



**Explicação  
detalhada das  
Regras de Arbitragem da FIJ**

Efetivas desde Janeiro de 2018

(Versão atualizada em 13/01/2020)



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
SLIDE  
2020

- Um slide completamente novo tem um ícone verde no canto superior direito



NEW  
SLIDE  
2020

- Slides com novo texto em vermelho ou uma foto atualizada têm o ícone azul no canto superior direito.



NEW  
TEXT  
2020

Todos os vídeos do seminário de arbitragem de Doha 2020 podem ser encontrados aqui:

<https://refereeusb.ijf.org/>

A versão atual da Regras FIJ de Organização e Esporte podem ser encontradas aqui:

<https://www.ijf.org/ijf/documents/5>



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

Ilustres Membros da Comunidade Internacional de Judô,

Tenho o prazer de apresentar a vocês nossa explicação detalhada e atualizada das regras em vigor a partir de 1 de janeiro de 2020. Esta atualização esclarece alguns pontos levantados desde a versão anterior deste documento (9 de março de 2018).

No processo de desenvolvimento do nosso esporte, é de extrema importância fazer o melhor, primeiro pelo conteúdo e pela imagem do nosso esporte, para uma melhor compreensibilidade e consistência das regras dos judocas, amantes do judô e do mundo.

Estamos continuamente reformando a estratégia em todos os setores da FIJ para tornar nosso esporte moderno, excelente e compreensível para todos.

Estou convencido de que os novos elementos das regras e do judô metódico serão um grande benefício para a família, espectadores, parceiros e mídia do judô.

Marius L. Vizer  
Presidente  
International Judo Federation



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### **Principais pontos da Reunião do Comitê Executivo FIJ (13/01/2018) e do Seminário FIJ, Doha (11-12/01/2020)**

- Kansetsu-waza e Shime-waza não são válidos se ambos os atletas estão em Tachi-waza.
- Transição de Ne-waza para Tachi-waza é válida.
- No caso de Kaeshi-waza tori, o competidor que está aplicando o contra-ataque, NÃO PODE usar o impacto de sua queda no tatami.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### **Principais pontos do Reunião do Comitê Executivo de FIJ (18/10/2017) e do Seminário FIJ, Doha (11-12/01/2020)**

- Definição de waza-ari e de ippon, ampliação da avaliação de ippon, será dado mais valor agora.
- Definição de ponte e defesa de cabeça e todas as consequências.
- Duplo hansoku-makê para o judô negativo.
- Dar o poder ao árbitro central no tatami para fazer o seu trabalho e para os supervisores e comissão árbitro para intervirem apenas quando houver um grande erro.
- Continuar a promover o judô positivo.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### ***Judogui***

- Para uma melhor eficiência e para ter uma boa aderência, é necessário que o wagui seja bem encaixado na faixa, que por sua vez deve estar amarrada firmemente.
- Para reforçar isso, o competidor deve recompor o seu judogui e a faixa rapidamente entre Matê! e Hajimê! anunciados pelo árbitro.
- Se um atleta intencionalmente perder o tempo de arrumar seu wagui e sua faixa, ele receberá shidô.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

NEW  
SLIDE  
2020

### Controle de Judogui

Casaco (fig. 11)

A “saia” deve cobrir as nádegas completamente. Com os braços nivelados, o SOKUTEIKI deve deslizar completamente e suavemente para dentro das mangas.

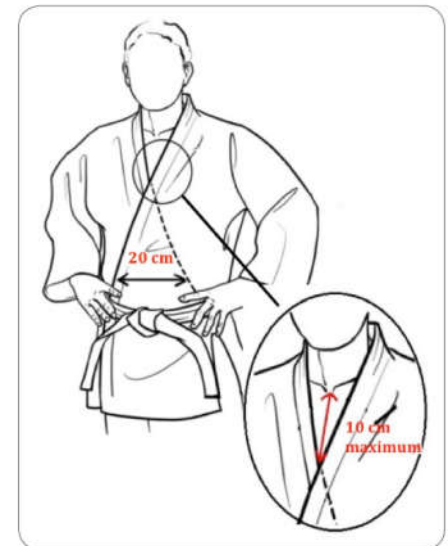
As mangas judogui devem cobrir o braço inteiro, incluindo o pulso.

