkolenia od uzyskania 5 KYU)

NAGE WAZA	KATAME WAZA
1. UKI GOSHI 2. KO SOTO GARI 3. TSURI GOSHI 4. SODE TSURIKOMI GOSHI 5. TSURIKOMI GOSHI 6. OKURI ASHI HARAI 7. HARAI GOSHI 8. TAI OTOSHI 9. Umiejętność uzyskiwania przewagi w KUMI KATA 10. Podstawowe RENRAKU WAZA i HENKA WAZA oparte o dotychczasowe poznane rzuty	11. UDE GARAMI 12. USHIRO UDE GARAMI 13. UDE HISHIGI JUJI GATAME 14. OKURI ERI JIME 15. KATA JUJI JIME 16. FUSEGI przeciwko w/w chwytom

3 KYU - pas zielony

(w trybie zawodniczym po minimum 6 miesiącach szkolenia od uzyskania 4 KYU)

(* w trybie rekreacyjnym po minimum 1 roku szkolenia od uzyskania 4 KYU)

NAGE WAZA	KATAME WAZA
1. UCHI MATA 2. ASHI GURUMA 3. TOMOE NAGE 4. TANI OTOSHI 5. SUKUI NAGE 6. UKI OTOSHI 7. USHIRO GOSHI 8. Podstawowe RENRAKU WAZA i HENKA WAZA oparte o dotychczasowe poznane rzuty	9. UDE HISHIGI UDE GATAME 10. UDE HISHIGI HIZA GATAME 11. UDE HISHIGI WAKI GATAME 12. NAMI JUJI JIME 13. GYAKU JUJI JIME 14. KATA HA JIME 15. TSUKKOMI JIME 16. SANKAKU JIME 17. FUSEGI przeciwko w/w chwytom

2 KYU - pas niebieski

(w trybie zawodniczym po minimum 6 miesiącach szkolenia od uzyskania 3 KYU)

(* w trybie rekreacyjnym po minimum 1 roku szkolenia od uzyskania 3 KYU)

NAGE WAZA	KATAME WAZA
1. MOROTE GARI	10. UDE HISHIGI HARA GATAME
2. KO SOTO GAKE	11. UDE HISHIGI ASHI GATAME
3. KOSHI GURUMA	12. UDE HISHIGI SANKAKU GATAME
4. YOKO OTOSHI	13. UDE HISHIGI TE GATAME
5. HARAI TSURIKOMI ASHI	14. ASHI GARAMI
6. KATA GURUMA	15. SODE GURUMA
7. SUMI GAESHI	16. RYO TE JIME
8. YOKO GURUMA	17. KATA TE JIME
9. Podstawowe RENRAKU WAZA i HENKA WAZA oparte o dotychczasowe poznane rzuty	18. FUSEGI przeciwko w/w chwytom

1 KYU - pas brązowy

(w trybie zawodniczym po minimum 6 miesiącach szkolenia od uzyskania 2 KYU)

(* w trybie rekreacyjnym po minimum 1 roku szkolenia od uzyskania 2 KYU)

NAGE WAZA	KATAME WAZA
1. HANE GOSHI	8. YOKO WAKARE
2. HANE MAKIKOMI	9. URA NAGE
3. UTSURI GOSHI	10. SUMI OTOSHI
4. O GURUMA	11. YOKO GAKE
5. SOTO MAKIKOMI	12. Podstawowe RENRAKU WAZA i HENKA WAZA oparte o dotychczasowe poznane rzuty
6. O SOTO GURUMA	
7. UKI WAZA	

3. Regulamin uzyskiwania stopni DAN

1. Ustala się 10 stopni DAN

- SHO DAN (1 DAN) - pas czarny
- NI DAN (2 DAN) - pas czarny
- SAN DAN (3 DAN) - pas czarny
- YO DAN (4 DAN) - pas czarny

- GO DAN (5 DAN) - pas czarny
- ROKU DAN (6 DAN) - pas biało czerwony
- SHICHI DAN (7 DAN) - pas biało czerwony
- HACHI DAN (8 DAN) - pas biało czerwony
- KU DAN (9 DAN) - pas czerwony
- JU DAN (10 DAN) - pas czerwony

Stopnie 9 i 10 DAN nadawane są za wybitne osiągnięcia w popularyzacji i rozwoju judo w Polsce.

2. Stopnie mistrzowskie zawodnicze (1 - 6 DAN)

1. Wymagania sportowe na stopień 1 - 6 DAN

1. Zawodnik ubiegający się o prawo zdawania egzaminu na stopień 1-6 DAN winien uzyskać minimum 30 punktów w walkach krajowych lub międzynarodowych objętych kalendarzem PZJudo, Regionu i OZJudo wg klucza jak dla stopni KYU.
2. Po zdobyciu tytułu Mistrza Olimpijskiego lub Mistrza Świata zawodnik otrzymuje z promocji wyższy stopień DAN.

