



Normativa KARATE

JOCS ESPORTIUS ESCOLARS DE CATALUNYA 2022-2023



CONSELL ESPORTIU · SABADELL



Generalitat de Catalunya



Consells Esportius
de Catalunya

La introducció del Karate dins el programa dels Jocs Esportius Escolars del Consell neix amb l'objectiu d'incrementar i promocionar la pràctica d'aquest esport en edat escolar, potenciant l'esport educatiu i en valors, i d'oferir als nens i nenes de les entitats, clubs i associacions que practiquen aquesta disciplina esportiva la possibilitat de participar al llarg del curs 2021-2022 en dues Finals Comarcals. On no preval el rendiment esportiu sinó una filosofia de JOC NET, d'esportivitat i participativa.

OBJECTIUS:

- Fomentar i atendre la formació i participació per sobre de la competició i els resultats.
- Valorar la importància de l'esport per a la formació integral.
- Augmentar la qualitat de vida per mitjà de la pràctica esportiva.
- Fomentar l'Esperit Olímpic com a expressió que reuneixi els valors en els quals se sustenta l'estructura de l'esport base.
- Inculcar "un estil de vida" en el qual l'esport tingui una vessant formativa.
- Estimular la pràctica esportiva com a desenvolupament integral de la persona.
- Fomentar el desenvolupament físic de l'alumne, atesa l'etapa de formació en la qual es trobi.
- Potenciar i premiar les actituds correctes i esportives que es produeixen en la competició.

L'activitat de **karate infantil** és educativa, integradora i socialitzadora, en el sentit en què el karate no només educa físicament sinó que és portadora d'unes connotacions, característiques i formadores que consideren al nen com a ésser integral, capaç de pensar, sentir, interrelacionar-se, gaudir, aprendre i comprendre, i no només com a un simple nen executor.

Així, si analitzem les qualitats físiques motores en les que se centra l'ensenyament del karate infantil, podem establir que les mateixes són un element conductor d'aprenentatges psicomotrius integrals.

Dins d'aquest ensenyament-aprenentatge, es valoren com a positius els continguts i criteris següents:

- Execució apropiada de la posició corporal
- Mobilitat
- Canvis de posició
- La relaxació i la respiració
- Sentit de l'orientació i el ritme

Sense oblidar la resta d'àmbits (habilitats motrius, qualitats físiques bàsiques, activitats esportives, jocs...) de l'educació motora, com a mitjà utilitzat per treballar els continguts abans mencionats.

Per establir els criteris socialitzadors (procés pel qual els individus actituds i valors per realitzar els rols presents o anticipats) entenem que:

· **Norma:** en general, una norma és una regla, una prescripció o direcció. Defineix una conducta que determina quin ha de ser el comportament davant d'una situació. Aquestes normes poden ser imposades externament (p.e la mida de les mànigues del karategui a un campionat) o auto imposades internament de forma lliure i voluntària (com la cortesia en la salutació a un company). Dins del procés d'ensenyament aprenentatge s'integren totes les normes que afecten la interacció entre professor i alumne.

· **Actitud:** són tendències a actuar davant dels altres d'una forma determinada. Són relativament duradores i varien segons els individus i les cultures. Les actituds deriven fonamentalment dels valors. No són innates, són adquirides i per tant educables. *DOJO KUN: respecte als demés.*

· **Valor:** Ens referim als valors humans positius, tant per al nen com per a les persones que l'envolten. Ideals del comportament humà i representen més que el "ser", el "voler ser". *DOJO KUN: rectitud.*

Així doncs, després d'aclarir l'accepció de socialització podríem establir quins són aquests processos socialitzadors dins del **karate infantil**. Que tenint en compte la idiosincràsia de la pròpia activitat porta implícit una profunda voluntat per mantenir vives una sèrie de normes, actituds i valors filosòfics, ètics, morals... llegat de la pròpia cultura oriental, que el conjunt dels professionals de l'ensenyament del karate tenen presents al procés d'ensenyament aprenentatge.