A largura da distância cruzada das lapelas do casaco ao nível da faixa deve ser de pelo menos 20 cm

- A espessura da lapela deve ser menor ou igual a 1 cm.
- A largura do lado da lapela deve ser de 4 cm.
- A distância entre a parte superior do esterno e o ponto de cruzamento da lapela do casaco na vertical deve ser menor que 10 cm.



Picture 11



Picture 12



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### **Duração dos combates**

- Homens e mulheres quatro (4) minutos.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Pontuação Técnica

- No tempo regular (4 minutos), um combate só pode ser vencido por uma pontuação técnica ou pontuações (um waza-ari ou ippon).
- Uma penalidade ou penalidades não decidirão o vencedor, exceto hansoku-make (direto ou acumulado).
- Uma penalidade nunca é uma pontuação.
- Existem agora dois Shidôs e ao terceiro Shidô se torna Hansoku-make.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Golden score

Quando ambos os competidores não têm pontuação técnica ou as pontuações técnicas são iguais no final do tempo regular do combate, o combate deve continuar em Golden Score, independentemente do(s) shidô(s) dado(s).

- Qualquer pontuação existente e/ou shidô(s) do tempo regular são transportados para o Golden Score e permanecerão no placar.

- O Golden Score só pode ser ganho por uma pontuação técnica (waza-ari ou ippon) ou hansoku-make (direta ou por shidô acumulado).

- Uma penalidade nunca é uma pontuação.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

# Avaliação de pontuações em Nage-waza

- Só haverá ***ippon*** e ***waza-ari***.

- ***ippon*** será marcado quando o competidor projetar seu oponente de costas, aplicando uma técnica ou contra-atacando seu oponente, com habilidade considerável e com máxima eficiência (\*).

.(\*)       ***"Ikioi"*** = impulso com força e velocidade.  
             ***"Hazumi"*** = habilidade com ímpeto, nitidez ou ritmo.

.Critério para o ***ippon***:

- 1.Velocidade;
- 2.Força;
- 3.De costas;
- 4.Controle total até o final da projeção.

.Projeção rolando poderá ser considerada ***ippon*** somente se não houver interrupção durante a projeção.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

A diferença do rolamento faz com que a avaliação dos pontos seja Ippon quando Uke rola sobre suas costas.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Avaliação de pontuações

- .*Waza-ari* será marcado quando os quatro critérios para o *ippon* não forem totalmente alcançados.
- .O valor de *waza-ari* inclui os dados para o *yuko* no passado.
- .Dois *waza-ari's* são equivalentes a um *ippon* (*waza-ari-awasete-ippon*) e o combate será finalizado.
- .Rolando pode ser considerado *Waza-ari* se houver uma pausa durante a queda.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

A diferença do rolamento faz com que a avaliação dos pontos seja Waza-ari quando Uke rola em sua lateral ou quadris.



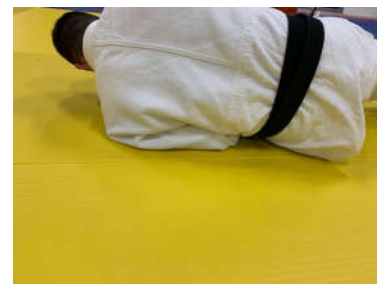
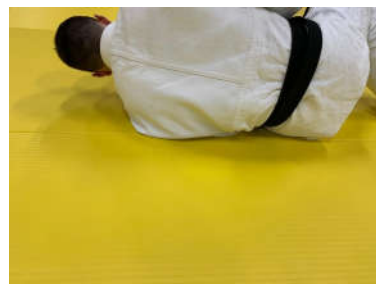
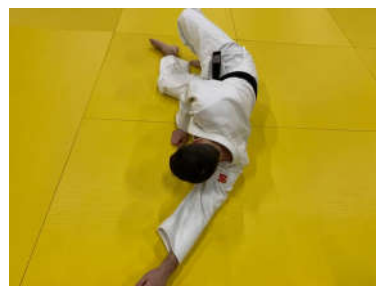


## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Waza-ari

O valor de waza-ari inclui os dados para yuko e waza-ari no passado.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Waza-ari

- A queda em dois cotovelos ou nos dois braços, **simultaneamente**, é considerada válida e deve ser avaliada com o Waza-ari.
- Aterragem em um cotovelo, na parte inferior ou no joelho com continuação imediata nas costas será Waza-ari.
- A aterrissagem em um cotovelo e uma mão é considerada válida e deve ser avaliada com o Waza-ari.