Uwaga! JUDOKA, który ograniczył uczestnictwo w oficjalnym współzawodnictwie sportowym PZJudo, Regionu i OZJudo lub nie chce brać w nim udziału jednak aktywnie praktykuje judo może uzyskiwać stopnie bez spełnienia warunku sportowego.

Przystąpienie do egzaminu możliwe jest po:

- a. uzyskaniu zgody Głównej Komisji DAN na tryb zdobywania stopnia bez warunku sportowego
- b. udokumentowaniu zdobycia 100 pkt* w każdym roku kalendarzowym za udział w treningach RANDORI w klubach wskazanych przez PZJudo o profilu wyczynowym (listę klubów publikuje Pion Szkolenia PZJudo)
- c. zdaniu egzaminu przez Główną Komisję DAN

**- Za jedno stoczone randori można otrzymać 1 pkt (bez względu na stopień przeciwnika)*

** - Punkty za stoczone randori potwierdza trener uprawniony przez PZJudo na obowiązującym formularzu.*

3. Wymagania techniczne:

SHO DAN	1. GO KYO 2. NAGE NO KATA (3 grupy)
NI DAN	1. GO KYO 2. KATAME WAZA 3. NAGE NO KATA (5 grupy)
SAN DAN	1. RENZOKU WAZA w zakresie GO KYO 2. KATAME NO KATA

YO DAN	1. Pełna znajomość: NAGE WAZA wraz z technikami nie objętymi GO KYO 2. NAGE NO KATA 3. KATAME NO KATA <i>Uwaga! Kobiety mogą zamiast NAGE NO KATA wykonać JU NO KATA</i>
GO DAN	1. KIME NO KATA lub KODOKAN GOSHIN JUTSU
ROKU DAN	2. KODOKAN GOSHIN JUTSU lub KIME NO KATA

4. Kryteria czasowe (nie stosuje się jeśli zawodnik zdobył medal w IO, MS lub ME).

	W trybie zawodniczym	W trybie rekreacyjnym
od 1 KYU do SHO DAN	1 rok (wiek min. 16 lat)	2 lata (wiek min. 16 lat)
od SHO DAN do NI DAN	2 lata	4 lata
od NI DAN do SAN DAN	3 lata	6 lata
od SAN DAN do YO DAN	4 lata	8 lata
od YO DAN do GO DAN	5 lata	10 lata
od GO DAN do ROKU DAN	6 lata	12 lata

2. Stopnie mistrzowskie trenerskie (2 - 8 DAN)

1. Wymagania sportowe:

Aby być dopuszczonym do egzaminu technicznego na następny stopień trener musi wykazać, że w okresie od uzyskania poprzedniego stopnia spędził minimum jeden z trzech warunków:

- prowadził szkolenie z dowolną grupą zawodników przez okres minimum czterech lat od ostatniego egzaminu
- dwaj zawodnicy szkoleni przez niego minimum przez dwa lata na dowolnym etapie szkolenia zdobyli medale na Mistrzostwach Polski lub w turniejach międzynarodowych dowolnej grupy wiekowej
- dwaj zawodnicy szkoleni przez niego minimum przez dwa lata na dowolnym etapie szkolenia zostali powołani do Kadry Narodowej dowolnej grupy wiekowej.

2. Wymagania techniczne:

NI DAN	1. KATAME WAZA 2. NAGE NO KATA (5 grupy)
SAN DAN	1. RENZOKU WAZA w zakresie GO KYO 2. KATAME NO KATA

YO DAN	1. NAGE WAZA wraz z technikami nie objętymi GO KYO 2. NAGE NO KATA 3. KATAME NO KATA <i>Uwaga! Kobiety mogą zamiast NAGE NO KATA wykonać JU NO KATA</i>
GO DAN	1. KIME NO KATA lub KODOKAN GOSHIN JUTSU
ROKU DAN	1. KODOKAN GOSHIN JUTSU lub KIME NO KATA
SHICHI DAN	1. JU NO KATA lub ITSUTSU NO KATA
HACHI DAN	1. KOSHIKI NO KATA

3. Kryteria czasowe:

od SHO DAN do NI DAN	2 lata
od NI DAN do SAN DAN	3 lata
od SAN DAN do YO DAN	4 lata
od YO DAN do GO DAN	5 lat
od GO DAN do ROKU DAN	5 lat (wiek minimum 35 lat)
od ROKU DAN do SHICHI DAN	5 lat
od SHICHI DAN do HACHI DAN	5 lat (wiek minimum 45 lat)

UWAGA!

