

ՀԱՅ. Ծ
70-51

ԴԱՎԻԹ ԽԻԹԱՐՅԱՆ

ՁՅՈՒԴՈՒ

(Ուսումնական ձեռնարկ)



ԴԱՎԻԹ ԽԻԹԱՐՅԱՆ

ՁՅ ՈՒ Դ Ո

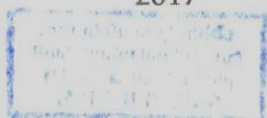
(Ուսումնական ձեռնարկ)



ԵՐԵՎԱՆ

Հեղինակային հրատարակություն

2017



793.5
ՀՏԴ 796.853.23 (07)
ԳՄԴ 75.715-07
Խ 518

Երաշխավորված է հրատարակման
Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական
ինստիտուտի գիտական խորհուրդի կողմից

Գրախոսներ՝ մանկ.գիտ.դոկտոր, պրոֆեսոր Վ.Բ.Առաքելյան
մանկ.գիտ.դոկտոր, պրոֆեսոր Ֆ.Գ.Ղազարյան

Խիթարյան Դ.

Խ 518 Ձյուդո: Ուսումնական ձեռնարկ /Դ.Խիթարյան-Եր.: Հեղ.
հրատ., 2017. 184 էջ:

Ուսումնական ձեռնարկը նախատեսված է մանկապատանեկան մարզադպրոցների, ազգային հավաքականի մարզիչների, Հայաստանի ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի պետական ինստիտուտի, մագիստրատուրայի ուսանողների, ասպիրանտների, հայցորդների, սկսնակ և վարպետ ձյուդոիստների և ընթերցողների լայն շրջանակի համար: Ձեռնարկում մայրենի լեզվով առաջին անգամ ներկայացված են ձյուդոյի հնարքների դասակարգումը, ինչպես նաև ձյուդոյի մրցականոսները և նրա վերջին փոփոխությունները ըստ Կոդոկանի համալսարանի: Զետեղված են նաև քյու որակավորման քննական պահանջները: Կարծում ենք, ձեռնարկը կգրավի ձյուդոյի ապագա և ներկա մասնագետների ուշադրությունը, կլրացնի նրանց կրթական համակարգը և կծառայի որպես ուղեցույց:

The educational manual is addressed to the children and junior sport schools, National team trainers, Armenian State Institute of Physical Culture and Sport, the students of Magistracy, post graduates, applicants, beginner and master Judo wrestlers and wide range readers. The classification of judo tricks is presented in the manual for the first time in native language. The classification as well as competition rules and the last changes are made according to Kodokan university. The Q qualification exam requirements are also available. We think the manual will attract the attention of present and future Judo wrestlers, fill their educational system and will serve as a guidebook.

ՀՏԴ 796.853.23 (07)
ԳՄԴ 75.715-07

ISBN 978-9939-0-2361-8

© Խիթարյան Դ., 2017



ԳԼՈՒԽ I. ՀԵՂԻՆԱԿԻ ԽՈՍՔ

Ինքն իրեն և իր հարազատներին պաշտպանելու ընդունակության ձեռքբերումը միշտ եղել է և կլինի մարդու (հատկապես տղամարդու) առաջնահերթ ձգտումը: Այդ պատճառով մարտարվեստները, կենսաբանական և սոցիալական տեսակետից, ֆիզիկական գործունեության ամենակարևոր ձևերն են: Զբաղվելով մարտարվեստներով՝ կարելի է արագ և բավական հեշտորեն ստանալ որակավորման աստիճան՝ որևէ գույնի գոտու կամ նույնիսկ վարպետության դանի տեսքով, բայց իսկական մարտական պատրաստվածություն կարելի է ձեռք բերել միայն զբաղվելով մենապայքարային որևէ կոնկրետ մարտարվեստով: Ոչ բոլորը կարող են անմիջապես սկսել զբաղվել մենապայքարով՝ ելնելով ֆիզիկական նախադրյալներից և հոգեբանական առանձնահատկություններից: Այս իմաստով Ձյուդոյի համակարգը հատուկ արժեք է ներկայացնում՝ որպես առավել «աստիճանական», ֆիզիկական և հոգեկան գործունեության գրավիչ տեսակ (հենց որպես ֆիզիկական դաստիարակության և ռազմակիրառական ֆիզիկական նախապատրաստության համակարգ): Ձյուդոյի այս հատկությունը մշտական պահանջարկ է ապահովում դասավանդողի համար: Հետևաբար, դասավանդողը պարտավոր է կատարելապես տիրապետել ձյուդոյի տեխնիկային և տակտիկային, ուսուցման մանկավարժական հմտություններին և կազմակերպչական ընդունակություններին:

Ձեռնարկը նախատեսված է մագիստրատուրայի ուսանողների, ասպիրանտների, մանկապատանեկան մարզադպրոցներում, օլիմպիական հերթափոխի մար-

զադարձացնելու, մարզական բարձրագույն վարպետության դպրոցներում, բարձրագույն ուսումնական հաստատություններում դասավանդելու համար: Ըմբռնարտի տեխնիկայի և տախտիկայի մեկնաբանման, մարզումների ծանրաբեռնվածության պարբերականացման, մասսայականացման ապահովման և սովորողների քանակակազմի պահպանման ոլորտում նոր մոտեցումները թույլ են տալիս դրանք օգտագործել ֆիզիկական կուլտուրայի ինստիտուտների ուսումնական գործընթացում:

Այս ձեռնարկը նվիրված է ոչ թե սպորտի մեկ առանձին տեսակի, այլ ֆիզիկական կուլտուրայի ընդհանուր համակարգում առկա ֆիզիկական կրթության յուրօրինակ մի համակարգի:

Ընդունված այն տեսակետը, թե ֆիզիկական կուլտուրան և սպորտը, ըստ նշանակության և բովանդակության, տարբեր հասկացություններ են, որոշակի վնաս է պատճառում և՛ առանձին մարզուն, և՛ հասարակությանն ընդհանրապես:

Երեխաներն սկսում են զբաղվել ձյուդոյով այն բանի համար, որ սովորեն մենամարտել և անպայման (հաճախ մյուսներից գաղտնի) հասնեն բարձր մարզական արդյունքների: Բայց կոնկրետ քաշային կարգում առաջինը կարող է լինել միայն մեկը, իսկ թեկնածուները՝ բազմաթիվ: Որակավորման հենց առաջին մրցումներից սովորողների մեծամասնությունը հանդիպում է հետևյալ խնդրին. հնարավորությունների մակարդակը չի համապատասխանում հավակնություններին: Շատ պատանիներ թողնում են պարապմունքները և գնում ավելի հեշտ, բայց սխալ ճանապարհով, որտեղ կարելի

է ավելի «հեշտ» ինքնադրսևորվել (դառնալ ադանդավոր կամ, ավելի հեշտ՝ թմրամոլ):

Ձյուդոյի համակարգում հաշվի է առնվում առաջինը լինելու անհնարինության գործոնը, և այդ պատճառով ձյուդոյի նշանաբանն է կյանքի համար հետաքրքիր ու օգտակար շարժողական կարողությունների և առողջ մարմնի ու առողջ հոգու ձևավորմանն ուղղված հմտությունների տիրապետումը:

Այս գործընթացը երկարատև է, և պարտադիր չէ, որ բոլորը մրցանակային տեղեր գրավեն, նույնիսկ պարտադիր չէ մասնակցել հակամարտ կողմերի հետ մրցումների: Անհրաժեշտ է միայն կանոնավոր հաճախել պարապմունքներին, պարբերաբար ցույց տալ ուսումնասիրած շարժողական նյութը ցուցադրելու ընդունակությունը:

Դեմ-հանդիման պայքարելու ընդունակները կարող են մասնակցել մրցումներին և նույնիսկ դառնալ արհեստավարժներ (պրոֆեսիոնալներ)՝ մասնակցելով նաև մրցակցային և մարզչական գործունեության: Մնացածները, շահագրգռված կենսաբանական և սոցիալական օգտակարությամբ, պարզապես մարզում են իրենց օրգանիզմը՝ իրենց համար մասնավորապես և հասարակության համար ընդհանրապես:

Գլխավորն այն է, որ ձյուդոյի համակարգը թույլ է տալիս, որպես մարտարվեստ, ֆիզիկական կուլտուրայով զբաղվել երկար ժամանակ (ամբողջ կյանքում):

Եթե հայերը ունենային ճապոնացիների մտածելակերպը, ազգային կոխը կունենար նույնպիսի պահանջարկ, ինչպիսին ունի ձյուդոն: Հայաստանում երեխաները հարկադրված են մասնակցել պայքարի ռեժիմով մրցումներին 8 տարեկանից սկսած՝ ուսուցման

հենց առաջին տարում: Այդ պատճառով էլ մեզ մոտ ոչ ոք չի ասում ՍՍՄԲՈ, այլ ասում են սամբո ըմբշամարտ:

Ձյուդոն ևս սխալմամբ անվանում են ձյուդո ըմբշամարտ (Հայաստանում, Ռուսաստանում, ԱՊՀ երկրներում), ինչն ավտոմատ ձևով խաթարում է զարգացնող համակարգի բովանդակությունը՝ այն դարձնելով պայքար մրցանակային տեղերի համար, որի արդյունքում մաղվում են պահի դրությամբ իբրև թե «ոչ պիտանի» երեխաները:

Ֆիզիկական կուլտուրայի և սպորտի բնագավառի գիտնականները փորձեր են անում ուսումնասիրելու գենետիկական նախադրյալների որակները, որոնք կանխորոշում են սպորտի տվյալ տեսակում ունենալիք հաջողությունը, և խորհուրդներ են տալիս ըմբշամարտի բաժին ընդունվելու պիտանի երեխաների ընտրության հարցում:

Մնացածների համար ճանապարհը փակ է: Իսկ ի՞նչ եղավ ֆիզիկական կուլտուրան:

Ձյուդոն հենց այն համակարգն է, որն իր մեջ ներառում է և՛ մարտարվեստը, և՛ ըմբշամարտը, և՛ ֆիզիկական կուլտուրան ամբողջությամբ:

Այս ձեռնարկը թույլ է տալիս պատկերացնել ձյուդոյի՝ որպես սպեցիֆիկ գործողությունների և վարժությունների մարտարվեստի միջոցով ֆիզիկական դաստիարակության ողջ ծավալը: Այդ տեղեկությունները թերևս թույլ կտան ձյուդոյի հետ կապված աշխատանքները հետագայում կառուցել մարդկանց համար օգտավետության տեսակետից՝ հոգ տանելով յուրաքանչյուր անձի մասին՝ անկախ նրա ընթացիկ անհատական ընդունակություններից: Միգուցե դրա միջոցով ապա-

գայում մենք ունենանք հովանավորներ, որոնք չունեն մարզական հակումներ, սակայն ունեն հովանավորչական օժանդակության հնարավորություն, ինքնաբուխ սեր ֆիզիկական կուլտուրայի տվյալ տեսակի գործունեության նկատմամբ (այդ թվում և մարզական):

Այս ձեռնարկում տրված է ձյուդոյի տեխնիկայի դասակարգումը Կոդոկանի պրոֆեսորների մոտեցմամբ, ինչպես նաև որակավորման Քյու համակարգի ամբողջականությունը, ինչը մարզիչներին թույլ կտա ճիշտ մոտեցում և մեթոդիկա կիրառել սկսնակ երեխաների ուսումնական, մարզումային և կազմակերպչական գործունեության բոլոր ոլորտներում, որը հնարավորություն կտա հասկանալու, որ մենք կարիք չունենք որևէ բան փոխառնելու ձյուդոյի նախնիներից՝ բացի մասսայականության ապահովման և անսահմանափակ տարիքի սովորողների կոնտինգենտի պահպանման համակարգից:

Այս ձեռնարկում ներկայացված են նաև ձյուդոյի մրցականոնները, ինչպես նաև ձյուդոյի ծագումը և զարգացման պատմությունն աշխարհում և մասնավորապես Հայաստանում:

Ձեռնարկը հասցեագրվում է հատուկ մասնագիտական միջնակարգ և՛ բարձրագույն ուսումնական հաստատությունների ուսանողներին, մագիստրոսներին, հայցորդներին, ինչպես նաև կարող է օգտակար լինել նաև առհասարակ ընթերցողներին:

ԴԱՎԻԹ ԽԻԹԱՆՅԱՆ

*Մանկավարժական գիտությունների
թեկնածու, ՀՀ վաստակավոր մարզիչ,
օլիմպիական կարգի մրցավար*

ՕՏՅԻՎ

об учебно-методическом пособии кандидата педагогических наук,
вице-президента и генерального секретаря федерации дзюдо
Республики Армения Давида Сениковича Хитаряна

Известно, что дзюдо является исключительным видом спорта, который играет важную роль в укреплении здоровья, умственной и физической трудоспособности и поддержания необходимой физической подготовленности. Оригинальность данного пособия заключается в том, впервые в армянской действительности сделана попытка осветить исходные понятия и термины на трех языках, освещены обновленные правила соревнований в этом виде спорта, и что очень важно – современные требования и классификационные нормы, которые соответствуют принятым нормам в университете Японии Кодокан, а также полностью соответствует содержанию физического воспитания в высших учебных заведениях.

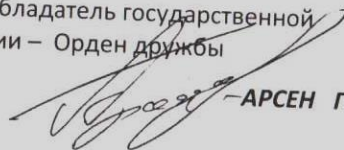
Одним из преимуществ данного пособия является то, что методы обучения как технические так и тактические показаны на иллюстрациях, что очень ценно для легкого восприятия и выполнения учебного материала.

Прикладная значимость данного пособия заключается в том, что детально освещены нормативные требования квалификации <KYU> для дзюдо, правила проведения соревнований которые будут применены в учебных заведениях, спортивных клубах и в процессе подготовки высококвалифицированных спортсменов.

Все эти положения освещены весьма грамотно, изложены достаточно популярно, и красочно оформлены.

Полагаю это учебное пособие с новыми подходами организации тренеровочных процессов станет новым стимулом для тренеров в подготовке еще более высококвалифицированных спортсменов в Республике Армения.

Заслуженный мастер спорта России, Олимпийский чемпион,
чемпион Европы, и 2-ый призер чемпионата Европы, бронзовый
призер чемпионата Мира, чемпион кубка Мира,
чемпион Мира по юниорам, обладатель государственной
награды Российской Федерации – Орден дружбы

 -АРСЕН ГАЛСТ'ЯН

ԳԼՈՒԽ II. ՊԱՏՄԱԿԱՆ ՀԱՄԱՌՈՏ ԱԿՆԱԴԿ



ՉՅՈՒԴՈ մարզաձևի հիմնադիր է համարվում ՉԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՆ – (嘉納治五郎): Նա ծնվել է 1860 թ. հոկտեմբերի 28-ին Ճապոնական կղզիների Միկագե քաղաքում: Դեռ ուսանողական տարիներին Կանոն լրջորեն մտածում էր մարմնի և հոգու հնարավոր ներդաշնակության հասնելու մասին: Օժտված չլինելով ֆիզիկական բարձր որակներով (հասակը՝ 150 սմ, իսկ քաշը՝ 50 կգ)՝ ԿԱՆՈՆ կարողացավ կարճ ժամանակահատվածում ուսումնասիրել և տիրապետել ՉՅՈՒ-ՉՅՈՒՅՈՒ արվեստի բարդ տեխնիկայի բազմաթիվ հնարքներին:

Դրանցից ընտրելով ամենաարդյունավետ հնարքները, բացառելով վտանգավոր բռնվածքներն ու հարվածները՝ նա ստեղծեց մարմնի ֆիզիկական կատարելագործման և հոգու ներդաշնակության մարզական նոր համակարգ՝ ՉՅՈՒԴՈ (柔道): «ՉՅՈՒ» նշանակում է փափուկ, նուրբ, ճկուն, համեստ, իսկ «ԴՈ»՝ ճանապարհ, կեցվածք, տեսակետ, մտածելակերպ:



Չյուդո մարզաձևի հիմնադրման ելակետ է համարվում 1882 թ. մայիսը: Այդ ժամանակ ՉԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՆ, համալսարանն ավարտելով, Տոկիոյի Էյսյոձի բուդոյայական եկեղեցու տարածքում հիմնել է «ԿՈՂՈԿԱՆ» (講道) («ԿՈՂՈ»՝ քարոզել, իսկ «ԿԱՆ»՝ հանդիպում) անվամբ առաջին սպորտային դպրոցը: Զարգանալով, կատարե-

լագործվելով և հզորանալով՝ ԿՈՂՈԿԱՆՆ այսօր դարձել է բարձր արդյունքների կոփման դարբնոց, Ձյուդոյի միջազգային համալսարան:



Դավիթ Խիթարյանը Կոդոկանի նախագահ Հարուկիա Ուեմարայի հետ

1909 թվականին ՁԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՆ ճապոնացիներից առաջինն էր, որ դարձավ Միջազգային Օլիմպիական Կոմիտեի անդամ, իսկ 1911 թվականին հիմնադրեց ճապոնական Սպորտային Ասոցիացիան և դարձավ դրա նախագահը:

Պրոֆեսոր ՁԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՆ Ձյուդոյի տեխնիկայի դասակարգումն ավարտեց 1887 թվականին, իսկ ամբողջական համակարգումը՝ 1922 թվականին, ԿՈՂՈԿԱՆ դպրոցի 40 ամյակին: Այդ ժամանակ պրոֆեսորը 62 տարեկան էր:

1883 թվականին ՁԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՆ մտցրեց ՁՅՈՒԴՈՅԻ որակավորման» ՔՅՈՒ»(6 աշակերտական) և «ԴԱՆ» (10 վարպետության) գոտիների համակարգը, իսկ 1900 թվականին՝ մրցումների անցկացման մրցավարության կանոնները:

1886 թվականին Ճապոնիայում ձյուդոն ճանաչվեց պետական մակարդակով և սկսվեց դասավանդվել զինվորական ու ոստիկանական ակադեմիաներում, իսկ որոշ ժամանակ անց մտցվեց միջնակարգ և բարձրագույն ուսումնական հաստատությունների ֆիզիկական պատրաստության ծրագրերում:

1889 թվականին ԿԱՆՈՆ սկսեց քարոզչական գործունեություն ծավալել Եվրոպայում՝ Ֆրանսիայում անձամբ բացելով առաջին դպրոցը: Որոշ ժամանակ անց ձյուդոն մուտք գործեց նաև Մեծ Բրիտանիա:

Շուտով ձյուդո մարտարվեստը հետաքրքրեց նաև ԱՄՆ նախագահ Թեոդոր Ռուզվելտին: Նա մշտապես մարզվում էր Սպիտակ տան հատուկ կահավորված սրահներից մեկում՝ Կանոյի կողմից վստահված ճապոնացի ուսուցչի օգնությամբ:

Ձյուդոյի մեծ երկրպագուներից էր նաև հնդիկ հանճարեղ մտածող Ռաբինդրանաթ Տագորը: ՁԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՆ մահացավ 1938թ. մայիսի 4-ին 77 տարեկան հասակում, թոքերի բորբոքումից, երբ Եվրոպայից վերադառնում էր Ճապոնիա:

1951 թվականի հուլիսին հիմնադրվեց Ձյուդոյի Միջազգային Ֆեդերացիան (IJF-ՉՄՖ), որի նախագահ նշանակվեց ՁԻԳԱՐՈ ԿԱՆՈՅԻ միակ որդին՝ Ռիսեյը: 1956 թվականին Տոկիոյում անցկացվեց աշխարհի անդրանիկ առաջնությունը, որին մասնակցեցին 21 երկրներ:

րի 31 ձյուդոիստներ: Իսկ 1964 թվականին մարզաձևն ընդգրկվեց Տոկիոյի օլիմպիական խաղերի ծրագրում:

Կանանց աշխարհի անդրանիկ առաջնությունը կայացավ 1980 թվականին, իսկ օլիմպիական խաղերին կանայք սկսեցին մասնակցել 1992 թվականից:

Այժմ ՁՄՖ-ի անդամ են հանդիսանում 200 երկրներ: Ձյուդո մարզաձևով Ճապոնիայում մշտապես մարզվում է մոտ 8 միլիոն մարդ, իսկ ամբողջ աշխարհում՝ 20 միլիոնից ավելի, որն իր թվով զիջում է միայն ֆուտբոլին:

ԳԼՈՒԽ III. ՁՅՈՒԴՈՆ ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ



*Ռոբերտ
Հովհաննիսյան*



*Հովհաննես
Սարգսյան*



*Արամ
Գրիգորյան*



*Վարապետ
Դեմիրյան*

Ձյուդոն Հայաստանի Հանրապետություն մուտք է գործել 1960-ական թվականների վերջերին, երբ Սամբո ըմբշամարտի Գյումրեցի մարզիչ Ռոբերտ Հովհաննիսյանի երիտասարդ սաները միջազգային ասպարեզում ցույց տվեցին բարձր արդյունքներ:

Հովհաննես Սարգսյանը 1968 թվականին Անգլիայում կայացած երիտասարդների Եվրոպայի առաջնությունում գրավեց պատվավոր երկրորդ մրցանակային տեղը, իսկ 1969 թվականին՝ Արամ Գրիգորյանը Իտալիայում կայացած երիտասարդների Եվրոպայի առաջնությունում գրավեց երրորդ մրցանակային տեղը: 1981 թվականին Սան Մարինոյում Եվրոպայի երիտասարդական առաջնության արծաթե մեդալակիր դարձավ Վարապետ Դեմիրյանը (ք. Վանաձոր, մարզիչ՝ Ս. Ավետյան):

Հունահռոմեական և Սամբո ըմբշամարտերում բարձր սպորտային արդյունքների հասած երևանցի Թելման Քոչարյանը, 1968 թվականից անցնելով մարզչական աշխատանքի, պատրաստեց մի շարք խոստումնալից մարզիկների, որոնք 1970-ական թվականների սկզբից ԽՍՀՄ Ձյուդոյի պատանեկան և երիտասարդական առաջնություններում սկսեցին ցուցաբերել բարձր արդյունքներ:

Հենրիկ Գրիգորյանը 1969թ. երիտասարդների ԽՍՀՄ ընտրական առաջնությունում գրավեց 2-րդ տեղը, իսկ Գագիկ Աղամալյանը 1971-1972թթ. ԽՍՀՄ պատանեկան առաջնություններում գրավեց երկրորդ և երրորդ մրցանակային տեղերը:

Հայաստանում Ձյուդո մարզաձևի հիմնադիրն է համարվում Թելման Քոչարյանը:



Թելման Քոչարյան

1973 թվականին պաշտոնապես կազմավորվեց Հայաստանի Ձյուդոյի ֆեդերացիան, և նախագահ ընտրվեց Ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտի ըմբշամարտի ամբիոնի վարիչ Կառլեն Աթոյանը: Այնուհետև տարբեր տարիներին նախագահներ են եղել.