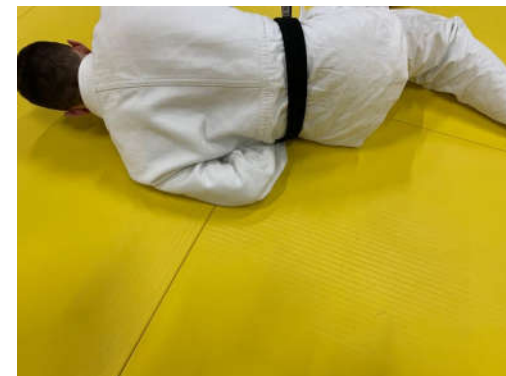
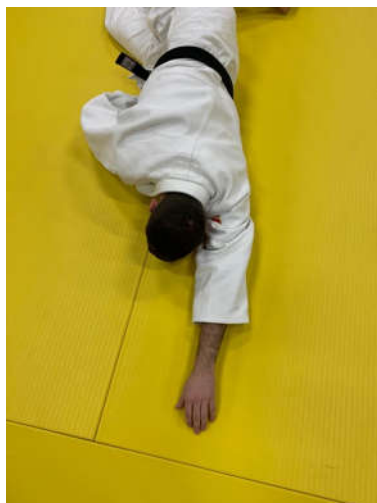
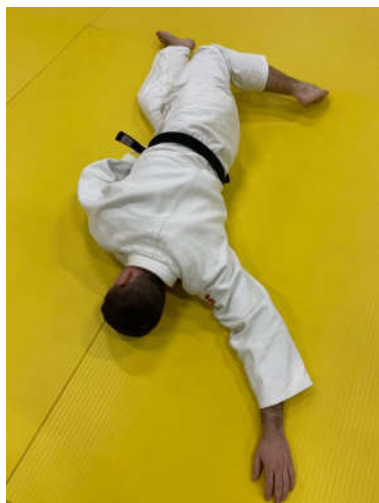




## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Não Waza-ari





### Ponte

- Todas as situações de queda voluntária na posição da ponte serão consideradas ippon.



### Defesa com a Cabeça

- O uso voluntário da cabeça na defesa para evitar cair / escapar de uma pontuação será dado a Hansoku-make. Nesse caso, o Uke cairia de bruços, de frente ou de joelhos. **O competidor perde o combate, mas pode continuar na competição, se aplicável.**





## Defesa de cabeça involuntária - Nenhuma penalidade para tori e uke

.Será dada atenção especial às seguintes situações em que o *tori* tenta jogar o seu oponente durante o *tachi-waza*:

.*Seoi-otoshi* (Seoi Nague ajoelhado);

.*Sode-tsuri-komi-goshi* com pegada nas duas mangas;

.*Koshi-guruma* com ambas pegadas na gola.

Estes são exemplos e esta situação pode ocorrer com outras técnicas de lançamento



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Defesa de cabeça involuntária - Nenhuma penalidade para tori e uke

Exemplo 1:  
Seoi-otoshi

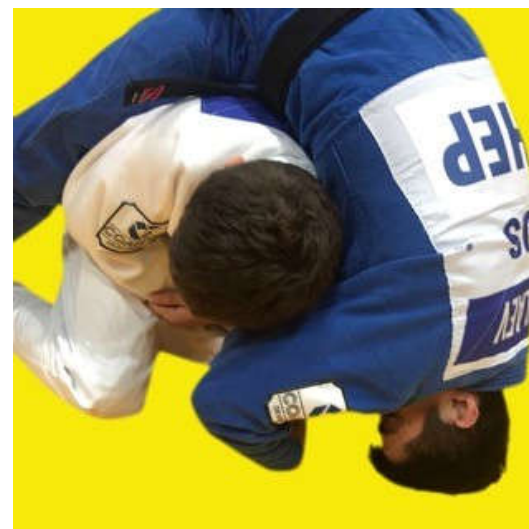




## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Defesa de cabeça involuntária - Nenhuma penalidade para tori e uke

Exemplo 2:  
Sode-tsurikomi-goshi  
com pegada em duas  
mangas





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Defesa de cabeça involuntária - Nenhuma penalidade para tori e uke

Exemplo 3:  
Koshi-guruma  
com ambas  
pegadas na gola







## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Mergulho

Para todas as ações de mergulho, o Hansoku-make será dado, o competidor perde este combate, mas pode continuar na competição, se aplicável.