- a) *odstępuje się od stosowania kryterium czasowego w przypadku, gdy trzech zawodnicy szkoleni przez trenera minimum dwa lata zostali powołani w danym roku do Reprezentacji Polski na IO lub MS lub ME dowolnej grupy wiekowej.*
- b) *zawodnik szkolony przez trenera min. 2 lata zdobył medal w IO, MS lub ME dowolnej grupy wiekowej.*
- c) *Za wybitne osiągnięcia trener może uzyskać stopień w drodze nominacji (trenerów KN dotyczy tylko podpunkt b i c).*

4. Stopnie mistrzowskie sędziowskie

1. Wymagania sportowe:

Sędziowie mają prawo do egzaminu na wyższy stopień DAN nw. przypadkach:

- a) po uzyskaniu stopnia sędziego związkowego
- b) po uzyskaniu licencji sędziego światowego "B"
- c) z tytułu zajęcia I miejsca w klasyfikacji rocznej sędziów szkolenia centralnego w grupie sędziów związkowych lub światowych
- d) po uzyskaniu licencji sędziego światowego "A"
- e) po 5 krotnym uzyskaniu wyniku pozytywnego (kat A-C) za sędziowanie w Mistrzostwach Europy (ME Seniorów, Jun., DME) lub 3 krotnym uzyskaniu wyniku pozytywnego za sędziowanie

Mistrzostw Świata Juniorów

f) po 2 krotnym zakwalifikowaniu się i sędziowaniu Mistrzostw Świata Seniorów

g) po zakwalifikowaniu się i sędziowaniu Igrzysk Olimpijskich

Uwaga: W przypadku spełnienia warunku z pkt f lub g sędzia otrzymuje nominację na wyższy stopień "honorowy DAN"

2. Wymagania techniczne:

NI DAN	1. KATAME WAZA 2. NAGE NO KATA (5 grupy)
SAN DAN	1. RENZOKU WAZA w zakresie GO KYO 2. KATAME NO KATA
YO DAN	1. NAGE WAZA wraz z technikami nie objętymi GO KYO 2. NAGE NO KATA 3. KATAME NO KATA <i>Uwaga! Kobiety mogą zamiast NAGE NO KATA wykonać JU NO KATA</i>
GO DAN	1. KIME NO KATA lub KODOKAN GOSHIN JUTSU
ROKU DAN	1. KODOKAN GOSHIN JUTSU lub KIME NO KATA
SHICHI DAN	1. JU NO KATA lub ITSUTSU NO KATA
HACHI DAN	1. KOSHIKI NO KATA

3. Kryteria czasowe:

od SHO DAN do NI DAN	2 lata
od NI DAN do SAN DAN	3 lata
od SAN DAN do YO DAN	4 lata
od YO DAN do GO DAN	5 lat
od GO DAN do ROKU DAN	5 lat (wiek minimum 35 lat)
od ROKU DAN do SHICHI DAN	5 lat
od SHICHI DAN do HACHI DAN	5 lat (wiek minimum 45 lat)

4. **Stopnie honorowe (1 - 10 DAN)**

1. Honorowy stopień DAN może być nadany za wyjątkowe zasługi dla polskiego judo osobom, które przedtem uzyskały minimum 1 KYU w trybie zawodniczym, trenerskim lub sędziowskim, a obecnie z przyczyn od siebie niezależnych nie mogą spełniać warunków niezbędnych do uzyskania stopnia w trybie zawodniczym czy trenerskim.
2. Honorowy stopień DAN może być nadany tylko jeden raz, a w sytuacjach wyjątkowych dwukrotnie.

3. Honorowe stopnie DAN nadaje Komisja DAN.

4. Uwagi końcowe

1. Kandydat do egzaminu na stopień KYU zgłasza trenerowi ustnie gotowość zdawania egzaminu i dokumentuje spełnienie warunku sportowego zapisami w certyfikacie (zał. nr 3 w trybie zawodniczym) lub przedkłada potwierdzony rejestr randori (zał. nr 2 w trybie rekreacyjnym)
2. Kandydat do egzaminu na stopień DAN przekazuje Kolegium DAN wniosek pisemny (zał. nr 4) zawierający dane personalne oraz dokładne dane dotyczące spełnienia warunku sportowego i kryterium czasowego (zał. nr 3 lub zał. nr 2).
Wniosek musi też zawierać opinię:
 - o trenera gdy z wnioskiem występuje zawodnik,
 - o bezpośrednich przełożonych (lub Rady Trenerów) gdy z wnioskiem występuje trener,
 - o Głównej Komisji Sędziowskiej gdy z wnioskiem występuje sędzia.
3. Przed przystąpieniem do egzaminu kandydat wnosi opłatę egzaminacyjną, która nie podlega zwrotowi niezależnie od efektu egzaminu
4. Po zaliczeniu egzaminu kandydat wnosi opłatę za certyfikat.
5. Wysokość opłat ustala PZJudo i ogłasza w komunikacie.
6. Niniejszy regulamin unieważnia wszystkie poprzednie regulaminy.
7. Regulamin wchodzi w życie z dniem 1.01.2003 r.

Warszawa dn. 29.10.2002

Regulamin podpisał:

Kierownik wyszkolenia PZJ: Jarosław Wołowicz

V-ce Prezes PZJ: Andrzej Falkiewicz