*Կառլեն
Աթոյան
1973-1977թթ.*



*Բսահակ
Դանիելյան
1977-1985թթ.*



*Զորի
Բալայան
1986-1991թթ.*



*Ալեքսան
Ավետիսյան
1992-2010թթ.*



*Հրայր
Ռոստոմյան
2010-2010թթ.*



*Վարդան
Ոսկանյան
2011թ.*



Երկար տարիներ որպես Հայաստանի ձյուդոյի ֆեդերացիայի գլխավոր քարտուղար աշխատել է *Անդրանիկ Անդրիկյանը:*

1973 թվականին կազմավորվեց նաև Հայաստանի մեծահասակների հավաքական թիմը, և ավագ մարզիչ նշանակվեց Թելման Քոչարյանը: Հավաքականի երկրորդ մարզիչն էր Ռոբերտ Գալստյանը: Այդ տարի Ուկրաինայի մայրաքաղաք Կիևում անցկացվեց ԽՍՀՄ մեծահասակների անդրանիկ առաջնությունը: Այդ առաջնությանը Հայաստանի հավաքականը հանդես եկավ հետևյալ կազմով.

• 63 կգ - Գագիկ Աղամալյան (ք. Երևան, «Դինամո», մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան),

• 70 կգ - Գագիկ Դաբադյան (ք. Երևան, «Դինամո», մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան),

• 80 կգ - Վիգեն Հովհաննիսյան (ք. Երևան, «Դինամո», մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան),

• 93 կգ - Սմբատ Կոստանյան (ք. Արարատ, «Բուրե-վեստնիկ», մարզիչ՝ Բ. Սադյան),

- +93 կգ - Ռաֆայել Երանոսյան (ք. Երևան, «Դինամո», մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան),

• Բացարձակ քաշ - Սամվել Մարգարյան (ք. Երևան, «Բուրեվեստնիկ», մարզիչ՝ Ռ. Գալստյան):

1975 թվականին ԽՍՀՄ ժողովուրդների սպարտակիադայում մինչև 63 կգ քաշային կարգում **Գ. Աղամալյանը** գրավեց երրորդ մրցանակային տեղը, որը մեծահասակների առաջին լուրջ ձեռքբերումն էր: Այնուհետև, մինչև 1992 թվականը հայ ձյուդոիստները ԽՍՀՄ առաջնություններում և ԽՍՀՄ ժողովուրդների սպարտակիադաներում, համամիութենական առաջնություններում, միջազգային մրցաշարերում, երիտասարդների Եվրոպայի առաջնություններում ցուցաբերեցին մի շարք բարձր արդյունքներ.

- **Հարություն Հարությունյան** (ք. Երևան, մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան) – ԽՍՀՄ չեմպիոն, ԽՍՀՄ առաջնությունների և ժողովուրդների սպարտակիադայի մրցանակակիր, միջազգային մրցաշարերի հաղթող և մրցանակակիր,

• **Գագիկ Աղամալյան** (ք. Երևան, մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան) - ԽՍՀՄ առաջնությունների և ԽՍՀՄ ժողովուրդների երկու սպարտակիադաների, միջազգային մրցաշարերի մրցանակակիր,

• Սերյոժա Սողոյան (ք. Գյումրի, մարզիչ՝ Հ.Սարգսյան) - ԽՍՀՄ առաջնության և միջազգային մրցաշարերի հաղթող և մրցանակակիր,

- Սերգեյ Օհանյան (ք. Երևան, մարզիչ՝ Թ. Քոչարյան) - Համամիութենական և միջազգային մրցաշարերի հաղթող և մրցանակակիր,

• Սամվել Մարգարյան (ք. Երևան, մարզիչ՝ Ռ.Գալստյան) - Համամիութենական մրցաշարերի, ԽՍՀՄ ուսանողական առաջնությունների բազմակի հաղթող և մրցանակակիր,

• Կարապետ Դեմիրյան (ք. Վանաձոր, մարզիչ՝ Ս.Ավետյան) - Եվրոպայի երիտասարդական առաջնության արծաթե մեդալակիր և միջազգային մրցաշարերի հաղթող,

• Կարապետ Խրչեյան (ք. Գյումրի, մարզիչ՝ Գ. Սևոյան) - ԽՍՀՄ առաջնության և միջազգային մրցաշարերի մրցանակակիր,

• ԽՍՀՄ պատանեկան և երիտասարդական առաջնություններում, միջազգային մրցաշարերում հաղթողներ և մրցանակակիրներ են դարձել գյումրեցիներ Կարապետ Խրչայանը և Մուրադ Պեպանյանը, երևանցիներ Ցոլակ Արտեմյանը, Արայիկ Եղիազարյանը, Հակոբ Նիկոյանը և Արթուր Գրիգորյանը, աղջիկներից՝ Մուսաննա Մկրտչյանը, Անահիտ Երանոսյանը, Հռիփսիմե Շիրինյանը և Զոյա Խաչատրյանը:



Հետխորհրդային ժամանակահատվածում առանձնապես բարձր արդյունքների են հասել մեր հետևյալ ձյուդոիստները.



**Հովհաննես
Դավթյան**

• **Հովհաննես Դավթյան** (ք. Գյումրի, մարզիչ՝ Կարեն Սիմոնյան) - աշխարհի մեծահասակների առաջնության բրոնզե և Եվրոպայի մեծահասակների առաջնության 2 անգամ արծաթե և 2 անգամ բրոնզե մեդալակիր, աշխարհի գավաթների և աշխարհի սուպեր գավաթների խաղարկությունների բազմակի չեմպիոն և մրցանակակիր, Լոնդոնի օլիմպիական խաղերի 7-րդ մրցանակակիր,

• **Արմեն Նազարյան** (ք. Հրազդան, մարզիչ՝ Կարեն Աբաղյան) - Եվրոպայի մեծահասակների առաջնություններում շահել է մեկ ոսկե, մեկ արծաթե և երկու բրոնզե մեդալներ, Եվրոպայի մինչև 23 տարեկանների առաջնության չեմպիոն և 3-րդ մրցանակակիր, համաշխարհային ուսանողական խաղերի բրոնզե մեդալակիր, աշխարհի գավաթների և աշխարհի սուպեր գավաթների խաղարկությունների բազմակի չեմպիոն և մրցանակակիր, Աթենքի, Պեկինի, Լոնդոնի օլիմպիական խաղերի մասնակից:



**Արմեն
Նազարյան**



**Անուշ
Հակոբյան**

• **Անուշ Հակոբյան** (ք. Նոր Հաճըն, մարզիչ՝ Տիգրան Բաբայան) - Համաշխարհային ուսանողական խաղերի բրոնզե մեդալակիր, Եվրոպայի Մ-23 տարեկանների առաջնության 2-րդ մրցանակակիր, Աշխարհի երիտասարդների առաջնության 3-րդ մրցանակակիր, Եվրոպայի երիտասարդների առաջնության կրկնակի արծաթե մեդալակիր, Եվրոպայի պատանիների առաջնության 3-րդ մրցանակակիր:

• Երիտասարդների և պատանիների աշխարհի և Եվրոպայի առաջնություններում ոսկե, արծաթե և բրոնզե մեդալներ են շահել **Երևանցիներ** Ղազարոս Գրիգորյանը, Արմեն Իսայիրյանը, Պավել Մելքոնյանը, Էրիկ Գևորգյանը, Հակոբ Առաքելյանը, Գոռ Խորոդյանը, Կարինե Ղևոնդյանը, Դավիթ Մկրտչյանը, Գրիգոր Իվանյանը, Հարություն Դերմիշյանը, Անդրանիկ Չափարյանը, **գյումրեցիներ** Հովհաննես Մալխասյանը, Կարեն Մկրտչյանը, Համբարձում Տոնոյանը, Արթուր Սրապյանը, Փայլակ Վարդազարյանը, Արտյոմ Բաղդասարյանը, **վանաձորցիներ** Տիգրան Վարոսյանը, Դավիթ և Արսեն Ղազարյանները, Գարիկ և Գոռ Հարությունյանները, **չարենցավանցի** Մհեր Թավաքալյանը, **արմավիրցի** Գևորգ Բարսեղյանը, **հրազդանցիներ** Վարուժան Իսրայելյանը, Վահագն Հովսեփյանը, Շահեն Աբաղյանը:



**Ռոբերտ
Գևորգյան**

Հայաստանը ակտիվ մասնակցություն է ունեցել նաև խուլերի Եվրոպայի և Աշխարհի առաջնություններին: Մասնավորապես, վանաձորցի Արտյոմ Մելքոնյանի սան **Ռոբերտ Գևորգյանը** 2015թ. Երևանում կայացած խուլերի Եվրոպայի առաջնությունում 60կգ քաշային կարգում դարձավ Եվրոպայի չեմպիոն, իսկ 2016թ. Տրապիզոնում Աշխարհի առաջնությունում նվաճեց արծաթե մեդալ:



2013 թվականի Դպրոցականների համաշխարային գիմնազիադայում բրոնզե մեդալակիրներ են դարձել Սամվել Խաչատրյանը և Գևորգ Խիթարյանը:



2016 թվականի գիմնազիադայում ոսկե մեդալակիր դարձավ Գասպար Հայրապետյանը, բրոնզե մեդալ նվաճեց Գոռ Հովսեփյանը:

Հայաստանից օլիմպիական խաղերին մասնակցել են



Արսեն Գևորգյան
1996թ. Ատլանտա
մարզիչ՝ Ա.Գևորգյան



Վարդան Ոսկանյան
2000թ. Սիդնեյ
մարզիչներ՝
Թ. և Վ. Հովհաննիսյան,
Ն. Կարսյան



Արմեն Նազարյան
2004թ. Աթենք
2008թ. Պեկին
2012թ. Լոնդոն
մարզիչ՝ Կ.Աբաղյան



Հովհաննես Դավթյան
2008թ. Պեկին
2012թ. Լոնդոն – 7-րդ տեղ
2016թ. Ռիո Դե Ժանեյրո
մարզիչ՝ Կ.Սիմոնյան

Պատանիների օլիմպիական խաղերին մասնակցել են



Դավիթ Ղազարյան
2010թ. Սինգապուր
66 կգ, 3-րդ տեղ
մարզիչ՝ Գ.Ղազարյան



Հարություն Դերմիշյան
2014թ. Նանջինգ
66 կգ, 7-րդ տեղ
մարզիչ՝ Դ.Խիթարյան

Հայաստանի Հանրապետությունում ձյուդո մարզաձևով պարապողների քանակը հասնում է մոտ 3000-ի:

Հայազգի օլիմպիական խաղերի մրցանակակիրներ են դարձել



Բեռնար Չուլոյան
1980թ. Մոսկվա
78 կգ, 3-րդ տեղ
Ֆրանսիա



Արմեն Բադդասարով
1996թ. Ատլանտա
86 կգ, 2-րդ տեղ
Ուզբեկստան



Արսեն Գալստյան
2012թ. –Լոնդոն
60 կգ, 1-ին տեղ
Ռուսաստան

*Հայաստանում ձյուղո մարզաձևի հիմնադրումից
հետո ազգային հավաքականի գլխավոր մարզիչներ են
եղել.*



Թեւման Քոչարյան
1973-1983 թթ.
1997-1998 թթ.



Գագիկ Աղամալյան
1984-1990 թթ.,
1995-1996 թթ.
2005-2008 թթ.



Արթուր Գևորգյան
1991-1994 թթ.
2009-2010 թթ.



Տիգրան Բաբայան
1999-2005 թթ.,
2013 - 2015 թթ.



Ադրիան Կրոիտորու
2010-2012 թթ.



Արմեն Նազարյան
2016 թ.

Ձյուղո մարզաձևի զարգացման գործում Հայաստանի Ձյուղոյի ֆեդերացիան իր կարևոր դերն ու նշանակությունն ունի Միջազգային արենայում: Դրա վկայությունն է, որ 2003 և 2009 թվականներին վստահվեց Երևան քաղաքում անցկացնել Եվրոպայի մինչև 23 և մինչև 20 տարեկան երիտասարդների առաջնությունները:

ՀՀ լուրջ հաջողություններ ունի նաև մրցավարական ասպարեզում: Միջազգային կարգի մրցավարներ են՝



Դավիթ Խիթարյան
Օլիմպիական կարգ



Ալեքսան Ավետիսյան
Օլիմպիական կարգ



Վարուժան Բարայեյան
Միջազգային Բ կարգ



Արարատ Մարտիրոսյան
Միջազգային Բ կարգ



Սերոբ Անդրեասյան
Միջազգային Բ կարգ

ԳԼՈՒԽ IV. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԿՈՂԵՔՍԵՐԸ

Ձյուղո մարզաձևը պահպանում է դարերից եկող սովորությունները և հավատարիմ է մնում սամուրայների պատվախնդրության կանոններին:

Ձյուղոն դաստիարակում է ոչ միայն ֆիզիկական ուժ, այլ նաև գիտունություն ու մեծահոգություն: Ձյուղոն հանդիսանում է ինքնակատարելագործման արվեստ: Թե՛ փորձառու և թե՛ սկսնակ ձյուղոիստը պետք է լինի անվախ, համառ, համեստ և հարգալից մյուս մարդկանց նկատմամբ:

Ձյուղո մարզաձևի հիմնադիր Ձիգարո Կանոն իր արվեստը տեսնում էր որպես անհատի համակողմանի զարգացման միջոց: Նա գտնում էր, որ ձյուղոն ոչ միայն առանց զենքի ինքնապաշտպանություն է և սպորտ, այլև հիմնականում առօրյա ապրելակերպի փիլիսոփայություն:

Ձյուղոիստի պատվախնդրության կանոնները ներառում են այնպիսի հատկանիշներ, ինչպիսիք են.

- քաղաքավարություն (հարգալից վերաբերմունք այլոց հանդեպ),
- համարձակություն (անել այն, ինչը ճիշտ է),
- անմիջականություն, բարեկամություն (զգացմունքներից ամենամաքուրը),
- ազնվություն (արտահայտվել առանց մտքերը կեղծելու), համեստություն (իր մասին խոսել առանց գոռոգության),
- ինքնատիրապետում (կարողանալ լռել, երբ ի հայտ է գալիս բարկությունը),

• պատիվ, հավատարմություն (հավատարիմ մնալ տրված խոստմանը),

• հարգանք (առանց հարգանքի չի կարող լինել վստահություն):

Դպրոց ընդունվելիս աշակերտը երդում է տալիս.

• Ես չեմ թողնի ուսումնա առանց հարգելի պատճառների:

• Ես չեմ խայտառակի ձյուդոն և իմ դպրոցը:

• Առանց ուսուցչի թույլտվության ես ոչ ոքի չեմ հայտնի այն գաղտնիքները, որոնք ինձ սովորեցրել են:

• Որպէս աշակերտ ես կհետեւեմ ձյուդոյի և իմ դպրոցի օրէնքներին և կպահպանեմ դրանք, եթէ դառնամ ուսուցիչ:

Ձիգարո Կանոն իր դասախոսություններում նաև առանձնացնում էր առօրյա կյանքի 5 հատկանիշներ.

• տիրիր նախաձեռնությանը սկզբից,

• ուշադիր հետևիր ինքդ քեզ և առօրյա կյանքի հանգամանքներին, ուշադիր հետևիր ուրիշ մարդկանց, ուշադիր հետևիր ամբողջ շրջապատին,

• հասկացիր ամբողջությամբ, գործիր վստահորեն,

• ունեցիր չափի զգացում,

• գտնվիր ուրախության և ճնշվածության, ինքնագոհության և անտարբերության, անխոհեմ հերոսության և ճղճիմ վախկոտության մեջտեղում:

**ԳԼՈՒԽ V. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ
ԴԱՍԱԿԱՐԳՈՒՄԸ, ՀՆԱՐՔՆԵՐԻ ԲԱՑԱՏՐԱԳԻՐԸ
ԵՎ ՀԱՅԵՐԵՆ ՏԱՌԱԴԱՐՁՈՒՄԸ**

Եվ այսպէս, ձյուդոյի ինստիտուտի՝ «Կոդոկանի» ժամանակակից դասակարգման հիման վրա, ձյուդոյի տեխնիկան իր մեջ ներառում է՝

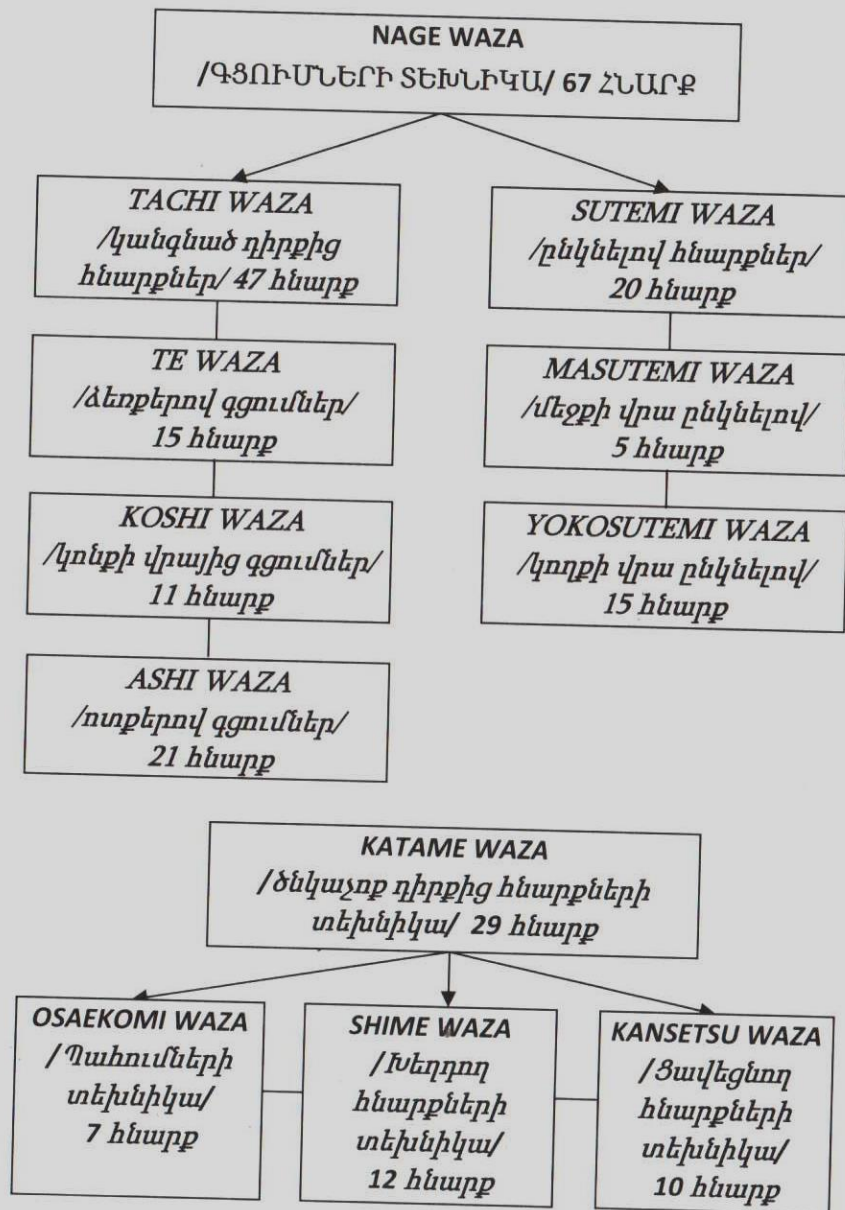
• Գցումների տեխնիկա – Նագե Վազա (67 հնարք),

• Պահումների տեխնիկա, խեղդող և ցավեցնող հնարքներ- Կաթամե Վազա (29 հնարք):