NEW  
SLIDE  
2020





### Contra-ataque

- No caso de Kaeshi-waza tori, o competidor que está aplicando o contra-ataque, NÃO PODE usar o impacto de sua queda no tatami.
- Se uma pontuação pode ser dada, ela será atribuída.
- Se os dois atletas caírem juntos sem o claro controle de qualquer um dos dois, nenhuma pontuação será dada.
- Qualquer ação após a queda será considerada como uma ação de newaza





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### **Imobilizações(Osaekomi-waza)**

- Waza-ari: 10 segundos
- Ippon: 20 segundos



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Imobilizações (Osaekomi-waza)

- A posição "Ura" agora é válida.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Imobilizações (Osaekomi-waza)

- Este tipo de Osaekomi não é válido





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

NEW  
SLIDE  
2020

### Imobilizações (Osaekomi-waza)

- O controle em Ne-waza, usando braços ou pernas em volta do pescoço, sem o braço do oponente dentro, será considerado Mate.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### SHIDO

#### Shime-waza – Proibido

- Shime-waza ou Kansetsu-waza com o alongamento excessivo de uma perna reta está proibido.
- Será dada especial atenção às situações:
- Onde tori, ao aplicar um shime-waza, também se estende e deixa reta a perna de ukê.
- Matê! deve ser dado imediatamente e Shidô será dado.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Shime-waza - proibido

- No shime-waza não é permitido usar a faixa (própria ou do adversário) ou a parte inferior do wagui (próprio ou do adversário), ou usar apenas os dedos.
- Esta ação deve ser penalizada com shidô.

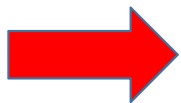




## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Ações válidas, não Shido

- É permitido segurar nas pernas apenas quando os dois competidores estão claramente em newaza e a ação do tachi-waza parou. Tori nesta posição de Tachi-waza pode aplicar Kansetsu-waza ou Shime-waza porque Uke está em uma posição de Ne-waza.







## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Ne-waza Contínuo

Se o Ne-waza começar dentro da área de competição e sair com ação contínua de qualquer atleta, pode ser válido.

A transição de ne-waza para Shimê ou Kansetsu-waza é considerada válida se Tori ou Uke executar um ataque ou contra ataque REAL.





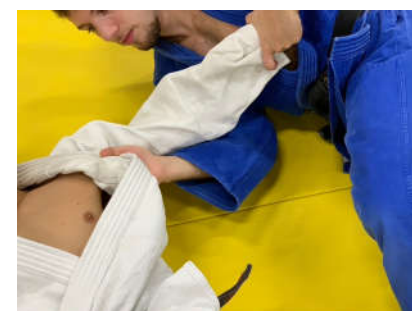
## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

NEW  
SLIDE  
2020

### Ude-gaeshi

Se Ude-gaeshi é aplicado em posição em pé, o árbitro deve comandar Mate e **imediatamente** shidô será dado.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

NEW  
SLIDE  
2020

### Imobilizações inválidas (Osaekomi-waza)

Deve ser comandado Toketa se, durante osaekomi, Uke consegue com sucesso “prender” a perna do Tori, por cima ou por baixo.



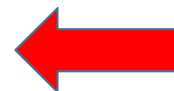


## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Imobilizações (*ossaekomi-waza*)

.O *ossaekomi* também continuará fora da área de competição, desde que iniciado dentro da área.

.Se durante o *newaza* fora da área, o *uke* assumir o controle com uma dessas técnicas, designadas em uma sucessão contínua, ela também será válida.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Ações válidas, não Mate - Shime-waza





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Ações válidas, não Mate

- É permitido continuar quando a ação que começou na área válida.



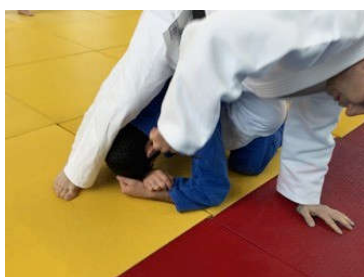




## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Ações válidas - não Mate

- É permitido continuar quando a ação que começou na área válida.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Ações válidas, não Mate - Kansetsu-waza





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Aplicação do Kumi Kata

- O tempo entre o Kumikata clássico e a execução de um ataque será estendido até 45 segundos
- The time between classic Kumikata and making an attack is extended up to 45 seconds as long as there is a positive progression.