Per explicitar aquests continguts socialitzadors hem de mirar el propi **Dojo Kun del Karate Do** (normes de funcionament del karateka), les regles i normes que regeixen les actituds a desenvolupar dins del procés educatiu del karate. En ell, s'estableixen uns principis que són vàlids per aquesta tasca encara que s'han de flexibilitzar i adaptar a l'àmbit infantil educatiu:

· Formació de la personalitat · Rectitud · Esforç i constància · Respecte per als altres · Reprimir la violència

Valorant tots els continguts citats anteriorment, podem afirmar que el karate és un esport educatiu i socialitzador on la seva pràctica és un bon mitjà a través del qual canalitzar les millores psicomotrius i actitudinals desitjables en edats primerenques. És una activitat, no violenta, ja que es regeix pels principis ètics i morals descrits anteriorment i amb una normativa que protegeix en tot moment la integritat física dels participants ja sigui en la modalitat de **kumite** o **kata**. Al **kumite**, amb un reglament de competició molt estricte, amb el control de les tècniques per evitar qualsevol lesió de l'oponent. La **kata**, es tracta d'un exercici de realització de gestos tècnics predefinitos i invariables executats dins d'un context on l'expressió corporal, el ritme, l'orientació espacial, agafen especial rellevància acostant el karate al concepte d'art, realitzant un kata harmoniós i estètic utilitzant com a material el nostre propi cos. En definitiva, estem parlant d'intentar aconseguir el domini corporal des d'un perfecte control de la psique.

CALENDARI DE LES JORNADES

El Consell Esportiu del Vallès Occidental Sabadell i Sud, conjuntament amb els municipis que en formen part i les seves entitats, organitza 1 **Trobada d'entitats** i 2 jornades **Comarcals**.

COMPETICIÓ	DATA	HORARI	INSTAL·LACIÓ	CONSELL ESPORTIU ORGANITZADOR
TROBADA D'ENTITATS	4 de març 2023	Matí	Pavelló del Nord Sabadell	Vallès-Occ Sabadell
I FINAL COMARCAL	18 de març 2023	Matí	Pavelló del Nord Sabadell	Vallès-Occ Sabadell
II FINAL COMARCAL	20 de maig 2023 (pendent de confirmar)	Matí	Pendent de confirmar	Vallès-Occ Sud

INSCRIPCIONS

INSCRIPCIONS:

KATA: Sense limitació de competidors per categoria.

KUMITE: Sense limitació de competidors per categoria i pes.

IMPORTANT: Si és la primera vegada que participeu en els Jocs Escolars de Karate (no heu participat en anys anteriors), caldrà que us poseu en contacte amb el Consell Esportiu Sabadell (93.513.52.90) i preguntar per la tècnica de Karate. Us proporcionarem tota la informació necessària i us informarem dels tràmits d'inscripció.

El procediment sempre serà el mateix, el Consell Esportiu que organitza la competició, us enviarà un document informatiu juntament amb el full Excel d'inscripció. Caldrà respectar les dates d'inscripció i no s'acceptarà cap inscripció fora de termini.

Tingueu present que per poder inscriure-us caldrà disposar de la llicència esportiva vigent curs 2022-2023, expedida pel Consell Esportiu del qual formeu part.

ARBITRATGE: REGLAMENT FCK-FEK i Normativa Jocs Escolar de Karate 2022-2023.

Els Jocs Esportius Escolars de Karate neixen sota la filosofia de l'esport com a element formatiu i educatiu. Aquest concepte està per sobre de qualsevol altre plantejament o disseny de la competició.

-La figura de l'àrbitre i jutge és entesa com la de tutor de joc i la seva competència serà, a més d'arbitrar, ajudar als participants durant el procés de competició a entendre les normes, facilitant la seva comprensió i participació.

1. CATEGORIES, ANY DE NAIXEMENT I NIVELL ESCOLAR CORRESPONENT:

CATEGORIA	ANY DE NAIXEMENT	Curs
1	Nascuts/des fins l'any 2017	P3-P4-P5
2	Nascuts/des 2015-2016	1r i 2n de Primària
3	Nascuts/des 2013-2014	3r i 4rt de Primària
4	Nascuts/des 2011-2012	5è i 6è de Primària
5	Nascuts/des 2009-2010	1r i 2n ESO
6	Nascuts/des 2007-2008	3r i 4rt ESO
7	Nascuts/des 2005-2006	Ed. Post-obligatòria

2. SUBDIVISIÓ DELS GRUPS PER MADURESA TÈCNICA I PES (KATA I KUMITÉ):

*creació de quatre categories "A", "B", "C" i "D" de cada grup d'edat en funció de la maduresa tècnica