Ըստ այդմ, այս հիմնական բաժիններից յուրաքանչյուրը բաժանվում է ենթաբաժինների՝ որոշելով այս կամ այն տեխնիկայի կատարման սկզբունքները: Իհարկէ, տեխնիկայի քանակը այս կամ այն բաժիններում կարող է ժամանակի ընթացքում փոխվել, ինչպէս դա տեղի է ունեցել մի քանի անգամ:

Վերջին հրատարակումը տեղի է ունեցել 1997թ.:

ՉՅՈՒՂՈՅԻ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ԴԱՍԱԿԱՐԳՈՒՄԸ ԸՍՏ
ԿՈՂՈԿԱՆԻ



Հայերեն- գրագրու- թյուն	Միջազգային տառադարձում	Հայերեն տառադարձում	Հայկական ձուլոդրում ընդունված տերմինա- բանություն	Նկար
投技	NAGE WAZA (67)	ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ	ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ	
立技	Tachi waza (47)	ԹԱՉԻ ՎԱԶԱ	ԿԱՆԳԱՏ ԴԻՐՔԻՑ ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ	
手技	Te waza (15)	ԹԵ ՎԱԶԱ	ՁԵՌՔԵՐՈՎ ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ	
背負投	Seoi nage	Սեոի նագե	Գցում ուսի վրայից	
体落	Tai otoshi	Թաի օթոշի	Գցում ոտնոյի ստաջ	
肩車	Kata guruma	Կաթա գուրումա	Գցում ուսերի վրայից («ջրաղաց»)	
掬投	Sukui nage	Սուկուի նագե	Գցում իրանի վրայից ոտքերը բռնած	
浮落	Ukio toshi	Ուկի օթոշի	Հավասարակշռությու- նից հանել պտտեցնելով (դեպի քեզ)	
隅落	Sumi otoshi	Սումի օթոշի	Հավասարակշռությու- նից հանել հրումով (դեպի uke-ն)	
帶落	Obi otoshi	Օբի օթոշի	Գցում հետ անցումով առջևից գոտին բռնած	

背負落	Seoi otoshi	Սեոի օթոշի	Գցում մեջքի վրայից, ծնկած դրությունից	
山嵐	Yama arashi	Յամա արաշի	Թափազցում երկու ոտքին բռնած մեկ ձեռքը և համանուն օձիքը	
もろ手刈	Morote gari	Մորոթե գարի	Գցում բռնած երկու ոտքերից	
朽木倒	Kuchiki taoshi	Կուչիկի թաոշի	Գցում ոտքից բռնած ծնկահողը	
踵返	Kibisu gaeshi	Կիբիսու գաեշի	Գցում բռնած ոտնաթաթը	
内股透かし	Uchimata sukashi	Ուչիմաթա սուկաշի	Թափազցում ներսից հնարքի հակահնարք պատեցնելով	
小内返	Kouchi gaeshi	Կոուչի գաեշի	Տակահատում ներսից հնարքի հակահնարք	
一本背負投	Ippon seoi nage	Իպպոն սեոի նագե	Գցում ուսի վրայից բռնած ձեռքը և ուսատակը	
腰技	Koshi waza (11)	Կոշի վազա	Գցումներ կոնքի վրայից	
浮腰	Uki goshi	Ուկի գոշի	Գցում կոնքի վրայից կիմոնոն բռնած թևատակից, մեջքամասում	
大腰	O goshi	Օ գոշի	Գցում կոնքի վրայից կիմոնոն բռնած թևատակից առանց բռնվածքի	

腰車	Koshi guruma	Կոշի գուրամա	Գցում կոնքի վրայից՝ օձիքը բռնած պարանոցի մոտ	
釣込腰	Tsurikomi goshi	Յուրիկոմի գոշի	Գցում կոնքի վրայից՝ օձիքը բռնած դիմացից	
払腰	Harai goshi	Հարաի գոշի	Թափազցում առաջ երկու ոտքերից	
釣腰	Tsuri goshi	Յուրի գոշի	Գցում կոնքի վրայից՝ բռնած մեջքը բռնվածքով	
跳腰	Hane goshi	Հանե գոշի	Թափազցում առաջ համանուն ոտքից	
移腰	Utsuri goshi	Ուցուրի գոշի	Գցում կոնքի վրայից՝ գոտին բռնած վերևից, մեջքամասում	
後腰	Ushiro goshi	Ուշիրո գոշի	Գցում գրկելով, գցելով առաջ	
抱上	Daki age	Դակի ագե	Գրկելով բարձրացնել չորեքթաթ դրությունից և գցել մեջքի (չի գնահատվում, տրվում է Մատե հրահանգ)	
袖釣込腰	Sode tsurikomi goshi	Սոդե ցուրիկոմի գոշի	Գցում կոնքի վրայից՝ բռնած երկու թևերից (թաքս կողմ)	
足技	Ashi waza (21)	Աշի վազա	Ոտքերով գցումների տեխնիկա	
出足払	Deashi harai	Դեաշի հարաի	Տակահատում առաջ դրված ոտքին	

膝車	Hiza guruma	Հիզա գուրումա	Փակում ծնկից	
支釣込足	Sasae tsurikomi ashi	Սասաե ցուրիկոմի աշի	Փակում թաթից առջևից քայլերի տեմպը որսալով	
大外刈	Osoto gari	Օսոթոն գարի	Որսումով թափազցում մեկ ոտքի տակ	
大内刈	Ouchi gari	Օուչի գարի	Կառչում ներսից տարանուն ոտքին	
小外刈	Kosoto gari	Կոսոթոն գարի	Տակահատում հետևից ոտնաթաթին	
小内刈	Kouchi gari	Կոուչի գարի	Տակահատում ներսից համանուն ոտքին	
送足払	Okuri ashi harai	Օկուրի աշի հարաի	Տակահատում քայլերի տեմպը որսալով երկու ոտքը միանգամից	
内股	Uchi mata	Ուչի մաթա	Թափազցում ներսից	
小外掛	Kosoto gake	Կոսոթոն գակե	Ոտնդիր հետ տարանուն ոտքով	
足車	Ashi guruma	Աշի գուրումա	Գցում ոտքի վրայից	
払釣込足	Harait surikomi ashi	Հարայի ցուրիկոմի աշի	Տակահատում առաջ (հեկված ոտքին բարձրացնելով)	

大車	O guruma	Օ գուրումա	Գցում ոտքի վրայից դեպի առաջ (պտտվելով)	
大外車	Osoto guruma	Օսոթոն գուրումա	Թափազցում երկու ոտքին	
大外落	Osoto otoshi	Օսոթոն օտոշի	Ոտնդիր հետ	
燕返	Tsubame gaeshi	Ցուբամե գաեշի	Տակահատում կողքից հնարքի հակահնարք	
大外返	Osoto gaeshi	Օսոթոն գաեշի	Թափազցում հետ հնարքի հակահնարք	
大内返	Ouchi gaeshi	Օուչի գաեշի	Կառչում ներսից հնարքի հակահնարք	
跳腰返	Hane goshi gaeshi	Հանե գոշի գաեշի	Թափազցում առաջ համանուն ոտքից հնարքի հակահնարք	
払腰返	Harai goshi gaeshi	Հարաի գոշի գաեշի	Թափազցում առաջ երկու ոտքից հնարքի հակահնարք	
内股返	Uchi mata gaeshi	Ուչի մաթա գաեշի	Թափազցում ներսից հնարքի հակահնարք	
捨身技	Sutemi waza (20)	Սութեմի վազա	Ընկնելով հնարքների տեխնիկա	
真捨身技	Masutemi waza (5)	Մասութեմի վազա	Մեջքի վրա ընկնելով գցումներ	

巴投	Tomoe nage	Թունե նագե	Գցում գլխի վրայից	
隅返	Sumi gaeshi	Սումի գաեշի	Հնկնելով գցում գլխի վրայից սրունքով	
裏投	Ura nage	Ուրա նագե	Գցում կրծքի վրայից	
引込返 (帯取返)	Hikikomi gaeshi (Obitorigaeshi)	Հիկիկոմի գաեշի (օբիթորիգաեշի)	Հնկնելով գցում գլխի վրայից սրունքով (բռնած գոտին)	
俵返	Tawara gaeshi	Թավարա գաեշի	Գցում երկու ոտքից բռնած հնարքի հակահնարք	
横捨身技	Yokosutemi waza (15)	Յոկոսուտեմի վազա	Կողքի վրա ընկնելով գցումներ	
横落	Yoko otoshi	Յոկո օթոշի	Ոտնդիր կողք ընկնելով	
谷落	Tanio toshi	Թանիօ թոշի	Ոտնդիր հետ ընկնելով	
跳巻込	Hane makikomi	Հանե մակիկոմի	Գցում կոնքով և թաթով՝ փակելով ոտքը, ընկնելով	
外巻込	Soto makikomi	Սոթո մակիկոմի	Գցում ոտնդիր առաջ ընկնելով, բռնած մեկ ձեռքը արմնկային մասին, մյուսով վերնից գրկելով	
浮技	Uki waza	Ուկի վազա	Ոտնդիր առաջ ընկնելով	

横分	Yoko wakare	Յոկո վակարե	Ոտնդիր առաջ ոտնաթաթի վրա, հրումով կողք	
横車	Yoko guruma	Յոկո գուրումա	Գցում կրծքի վրայից դեպի կողք պտտվելով	
横掛	Yoko gake	Յոկո գակե	Տակահատում կողքից ընկնելով	
抱分	Daki wakare	Դակի վակարե	Գցում կրծքի վրայից արտակարգումով, բռնած իրանը	
内巻込	Uchi makikomi	Ուչի մակիկոմի	Գցում ընկնելով, բռնած ձեռքը ներսից	
蟹挟	Kani basami	Կանի բասամի	Գցում «Մկրատաձև»	
大外巻込	Osoto makikomi	Օսոթո մակիկոմի	Թափազցում հետ ընկնելով և շրջադարձով	
内股巻込	Uchi mata makikomi	Ուչի մաթա մակիկոմի	Թափազցում ներսից ընկնելով և շրջադարձով	
払巻込	Harai makikomi	Հարաի Մակիկոմի	Թափազցում երկու ոտքից ընկնելով և շրջադարձով	
河津掛	Kawazu gake	Կավազու գակե	Գցում ոտնափաթաթումով (չի թույլատրվում մրցումների ժամանակ)	
固技	KATAME WAZA (29)	ԿԱԹԱՄԵ ՎԱԶԱ	ՀԱՐՔՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ ՄԱՍԻՆԻՔ ԴԻՐՁԵՑ	
押込技	Osaekomi waza (7)	Օսաեկոմի վազա	Պահումների տեխնիկա	

袈裟固 (本袈裟固)	Kesa gatame (Hon kesa gatame)	Կեսա գաթամե (հին անվանումը-Հոն կեսա գատամե)	Պահում կողքից	
崩袈裟固 (枕袈裟固 後袈裟固)	Kuzure kesa gatame (Makura kesa gatame Ushiro kesa gatame)	Կուզուրե կեսա գաթամե (մակուրա կեսա գատամե, Ուշիրո կեսա գաթամե)	Պահում կողքից բռնած ձեռքը ուսի տակից (բռնած վիզը և ոտքերը, հակադարձ պահում կողքից)	
肩固	Kata gatame	Կաթա գաթամե	Պահում ուսով	
上四方固	Kami shiho gatame	Կամի շիհո գաթամե	Պահում գլխավերևից	
崩上四方固	Kuzure kami shiho gatame	Կուզուրե կամի շիհո գաթամե	Պահում գլխավերևից բռնած ձեռքը ուսի տակից	
横四方固	Yoko shiho gatame	Յոկո շիհո գաթամե	Պահում լայնակի	
縦四方固	Tate shiho gatame	Տատե շիհո գաթամե	Պահում հեծած	
絞技	Shime waza (12)	Շիմե վազա	Խեղդող հնարքների տեխնիկա	
並十字紋	Nami juji jime	Նամի ջուջի ջիմե	Խեղդող հնարք առջևից խաչելով օձիքները ուղիղ բռնվածքով մատները դուրս	
逆十字紋	Gyaku juji jime	Գյակու ջուջի ջիմե	Խեղդող հնարք առջևից խաչելով օձիքները հակառակ բռնվածքով մատները ներս	

片十字紋	Kata juji jime	Կաթա ջուջի ջիմե	Խեղդող հնարք առջևից խաչելով օձիքները, մի բռնվածքը ուղիղ, մյուսը հակառակ բռնվածքով	
裸絞	Hadaka jime	Հադակա ջիմե	Խեղդող հնարք հետևից, բազուկով առանց բռնելու օձիքը	
送襟紋	Okuri eri jime	Օկուրի էրի ջիմե	Խեղդող հնարք հետևից բռնած օձիքները	
片羽紋	Kata ha jime	Կաթա հա ջիմե	Խեղդող հնարք հետևից բռնած մեկ օձիքը	
胴絞	Do jime	Դո ջիմե	Խեղդող հնարք ճնշելով իրանը ոտքերով (չի թույլատրվում կիրառել մրցումների ժամանակ)	
袖車紋	Sode guruma jime	Սոդե գուրումա ջիմե	Խեղդող հնարք օգտագործելով ձյուրոկիի թևը	
片手紋	Kata te jime	Կաթա թե ջիմե	Խեղդող հնարք առջևից բռնած օձիքը մեկ ձեռքով	
両手紋	Ryo te jime	Ռյո թե ջիմե	Խեղդող հնարք առջևից երկու ձեռքով	
突込紋	Tsukkomi jime	Ցուկկոմի ջիմե	Խեղդող հնարք ճնշելով կոկորդը	
三角紋	Sankaku jime	Սանկակու ջիմե	Խեղդող հնարք ոտքերով «եռանկյունի»	

關節技	Kansetsu waza (10)	Կանսեցու վազա	Ցավեցնող հնարքների տեխնիկա	
腕絨	Ude garami	Ուդե գարամի	Արմունկի հանգույց	
腕挫十字固	Ude hishigi juji gatame	Ուդե հիշիգի չուջի գաթամե	Ոտքերի միջից արմունկի գերծռում	
腕挫腕固	Ude hishigi ude gatame	Ուդե հիշիգի ուդե գաթամե	Արմունկի գերծռում երկու ձեռքով	
腕挫膝固	Ude hishigi hiza gatame	Ուդե հիշիգի հիզա գաթամե	Արմունկի գերծռում ոտքի օգնությամբ	
腕挫腋固	Ude hishigi waki gatame	Ուդե հիշիգի վակի գաթամե	Արմունկի գերծռում թևա- տակի օգնու- թյամբ	
腕挫腹固	Ude hishigi hara gatame	Ուդե հիշիգի հարա գաթամե	Արմունկի գերծռում որո- վայնի օգնու- թյամբ	
足絨	Ashi garami	Աշի գարամի	Ազդրի հան- գույց (չի թույ- լատրվում մրցումների ընթացքում)	
腕挫脚固	Ude hishigi ashi gatame	Ուդե հիշիգի աշի գաթամե	Արմունկի գերծռում ոտքի հանգույցով	
腕挫手固	Ude hishigi te gatame	Ուդե հիշիգի տե գաթամե	Արմունկի գերծռում ձեռքին հենած	
腕挫三角固	Ude hishigi sankaku gatame	Ուդե հիշիգի սանկակու գաթամե	Արմունկի գերծռում ձեռ- քերով, ոտքե- րով «եռակ- յունի» բռնված- քով	

ԳԼՈՒԽ VI. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ՄՐՑԱԿԱՆՈՆՆԵՐԸ

Հոդված 1. ՄՐՑԱՀՐԱԴԱՐԱԿ

Մրցումների համար նախատեսված հրապարակը պետք է ունենա նվազագույնը 14x14 մետր և առավելագույնը 16x16 մետր չափեր: Այն պետք է ծածկված լինի **SUSUSHI-ՈՎ** կամ նմանատիպ փոխարինող այլ ծածկույթով, հիմնականում կանաչավուն գույնի:

Մրցահրապարակի մակերեսը բաժանվում է երկու տարածքների: Գոտեմարտի համար նախատեսված մրցահրապարակի մակերեսը կոչվում է **ԱՇԽԱՏԱՆՔԱՅԻՆ ՏԱՐԱԾՔ**: Այն պետք է ունենա 8x8 մետրից ոչ պակաս և 10x10 մետրից ոչ ավելի չափեր:

Աշխատանքային տարածքից դուրս գտնվող եզրային մասը կոչվում է ԱՆՎՏԱՆԳՈՒԹՅԱՆ ԳՈՏԻ: Այն հիմնականում պետք է ունենա 3 մետր լայնություն:

Աշխատանքային տարածքի կենտրոնական մասում, դեմ-դիմաց, մեկը մյուսից 4 մետր հեռավորության վրա նշագծվում են կապույտ և սպիտակ գծեր 10 սմ երկարությամբ և 50 սմ լայնությամբ (հաճախ կաշուն ժապավենով): Այդ գծերը մարզիկների համար ծառայում են որպես գոտեմարտը սկսելու և ավարտելու ելման դիրքեր: Կապույտ գիծը պետք է գտնվի արբիտրից դեպի աջ, իսկ սպիտակը՝ դեպի ձախ:

Մրցահրապարակի տատամին պետք է գտնվի զսպանակող հատակի կամ հենահարթակի վրա (տե՛ս լրացումը): Եթե երկու կամ ավելի մրցահրապարակ է տեղադրված, ապա աշխատանքային տարածքների միջև ընկած ընդհանուր անվտանգության գոտին պետք է ունենա 3 մետրից ոչ պակաս լայնություն: Մրցահրա-

պարակի շուրջը պետք է լինի 50 սմ-ից ոչ պակաս ազատ գոտի:

Հոդված 1-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Օլիմպիական խաղերի, աշխարհի, մայրցամաքային և IJF պաշտոնական առաջնությունների մրցահրապարակների աշխատանքային տարածքն ընդհանրապես պետք է ունենա 8 x 8 մետր չափեր:

SUSUՄԻ

Տատամին իրենից ներկայացնում է 2x1 մետր չափի ներքնակներ, որոնք հիմնականում պատրաստվում են մամլված ծղոտից կամ, ավելի հաճախ՝ պոլիմերային նյութերից: Տատամին պետք է ունենա չափավոր կոշտություն ու առաձգականություն, որպեսզի «ՈՒԿԵ»-ի ընկնելու դեպքում կլանի հարվածի ուժը: Այն պետք է երեսպատված լինի հատուկ պաստառով, որը չպետք է լինի կոպիտ և սայթաքուն: Ներքնակները պետք է տեղադրվեն առանց ճեղքերի՝ այնպես, որ ունենան հարթ մակերես և չշարժվեն:

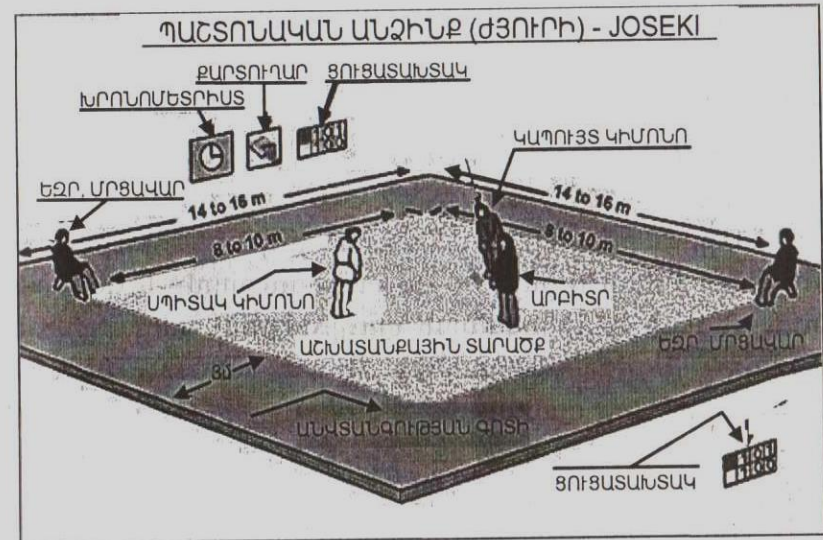
ՀԵՆԱՀԱՐԹԱԿ

Հենահարթակը պարտադիր չէ: Այն հիմնականում պատրաստվում է ամուր փայտատեսակներից և պետք է ունենա զսպանակելու հատկություն:

Չափերը՝

- մակերեսը 18x18 մետր,
- բարձրությունը 1 մետրից ոչ ավելի (ընդհանրապես 50 սմ կամ պակաս):

Հենահարթակի առկայության դեպքում անվտանգության գոտին տեղադրվում է 4 մետր լայնքով:



Հոդված 2. ԿԱՀԱՎՈՐՈՒՄԸ ԵՎ ԳՈՒՅՔԸ (ՄԱՐՔԱՎՈՐՈՒՄՆԵՐԸ)

Ա) ԴՐՈՇԱԿՆԵՐ ԱՐԲԻՏՐԻ ՀԱՄԱՐ

Արբիտրի կապույտ և սպիտակ դրոշակները պետք է գտնվեն մրցահրապարակին շատ մոտ (օրինակ՝ մրցավարների սեղանին), անարդյունք «ԳՈՒԴԵՆ ՍՔՈՐ»-ից հետո «ԽԱՆՏԵՅ»-ի (հաղթողին որոշելու) համար:

Բ) ԱԹՈՌՆԵՐ ԵՎ ԴՐՈՇԱԿՆԵՐ ԵԶՐԱՅԻՆ ՄՐՅԱՎԱՐՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

Երկու թեթև աթոռ պետք է դրվեն անվտանգության գոտում, աշխատանքային տարածքի հակադիր անկյուններում՝ այնպես, որ չփակեն եզրային մրցավարների

և մրցավարական հանձնաժողովի անդամների տեսադաշտը, ինչպես նաև ինֆորմացիոն ցուցատախտակը:

Յուրաքանչյուր աթոռին ամրացված հատուկ պատյանում պետք է գտնվեն 2 դրոշակներ՝ կապույտ և սպիտակ:

Գ) ՏԵՂԵԿԱՏՎՈՒԹՅԱՆ ԵՎ ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆՆԵՐԻ ԳՐԱՆՅՄԱՆ ՅՈՒՑԱՏԱԽՏԱԿ (ՏԱԲԼՈ)

Մրցահրապարակից դուրս, յուրաքանչյուր տատամիի համար (մինչև 90 սմ բարձրությամբ և գնահատականների հորիզոնական ցուցիչներով) տեղադրվում են երկու ցուցատախտակներ: Դրանք այնպես պետք է տեղադրվեն, որ գտնվեն արբիտրի, եզրային և գրանցող մրցավարների, ինչպես նաև հանդիսատեսի տեսադաշտում:

Այն դեպքերում, երբ հնարավորություն կա օգտագործելու էլեկտրոնային ցուցատախտակներ, մեխանիկական ցուցատախտակներն օգտագործվում են վերահսկողություն իրականացնելու համար (տե՛ս լրացումը):

Դ) ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԺԱՄԱՆԱԿԻ ՀՄԿՈՂՈՒԹՅՈՒՆ (ԺԱՄԱՅՈՒԹՅՈՒՆ)

Գոտեմարտի ժամանակը վերահսկելու համար անհրաժեշտ է ունենալ ժամացույցների (վայրկյանաչափ) հետևյալ քանակ.