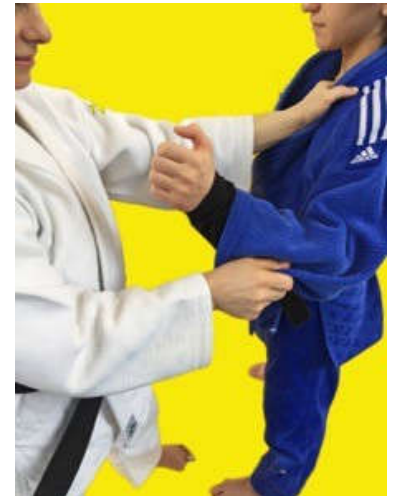




## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Shido

- Quebrar pegada do oponente com as duas mãos.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Shido

Evitar a pegada do oponente com um tapa em seu braço ou mão.



Puxar de dentro da faixa do oponente ou o próprio lado do casaco.



Cobrir a lapela de seu próprio Wagui afim de evitar a pegada do oponente.





## IJF RULES EXPLANATION (updated 13 January 2020)

### Shido

Bloquear pegadas com as mãos.





## IJF RULES EXPLANATION (updated 13 January 2020)

### Shido

- Quebrar pegadas do oponente com o joelho ou perna.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Kumikata Não-convencional

- Para simplificar a arbitragem e entender algumas das ações de como agarrar o casaco ou a faixa, todos os Kumikata não convencionais (punho de pistola, punho de bolso, punho de cinto, punho de um lado, punho de cruz ...) são permitidos **se seguidos** por um imediato ataque.
- No caso de nenhum ataque imediato, essas pegadas serão penalizadas por Shido.







## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Kumikata Não-convencional

- Não fazer uma pegada tradicional será penalizado com shidô se não houver ataque imediato.





Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

## Kumikata Não-convencional

- Não fazer uma pegada tradicional será penalizado com shidô se não houver ataque imediato.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Kumikata Não-convencional

Não fazer uma pegada tradicional será penalizado com shidô se não houver ataque imediato.

- .







## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Kumikata Não-convencional

Não fazer uma pegada tradicional será penalizado com shidô se não houver ataque imediato.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Posição Flexionada

- Forçar o oponente com os dois braços a adotar uma postura defensiva, **especialmente com pegada de gola e lapela**, sem ataque imediato, será penalizado com pelo shidô por atitude de bloqueio.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Um ou dois pés fora da área de combate

Um pé fora da área de competição sem ataque imediato ou não retornando imediatamente para dentro da área receberá Shido.

Shido



É Shido: se o atleta de azul, não voltar na área amarela ou não atacar **imediatamente**.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Abraço de Urso

- Quem quer atacar com abraço de urso precisa ter no mínimo uma pegada, **antes de fazer o ataque**.
- Não é válido fazer uma segunda pegada simultaneamente ou consecutivamente. Somente tocar o judogui não é considerado Kumikata, a pegada é necessária.



**Video clips from the IJF Doha Refereeing, Sport and Education Seminar 2020:**

- In folder: 13\_Bear\_Hug: clips 103a and 103b.



## Abraço de Urso

Pegadas válidas





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### **Abraço de Urso – pontos duplos**

- Se depois de um abraço de urso do competidor de azul ou toque nas pernas pela primeira vez do competidor de azul, o competidor de branco jogar o competidor de azul de waza-ari; a pontuação (waza-ari branco) e a penalidade (shidô azul) serão dadas.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Posição de pernas entrelaçadas

- O ato de entrelaçar a perna sem fazer um ataque imediato
- deve ser penalizado
- com Shido.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Kawazu-gake – Hansoku-make







## Pegadas na perna - Proibido

- Para todas as pegadas abaixo da faixa, shido será dado.
- Pegar a perna ou calças, será dado shidô, em cada vez.
- Haverão até 3 Shido para Hansoku-make.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Pegadas na perna - Proibido





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Pegada na perna - Permitido

- Ações válidas, não shidô.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

**Pegada Kata-sankaku: pegar com ambos os braços o pescoço e um ombro do oponente.**

É permitido Kata-sankaku em ação de ne-waza.