ANY DE NAIXEMENT	Curs	Maduresa tècnica				Sexe	Pes
1 Nascuts/des fins l'any 2017	P3-P4-P5	grup únic, sense distinció				masc/fem	X
2 Nascuts/des 2015-2016	1r i 2n de Primària	A fins cinturó taronja	B Verd - Blau	X	D Nivel Obert Mínim C Taronja	masc/fem	X
3 Nascuts/des 2013-2014	3r i 4rt de Primària	A fins cinturó taronja	B Verd - Blau	X	D Nivel Obert Mínim C Verd	masc/fem	(-) 32 kg (+) 32 kg
4 Nascuts/des 2011-2012	5è i 6è de Primària	A fins cinturó taronja	B Verd - Blau	C Marró - Negre	D Nivel Obert Mínim C Blau	masc/fem	(-) 40 kg (+) 40 kg
5 Nascuts/des 2009-2010	1r i 2n ESO	A fins cinturó taronja	B Verd - Blau	C Marró - Negre	D Nivel Obert Mínim C Marró	masc/fem	(-) 45 kg (+) 45 kg
6 Nascuts/des 2007-2008	3r i 4rt ESO	A fins cinturó taronja	B Verd - Blau	C Marró - Negre	D Nivel Obert Mínim C Marró	masculí	(-) 58 kg (+) 58 kg
						Femení	(-) 50 kg (+) 50 kg
7 Nascuts/des 2005-2006	Ed. Post-obligatòria	A fins cinturó taronja	B Verd - Blau	C Marró - Negre	D Nivel Obert Mínim C Marró	masculí	(-) 63 kg (+) 63 kg
						Femení	(-) 53 kg (+) 53 kg

***Nivell Obert:** grup lliure de participació, però hi hauran de participar obligatòriament aquells/es esportistes que la temporada present o l'anterior hagin quedat podis en els cnats. Oficials de Catalunya i/o Espanya organitzats per la FCK i la FEK. Per poder-se dur a terme la competició hi haurà d'haver un mínim d'inscrits.

3. REGLAMENT DE KATA

Els diferents grups-categories participaran de la següent manera:

1 Nascuts/des fins l'any 2017	Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (poden executar sempre el mateix kata bàsic)
2 Nascuts/des 2015-2016	A: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (poden executar sempre el mateix kata bàsic)
	B: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se katas bàsics.)
	D: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se katas bàsics.)
3 Nascuts/des 2013-2014	A: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (poden executar sempre el mateix kata bàsic)
	B: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	D: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
4 Nascuts/des 2011-2012	A: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	B: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	C: Cada esportista executarà de forma individual el kata triat el kata de la 1ª ronda bàsics, el de la 2ª ronda kata de la llista oficial "Juvenil"
	D: Cada esportista executarà de forma individual el kata triat el kata de la 1ª ronda bàsics, el de la 2ª ronda kata de la llista oficial "Juvenil"
5 Nascuts/des 2009-2010	A: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	B: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	C: Cada esportista executarà de forma individual el kata triat (ha d'executar-se a la 1ª ronda kata bàsic, a la 2ª ronda triarà kata de la llista oficial "juvenil"
	D: Cada esportista executarà de forma individual el kata triat (a la 1ª ronda triarà kata de la llista oficial "juvenil" a la 2ª Ronda pot realitzar un kata de la llista oficial "sènior".)
6 Nascuts/des 2007-2008	A: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	B: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	C: Cada esportista executarà de forma individual en cada ronda kata diferente mínimo 2 katas de de la llista oficial "sènior"
	D: Cada esportista executarà de forma individual cada ronda kata diferente mínimo 2 katas de de la llista oficial "sènior"
7 Nascuts/des 2005-2006	A: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	B: Ambdós esportistes executaran a la vegada el kata triat (han d'executar-se dos katas bàsics alterns.)
	C: Cada esportista executarà de forma individual cada ronda kata diferente mínimo 2 katas de de la llista oficial "sènior"
	D: Cada esportista executarà de forma individual cada ronda kata diferente mínimo 2 katas de de la llista oficial "sènior"

3.1 Llista oficial de katas bàsics:

Taykyokus
Pinan ó Heian
Gekisai-Daini
Gekisai-Daichi
Gekisai-Daisan
Fukio-Kata
Geki-Ha

3.2 Llista oficial de katas “Juvenil”

Pinan ó Heian	Kanku-Dai, Koshokun-Dai, Kushanku
Gekisai-Daini	Kanku-Sho, Koshokun Sho.
Gekisai-Daichi	Kururunfa
Gekisai-Daisan	Naifanchin-Shodan, Tekki-Shodan
Fukio-Kata	Nipaipo
Ananku	Niseishi, Nijushijo
Bassai –Dai, Passai	Rohai
Enpi, Tomari no Wanshu, Wanshu (Wado Ryu).	Saifa
Geki-Ha	Sanseru
Jyuroku	Seienchin
Jiin	Sepai
Jion	Wankan
Jin-	