- գոտեմարտի տևողության - 1 հատ,
- «օսաեկումի» հնարքի տևողության - 2 հատ,
- պահեստային - 1 հատ:

Էլեկտրոնային ցուցատախտակի ժամացույցի աշխատանքի հետ համընթաց աշխատեցվում են նաև ձեռքի ժամացույցները:

Ե) ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԺԱՄԱՆԱԿԻ ՀՄԿՈՂՈՒԹՅԱՆ ԴՐՈՇԱԿՆԵՐ

Գոտեմարտի ժամանակը վերահսկելու համար անհրաժեշտ է ունենալ հետևյալ դրոշակները.

- գոտեմարտի ընթացքի դադար - դեղին,
- «օսաեկումի» հնարքի տևողության - կանաչ:

Այն դեպքում, երբ գոտեմարտի և «օսաեկումի» ժամանակը ցուցադրվում է էլեկտրոնային ցուցատախտակի ժամացույցով, դեղին և կանաչ դրոշակները պետք է գտնվեն ռեզերվում:

Զ) ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԺԱՄԱՆԱԿԻ ԱՎԱՐՏՆ ԱԶԴԱՐԱՐՈՂ ՀԱՅՆԱՅԻՆ ԱԶԴԱՆՇԱՆ

Գոտեմարտի ժամանակի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշան կարող է հանդիսանալ ինչպես էլեկտրոնային ձայնային ազդանշանը, այնպես էլ ձեռքի մեխանիկական ձայնարկիչը՝ գոնգը:

Է) ԿԱՊՈՒԹՅ ԵՎ ՄՊԻՏԱԿ ՄԱՐԶԱՀԱ-ԳՈՒՍՏ (ԿԻՄՈՆՈ)

Մարզիկները պարտավոր են հազնել կապույտ կամ սպիտակ գույնի մարզահագուստ՝ կիմոնո: Մրցումների ժամանակ առաջինը տատամի հրավիրված մարզիկը պետք է հազնի կապույտ գույնի, իսկ երկրորդը՝ սպիտակ գույնի կիմոնո:

Հոդված 2-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Ցուցատախտակների և ժամացույցների վրա աշխատող մրցավարները դեմքով պետք է գտնվեն դեպի արբիտրը և լավ տեսանելի լինեն գնահատականները գրանցող մրցավարին:

Հանդիսատեսը պետք է գտնվի մրցահրապարակից ոչ ավելի մոտ, քան 3 մետր հեռավորության վրա:

Ժամացույցները պետք է հարմար լինեն օգտագործման համար: Դրանց ճշտգրտությունն անհրաժեշտ է ստուգել մրցումներից առաջ: Ձեռքի ժամացույցները և ցուցատախտակները պետք է օգտագործվեն էլեկտրոնային համակարգերի հետ համատեղ:

Ձեռքի ցուցատախտակի օրինակ

ԿԱՂՈՒՅՏ	ՆԿԱՏՈՂՈՒԹՅՈՒՆ		
	0	1	0
ՍՊԻՏԱԿ	I	W	Y
	0	0	1
	ՆԿԱՏՈՂՈՒԹՅՈՒՆ		

Ցուցատախտակի մեկնաբանություն

- Կապույտ կիմոնոյով ձյուդոիստն ունի մեկ «վազա-արի» գնահատական և ստացել է երկու «շիդո» նկատողություն:

- Կապույտ կիմոնոյով ձյուդոիստին երկու «շիդո» նկատողություն հայտարարելու արդյունքում սպիտակ կիմոնոյով ձյուդոիստի օգտին անմիջապես գրանցվում է 1 «յուկո» գնահատական:

Հոդված 3. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ՀԱՄԱԶԳԵՍՏԸ

Մրցումների մասնակիցները պետք է հագնեն ձյուդոյի համագեստ՝ ձյուդոգի կամ կիմոնո (այսուհետ՝ կիմոնո), որը պետք է համապատասխանի հետևյալ պահանջներին:

ա) Կիմոնոն պետք է պատրաստված լինի բամբակյա կամ նմանատիպ այլ գործվածքներից, լինի ամուր և նորատես, չլինի չափից ավելի կոշտ ու հաստ, չխանգարի մրցակցի բռնվածքներին:

բ) Համաձայն վիճակահանության և մրցումների ընթացքի արձանագրության, մասնակիցների կիմոնոն պետք է ունենա կապույտ կամ սպիտակ (համարյա սպիտակ) գույն (տե՛ս լրացումը):

գ) Կիմոնոյի վրա թույլատրվում են հետևյալ պիտակները և տարբերանիշերը.

1) պետության անվանման հապավումն ըստ ՄՕԿ-ի. կիմոնոյի մեջքամասում (տառերի չափը՝ 11սմ),

2) պետության զինանշանը. ձախ կրծքամասում (առավելագույն չափը՝ 100 սմ քառակուսի մակերեսով),

3) կիմոնոն արտադրողի առևտրային պիտակը. բաճկոնի առջևից՝ ներքևի եզրամասում, և անդրավարտիքի ձախ փողքի ներքևի մասում, ինչպես նաև գոտու մեկ վերջնամասում (20 սմ քառակուսի մակերեսով):

Վերը նշված պիտակի փոխարեն թույլատրվում է արտադրողի առևտրային պիտակը տեղադրել բաճկոնի մեկ թևքի վերին մասում՝ 25 x 5 սմ չափով:

Ձյուդոյի միջազգային ֆեդերացիայի (IJF) պաշտոնական մատակարարին թույլատրվում է տեղադրել IJF-ի լոգոտիպն իրենց առևտրային պիտակից բարձր, իրար կպած:

4) Բաճկոնի ուսամասերում՝ երկու կողմերից տեղադրել համապատասխան տարբերանիշ (նշանաբուլ), օձիքից ուսի վրայով դեպի թևքամաս՝ 25 x 5 սմ չափով,

5) Թույլատրվում է բաճկոնի թևքերի վերին մասում տեղադրել գովազդներ 100 սմ քառակուսի մակերեսով: Գովազդը պետք է տեղադրված լինի ուսամասերի նշանաբուլներից ներքև՝ նրան կպած,

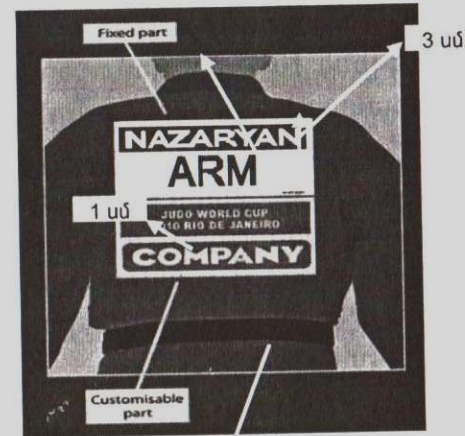
6) Օլիմպիական խաղերում կամ աշխարհի առաջնություններում 1-ից 3-րդ մրցանակային տեղեր գրաված ձյուդոիստներին թույլատրվում է բաճկոնի առջևից՝ ներքևի ձախ եզրամասում տեղադրել 6x10 սմ չափի գրված տեղին համապատասխան թվային նիշ,

7) Թույլատրվում է մարզիկի ազգանունը գրել գոտու վրա, բաճկոնի ձախ կողմի ներքևի մասում, ինչպես նաև անդրավարտիքի առջևից՝ վերին մասում (առավելագույնը 3 x 10 սմ չափի):

Թույլատրվում է մարզիկի ազգանունը գրել (տպված կամ ասեղնագործված) և տեղադրել բաճկոնի մեջքամասում՝ պետության անվանման հապավումից վերև, այնպես, որ չխանգարի մրցակցին մեջքից բռնվածք իրականացնելու: Ազգանվան մակագրության չափերը պետք է լինի 7 սմ բարձրությամբ և 30 սմ երկարությամբ: Այդ 7 x 30 սմ ուղղանկյունը պետք է տեղադրել օձիքից 3 սմ ներքև:

Օլիմպիական խաղերի և IJF-ի պաշտոնական առաջնությունների ժամանակ մարզիկի ազգանունը գրվում է մեջքամասում՝ 30 x 40 սմ ընդհանուր մակերեսով վրակարի վրա: Ամբողջական տեղեկությունների համար նայել ինտերնետային www.maybacknumber.com/eju կայքը (տե՛ս նկար № 1):

Նկար №1



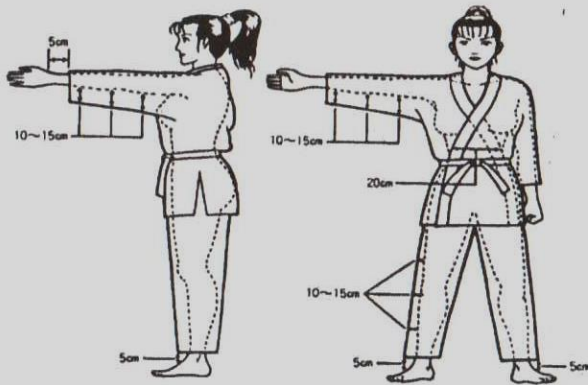
դ) Կիմոնոյի բաճկոնը պետք է ունենա այնպիսի երկարություն, որ ծածկի ազդրերի մեծ մասը և հասնի մինչև բռնցքները (ձեռքերը մարմնի ուղղությամբ ներքև իջեցրած): Բաճկոնը պետք է ունենա այնքան լայնություն, որ ձախ փեշը աջ փեշի վրա դնելուց հետո փեշերի վրաբերվածքի լայնքը գոտկատեղի շրջանում կազմի 20 սմ-ից ոչ պակաս: Բաճկոնի թևքի առավելագույն երկարությունը պետք է հասնի մինչև դաստակի ելուստը, իսկ նվազագույնը՝ դաստակի ելուստից 5 սմ վերև: Բաճկոնի թևքի լուսանցքը ձեռքի ամբողջ երկարությամբ պետք է լինի 10-15 սմ լայնությամբ (հաշվի առնելով նաև բինտակապի առկայությունը): Բաճկոնի օձիքի եզրամասը պետք է 1 սմ-ից ավելի հաստություն և 5 սմ-ից ավելի լայնություն չունենա: Կարերը պետք է լինեն զուգահեռ:

ե) Անդրավարտիքի վրա ոչ մի պիտակ չպետք է լինի (բացառությամբ գ-3 և գ-7 կետերի), և այն պետք է ունենա բավականաչափ երկարություն: Առավելագույն

երկարությունը պետք է հասնի մինչև սրունքաթաթային հոդի ելուստին, իսկ նվազագույնը՝ նրանից 5 սմ վերև: Ոտքի ամբողջ երկարությամբ անդրավարտիքի լուսանցքը պետք է լինի 10-15 սմ լայնությամբ (հաշվի առնելով նաև բինտակապի առկայությունը):

զ) 4-5 սմ լայնությամբ ամուր գոտին, որի գույնը համապատասխանում է մարզիկի որակավորմանը, պետք է ունենա այնքան երկարություն, որ գոտկատեղի շուրջը երկու շրջան փաթաթելուց և ամուր կրկնահանգույցով կապելուց հետո՝ վերջավորություններն ունենան 20-30 սմ երկարություն (տե՛ս նկար № 2):

Նկար № 2



ե) Աղջիկները կիմոնոյի բաճկոնի տակից պետք է հագնեն

- սպիտակ կամ գրեթե սպիտակ գույնի կարճաթև մարզաշապիկ, որը պետք է ունենա այնպիսի երկարություն, որ դրվի անդրավարտիքի մեջ,

- կամ սպիտակ կամ գրեթե սպիտակ գույնի կարճաթև տրիկո:

Հոդված 3-ի ՀԱՎԵԼ ՎԱԾ

Եթե մրցակցի(ների) կիմոնոն չի համապատասխանում տվյալ հոդվածի պահանջներին, գոտեմարտն սկսելուց առաջ արբիտրը պարտավոր է պահանջել, որ հնարավորինս կարճ ժամանակամիջոցում այն փոխարինվի պահանջներին համապատասխանող մեկ այլ կիմոնոյով: Մարզիկի պահեստային կիմոնոն պետք է գտնվի իր մարզիչի (մարտավկայի) մոտ, որը նստում է տատամիի հարևանությամբ:

Եթե գոտեմարտի ընթացքում անհրաժեշտություն է առաջանում հագուստը փոխելու (հիմնականում պատռված անդրավարտիքը) մրցահրապարակի սահմաններից դուրս, իսկ ուղեկցող մրցավարը հակառակ սեռից է, ապա այդ դեպքում մասնակցին կարող է ուղեկցել նույն սեռի մեկ այլ մրցավար կամ ղեկավարության կողմից նշանակված պաշտոնական անձ:

Կիմոնոյի թևերի երկարությունը կամ լայնությունը որոշելու համար արբիտրը մասնակցին առաջարկում է ձեռքերը պարզել առաջ՝ ուսերի բարձրությամբ, որպեսզի իրականացնի ստուգումը:

Մրցակցական կապույտ կիմոնոյի գունային գամմայի թույլատրելի սահմաններն են՝ n°18-4051---n°18-4039-ից մինչև n°285---n°286:

Եվրոպայի, աշխարհի առաջնություններում և օլիմպիական խաղերում կազմակերպիչները պարտավոր են ապահովել պահեստային կիմոնոներ:

Կիմոնոյի արտադրության նորմերը

ա) Կիմոնոյի բաճկոնի կտորի գործվածքում պետք է օգտագործել 70%-ից ավել բամբակյա թել, և քաշը չպետք է գերազանցի 1 կիլոգրամը:

բ) Կիմոնոյի բաճկոնի թևքի եզրամասի ծավաձքը (մանժետը) պետք է 3 սմ-ից ավել չլինի և չունենա ավելորդ հաստություն:

գ) Մեջքամասի կարի ակոսի լայնքը պետք է 3սմ-ից ավելի չլինի:

դ) Անդրավարտիքի փողքի եզրամասի ծավաձքը (մանժետը) պետք է 3 սմ-ից ավելի չլինի և չունենա ավելորդ հաստություն:

ե) Կիմոնոյի բաճկոնի կրծքամասի, ուսագոտու և թևատակի շրջաններն ամրացնելու համար հարկավոր է օգտագործել միայն մեկ շերտ կտորի գործվածք:

Հոդված 4. ՀԻԳԻԵՆԱ

ա) Կիմոնոն պետք է լինի մաքուր, չոր և առանց տհաճ հոտերի:

բ) Ձեռքերի և ոտքերի եղունգները պետք է լինեն կարճ կտրված:

գ) Մասնակիցների անձնական հիգիենան պետք է համապատասխանի նորմերի ընդունելի պահանջներին:

դ) Երկար մազերը պետք է այնպես հավաքվեն, որ չխանգարեն հակառակորդին:

Հոդված 4-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Որևէ մասնակից, որը չի կատարի 3-րդ և 4-րդ հոդվածների պահանջները, կգրկվի մրցումներին մասնակցելու իրավունքից, և նրա հակառակորդին կշնորհվի «ԿԻԿԵՆ-ԳԱՉԻ» մաքուր հաղթանակ՝ համաձայն հոդված 28-ի պահանջների:

Հոդված 5. ՊԱՇՏՈՆԱԿԱՆ ԱՆՁԻՆՔ

Ընդհանրապես մրցակցական գոտեմարտը սպասարկում են արբիտրը և երկու եզրային մրցավարները մրցավարական հանձնաժողովի (ժյուրիի) հսկողությամբ: Արբիտրին և եզրային մրցավարներին օգնում են

- ցուցատախտակի վրա գնահատականները գրանցող մրցավարները,

- գոտեմարտի և «օսաեկոմի» ժամանակը հսկող մրցավարները,

- գոտեմարտի արդյունքը գրանցող քարտուղարները և հաղորդավարները:

Մրցավարական հանդերձանքը պետք է համապատասխանի մրցումների կազմակերպիչների կողմից հաստատված հազուստի կանոնակարգին:

Հոդված 5-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Գնահատականները գրանցող, գոտեմարտի և «օսաեկոմի» հնարքի ժամանակը հսկող մրցավարների, ինչպես նաև արձանագրությունները վարող և մյուս տեխնիկական անձնակազմի տարիքը պետք է 21 տարեկանից բարձր լինի: Նրանք առնվազն պետք է ունենան ազգային մրցավարական որակավորում և 3 տարուց ոչ պակաս փորձառություն:

Կազմակերպչական տնօրինությունն է պատասխանատու նրանց նախնական պատրաստության, ջանասիրության և կարգապահության համար: Ժամանակը հսկող մրցավարները պետք է լինեն 2 հոգուց ոչ պակաս՝ մեկը գոտեմարտի մաքուր ժամանակը հսկող, մյուսն «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակը հսկող: Հնարավորության դեպքում նշանակվում է երրորդ մրցավար:

րը, որը պետք է վերահսկի առաջին երկուսի հնարավոր սխալները:

Գոտենմարտի մաքուր ժամանակը գրանցող մրցավարը, լսելով արբիտրի «ՀԱԶԻՄԵ» կամ «ՅՈՇԻ» հրահանգը, անմիջապես միացնում է վայրկյանաչափը, իսկ եթե լսում է «ՄԱՏԵ» կամ «ՍՈՆՈ-ՄԱՄԱ» հրահանգ, անմիջապես կանգնեցնում է՝ բարձրացնելով դեղին դրոշակը:

«ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակն արձանագրող մրցավարը, լսելով արբիտրի «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» սկսելու հրահանգը, անմիջապես միացնում է վայրկյանաչափը և բարձրացնում է կանաչ դրոշակը, իսկ եթե հնչում է «ՍՈՆՈ-ՄԱՄԱ» հրահանգը, անմիջապես կանգնեցնելով վայրկյանաչափը՝ իջեցնում է կանաչ դրոշակը: Լսելով «ՅՈՇԻ» հրահանգը՝ նորից է միացնում վայրկյանաչափը և բարձրացնում է կանաչ դրոշակը: «ՏՈԿԵՏԱ» կամ «ՄԱՏԵ» հրահանգի դեպքում նա կանգնեցնում է ժամանակը և մրցավարին տեղեկացնում գրանցված «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակի տևողության մասին կամ ձայնային ազդանշանով (գոնգ) ազդարարում է «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակի ավարտը (25 վայրկյան, եթե չի եղել նախնական «ՎԱԶԱ-ԱՐԻ» գնահատական, կամ 20 վայրկյան, եթե «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքից առաջ հարձակվող մարզիկն ունեցել է «ՎԱԶԱ-ԱՐԻ» գնահատական, կամ նրա հակառակորդն ունի երեք հատ «ՇԻԴՈ» նկատողություն):

Գոտենմարտի ժամանակը սպառվելուց հետո ժամանակը հսկող մրցավարն անմիջապես հնչեցնում է գոտենմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանը (տե՛ս 10, 11 և 12 հոդվածները):

Ցուցատախտակի մրցավարը պետք է այնպես լավ հասկանա մրցավարական ժեստերը և արբիտրի հայտարարությունները, որ կարողանա ցուցատախտակի վրա ճիշտ վերարտադրել բոլոր գնահատականներն ու արդյունքները:

Բացի վերը նշված մրցավարներից, հարկավոր են նաև մրցումների ամբողջ ընթացքն արձանագրող մրցավար-քարտուղարներ, Էլեկտրոնային համակարգերը սպասարկող մասնագետներ և տեսանկարահանողներ:

Ամեն պարագայում ձեռքի վայրկյանաչափերը և մեխանիկական ցուցատախտակները պետք է օգտագործվեն Էլեկտրոնային համակարգերի հետ համատեղ՝ խափանումներից և անճշտություններից խուսափելու համար:

Հոդված 6. ԱՐԲԻՏՐԻ ՊԱՐՏԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ **ՏԵՂԸ ԵՎ ԴԻՔԸ**

Գոտենմարտի ընթացքում արբիտրը հիմնականում պետք է գտնվի մրցահրապարակի աշխատանքային գոտում: Նա դեկավարում է գոտենմարտի ընթացքը և ընդունում համապատասխան որոշումներ: Հետևում է ցուցատախտակի գնահատականների ճիշտ գրանցմանը:

Հոդված 6-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Նախքան մրցումների սկիզբը, արբիտրը պետք է համոզված լինի, որ պաշտոնատար անձինք, սպասարկող անձնակազմը, մրցահարթակը, տատամին, անհրաժեշտ սարքավորումները, մասնակիցների համազգեստը, հիգիենան և այլ պարագաներ գտնվում են իրենց

տեղերում և համապատասխանում են սահմանված կարգին:

Երբ արբիտրը հայտարարում և ցուցադրում է որևէ գնահատական, պետք է այնպիսի դիրք ընդունի, որ իր տեսադաշտում պահի գոտեմարտող մարզիկներին և գոնե մեկ եզրային մրցավարի, որպեսզի անհրաժեշտության դեպքում շտապ կարողանա փոխել իր կողմից հայտարարված ոչ ճիշտ կարծիքը կամ ցուցադրած գնահատականը:

Այն դեպքում, երբ երկու ձյուդոիստներն էլ գտնվում են «ՆԵ-ՎԱԶԱ» (չորեքթաթ) դիրքում՝ դեմքով շրջված դեպի աշխատանքային գոտու եզրը, արբիտրը կարող է գոտեմարտին հետևել՝ դիրք գրավելով անվտանգության գոտում:

Գոտեմարտից առաջ մրցավարները պետք է նախօրոք ծանոթանան իրենց տատամիին հատկացված գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանին և բուժկազմի գտնվելու վայրին:

Մրցահրապարակի գնումը իրականացնելիս արբիտրը և եզրային մրցավարները պարտավոր են հետևել

- տատամիի մաքրությանը,
- տատամիի մակերեսի հարթությանը,
- եզրային մրցավարների աթոռների դիրքին,
- «ԽԱՆՏԵՅԻ» դրոշակների առկայությանը,
- սույն կանոնադրության 3-րդ և 4-րդ հոդվածների պահանջների կատարմանը մասնակիցների կողմից:

Արբիտրը և եզրային մրցավարները պետք է հետևեն, որ հանդիսատեսը, մարզասերները, մարզիչները, մյուս մարզիկները և լրագրողները չխանգարեն մրցումների ընթացքին:

Հոդված 7. ԵԶՐԱՅԻՆ ՄՐՑԱՎԱՐՆԵՐԻ ՊԱՐՏԱԿԱՆՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԸ, ՏԵՂԸ ԵՎ ԴԻՐՔԸ

Եզրային մրցավարները պետք է գտնվեն մրցահրապարակի հակադիր անկյուններում, աշխատանքային տարածքից դուրս, անվտանգության գոտում և օգնեն արբիտրին:

Տեխնիկական գնահատականների կամ նկատողությունների հայտարարման դեպքում յուրաքանչյուր եզրային մրցավար պարտավոր է հայտնել (արտահայտել) իր կարծիքը համապատասխան ցուցադրմամբ (ժեստով), եթե այն չի համընկնում արբիտրի կարծիքի հետ:

Եթե արբիտրը հայտարարել է ավելի բարձր (ցածր) տեխնիկական գնահատական կամ նկատողություն, քան եզրային մրցավարների ցուցադրածը, ապա արբիտրը պարտավոր է փոխել իր գնահատականը կամ նկատողությունն ավելի ցածրով (բարձրով)՝ ըստ մեծամասնության կարծիքի:

Եթե մի եզրային մրցավարի ցույց տված գնահատականը բարձր է, իսկ մյուսինը ցածր է արբիտրի ցույց տված գնահատականից, վերջինս կարող է նույնությամբ թողնել իր հայտարարած գնահատականը:

Եթե երկու եզրային մրցավարների կարծիքները տարբերվում են արբիտրի կարծիքից, իսկ վերջինս չի նկատում նրանց ցուցադրումները, ապա եզրային մրցավարները շարունակելով ցուցադրումները՝ կանգնում են ոտքի այնքան ժամանակ, քանի դեռ արբիտրը չի փոխել իր կարծիքը և միացել մեծամասնության կարծիքին:

Եթե մի քանի վայրկյանի ընթացքում արբիտրը չի նկատում, որ եզրային մրցավարները կանգնել են, արբիտրին մոտ գտնվող եզրային մրցավարը, շարունա-

կելով ցուցադրել իր կարծիքը, պետք է մոտենա նրան և նրա ուշադրությունը հրավիրի մեծամասնության կարծիքի վրա:

Եզրային մրցավարները համապատասխան ժեստերի օգնությամբ պետք է արտահայտեն իրենց կարծիքը ձյուդոիստների կողմից աշխատանքային և անվտանգության գոտիների սահմաններում կատարած գործողությունների վերաբերյալ:

Մրցավարական եռյակի յուրաքանչյուր խորհրդակցում (քննարկում) անհրաժեշտ է միայն այն դեպքում, երբ արբիտրը կամ եզրային մրցավարներից մեկը նկատել են այն, ինչը չեն նկատել մյուս երկու մրցավարները, որը կարող է փոխել կայացրած որոշումը: Կարծիք արտահայտողը պետք է համոզված լինի դրա անհրաժեշտության մեջ, որպեսզի խուսափի անտեղի քննարկումներից:

Եզրային մրցավարները նաև պետք է հսկեն, որ ցուցատախտակի գրանցումները համապատասխանեն արբիտրի կողմից հայտարարած գնահատականներին:

Եթե արբիտրը անհրաժեշտ է համարում, որ մասնակիցը ժամանակավոր կարող է լքել մրցահրապարակը, այդ դեպքում եզրային մրցավարից մեկը պարտավոր է ուղեկցել մարզիկին: Այդ թույլտվությունը տրվում է միայն ծայրահեղ դեպքերում (օրինակ՝ հագուստը փոխելու նպատակով, եթե այն չի համապատասխանում սույն կանոնադրության պահանջներին):

Հոդված 7-ի ՀԱՎԵԼ ՎԱՐ

Եզրային մրցավարները և արբիտրը մրցահրապարակից կարող են հեռանալ ընդմիջումների կամ չնախատեսված կարճատև դադարների ժամանակ:

Եզրային մրցավարը այնպես պետք է նստի արձին, որ ոտքերը գտնվեն աշխատանքային տարածքի անկյան եզրերին, իսկ ձեռքերը՝ ծնկներին, ավերով ներքև: Եթե եզրային մրցավարը ցուցատախտակի վրա սխալ է նկատում, նա պետք է արբիտրի ուշադրությունը հրավիրի դրա վրա: Եզրային մրցավարը պետք է միշտ պատրաստ լինի արագ վեր կենալու և հեռացնելու իր արձողը, եթե դա սպառնում է մասնակիցների անվտանգությանը: Եզրային մրցավարը չպետք է արբիտրից շուտ ցուցադրի իր կարծիքը:

Աշխատանքային տարածքի եզրին ընթացող տեխնիկական գործողությունների ժամանակ եզրային մրցավարը ժեստով սկզբից պետք է ցուցադրի, թե գործողությունը կատարվել է աշխատանքային տարածքի սահմաններում (ջոնայ), թե՞ նրա սահմաններից դուրս (ջոգայ):

Հոդված 8. ՄՐՅԱՎԱՐՆԵՐԻ ՑՈՒՑԱԴՐՈՒՄՆԵՐԸ (ԺԵՍՏԵՐԸ)

ա) Արբիտրի ժեստերը

1) «ԻՊՊՈՆ» - ձեռքն ուղիղ բարձրացնել գլխավերևում՝ ավիով առաջ:

2) «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» - ձեռքը բարձրացնել դեպի կողմ, ուսագոտու ուղղությամբ՝ ավիով ներքև:

3) «ՎԱԶԱ ԱՐԻ ԱՎԱՍԵՏ ԻՊՊՈՆ» - նույն ձեռքով սկզբից ցուցադրել «ՎԱԶԱ ԱՐԻ», այնուհետև՝ «ԻՊՊՈՆ»:

4) «ՑՈՒԿՈ» - ձեռքը ավիով ներքև բարձրացնել դեպի կողմ, որն իրանի նկատմամբ պետք է կազմի մոտ 45 աստիճան:

5) «ԿՈԿԱ» - հանված է:

6) «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» - դեմքով դեպի մասնակիցները, իրանը թեքելով առաջ, ձեռքն ուղղել առաջ-ներքև ավիով դեպի ցած՝ մասնակիցների ուղղությամբ:

7) «ՏՈԿԵՏԱ» - ընդունելով «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ցուցադրման դիրքը, ձեռքը ավիով դեպի ներս՝ թափահարել աջ-ձախ 2 - 3 անգամ:

8) «ԽԻԿԻ-ՎԱԿԵ» - ձեռքն ավիով դեպի ներս բարձրացնել վերև և իջեցնել առաջ, պահելով առջևում ուսագոտու ուղղությամբ մի քանի վայրկյան:

9) «ՄԱՏԵ» - ձեռքն ավիով դեպի առաջ, մատները վերև, բարձրացնել տատամիին զուգահեռ ուսագոտու ուղղությամբ և ուղղել դեպի ժամանակը գրանցող մրցավարը:

10) «ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ» - թեքվելով առաջ, ձեռքերի ավերով հպվել երկու ձյուղոխստներին միաժամանակ:

11) «ՅՈՇԻ» - թեքվելով առաջ՝ ձեռքերի ավերի թեթև հրումով հպվել երկու ձյուղոխստներին միաժամանակ:

12) «ՉԻ ԳՆԱՀԱՏՎՈՒՄ» - ձեռքն ավիով դեպի ներս՝ բարձրացնել գլխավերևում և թափահարել աջ-ձախ 2-3 անգամ:

13) «ՄԽԱԼ ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆԻ ՈՒՂՂՈՒՄ, ՓՈԽՈՒՄ» - առանց ձայնի մի ձեռքով ցուցադրել սխալ գնահատականը (ժեստը), իսկ մյուս ձեռքով՝ ինչպես «ՉԻ ԳՆԱՀԱՏՎՈՒՄ» ժեստը, այնուհետև ձայնով հայտարարել և ցուցադրել ճիշտ գնահատականի ժեստը:

14) «ԽԱՆՏԵՅ» - նախապատրաստվելով՝ կապույտ (աջով) և սպիտակ (ձախով) դրոշակները պահել առջևում (ուսագոտու բարձրությամբ), ձայնով արտաբերելով «ԽԱՆՏԵՅ» բառը, անմիջապես դրոշակներից մեկը բարձրացնել գլխավերևում՝ ցուցադրելով կարծիք:

«ԽԱՆՏԵՅ» հայտարարվում է միայն «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐ» լրացուցիչ ժամանակը հավասար ավարտվելուց հետո:

15) «ՑՈՒՑԱԴԴԵԼ ՀԱՆԴԻՊՄԱՆ ՀԱՂԹՈՂԻՆ» - կատարելով քայլ դեպի առաջ, ձեռքն ավիով դեպի ներս՝ բարձրացնել և ուղղել դեպի հաղթողը: Այնուհետև, իջեցնելով ձեռքը, կատարել ետքայլ:

16) «ՀԱԳՈՒՍՏԻ ՈՒՂՂՈՒՄ» - գոտկատեղի շրջանում խաչել ձեռքերն ավերով դեպի ներս:

17) «ԲԺՇԿԻ ՀՐԱՎԵՐ» - արբիտրը, շրջվելով դեպի բժշկական սեղանը, ձեռքը պարզելով (ավիով վերև) բժշկի կողմը, հրավիրում է դեպի վնասված մասնակիցը:

18) «ՊԱՏԺԱԶԱՓԻ ՀԱՅՏԱՐԱՐՈՒՄ» («ՇԻԴՈ», «ԽԱՆՍՈԿՈՒ-ՄԱԿԵ») - մասնակցի կողմում գտնվող ձեռքի ցուցամատով ցույց է տալիս պատժվողին:

19) «ՊԱՄԻՎ ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ՎԱՐՈՒՄ» - երկու ձեռքերն արմնկային հոդում ծալելով կրծքավանդակի առջևում, ուղիղ պահած դաստակներով երկու-երեք անգամ պտտեցնելուց հետո, ցուցամատով ցույց տալ պատժվողին:

20) «ԿԵՂՇ ՀԱՐԶԱԿՈՒՄ» - երկու ձեռքերը բռնեցք արած պարզել առաջ ուսագոտու ուղղությամբ, այնուհետև իջեցնել ներքև:



IPPON

ԻՊՊՈՆ



WAZA-ARI

ՎԱԶԱ-ԱՐԻ



WAZA-ARI-AWASETE-IPPON

ՎԱԶԱ-ԱՐԻ ԱՎԱՍԵՏ ԻՊՊՈՆ



ՅՈՒԿՈ



ԿՈԿԱ



ՕՍԱԵԿՈՄԻ



ՍՈՆՈ-ՄԱՍԱ==ՅՈՒՇԻ



ՏՈԿԵՏԱ



ՆԿԱՏՈՂՈՒԹՅՈՒՆ



ՊԱՍՍԻԿՈՒԹՅՈՒՆ



ԿԵՂԾ



ԲԺԵԿԻ



ՀԱԶԻՄԵ=ՍՈՐԵ-ՄԱԴԵ



ՄԱՏԵ



ՀԱՂԹԱՆԱԿԻ



ԽԻԿԻ-ՎԱԿԵ



ՀԱԳՈՒՄՏԻ



ՍԽԱՆ ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆԻ ՈՂԴՂՈՄ, ՓՈԽՈՄ



ՆԱՏԵԼ =



ՉԻ



ԽԱՆՏԵՅԻ ՀԱՅՏԱՐԱՐՈՒՄ



ՀԱՂԹԱՆԱԿԻ ՀԱՅՏԱՐԱՐՈՒՄ

բ) Եզրային մրցավարի ժեստերը

1) «ՋՈՆԱՅ» - ցուցադրելու համար, որ մարզիկը տեխնիկական գործողությունը կատարելիս գտնվել է աշխատանքային տարածքի սահմաններում, եզրային մրցավարը պետք է ձեռքը (բթամատը դեպի վեր) բարձրացնի վերև և իջեցնի ուսագոտու ուղղությամբ (աշխատանքային տարածքի սահմանագծի ուղղությամբ) և այդ դիրքով ձեռքը պահի մի որոշ ժամանակ:

2) «ՋՈԳԱՅ»- ցուցադրելու համար, որ մարզիկներին մեկը (երկուսը) գտնվում է աշխատանքային տարածքի սահմաններից դուրս, եզրային մրցավարը պետք է ձեռքը (բթամատը դեպի վեր) բարձրացնի աշխատանքային տարածքի սահմանագծի ուղղությամբ և ձեռքը թափահարի աջ և ձախ երկու-երեք անգամ:

3) Երբ եզրային մրցավարը համաձայն չէ արբիտրի ցույց տված գնահատականի կամ հայտարարած նկատողության հետ, նա ձեռքը բարձրացնում է գլխավերևում և թափահարում դեպի աջ և ձախ երկու-երեք անգամ:

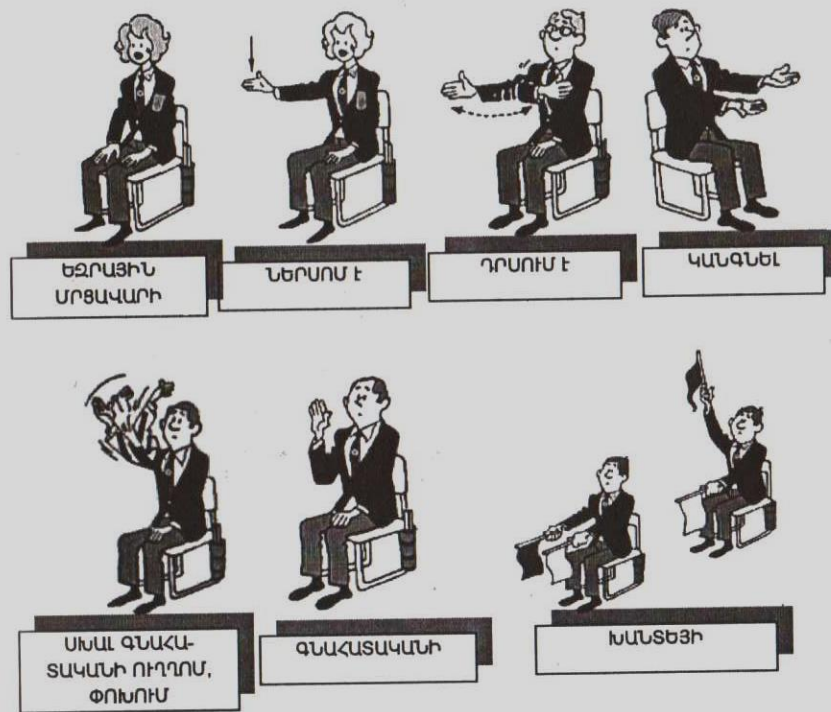
4) Երբ եզրային մրցավարի կարծիքը չի համապատասխանում արբիտրի կարծիքին, նա պետք է օգտվի հոդված 8-ի ժեստերից:

5) «Գոլդեն սքոր»-ի ժամանակը հավասար արդյունքով ավարտվելուց հետո, հաղթողին որոշելու համար, արբիտրի «ԽԱՆՏԵՅ» հրահանգի հետ միաժամանակ, եզրային մրցավարը պարտավոր է ուսագոտու ուղղությամբ առաջ պահված կապույտ կամ սպիտակ դրոշակներից մեկը բարձրացնել գլխավերևում՝ ցուցադրելով, թե իր կարծիքով ո՞ր մասնակիցն է հաղթել:

6) «Նե-վազա» դիրքում ընթացող գոտեմարտի ժամանակ, եթե եզրային մրցավարը ցանկանում է արբիտ-

րին ցույց տալ, որ նա պետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ» (օրինակ՝ չկա գործողությունների դինամիկա), պետք է երկու ձեռքերն ավերով դեպի վեր բարձրացնի ուսագոտու մակարդակին:

Եզրային մրցավարների կողմից ցուցադրվող հիմնական ժեստերը



Հոդված 8-ի ՀԱՎԵԼ ՎԱԾ

Առանձին դեպքերում արբիտրը պաշտոնական ժեստից հետո կարող է ցույց տալ կապույտ կամ սպի-

տակ կիմոնոյով մարզիկի նշագծի (ելման դիրքի) կողմը, որն ստացել է գնահատական կամ նկատողություն:

«ՅՈՒԿՈ» և «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» ժեստերի ճիշտ ցուցադրումը հարմար և տեսանելի է, երբ ձեռքի շարժումը սկսվում է կրցքամասից:

Ժեստերի ցուցադրման դեպքում արբիտրը պետք է զբաղեցնի այնպիսի դիրք, որ ցուցադրած ժեստը լիովին տեսանելի լինի եզրային մրցավարներին:

«ԽԻԿԻ-ՎԱԿԵ» (ոչ-ոքի) ժեստը օգտագործվում է միայն թիմային և շրջանաձև մրցակարգով անցկացվող գոտեմարտերի ժամանակ:

«ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐ» լրացուցիչ գոտեմարտը հավասար արդյունքով ավարտվելուց հետո հաղթողին որոշելու համար հայտարարվում է «ԽԱՆՏԵՅ»:

Այն դեպքում, երբ արբիտրը պետք է նկատողություն հայտարարի երկու մասնակցին միաժամանակ, դա պետք է կատարի առանձին-առանձին, ըստ հերթականության (աջ ձեռքի ցուցամատով կապույտ կիմոնոյով մարզիկին և ձախ ձեռքի ցուցամատով՝ սպիտակ կիմոնոյով մարզիկին):

Միայլ հայտարարված գնահատականի կամ նկատողության (ըստ մեծամասնության կարծիքի) փոխումը կամ չեղյալ հայտարարումը հարկավոր է կատարել շատ կարճ ժամանակահատվածում:

Արբիտրի կողմից հայտարարվող բոլոր գնահատականները և նկատողությունները պետք է արտաբերվեն հստակ և լսելի ձայնով:

Մրցավարների ժեստերը պետք է ցուցադրվեն 3-ից 5 վայրկյան տևողությամբ:

Գոտեմարտի ավարտից հետո հաղթողին հայտարարելու համար արբիտրը իր ելման դիրքից կատարում

է քայլ առաջ, ձեռքով ցույց է տալիս հաղթողի կողմը, այնուհետև կատարում քայլ հետ:

Հոդված 9. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԱՆՑԿԱՅՄԱՆ ՏԵՂԸ

Գոտեմարտը անց է կացվում աշխատանքային տարածքի և անվտանգության գոտու սահմաններում:

Որևէ գործողություն, որի կատարման ժամանակ երկու մասնակիցներն էլ գտնվում են աշխատանքային տարածքի սահմաններից դուրս, չի կարող գնահատվել:

ԲԱՅԱՌՈՒԹՅՈՒՆ

ա) «Տաչի վազա» (կանգնած) դիրքում գոտեմարտը կարող է շարունակվել այնքան ժամանակ, քանի դեռ մրցակիցներից որևէ մեկը ոտքով շփման մեջ է գտնվում աշխատանքային տարածքի հետ (մրցակիցներից մեկը կարող է ամբողջությամբ գտնվել աշխատանքային տարածքի սահմաններից դուրս):

բ) «Նե վազա» (չորեքթաթ) դիրքում գոտեմարտը կարող է շարունակվել այնքան ժամանակ, քանի դեռ մրցակիցներից որևէ մեկը մարմնի ինչ-որ մասով շփման մեջ է գտնվում աշխատանքային տարածքի հետ:

գ) Աշխատանքային տարածքի եզրին սկսված և շարունակվող «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակ, եթե մրցակիցներից որևէ մեկի մարմնի այն մասը, որը շփում (հպում) ունի աշխատանքային տարածքի մակերեսի հետ, այդ պահին կորցնում է շփումը (հպումը) տատմիի հետ, արբիտրն անմիջապես պետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ»:

Հոդված 9-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Գոտեմարտը սկսվելուց հետո մասնակիցները կարող են թողնել գոտեմարտի վայրը միայն արբիտրի թույլտվությամբ: Թույլտվությունը տրվում է միայն բացառիկ դեպքերում, օրինակ, երբ անհրաժեշտ է փոխել կիմոնոն, եթե այն չի համապատասխանում սույն կանոնադրության երրորդ գլխի պահանջներին:

Հոդված 10. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ

Օլիմպիական խաղերի, աշխարհի և Եվրոպայի առաջնությունների համար գոտեմարտի սահմանված տևողություններն են.