. No newaza, fazendo Kata-sankaku, é proibido bloquear o corpo do oponente com as pernas e deve ser comandado Matê



Kata-sankaku em Tachi-waza deve ser comandado Matê.



Kata-sankaku com a intenção de projetar será considerado Hansoku-Make. Se a situação inicia-se em Ne-waza, matê deve ser comandado imediatamente.





## IJF RULES EXPLANATION (updated 13 January 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Quando é Ne-waza ?

Em todas estas posições o atleta de azul PODE tocar a perna do de branco

Ambos atletas deverão estar com dois joelhos no solo para ser considerado Ne-waza



Sem contato entre oponentes, deve ser comandado Matê!



Deitado com a barriga no solo, o atleta de azul está em Newaza.



Se o atleta azul tiver dois cotovelos e / ou duas mãos e dois joelhos no chão, o atleta branco poderá fazer uma técnica apenas para fazer a transição para Ne-waza. A partir desta posição, um arremesso não pode ser considerado para uma pontuação







## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### O que é Ne-shisei?

Atleta de branco, a partir dessas posições, pode projetar seu oponente, mas o ataque deve ser feito **imediatamente**.



Controle de pegada do atleta em pé (branco): ainda consideramos o atleta de joelhos (azul) em Tachi-waza e, conseqüentemente, o regulamento de Tachi-waza seria aplicado.

No entanto, se o branco não atacar imediatamente, o árbitro deve chamar Mate! O atleta de joelhos (azul) não pode agarrar as pernas para defender o arremesso com os braços; se isso acontecer, receberá shidô.



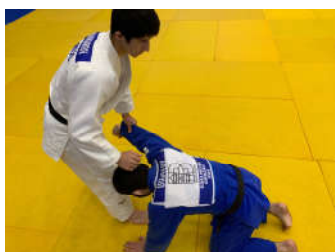


## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

Atleta de branco, a partir dessas posições, pode projetar seu oponente, mas o ataque deve ser feito imediatamente.

NEW  
SLIDE  
2020



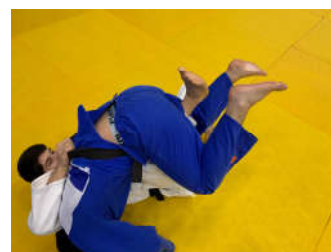
1



2



3



4



5



1



2



3



4



### **Kansetsu-waza e Shime-waza: Situações não válidas**

Kansetsu –waza e Shimewaza não são válidos se ambos os atletas estiverem em Tachi-waza (posição em pé). Matê e Shidô devem ser anunciados. Naturalmente, se a ação for perigosa ou puder ferir o oponente, como de costume, será de Hansoku-make.





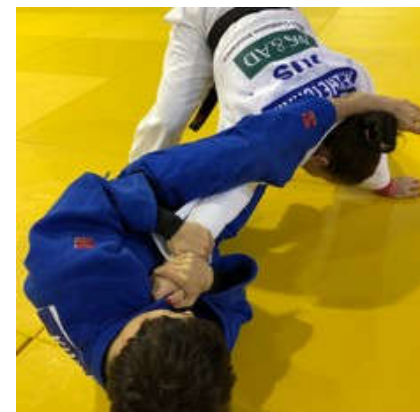


## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Nage-waza: Situação Válida

- Nesta posição, Tori, **depois de aplicar um ataque REAL**, pode aplicar Sutemi-waza que pode continuar em newaza.





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

NEW  
TEXT  
2020

### Nage-waza: Situação Válida

- Nesta posição, o Tori pode aplicar uma técnica de arremesso e pode continuar com Kansetsu-waza ou Shime-waza ou Osaekomi-waza (não mostrado) **após um ataque real ou um contra-ataque.**





## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### Judô Negativo

- No caso de um duplo Hansoku-make (em tempo regular e pontuação de ouro) consequência de um terceiro Shido, ambos os atletas serão desqualificados da competição.
- Para um Hansoku-make direto dado a ambos os competidores, o Júri da FIJ decidirá.



## Explicação de Regras FIJ (atualizado 13 Janeiro 2020)

### **MUITO IMPORTANTE:**

**Se não for extremamente claro quem deve receber a pontuação ou penalidade, no espírito do jogo justo (Fair Play) é melhor não tomar qualquer decisão e permitir que o combate continue.**