3.3 Llista de katas “sènior”:

Annan	Jion	Papuren
Anan Dai	Jitte	Passai
Ananko	Jyuroku	Pinan 1-5
Aoyagi	Kanchin	Rohai
Bassai	Dai Kanku Dai	Saifa (Saiha)
Bassai Sho	Kanku Sho	Sanchin Chatanyara
Kushanku	Kanshu	Sanseiru
Chinte	Kosokun (Kushanku)	Sanseru
Chinto	Kosokun (Kushanku) Dai	Seichin
Enpi	Kosokun (Kushanku) Sho	Seienchin
Fukyugata 1-2	Kosokun	Shiho
Seipai	Gankaku	Kururunfa
Seirui	Garyu	Kusanku
Seisan (Seishan)	Gekisai (Geksai) 1-2	Matsumura Rohai
Shinpa	Gojushiho	Matsukaze
Shinsei	Gojushiho Dai	Matusumura Bassai
Shisochin	Gojushiho Sho	Meikyo
Sochin	Hakucho	Myojo
Suparinpei	Hangetsu	Naifanchin (Naihanshin) 1
Tekki 1-3	Haufa	Nijushiho
Tensho	Heian 1-5	Nipaipo
Tomorai Bassai	Heiku	Niseishi
Useishi (Gojushiho)	Ishimine Bassai	Ohan
Unshu (Unshu)	Itosu Rohai 1-3	Ohan Dai
Wankan	Jiin	Pachu
Wanshu		Paiku

4. REGLAMENT "KUMITE"

Per la competició de **kumite** se seguirà el Reglament de la Competició de la RFEK, amb les modificacions adequades a l'esperit dels Jocs Escolars.

La principal modificació és que en la competició de Kumite, no hi haurà Coach a peu de pista.

4.1 Esportistes nascuts/des els anys: 2013-14/ 2011-12

- Durada dels combats: 90 segons.
- L'Atoshi Baraku es senyalarà als 80 segons. El cronometrador farà sonar el gong clarament audible indicant que falten 10 segons, així com a la finalització del temps de combat.

4.2 Els combats es disputaran sense límit de punts.

- Serà declarat guanyador d'un encontre, abans del final del temps, quan un dels competidors obtingui una diferència de sis (6) punts amb respecte de la puntuació de l'altre. En el cas que les puntuacions siguin iguals, el resultat serà decidit pel HANTEI.

4.3 Hi haurà tolerància en els criteris per concedir punts a nivell *Jodan*, tant a les tècniques de braç com de cames.

- Les tècniques puntuables han de ser controlades. La distància per puntuar serà des del toc superficial fins als 10 cm, és a dir, de 0 a 10 cm.
- Amb la finalitat de premiar les tècniques *Jodan*, hem de considerar convenient quan la distància és raonament superior a 10 cm. I en els quals l'oponent no fa cap intent d'esquivar o bloquejar. Aquestes seran puntuades sempre que compleixi els requisits mínims exigits.

4.4 Queden expressament prohibits les accions de desequilibris, escombrades i projeccions.

4.5 Es tindrà especial cura per la seguretat dels competidors en aquestes edats i la rigurositat en l'aplicació de les normes (Article 8 Competició de **Kumite** de la RFEK) pel que fa als contactes excessius, tècniques descontrolades i qualsevol situació que pugui suposar un risc per al competidor. Totes les tècniques al cap, cara i coll han de tenir control per ser puntuades. No obstant, en utilitzar el protector de cap, les tècniques amb els criteris adequats on el "toc" és molt superficial es consideraran vàlides per puntuar, tant les realitzades amb puny com amb la cama. De la mateixa manera, les tècniques realitzades al cos han de tenir també un control correcte.

- El quadre arbitral haurà de tenir especial atenció a les tècniques dirigides al cap, cara i coll per poder valorar de forma precisa el que es considera com a "toc" molt superficial o el que és un contacte amb possibilitat d'advertir o penalitzar.
- Per tant, aquelles accions valorades com "més que un toc superficial" en funció de la intensitat i l'efecte que pugui produir el contacte, s'advertirà o penalitzarà. Excepte que sigui causada per la falta de protecció o negligència del receptor (MUBOBI).
- Amb aquesta norma es pretén que un competidor passiu no obtingui avantatge immerescuda sobre el competidor que executa accions amb dificultat tècnica i que pel fet d'un "toc lleuger" al casc o al petó i que gairebé no és apercibut pel receptor pugui comportar un advertiment o penalització.