- տղամարդիկ և կանայք – 5 րոպե մաքուր ժամանակ,
- երիտասարդներ և պատանիներ – 4 րոպե մաքուր ժամանակ,
- ձյուդոիստների գոտեմարտերի միջև ընդմիջում – 10 րոպե:

Հոդված 10-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Մրցումների անցկացման օրակարգը և գոտեմարտի տևողությունը պետք է կանոնակարգվեն մրցումների կանոնադրությամբ:

Արբիտրը մինչև տատամի դուրս գալը պետք է ծանոթ լինի գոտեմարտի տևողությանը:

Հոդված 11. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԺԱՄԱՆԱԿԱՎՈՐ ԴԱՂԱՐ

«ՄԱՏԵ» և «ՀԱԶԻՄԵ», ինչպես նաև «ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ» և «ՅՈՇԻ» հրահանգների միջև ընկած ժամանա-

կահատվածը չի մտնում գոտեմարտի տևողության մաքուր ժամանակի մեջ:

Հոդված 12. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԱՎԱՐՏՆ ԱԶԴԱՐԱՐՈՂ ՉԱՅՆԱՅԻՆ ԱԶԴԱՆՇԱՆՈՎ

Գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանը տրվում է գոնգի կամ նմանատիպ այլ մեխանիկական և էլեկտրոնային ձայնային ազդանշանով:

Հոդված 12-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Եթե մրցումները անց են կացվում միաժամանակ մի քանի տատամիների վրա, անհրաժեշտ է, որ գոնգի ձայնային ազդանշանները միմյանցից տարբեր հնչողություն ունենան:

Գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանի ձայնը պետք է գերազանցի հանդիսատեսի աղմուկը:

Հոդված 13. «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» ՀՆԱՐՔԻ ՏԵՎՈՂՈՒԹՅՈՒՆԸ

- «ԻՊՊՈՆ» - լրիվ 25 վայրկյան,
- «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» - 20-24 վայրկյան,
- «ՅՈՒԿՈ» 15-19 վայրկյան,
- 15 վայրկյանից պակաս տևողությամբ «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքը գնահատվում է որպես «հարձակում» («հարձակումը» կատարված տեխնիկական գործողությունն է, որը որակապես ցածր է «յուկո» գնահատականից):

Հոդված 13-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Եթե գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանը համընկնում է «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի հայտարարման հետ, ապա այդ դեպքում «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակը հաշվվում է այնքան ժամանակ, մինչև կհնչի «ԻՊՊՈՆ», «ՏՈԿԵՏԱ» կամ «ՍՈՆՈ-ՄԱՍԱ» հրահանգներից մեկը:

Հոդված 14. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԱՎԱՐՏՆ ԱԶԴԱՐԱՐՈՂ

ՉԱՅՆԱՅԻՆ ԱԶԴԱՆՇԱՆԻ ՀԱՄԸՆԿՆՈՒՄԸ

ՏԵՆԻՔԱԿԱՆ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅԱՆ ԿԱՏԱՐՄԱՆ ՀԵՏ

Ցանկացած տեխնիկական գործողություն, որն սկսվել է գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանի հետ, արժանի է գնահատման:

Եթե «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակի հաշվումը ֆիքսվում է գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանի հետ միաժամանակ, այդ դեպքում «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակը հաշվվում է այնքան ժամանակ, մինչև կհնչի «ԻՊՊՈՆ», «ՏՈԿԵՏԱ» կամ «ՍՈՆՈ-ՄԱՍԱ» հրահանգներից մեկը:

Հոդված 14-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Ցանկացած տեխնիկական գործողություն, որը կատարվել է գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանից հետո, չպետք է գնահատվի՝ անգամ եթե արբիտրը չի հասցրել հայտարարել «ՍՈՐԵ ՄԱԴԵ»:

Չնայած այն հանգամանքին, որ տեխնիկական գործողությունը համընկել է գոտեմարտի ավարտն ազդարարող ձայնային ազդանշանի հետ, և եթե արբիտրի կարծիքով այն դանդաղ է ընթանում և արդյունավետ չա-

րունակություն չի կարող ունենալ, նա պետք է հայտարարի «ՍՈՐԵ-ՄԱԴԵ»:

Հոդված 15. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ՄԿԻԶՄԸ

Յուրաքանչյուր գոտեմարտ սկսելուց առաջ արբիտրը և երկու եզրային մրցավարները կանգնում են տատամիի եզրին և միասին կատարում ողջույնի արարողություն՝ խոնարհում, այնուհետև գրավում են իրենց տեղերը:

Գոտեմարտն ավարտվելուց հետո, տատամիից դուրս գալուց առաջ, մրցավարները նորից հավաքվում են տատամիի եզրին և, միասին խոնարհվելուց հետո՝ հեռանում:

Յուրաքանչյուր գոտեմարտ սկսվելուց առաջ և ավարտից հետո մասնակիցները պարտադիր կարգով տատամի մտնելուց և դուրս գալուց առաջ պետք է կատարեն խոնարհում:

Գոտեմարտի սկզբում մասնակիցները կանգնում են աշխատանքային տարածքի կապույտ և սպիտակ նշագծերի մոտ (չտրորելով դրանք), որոնք համապատասխանում են նրանց կիմոնոների գույներին՝ դեմդիմաց, մոտ 4 մետր հեռավորության վրա: Այնուհետև մասնակիցները միաժամանակ խոնարհվում են մեկը մյուսի առջև և ձախ ոտքով կատարում քայլ առաջ անցնելով նշագծերը, և սպասում են արբիտրի «ՀԱԶԻՄԵ» հրահանգին:

Գոտեմարտն ավարտվելուց հետո, երբ արբիտրը հայտարարում է վերջնական արդյունքները, մասնակիցները պետք է հետքայլ կատարելով անցնեն նշագծերը միաժամանակ խոնարհվելով մեկը մյուսի առջև:

Գոտեմարտը միշտ սկսվում է կանգնած դիրքից:

Միայն մրցավարական հանձնաժողովի (ժյուրիի) անդամները կարող են ժամանակավորապես կանգնեցնել գոտեմարտը (տե՛ս հոդված 17):

Հոդված 15-ի ՀԱՎԵԼ ՎԱՍԾ

Նախքան մասնակիցների տատամի դուրս գալը, արբիտրը և եզրային մրցավարները նախօրոք պետք է տատամիի վրա զբաղեցնեն իրենց ելման դիրքերը: Արբիտրը պետք է գտնվի տատամիի աշխատանքային տարածքի կենտրոնում՝ մասնակիցների ելման դիրքերի նշագծերի ուղղությունից երկու մետր հեռավորության վրա, դեմքով դեպի ժամանակը հսկող մրցավարների սեղանը:

Շատ կարևոր է, որ մասնակիցները ճիշտ կատարեն խոնարհումը:

Երբ մասնակիցները դեմ-դիմաց կանգնած են իրենց ելման դիրքերում, նրանք պաշտոնական խոնարհումը պետք է կատարեն արբիտրի խիստ հսկողության ներքո՝ նույն արարողակարգը կրկնելով գոտեմարտի վերջում: Եթե մարզիկը չի կատարում խոնարհում, արբիտրը նրանից պետք է պահանջի կատարել դա:

Մարզիկները բոլոր խոնարհումները պետք է կատարեն կանգնած դիրքից: Խոնարհումը կատարվում է գոտկատեղից թեքվելով դեպի առաջ՝ 30 աստիճան անկյունով (խոնարհվելու տարբեր արարողակարգերը տե՛ս ներդիր 1-ում):

Հոդված 16. ԱՆՅՈՒՄ «ՆԵ ՎԱԶԱ» ԴԻՐՔԻ

Ներքոհիշյալ դեպքերում ձյուդոիստները կարող են անցնել «ՆԵ ՎԱԶԱ» («չորեքթաթ») դիրքի: Բայց, միևնույն ժամանակ, եթե ակնհայտ է, որ չկա գործողությունների շարունակության դինամիկա, արբիտրը կարող է հրահանգ տալ գոտեմարտը վերսկսելու կանգնած դիրքից:

1. Երբ ձյուդոիստը կանգնած դիրքից ավարտելով տեխնիկական գործողությունը (հնարքը), անմիջապես իրականացնելով վերահսկում՝ անցնում է «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի և շարունակում հարձակողական գործողություններ:

2. Երբ հարձակվող ձյուդոիստն անհաջող հնարքի փորձ կատարելու հետևանքով ընկնում է տատամիի վրա, իսկ նրա հակառակորդն, օգտվելով առիթից, հետապնդում է նրան «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում:

3. Երբ հարձակվող ձյուդոիստը կանգնած դիրքում իրականացնելով խեղդող («ՇԻՄԵ ՎԱԶԱ») կամ ցավեցնող («ԿԱՆՍԵԹՍՈՒ ՎԱԶԱ») բռնվածք, հասնելով որոշակի առավելության՝ անմիջապես անցնում է «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի:

4. Երբ ձյուդոիստներից մեկը հաջողված տեխնիկական գործողություն իրականացնելուց հետո (հակառակորդին դուրս բերելով հավասարակշռությունից), որը հիշեցնում է զգում, սակայն չի որակավորվում որպես զգման տեխնիկա, հակառակորդին փոխադրում է «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի:

5. Մյուս բոլոր դեպքերում, երբ ձյուդոիստներից մեկն ընկնում կամ կորցնում է հավասարակշռությունը (դեպքեր որոնք չեն նախատեսվել այս հոդվածի վերոհիշյալ կետերով), նրա հակառակորդը կարող է օգտվել այդ հանգամանքից և անցնել «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի:

Հոդված 16-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Երբ ձյուդդիստներից մեկն իր մրցակցին տեղափոխում է «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի, որը չի համապատասխանում հոդված 16-ին, և եթե այդ գործողության հետևանքով նրա մրցակիցը չի ստանում առավելություն, արբիտրը պետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ» և համաձայն հոդված 27(8) կետի պատժի այն մասնակցին, որը կատարեց այդ գործողությունը, և հայտարարի «ՇԻԴՈ» (տե՛ս հոդված 27-ի հավելվածը):

Երբ ձյուդդիստներից մեկն իր մրցակցին տեղափոխում է «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի, որը չի համապատասխանում հոդված 16-ին, և եթե այդ գործողության հետևանքով նրա մրցակիցը ստանում է առավելություն և շարունակում է գոտեմատը, արբիտրը չպետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ», բայց պետք է հայտարարի «ՇԻԴՈ» այն մասնակցին, որը խախտել է հոդված 27(8) կետը (տե՛ս հոդված 27-ի հավելվածը):

Հոդված 17. ՀՐԱՀԱՆԳ «ՄԱՏԵ»

«ՄԱՏԵ» հրահանգի օգնությամբ արբիտրը ժամանակավորապես կանգնեցնում է գոտեմատը, իսկ «ՀԱԶԻՄԵ» հրահանգով նորից վերսկսում այն հետևյալ դեպքերում.

ա) երբ ձյուդդիստները դուրս են գալիս աշխատանքային տարածքի սահմաններից (տե՛ս հոդված 9-ի «Բացառությունը»),

բ) երբ ձյուդդիստներից մեկը կամ երկուսը թույլ են տալիս կանոնների խախտում:

գ) երբ ձյուդդիստներից մեկը կամ երկուսը վնասվածք են ստանում կամ հիվանդանում,

դ) երբ ձյուդդիստներից մեկի կամ երկուսի հագուստը պետք է կարգի բերվի,

ե) երբ «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում չկա գործողությունների ակնհայտ շարունակություն,

զ) երբ ձյուդդիստներից մեկը «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքից բարձրանում է կանգնած կամ կիսականգնած դիրքի այն դեպքում, երբ այդ պահին մրցակիցը գտնվում է նրա մեջքի վրա,

է) երբ ձյուդդիստներից մեկը գտնվում է կանգնած դիրքում կամ «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքից կանգնելով ոտքի, բարձրացնում է մրցակցին, որը մեջքով պառկած է տատամիի վրա և միևնույն ժամանակ ոտքերը փաթաթելով կախվում է կանգնած մրցակցի իրանի որևէ մասից:

ը) երբ ձյուդդիստներից մեկը կանգնած դիրքից կատարում կամ փորձում է կատարել ցավեցնող կամ խեղդող հնարք, բայց միևնույն ժամանակ չի կարողանում արագորեն հասնել հաջողության,

թ) բոլոր այն դեպքերում, երբ արբիտրն անհրաժեշտ է համարում,

ժ) Երբ արբիտրը և եզրային մրցավարները կամ մրցավարական հանձնաժողովը (ժյուրին) խորհրդակցելու ցանկություն են հայտնում:

Հոդված 17-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

«ՄԱՏԵ» հայտարարելիս՝ արբիտրը պետք է իր տեսողաշտում պահի մասնակիցներին, որովհետև նրանք կարող են չլսել հրահանգը և շարունակել գոտեմատը:

Արբիտրը չպետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ» աշխատանքային տարածքի եզրին ընթացող գոտեմատի բարդ իրադրություններում, որպեսզի ձյուդդիստները

դուրս չգան աշխատանքային տարածքի սահմաններից, իհարկե, եթե իրադրությունը վտանգ չի սպառնում:

Արբիտրը չպետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ» այն դեպքում, երբ մասնակիցը, որը խուսափում է հակառակորդի այնպիսի գործողություններից, ինչպիսիք են պահումը, ցավեցնող կամ խեղդող հնարքները, և պահանջում կամ խնդրում է ընդմիջում:

Արբիտրը պետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ» այն դեպքում, երբ հարձակման ենթարկվող մասնակիցը, որը դեմքով պառկած է դեպի տատամին, բարձրանում է կանգնած կամ կիսականգնած դիրքի՝ միևնույն ժամանակ բարձրացնելով երկու ձեռքերը, երբ նրա մրցակիցը բռնվածքով գտնվում է նրա մեջքի կողմում:

Եթե «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում արբիտրը սխալմամբ հայտարարել է «ՄԱՏԵ», և մասնակիցները փոխել են իրենց դիրքերը (թողել են բռնվածքները), այդ դեպքում մրցավարների եռյակը հաշվի առնելով «մեծամասնության կարծիքը», ձյուդոիստներին վերադարձնում է նախքին դիրքին և նորից վերսկսում գոտեմարտը: Այդպիսով վերականգնվում են տուժողի շահերը:

«ՄԱՏԵ» հրահանգից հետո մասնակիցներն անմիջապես պետք է զբաղեցնեն իրենց ելման դիրքերը (կապույտ և սպիտակ նշագծերի մոտ):

Երբ արբիտրը հայտարարում է «ՄԱՏԵ», մասնակիցները պետք է կանգնեն իրենց տեղերում: Եթե արբիտրն առաջարկում է ուղղել կիմոնոն կամ, երկարատև դադարի դեպքում՝ նստել, հրահանգը պետք է կատարվի: Միայն բժշկական օգնություն ստանալու դեպքում մասնակիցը կարող է ընդունել այլ դիրք:

Արբիտրը կարող է հայտարարել «ՄԱՏԵ», երբ մասնակցի ցանկությամբ է հրավիրվում բժիշկ, կամ եթե

բժիշկն ինքն է խնդրում, և կամ բոլոր այն դեպքերում, երբ արբիտրն անհրաժեշտ է համարում (տե՛ս հոդված 29-ը):

Հոդված 18. ՀՐԱՀԱՆԳ՝ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ

Արբիտրը «ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ» (շարժվել) հայտարարում է այն դեպքում, երբ անհրաժեշտություն կա չփոփոխելով ձյուդոիստների դիրքը՝ մասնակիցներին ցուցում տալու համար կանգնեցնել գոտեմարտի ընթացքը, որպեսզի ձյուդոիստը, որը չի խախտել կանոնները՝ չկորցնի իր առավելությունը:

Գոտեմարտը վերսկսելու (շարունակելու) համար արբիտրը հայտարարում է «ՅՈՇԻ»:

«ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ» հրահանգը հայտարարվում է միայն «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում գոտեմարտի ժամանակ:

Հոդված 18-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Երբ արբիտրը հայտարարում է «ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ», նա պետք է հետևի, որ մասնակիցները չփոխեն իրենց բռնվածքները և դիրքը:

Եթե գոտեմարտի ժամանակ մասնակիցը ցույց է տալիս, որ վնասվացք է ստացել, ապա արբիտրը կարող է հայտարարել «ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ» հրահանգ, և անհրաժեշտության դեպքում թույլատրել բժշկական զննում իրականացնել, որից հետո մասնակիցներին վերադարձնել նոխորդ դիրքին և հայտարարել «ՅՈՇԻ» հրահանգ:

Հոդված 19. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻ ԱՎԱՐՏԸ

Արբիտրը հայտարարում է «ՍՈՐԵ ՄԱԴԵ» և ավարտում գոտեմարտը հետևյալ դեպքերում.

ա) Երբ մասնակիցներից մեկը վաստակում է «ԻՊՊՈՆ» կամ «ՎԱԶԱ ԱՐԻ ԱՎԱՍԵՏԵ ԻՊՊՈՆ» գնահատական (տես հոդվածներ 20-ը և 21-ը):

բ) Բարդ հաղթանակի դեպքում «ՍՈԳՈ ԳԱԶԻ» (տես հոդված 22-ը):

գ) Այն դեպքում երբ մասնակցներից մեկը հրաժարվում է գոտեմարտից «ԿԻԿԵՆ ԳԱԶԻ» (տես հոդված 28-ը):

դ) Մասնակցներից մեկի որակագրկման դեպքում «ԽԱՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» (տես հոդված 27-ի հավելվածը):

ե) Երբ մասնակիցներից մեկը չի կարող շարունակել գոտեմարտը վնասվացքի կամ հիվանդության պատճառով (տես հոդված 29-ը):

զ) Երբ ավարտվում է գոտեմարտի ժամանակը է:

Հաշվի առնելով ներքոգրյալ կետերը՝ արբիտրը հայտարարում է գոտեմարտի արդյունքը.