4.6 Les proteccions obligatòries són:

- Masculí: guantilles vermelles o blaves, espinilleres vermelles o blaves, peto, coquilla, protector bucal, protector de cap, protector d'avantbraç.
- Femení: guantilles vermelles o blaves, espinilleres vermelles o blaves, peto, protector de pit, protector bucal, protector de cap, protector d'avantbraç.

4.7 Esportistes nascuts/des els anys: 2009-10

4.7.1 Durada dels combats: 90 segons

4.7.2 Els combats es disputaran sense límit de punts.

- Serà declarat guanyador d'un encontre, abans del final del temps, quan un dels competidors obtingui una diferència de sis (6) punts amb respecte de la puntuació de l'altre.
- Al finalitzar el temps de competició, el competidor que tingui més punts serà declarat guanyador. En el cas que les puntuacions siguin iguals, el resultat serà decidit pel HANTEI.
-

4.7.3 Hi haurà tolerància en els criteris per concedir punts a nivell *Jodan*, tant a les tècniques de braç com de cames.

- Amb la finalitat de premiar les tècniques *Jodan*, hem de considerar convenient quan la distància és raonament superior a 10 cm. I en el qual l'oponent no fa cap intent d'esquivar o bloquejar. Aquestes seran puntuades sempre que acompleixi els requisits mínims exigits.

4.7.4 Es tindrà especial cura per la seguretat dels competidors en aquestes edats i la rigorositat en l'aplicació de les normes (Article Competició de Kumite de la RFEK) en allò referent als contactes excessius (abdomen, pit i esquena), tècniques descontrolades, projeccions perilloses i qualsevol situació que pugui suposar un risc per al competidor.

4.7.5 Totes les tècniques al cap, cara i coll han de tenir control per ser puntuades. No obstant, a l'utilitzar protector de cap, les tècniques amb els criteris adequats on el "toc" és molt superficial es consideraran vàlides per puntuar, tant les realitzades amb puny com amb la cama. De la mateixa manera, les tècniques realitzades al cos han de tenir també un control correcte.

- El quadre arbitral haurà de tenir especial atenció a les tècniques dirigides al cap, cara i coll per poder valorar de forma precisa el que es considera com a "toc" molt superficial o el que és un contacte amb possibilitat d'advertir o penalitzar.
- Per tant, aquelles accions valorades com "més que un toc superficial" en funció de la intensitat i l'efecte que pugui produir el contacte, s'advertirà o penalitzarà. Excepte que sigui causada per la falta de protecció o negligència del receptor (MUBOBI).
- Amb aquesta norma es pretén que un competidor passiu no obtingui avantatge immerescuda sobre el competidor que executa accions amb dificultat tècnica i que pel fet d'un "toc lleuger" al casc o al petó i que gairebé no és apercibut pel receptor pugui comportar un advertiment o penalització.

4.7.6 Les proteccions obligatòries són:

- Masculí: guantilles vermelles o blaves, espinilleres vermelles o blaves, peto, coquilla, protector bucal, protector de cap, protector d'avantbraç.
- Femení: guantilles vermelles o blaves, espinilleres vermelles o blaves, peto, protector de pit, protector bucal, protector de cap, protector d'avantbraç.

4.8 Esportistes nascuts/des els anys: 2007-08/2005-06

Pel desenvolupament de la competició de **kumite** en aquestes categories, s'aplicarà el reglament de la Real Federació Espanyola de Karate, buscant sempre la major protecció possible per als esportistes participants, tant en l'apartat de protecció com en els criteris arbitrals a aplicar durant el combat.

- En finalitzar el temps de competició, el competidor que tingui més punts serà declarat guanyador. En el cas que les puntuacions siguin iguals, el resultat serà decidit pel HANTEI.

5. BAREMS DE PUNTUACIÓ:

COMPETICIÓ	PARTICIPACIÓ	Primer Classificat	Segon Classificat	Tercers Classificats
1a jornada	2 punts	12 punts	8 punts	4 punts
2a jornada	2 punts	24 punts	18 punts	9 punts

6. GUARDONS:

Un cop realitzades les 2 jornades, es farà una mitjana dels barems de puntuació dels esportistes amb podi i d'aquest barem sortiran els podis de **1^a classificat, 2n classificat i dos 3rs classificats**, no podran ser guanyadors aquells esportistes que no hagin participat en les dues jornades.

** La normativa de puntuació pot veure's subjecta a canvi en funció del volum de participació en les jornades.*

L'entrega de guardons es durà a terme el **dissabte 20 de maig**. Tots els participants (que no hagin fet podi) rebran una medalla de participació.

7. DISPOSICIONS:

L'organització es reserva el dret de modificar algun aspecte d'aquesta normativa per tal de millorar el funcionament de la mateixa.