1. Երբ մասնակիցը վաստակել է «ԻՊՊՈՆ» կամ դրան հավասարագոր գնահատական, ապա ճանաչվում է հաղթող տվյալ գոտեմարտում:

2. «ԻՊՊՈՆ» կամ հավասարագոր գնահատականի բացակայության դեպքում հաղթողը որոշվում է հետևյալ կերպ՝

- մեկ «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատականն ավելի բարձր է, քան ցանկացած քանակի «ՅՈՒԿՈ» գնահատականները:

3. Երբ գոտեմարտի ընթացքում չեն գրանցվել գնահատականներ, կամ դրանք հավասար են («ՎԱԶԱ ԱՐԻ», «ՅՈՒԿՈ»), ապա հաղթողին պետք է որոշել «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» լրացուցիչ գոտեմարտով:

Գոտեմարտ «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ»

Երիտասարդների և մեծահասակների համար «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» լրացուցիչ գոտեմարտի տևողությունը կազմում է 3 րոպե:

Երբ գոտեմարտին հատկացված հիմնական ժամանակն ավարտվում է, ապա արբիտրը հայտարարում է «ՍՈՐԵ ՄԱԴԵ» և մասնակիցները վերադառնում են իրենց ելման դիրքերին: Հիմնական գոտեմարտի և լրացուցիչ «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» գոտեմարտի միջև ընդմիջում չպետք է լինի: Մասնակիցներից մեկի կողմից ցանկացած գնահատական ստանալու հետ միասին ավարտվում է «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» գոտեմարտը:

Եթե «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» գոտեմարտն ավարտվում է անարդյունք, ապա արբիտրի «ԽԱՆՍԵՅ» հրահանգով հաղթողը որոշվում է մրցավարական եռյակի կողմից (ըստ մեծամասնության կարծիքի):

Երբ գոտեմարտին հատկացված հիմնական ժամանակի ավարտից հետո մրցակիցներից միայն մեկն է ցանկություն հայտնում մասնակցել «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» լրացուցիչ գոտեմարտին, ապա այդ դեպքում «ԿԻԿԵՆ ԳԱԶԻ» մաքուր հաղթանակ է շնորհվում այն մասնակցին, ով պատրաստ է շարունակելու գոտեմարտը:

4. Այն դեպքերում, երբ երկու մասնակիցներն էլ միաժամանակ են վաստակում «ԻՊՊՈՆ» կամ «ՍՈԳՈ ԳԱԶԻ» գնահատական, ապա հաղթողին պետք է որոշել «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» լրացուցիչ գոտեմարտով:

5. Այն դեպքերում, երբ երկու մասնակիցներն էլ միաժամանակ են պատժվում «ԽԱՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» պաշտոնական նկատողությունով («ՇԻԴՈ» նկատողությունների աճող հերթականության արդյունքում՝ գոտե-

մարտից հեռացման), կամ երբ մասնակիցը պատժվում է «ԽԱՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» ըստ նկատողությունների աճող հերթականությամբ, որը մինևույն ժամանակ բերում է «ՍՈԳՈ ԳԱՉԻ» հայտարարելուն, ապա հաղթողին պետք է որոշել «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» լրացուցիչ գոտեմարտով:

6. Այն դեպքերում, երբ երկու մասնակիցներն էլ միաժամանակ առաջին պատժաչափով (միանգամից) են պատժվում «ԽԱՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» պաշտոնական նկատողությունով, ապա այդ դեպքում երկու մասնակիցներն էլ հեռացվում են մրցումների հետագա մասնակցությունից:

7. Երբ գոտեմարտի համար հատկացված ժամանակի ավարտվելուց հետո ցուցատախտակի վրա չկան գրանցված գնահատականներ, ապա հայտարարվում է «ԽԻԿԻ ՎԱԿԵ» ոչ-ոքի արդյունք (տես հոդված 19-ի հավելվածը):

Եթե արբիտրը հայտարարել է գոտեմարտի արդյունքը և մրցավարական եղակը դուրս է եկել տատամիից, ապա նա չի կարող չեղյալ համարել կամ փոփոխության ենթարկել հայտարարված արդյունքը: Եթե արբիտրը սխալմամբ է ցույց տվել հաղթանակը, ապա եզրային մրցավարները պետք է հասնեն նրան, որ նա փոխի իր սխալ ցույց տված որոշումը, քանի դեռ մրցավարները դուրս չեն եկել տատամիից:

Արբիտրի և եզրային մրցավարների կողմից ընդունված բոլոր գործողություններն ու որոշումները համաձայն «ըստ մեծամասնության կարծիքի» կանոնի՝ համարվում են վերջնական և փոփոխման ենթակա չեն:

Հոդված 19-ի ՀԱՎԵԼ ՎԱՍԾ

Նախքան գոտեմարտի վերջնական արդյունքի հայտարարումը (եթե դրա անհրաժեշտությունը կա), արբիտրը պետք է մասնակիցներից պահանջի կարգի բերել հագուստը:

Երբ գոտեմարտին հատկացված հիմնական ժամանակն ավարտվում է հավասար արդյունքով, ապա «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» լրացուցիչ գոտեմարտ է տեղափոխվում հիմնական ժամանակում գրանցված բոլոր գնահատականներն ու նկատողությունները:

Եթե «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» գոտեմարտի ժամանակ մասնակիցներից մեկը կատարում է պահում հնարք և հայտարարված է «ՕՍԱԵԿՈՄԻ», ապա արբիտրը պետք է թույլ տա, որ պահման ժամանակն ընթանա մինչև 25 վարկյան՝ ԻՊՊՈՆ արդյունքի, կամ մինչև «ՏՈԿԵՏԱ», կամ «ՄԱՏԵ» հրահանգներ, կամ էլ մինչև խեղդող կամ ցավեցնող հնարքների բռնկացքներ, որը կբերի անմիջապես արագ արդյունքի: Այդ դեպքում մասնակիցը հայտարարվում է հաղթող համապատասխան հաշվով:

Եթե «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» գոտեմարտի ժամանակ հայտարարվում է «ԽԱՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ», ապա մասնակցի պատիժն ընդունվում է նույն ձևով, ինչպես սովորական գոտեմարտի ժամանակ:

Ոչ-ոքի «ԽԻԿԻ ՎԱԿԵ» կարող է օգտագործվել միայն թիմային մրցումների ժամանակ:

Եթե թիմային առաջնության ժամանակ երկու թիմերի հանդիպումների արդյունքում հաղթանակների և ձեռք բերած միավորների քանակը հավասար են, ապա հաղթող թիմին որոշելու համար՝ բոլոր այն հանդիպումները, որոնք ավարտվել են «ԽԻԿԻ ՎԱԿԵ» արդյունքով, պետք է վերախաղարկվեն (կրկնվեն): Այդ հան-

դիպումները կարող են ունենալ «ԳՈԼԴԵՆ ՍՔՈՐԵ» շարունակություն և յուրաքանչյուր հաղթանակ թիմին տալիս է մեկ միավոր: Այս կարգն օգտագործվում է նաև շրջանաձև մրցակարգով անցկացվող առաջնություններում:

Հոդված 20. ՄԱՔՈՒՐ ՀԱՂԹԱՆԱԿ «ԻՊՊՈՆ»

Արբիտրը «ԻՊՊՈՆ» գնահատական է հայտարարում այն դեպքում, երբ իր կարծիքով կատարված տեխնիկական գործողությունը համապատասխանում է հետևյալ որակական չափորոշիչներին՝

ա) ձյուդոիստն իրականացնելով վերահսկում՝ հնարքով մրցակցին զցում է մեջքի մեծ մասի վրա նկատելի ուժով և արագությամբ,

բ) երբ «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հայտարարելուց հետո՝ ձյուդոիստն իր մրցակցին պահում է մեջքի վրա լրիվ 25 վայրկյան տևողությամբ,

գ) երբ պահում, խեղդող կամ ցավեցնող հնարքների տակ գտնվող ձյուդոիստը ձեռքով կամ ոտքով երկու կամ ավելի անգամ թեթև հարվածում է տատամիին (հակառակորդին), կամ լսելի ձայնով հնչեցնում է «ՄԱԻՏԱ» (հանձնվում եմ) բառը,

դ) երբ խեղդող կամ ցավեցնող հնարքի արդյունքն ակնառու է:

Համարժեք արդյունք: Այն դեպքում, երբ ձյուդոիստներից մեկը ստանում է «ԽՍՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» նկատողություն, ապա նրա մրցակիցը հայտարարվում է հաղթող:

Միաժամանակյա «ԻՊՊՈՆ» արդյունք (տես հոդված 19-ի դ) և 4. կետերը):

Հոդված 20-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

ՄԻԱԺԱՄԱՆԱԿՅԱ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ - այն դեպքում, միաժամանակյա տեխնիկական գործողությունների կատարման արդյունքում երկու ձյուդոիստներն էլ միասին ընկնում են տատամիի վրա, իսկ մրցավարական եռյակը չի կարողանում որոշել հակառակորդներից մեկի առավելությունը, ապա միաժամանակյա կատարված գործողությունը չի գնահատվում և արբիտրը համապատասխան ժեստով ցուցադրում է «գործողությունը չի գնահատվում»:

Երբ «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում արբիտրը սխալմամբ է հայտարարել «ԻՊՊՈՆ» արդյունք և այդ պատճառով ձյուդոիստները թողել են բռնվածքներն ու բաժանվել, ապա արբիտրը և եզրային մրցավարները համաձայն «ըստ մեծամասնության կարծիքի» կանոնի՝ ձյուդոիստներին վերադարձնում են իրենց նախորդ դիրքին և «ՅՈՇԻ» հրահանգով վերսկսում գոտեմարտը:

Եթե կատարված տեխնիկական գործողության արդյունքում ընկնող ձյուդոիստն ընդունում է «կամուրջ» դրություն «ԻՊՊՈՆ» գնահատականից խուսափելու համար, այնուհանդերձ այդ զցումը պետք է գնահատվի «ԻՊՊՈՆ» (որպես մեջքի մեծ մաս), կամ էլ պետք է գնահատվի համապատասխան այլ գնահատականով, որպեսզի չխրախուսվի այդպիսի գործողությունը:

Գցում կատարելու հետ միաժամանակ իրականացված ցավեցնող հնարքը չի կարող գնահատվել:

ԾԱՆՈԹՈՒԹՅՈՒՆ: Օլիմպիական խաղերի, աշխարհի և մայրցամաքային առաջնությունների, ՉՄՖ-ի առաջնությունների և մրցաշարերի անցկացման համար սույն մրցականոնները պետք է կիրառվեն ամբողջ ծավա-

լով: Ելնելով անհրաժեշտությունից, ազգային առաջնությունների անցկացման կազմակերպիչներն իրավունք ունեն սույն մրցականներում կատարել որոշակի փոփոխություններ: Օրինակ - եթե տվյալ առաջնության մասնակիցների պատրաստվածության մակարդակը բարձր չէ (փոքր տարիքի դեռահասներ և պատանիներ), ապա կազմակերպիչները կարող են մրցավարներին թույլ տալ, որ կատարված տեխնիկական գործողությունը բավարար ակնառու լինելու դեպքում հայտարարվի «ԻՊՊՈՆ» գնահատական, կամ լրիվ հանվեն խեղդող և ցավեցնող հնարքները, կամ կանգնած դիրքից կատարվող այլ հնարքներ:

Հոդված 21. ՄԱՔՈՒՐ ՀԱՂԹԱՆԱԿ «ՎԱԶԱ ԱՐԻ ԱՎԱՍԵՏԵ ԻՊՊՈՆ»

Եթե մասնակիցներից մեկը գոտեմարտի ընթացքում ստանում է երկու «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատական, ապա արբիտրը հայտարարում է «ՎԱԶԱ ԱՐԻ ԱՎԱՍԵՏԵ ԻՊՊՈՆ» մաքուր հաղթանակ (տես հոդված 23-ը):

Հոդված 22. ՄԱՔՈՒՐ ՀԱՂԹԱՆԱԿ «ՍՈԳՈ ԳԱՉԻ»

Արբիտրը հայտարարում է «ՍՈԳՈ ԳԱՉԻ» մաքուր հաղթանակ հետևյալ դեպքերում՝

ա) երբ մասնակիցն ունի «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատական, իսկ նրա մրցակիցը ըստ աճող հերթականության ստանում է երեք հատ «ՇԻԴՈ» նկատողություն (տես հոդված 27-ը):

բ) երբ մասնակիցներից մեկը ստանում է «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատական, իսկ նրա մրցակիցը նախապես ունենում է երեք հատ «ՇԻԴՈ» նկատողություն:

Միաժամանակյա «ՍՈԳՈ ԳԱՉԻ» (տես. Հոդված 19-ի բ), 4. և 5. կետերը):

Հոդված 23. ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆ «ՎԱԶԱ ԱՐԻ»

Արբիտրը «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատական է հայտարարում այն դեպքում, երբ իր կարծիքով կատարված տեխնիկական գործողությունը համապատասխանում է հետևյալ որակական չափորոշիչներին՝

ա) ձյուդոիստն իրականացնելով վերահսկում, հնարքով մրցակցին զցում է տատամիի վրա, բայց հնարքի կատարման տեխնիկայում մասամբ պակասում է «ԻՊՊՈՆ» գնահատականի համար անհրաժեշտ երեք տարրերից մեկը (տես հոդված 20-ը և հավելվածը):

բ) երբ «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հայտարարելուց հետո՝ ձյուդոիստն իր մրցակցին պահում է մեջքի վրա 20-ից 24 վայրկյան տևողությամբ:

Համարժեք արդյունք: Երբ մասնակիցներից մեկը ստանում է երրորդ «ՇԻԴՈ» նկատողությունը, ապա նրա մրցակիցն անմիջապես ստանում է «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատական:

Հոդված 24. ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆ «ՅՈՒԿՈ» հանված է

Արբիտրը «ՅՈՒԿՈ» գնահատական է հայտարարում այն դեպքում, երբ իր կարծիքով կատարված տեխնիկական գործողությունը համապատասխանում է հետևյալ որակական չափորոշիչներին՝

ա) ձյուդոիստն իրականացնելով վերահսկում, հնարքով մրցակցին զցում է տատամիի վրա, բայց հնարքի կատարման տեխնիկայում մասամբ պակասում է

«ԻՊՊՈՆ» գնահատականի համար անհրաժեշտ երեք տարրերից երկուսը:

ՕՐԻՆԱԿՆԵՐ:

1. Մասամբ պակասում է «մեջքի մեծ մասով» ընկնելը (ընկնում է կողքի վրա) և պակասում է մյուս երկու տարրերից «ուժը» կամ «արագությունը»:

2. Ընկնում է «մեջքի մեծ մասի» վրա, բայց մասամբ պակասում են մյուս երկու տարրերը՝ «ուժը» և «արագությունը»:

բ) երբ «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հայտարարելուց հետո՝ ձյուդոիստն իր մրցակցին պահում է մեջքի վրա 15-ից 19 վայրկյան տևողությամբ:

Այն պահումը, որի տևողությունը 14 վայրկյանից չի անցնում, պետք է գնահատվի որպես հարձակում (գրոհ):

Համարժեք արդյունք: Երբ մասնակիցներից մեկը ստանում է երկրորդ «ՇԻԴՈ» նկատողությունը, ապա նրա մրցակիցն անմիջապես ստանում է «ՅՈՒԿՈ» գնահատական:

Հոդված 24-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Մեկ հատ «ՎԱԶԱ-ԱՐԻ» գնահատականը բարձր է ցանկացած քանակի «ՅՈՒԿՈ» գնահատականներից:

Անկախ հայտարարված քանակից, նրանք չեն կարող հավասարվել «ՎԱԶԱ ԱՐԻ» գնահատականի հետ:

Բոլոր հայտարարված գնահատականները պետք է զրանցվեն ցուցատախտակի վրա:

Հոդված 25. ԳՆԱՀԱՏԱԿԱՆ «ԿՈԿԱ»- հանված է

Հոդված 26. «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» («ՊԱՀՈՒՄ»)

Արբիտրը հայտարարում է «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» գնահատական, երբ իր կարծիքով կատարված տեխնիկական գործողությունը համապատասխանում է հետևյալ չոփորոշիչներին՝

ա) երբ «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի տակ գտնվող ձյուդոիստը մեջքով, մեկ կամ երկու թիակներով հպված է տատամիին և վերահսկվում է մրցակցի կողմից.

բ) վերահսկումը կարող է կատարվել կողքից, գլխի կողմից կամ վերնից.

գ) «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարք իրականացնող ձյուդոիստի ոտքը (ոտքերը) չպետք է վերահսկվեն մրցակցի ոտքերով (փաթաթված, խաչված լինեն).

դ) հակառակորդներից մեկն ու մեկի իրանի ոլիկից մաս պետք է հպված լինի (շփման մեջ գտնվի) տատամիի աշխատանքային տարածքի հետ.

ե) «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարք իրականացնող ձյուդոիստը պետք է իր մարմնով ընդունի «ԿԵՍԱ» կամ «ՇԻՀՈ» դիրք, այսինքն «ԿԵՍԱ ԳԱԹԱՄԵ» կամ «ԿԱՄԻ ՇԻՀՈ-ԳԱԹԱՄԵ» տեխնիկական գործողություններին համապատասխան:

Հոդված 26-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Եթե «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարք իրականացնող ձյուդոիստը փոխում է իր բռնվածքները և դիրքը, բայց միննույն ժամանակ չի կորցնում վերահսկումը մրցակցի նկատմամբ, ապա պահումը շարունակվում է մինչև

«ԻՊՊՈՆ» (կամ համարժեք), «ՏՈԿԵՏԱ» կամ «ՄԱՏԵ» հրահանգը:

Եթե «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարք իրականացնող ձյուդոիստն է (որը գտնվում է ավելի շահավետ իրավիճակում) թույլ տալիս կանոնների խախտում, ապա այդ դեպքում արբիտրը պետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ», ձյուդոիստներին վերադարձնի իրենց ելման դիրքերին, կանոնները խախտող ձյուդոիստին համապատասխան նկատողություն հայտարարելուց, իսկ անհրաժեշտության դեպքում պահումի համար տրվող գնահատականը ցուցադրելուց անմիջապես հետո վերսկսի գոտեմարտը «ՀԱՋԻՄԵ» հրահանգով:

Եթե «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի տակ գտնվող ձյուդոիստն է թույլ է տալիս կանոնների խախտում, ապա այդ դեպքում արբիտրը պետք է հայտարարի «ՍՈՆՈՍԱՄԱ» հրահանգ, կանոնները խախտող ձյուդոիստին համապատասխան նկատողություն հայտարարելուց անմիջապես հետո վերսկսի գոտեմարտը «ՅՈՇԻ» հրահանգով: Սակայն, եթե պետք է հայտարարվի «ԽԱՆՍՈՎՈՒ-ՄԱԿԵ» պատժամիջոց, արբիտրը «ՍՈՆՈ ՍԱՄԱ» հրահանգ հայտարարելուց հետո պետք է խորհրդակցի եզրային մրցավարների հետ, համաձայնության դեպքում հայտարարի «ՄԱՏԵ», ձյուդոիստներին վերադարձնելով իրենց ելման դիրքերին և պատժվող ձյուդոիստին «ԽԱՆՍՈՎՈՒ ՄԱԿԵ» հայտարարելուց հետո՝ գոտեմարտը վերջացնի «ՍՈՐԵ ՄԱԴԵ» հրահանգով:

Եթե երկու եզրային մրցավարներն էլ համարում են, որ իրականացվող պահումը պետք է հաշվվի, բայց արբիտրը չի հայտարարում «ՕՍԱԵԿՈՄԻ», ապա նրանք դա պետք է «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի համապատասխան ժեստով ցույց տան և պահանջեն, որ համա-

ձայն «ըստ մեծամասնության կարծիքի» կանոնի արբիտրը անմիջապես հայտարարի «ՕՍԱԵԿՈՄԻ»:

Աշխատանքային տարածքի եզրին կատարվող «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի ժամանակ, եթե մարմնի այն մասը, որը հավում էր տատամիին վեր է բարձրանում (այսինքն կորցնում է շփումը տատամիի հետ), ապա արբիտրը պետք է անմիջապես հայտարարի «ՏՈԿԵՏԱ» և «ՄԱՏԵ» հրահանգները:

«ՏՈԿԵՏԱ» հրահանգ հայտարարվում է այն դեպքում, երբ «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի տակ գտնվող ձյուդոիստին հաջողվում է իր ոտքերի արանքում «խաչելով» բռնել մրցակցի ոտքն ինչպես ներսից այնպես էլ դրսից, կամ 90 աստիճանից ավել անկյան տակ մարմնով շրջվել դեպի փոքի կողմ:

Եթե «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի տակ գտնվող ձյուդոիստը բարձրանում է «կամուրջ» դիրքի, բայց միևնույն ժամանակ հարձակվողը շարունակում է իրականացնել վերահսկումը նրա նկատմամբ, ապա «ՕՍԱԵԿՈՄԻ» հնարքի հաշվումը շարունակվում է:

Հոդված 27. ԱՐԳԵԼՎԱԾ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ ԵՎ ՊԱՏԺԱԶԱՓ

Մեկ կամ երկու ձյուդոիստների կողմից արգելված գործողությունների կատարման, ինչպես նաև կանոնների տարաբնույթ խախտումների համար հայտարարվում է տարբեր պատժաչափեր՝ նկատողություն կամ որակագրկում: Այդ պատժաչափերը բաժանվում են՝

- փոքր պատժաչափ - «ՇԻԴՈ» նկատողություն,
- լուրջ պատժաչափ - «ԽԱՆՍՈՎՈՒ ՄԱԿԵ» որակագրկում:

Կախված թույլ տված խախտումների աստիճանից՝ արբիտրը պետք է հայտարարի «ՇԻԴՈ» կամ «ԽԱՆՍՈՆԿՈՒ ՄԱԿԵ» պատժաչափ:

Հայտարարված երկրորդ կամ հերթական «ՇԻԴՈ» նկատողությունն ինքնաբերաբար ազդում է մրցակցի տեխնիկական գնահատականների քանակի և որակի վրա: Նախքին գնահատականը, որը գրանցվել է մինչ այդ մրցակցին հայտարարված նկատողության արդյունքում՝ հանվում է, այնուհետև, հերթական «ՇԻԴՈ» նկատողության համագոր գնահատականը, որը մի աստիճան բարձր է նախորդ գնահատականից՝ անմիջապես պետք է գրանցվի:

Այն դեպքերում, երբ մարզիկն առաջին (միանգամից) պատժաչափով է ստանում «ԽԱՆՍՈՆԿՈՒ ՄԱԿԵ» որակազրկում, ապա նա հետացվում է մրցումների հետագա մասնակցությունից համաձայն 19-րդ հոդվածի պահանջների (տես հավելվածը):

Արբիտրը ցանկացած պատժաչափ հայտարարելու դեպքում պետք է համապատասխան ժեստերով բացատրի պատժի պատճառները:

Պատիժը կարող է հայտարարվել նաև «ՍՈՐԵ ՄԱԴԵ» հրահանգից հետո այն խախտումների համար, որը կատարվել է գոտեմարտի ընթացքում, կամ բացառիկ դեպքերում այն լուրջ խախտումների համար, որը կատարվել է հանդիպման ավարտն ազդարարող ազդանշանից հետո, եթե հանդիպման արդյունքը դեռևս հայտարարված չէ:

«ՇԻԴՈ» ՆԿԱՏՈՂՈՒԹՅՈՒՆ ԿԱՆՈՆՆԵՐԻ ՓՈՔՐ ԽԱՆՏՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

ա) Մասնակցին «ՇԻԴՈ» նկատողություն է հայտարարվում կանոնների փոքր (ոչ կոպիտ) խախտումներ կատարելու համար:

1. Դիտավորյալ խուսափել մրցակցի բռնվածքներից, որպեսզի խանգարել նրա գործողություններին:

2. Կանգնած դրությունում ընդունել «բացառապես պաշտպանողական կանգնվածք» 5 վայրկյան և ավել ժամանակահատվածում:

3. Կատարել հարձակողական գործողությունների նմանակում («կեղծ հարձակում», իմիտացիա), որից ակնհայտ երևում է, որ նա չի ցանկանում զգել մրցակցին:

4. Կանգնած դիրքում պաշտպանվելու նպատակով՝ մրցակցի թևքի (թևքերի) եզրից (եզրերից) բռնվածքը պահել որոշ ժամանակահատված (սովորաբար 5 վայրկյանից ավել), կամ էլ բռնվածքով ոլորել թևքերի եզրերը՝ սեղմելով բազուկները:

5. Կանգնած դիրքում բռնել մրցակցի մեկ կամ երկու ձեռքերի մատները շրջափակում իրականացնելով, որպեսզի խանգարի նրա գործողություններին (սովորաբար 5 վայրկյանից ավել):

6. Միտումնավոր անկարգ վիճակի բերել սեփական հագուստը, քանդել կամ կապել գոտին, անդրավարտիքը՝ առանց արբիտրի թույլտվության:

7. Մրցակցին ձգելով, քաշելով տեղափոխել «ՆԵՎԱԶԱ» դիրքի, որը չի համապատասխանում հոդված 16-ի պահանջներին:

8. Մատը (մատները) մտցնել մրցակցի թևքի կամ անդրավարտիքի փողքի մեջ (եզրային մասից ներս):

9. Կանգնած դիրքում առանց հարձակումի (սովորաբար 5 վայրկյանից ավել) վերցնել «անկանոն բռնվացք» (միակողմանի, գոտուց և այլն):

10. Կանգնած դիրքում բռնվացք վերցնելուց հետո կամ դրանից առաջ չկատարել որևէ տեխնիկական գործողություն (տես հոդված 27-ի հավելվածը՝ «ՊԱՍՍԻՎՈՒԹՅՈՒՆ»):

11. Բռնել մրցակցի թևքի (թևքերի) եզրը, մեծ և մնացած մատների արանքում («ԱՏԲՃԱՆԱԿ»):

12. Բռնել մրցակցի թևքի (թևքերի) եզրը և շրջելով ոլորել, փաթաթել («ԳՐՊԱՆ»):

13. Կիմոնոյի փեշով կամ գոտու վերջավորությունով «փաթաթել» մրցակցի մարմնի որևէ մաս:

14. Ատամներով բռնել մրցակցի կամ սեփական կիմոնոն:

15. Ձեռքով (ափով), ոտքով (ոտնաթաթով) սեղմել կամ հենվել մրցակցի դեմքին:

16. Ոտնաթաթով կամ ոտքով հենվել (սեղմել) մրցակցի գոտուն կամ կիմոնոյի օձիքին, օձիքափեշին (отворот):

17. Կատարել խեղդող հնարք՝ օգտագործելով սեփական գոտու կամ կիմոնոյի փեշի եզրերը, կամ խեղդել միայն մատներով:

18. Կանգնած կամ չորեքթաթ դիրքում միտումնափոր դուրս գալ կամ հրել մրցակցին աշխատանքային տարածքի սահմաններից դուրս: (տես հոդված 9-ի «ԲԱՅԱՌՈՒԹՅՈՒՆԸ»):

19. Ոտքերով սեղմել մրցակցի իրանը, պարանոցը կամ գլուխը (ոտքերը խաչելով ուղղել ծնկները):

20. Բռնվածքից ազատվելու համար ոտքոտ կամ ծնկով հարվածել մրցակցի ձեռքին կամ դաստակին, կամ

առանց տեխնիկական գործողություն կատարելու խփել մրցակցի ոտքին կամ ոտնաթաթին:

21. Բռնվածքից ազատվելու համար ձեռքով կոպտորեն բռնել և ցավեցնել մրցակցի մատը (մատները):

«ԽԱՆՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» ՈՐԱԿԱԶՐԿՈՒՄ ԿԱՆՈՆՆԵՐԻ ԿՈՊԻՏ ԽԱՆՏՈՒՄՆԵՐԻ ՀԱՄԱՐ

բ) «ԽԱՆՍՈԿՈՒ-ՄԱԿԵ» հայտարարվում է այն մասնակցին, որը թույլ է տվել կանոնների կոպիտ խախտում, կամ ունենալով 3 հատ «ՇԻԴՈ» նկատողություն՝ ստանում է չորրորդը:

22. Կատարել «ԿԱՎԱԶԵ ԳԱԿԵ» անթույլատրելի հնարք (ոտքով փաթաթելով մրցակցի ոտքը, զցել մրցակցին շրջվելով նրա կողմը և ընկնել վրան «обвив»):

23. Կատարել «ԿԱՆՍԵԹՍՈՒ ՎԱԶԱ» ցավեցնող հնարք մյուս բոլոր հոդերի վրա, բացի արմնկային հոդից:

24. Տատամիի վրա մեջքով պարկած մրցակցին բարձրացնել վերև, և նորից նրան ետ զցել տատամիի վրա:

25. Հենման ոտքը ներսից փակելով (հողին հակառակ)՝ մրցակցին զցել դեպի առաջ, երբ նա կատարում է «ՀԱՐԱՐ ԳՈՇԻ» կամ նմանատիպ այլ հնարք:

26. Չենթարկվել արբիտրի ցուցումներին:

27. Գոտեմարտի ընթացքում մրցակցի կամ մրցավարների նկատմամբ թույլ տալ անվայել արտահայտություններ, նկատողություններ կամ ցուցադրումներ:

28. Կատարել այնպիսի տեխնիկական գործողություններ, որոնք կարող են առաջացնել վնասվածքներ կամ վտանգ հանդիսանալ մրցակցի ողնաշարի կամ պարանոցի ողերի համար, կամ անհամատեղելի են

ձյուդոյի հոգեբանությամբ:

29. Ընկնել դեպի առաջ, մրցակցի թևի վրա այնպիսի հնարքների փորձ կատարելիս, ինչպիսին է «ՈՒԴԵ ՀԻՇԻԳԻ ՎԱԿԻ ԳԱԹԱՍԵ» («արմունկի լծակում, ձեռքը բռնած թևի տակ») ցավեցնող հնարքը:

30. Դեպի առաջ»սուզում»կատարելու հետևանքով առաջինը գլխով ընկնել տատամիի վրա այնպիսի հնարքների փորձ կատարելու ժամանակ, ինչպիսիք են «ՈՒՉԻ ՄԱԹԱ» («ազդրով թափազցում ոտքերի արանքից», «подхват изнутри») կամ «ՀԱՐԱՅԻ ԳՈՇԻ» («ազդրով թափազցում դիմացից երկու ոտքերի տակ» «передний подхватпод две ноги») հնարքները, ինչպես նաև կանգնած կամ ծնկած դիրքից կատարել ետզցում և միանգամից ընկնել մեջքի վրա այնպիսի տեխնիկական գործողությունների կատարման ժամանակ, ինչպիսին է «ԿԱԹԱ ԳՈՒՐԱՄԱ» («ջրադաց») հնարքը:

31. Դիտավորյալ մեջքով ընկնել մրցակցի վրա (վերահսկելով նրա շարժումները), երբ վերջինս գտնվում է զգում կատարողի մեջքի կամ ուսերի վրա:

32. Մարմնի վրա կրել կոշտ կամ մետաղական առարկաներ (երևացող կամ թաքցրած):

Հոդված 27-ի ՀԱՎԵԼ ՎԱԾ

Մրցավարները ղեկավարվելով առաջադրված նպատակներով, հաշվի առնելով առկա իրավիճակները և սպորտի բարձրագույն շահերը, իրավունք ունեն հայտարարել համապատասխան պատժամիջոցներ:

Այն դեպքերում, երբ արբիտրը որոշում է պատժել մասնակցին(ներին) (բացառությամբ «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում «ՄՈՆՈ ՄԱՄԱ» հայտարարելու անհրաժեշտությունից), ապա նա «ՄԱՏԵ» հայտարարելով պետք է

ժամանակավորապես կանգնեցնի գոտեմարտը, մասնակիցներին վերադարձնի իրենց ելման դիրքերին և ցույց տալով կանոնները խախտողին(ներին) հայտարարի համապատասխան պատժաչափը:

«ԽԱՆՍՈՎՈՒ ՄԱԿԵ» հայտարարելուց առաջ արբիտրը պետք է խորհրդակցի եզրային մրցավարների հետ և կայացնի որոշում համաձայն «ըստ մեծամասնության կարծիքի»կանոնի: Երբ երկու մասնակիցները միաժամանակ են խաղտում կանոնները, ապա նրանցից յուրաքանչյուրը պետք է ստանա իր կատարած խախտմանը համապատասխան պատժաչափ:

Եթե երկու մասնակիցներն էլ ունեն երեք հատ «ՇԻԴՈ» նկատողություն, և եթե միաժամանակ նրանցից յուրաքանչյուրը նորից է ստանում հաջորդ պատիժը, ապա երկուսին էլ հայտարարվում է «ԽԱՆՍՈՎՈՒ ՄԱԿԵ» որակազրկում:

«ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքում պատիժները պետք է կիրառվեն համաձայն հոդված 26-ի հավելվածի պահանջների:

Երբ ձյուդոիստներից մեկն առանց տեխնիկական գործողության իր մրցակցին քաշում է «ՆԵ ՎԱԶԱ» դիրքի, որը չի համապատասխանում հոդված 16-ի պահանջներին, և որի արդյունքում մրցակիցը չի ստանում առավելություն, ապա արբիտրը պետք է հայտարարի «ՄԱՏԵ» և «ՇԻԴՈ» նկատողություն հայտարարի այն մասնակցին, որը խախտել է հոդված 16-ի պահանջները:

«Կանոնավոր բռնվացք» է համարվում երկկողմանի բռնվածքը (օրինակ՝ երբ բռնվածք իրականացնող ձյուդոիստն իր աջ ձեռքով բռնում է մրցակցի կիմոնոյի ձախ օձիքափեշից կրծքամասի շրջանում կամ մեջքամասում, իսկ ձախ ձեռքով՝ մրցակցի աջ թևից կամ օձիքափեշից

կրծքամասի շրջանում): *Բռնվածքները միշտ պետք է վերցնել գոտուց վերև:*

Մասնակիցը չպետք է պատժվի միակողմանի բռնվածքի համար այն դեպքում, երբ այդ բռնվածքն առաջանում է թևի տակից մրցակցի գլխով «սուզման» արդյունքում: Միննույն ժամանակ եթե մրցակիցը կատարում է գլխով «սուզում» թևի տակից և այդ վիճակում չի կատարում ոչ մի հարձակողական գործողություն և պաշտպանվում է, ապա արբիտրը այդ գործողությունը պետք է գնահատի որպես ձգտում ընդունելու «բացառապես պաշտպանողական կանգնվածք», կամ այդ բռնվածքը պետք է որակավորի որպես *«անկանոն բռնվացք»*: Եթե մասնակիցը շարունակում է բռնել «անկանոն բռնվացք», ապա նկատողության ժամանակի տևողությունը կարող է կտրուկ կրճատվել, անգամ անմիջապես «ՇԻԴՈ» նկատողության հայտարարում:

Երբ ձյուդոիստն իր ոտքը մտցնում է մրցակցի ոտքերի արանքը և 5 վայրկյանի ընդացքում չի կատարում տեխնիկական գործողություն (հարձակում), ապա դա որակավորվում է որպես *«անկանոն բռնվացք»* և պատժվում է «ՇԻԴՈ» նկատողությունով:

Ինչպես կանոն, մեկ կամ երկու ձյուդոիստների կողմից 25 վայրկյանի ընդացքում հարձակվողական գործողությունների բացակայության դեպքում հայտարարվում է «ՊԱՍՍԻՎՈՒԹՅՈՒՆ»: Եթե արբիտրը համոզված է, որ մասնակիցն իրականում պատրաստվում է հարձակման, ապա պետք՝ չէ շտապել և մասնակցին պատժել «ՊԱՍՍԻՎՈՒԹՅՈՒՆ» համար:

Մրցակցի մարմնի որևէ մասը կիմոնոյի փեշով կամ գոտու վերջավորությունով «Փաթաթումը» նշանակում է, որ այն պետք է պտտեցնել (փաթաթել) լրիվ շրջան:

Բռնվածքներ վերցնելու ժամանակ կիմոնոյի փեշը կամ գոտու վերջավորությունն առանց լրիվ փաթաթելու որպես ֆիքսող միջոց օգտագործելը չի պատժվում, այսինքն մրցակցի ձեռքի մեկուսացումը չի պատժվում:

«Դեմք» հասկացությունը, դա գլխի դիմային մասն է, որն անցնում է ճակատի վերին մաս, ականջներ և ծնոտ շրջագծով:

Եթե մասնակիցը գցում կատարելու ընթացքում անհաջող ձևով է պտտվում, շրջվում դեպի իր մրցակիցը, ապա այդ գործողությունը դիտվում է որպես «ԿԱՎԱԶՈՒ ԳԱԿԵ» («обвив») հնարքի կատարում և պատժվում է: Այնպիսի հնարքների կատարման ժամանակ, ինչպիսիք են «Օ ՍՈԹՈ ԳԱՐԻ», «Օ ՈՒՉԻ ԳԱՐԻ» և «ՈՒՉԻ ՄԱԹԱ» հնարքները, հակառակորդի ոտքի փաթաթումները թույլատրվում են և պետք է գնահատվեն:

Այնպիսի հնարքների փորձ կատարելու դեպքում, ինչպիսիք են «ՀԱՐԱՅԻ ԳՈՇԻ» «ՈՒՉԻ ՄԱԹԱ» հնարքները, երբ հարձակվողը միայն մեկ ձեռքով է բռնվածք վերցնում մրցակցի կիմոնոյի օձիքափեշից, որը դիտվում է որպես «ՈՒԴԵ ՀԻՇԻԳԻ ՎԱԿԻ ԳԱԹԱՄԵ» հնարք (երբ հակառակորդի դաստակը բռնվում է հարձակվողի թևատակով) և չի փորձում մրցակցին մաքուր գցում կատարել, այլ դիտավորյալ ընկնում է տատամիի վրա, ինչը կարող է վնասվածք հասցնել մրցակցին, ապա այդ գործողությունը պետք է պատժվի սույն հոդվածի 29-րդ կետի պահանջներին համաձայն:

Ցուցատախտակի վրա հաջորդաբար կրկնվող «ՇԻԴՈ» նկատողությունները պետք է կուտակվեն և վերագրանցվեն որպես տեխնիկական գնահատական ի հօգուտ մրցակցին:

**Ցուցատախտակի վրա հաջորդաբար կրկնվող
«ՇԻԴՈ» նկատողություններ**

2 հատ «ՇԻԴՈ» = =1 հատ «ՅՈՒԿՈ» մրցակցին	3 հատ «ՇԻԴՈ» = =1 հատ «ՎԱԶԱ- ԱՐԻ» մրցակցին	4 հատ «ՇԻԴՈ» = = «ԽԱՆՍՈՎՈՒ- ՄԱԿԵ» = = «ԻՊՊՈՆ» մրցակցին
--	--	--

Երբ մասնակիցը 4-րդ ամգամ է թույլ տալիս փոքր կարգի խախտում և պետք է պատժվի «ՇԻԴՈ» նկատողությունով, ապա այդ դեպքում արբիտրը եզրային մրցավարների հետ խորհրդակցելուց հետո մասնակցին պետք է հայտարարի «ԽԱՆՍՈՎՈՒ ՄԱԿԵ», այսինքն դա նշանակում է, որ 4-րդ «ՇԻԴՈ»-ն չի հայտարարվում որպես «ՇԻԴՈ» նկատողություն, այլ հայտարարվում է որպես «ԽԱՆՍՈՎՈՒ ՄԱԿԵ» որակազրկում և գոտեմարտն ավարտվում է հոդված 19-ի դ) կետի համաձայն:

**Հոդված 28. ԳՈՏԵՄԱՐՏԻՑ ՀՐԱԺԱՐՎԵԼ ԿԱՄ
ՉՆԵՐԿԱՅԱՆԱԼ**

«ՖՈՒՍԵՆ ԳԱՉԻ» (հաղթանակ մրցակցի չներկայանալու կապակցությամբ) որոշմամբ հաղթանակ հայտարարվում է այն մասնակցին, որի հակառակորդը չի ներկայանում գոտեմարտին: Մասնակիցը, որը յուրաքանչյուր մեկ րոպե միջանկյալ ժամանակահատվածներով երեք անգամ հրավերից հետո չի ներկայանում տատամի և չի կանգնում իր ելման դիրքին՝ կորցնում է այդ գոտեմարտին մասնակցելու իրավունքը:

Մինչ «ՖՈՒՍԵՆ ԳԱՉԻ» հաղթանակ հայտարարելը, արբիտրը պետք է ստանա Մրցավարական Խորհրդի (Ժյուրիի) հավանությունը:

«ԿԻԿԵՆ ԳԱՉԻ» հաղթանակ հայտարարվում է այն մասնակցին, որի հակառակորդը գոտեմարտի ընթացքում հրաժարվում է հետագա պայքարից ցանկացած պատճառով:

Հոդված 28-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

ԿՈՆՏԱԿՏԱՅԻՆ ԼԻՆԶԱՆԵՐ - եթե գոտեմարտի ընթացքում մասնակիցը կորցնում է իր աչքերի կոնտակտային լինճաները և հնարավորություն չի ունենում այն արագորեն տեղադրել իրենց տեղը, որից հետո հայտարարում է, որ առանց դրանց չի կարող շարունակել գոտեմարտը, ապա արբիտրը եզրային մրցավարների հետ խորհրդակցելուց հետո «ԿԻԿԵՆ ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարում նրա հակառակորդին:

**Հոդված 29. ՎՆԱՍՎԱԾՔ, ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆ ԿԱՄ
ԴԺԲԱՆՏ ԴԵՊՔ**

Եթե հանդիպման ընթացքում մասնակիցներից մեկը չի կարողանում շարունակել գոտեմարտը վնասվածքի, հիվանդության կամ դժբախտ դեպքի պատճառով, ապա արբիտրի կողմից գոտեմարտի վերջնական արդյունքը պետք է հայտարարվի եզրային մրցավարների հետ խորհրդակցելուց հետո համաձայն հետևյալ կետերի:

Ա) ՎՆԱՍՎԱԾՔ

1. Այն դեպքում, երբ վնասվածքն առաջացել է վնասվողի մեղքով, ապա վնասվողին հայտարարվում է պարտություն:

2. Այն դեպքում, երբ վնասվածքն առաջացել է հակառակորդի մեղքով, ապա հաղթանակը տրվում է վնասվածք ստացողին:

3. Այն դեպքում, երբ հնարավոր չէ որոշել վնասվածքի պատճառը, ապա այն մասնակիցը, որը չի կարողանում շարունակել գոտեմարտը ճանաչվում է որպես պարտվող:

Բ) ՀԻՎԱՆՂՈՒԹՅՈՒՆ:

Եթե հանդիպման ընթացքում մասնակիցը հիվանդանում է և չի կարողանում շարունակել գոտեմարտը, ապա նրա հաստատակորդը ճանաչվում է որպես հաղթող:

Գ) ՂԺԲԱՆՏ ՂԵՂՔ:

Երբ դժբախտ դեպքը պատահում է արտաքին ազդեցություններից (պատճառներից), ապա մրցավարական խորհրդի (ժյուրիի) հետ պարզաբանելուց հետո այդ գոտեմարտը պետք է հետաձգվի կամ չեղյալ համարվի: Այդպիսի դեպքերում սպորտային տնօրենը, սպորտային խորհուրդը և(կամ) ժյուրին պետք է կայացնեն վերջնական որոշում:

ԲԺՇԿԱԿԱՆ ԶՆՆՈՒՄ

ա) Արբիտրը հրավիրում է բժշկին իրականացնելու բժշկական զննում այն դեպքերում, երբ մասնակիցներից մեկը ստանում է ծանր հարված գլխին կամ ողնաշարի շրջանում, կամ արբիտրը վստահ է, որ առկա է լուրջ վնասվածք: Այդ դեպքերում բժիշկն իրականացնում է զննում հնարավորինս կարճ ժամանակահատվածում և արբիտրին հայտնում է մասնակցի կողմից գոտեմարտը շարունակելու հնարավորության մասին:

Եթե բժիշկը մասնակցին զննելուց հետո արբիտրին հայտնում է, որ մասնակիցը չի կարող շարունակել գոտեմարտը, ապա արբիտրը եզրային մրցավարների հետ խորհրդակցելուց հետո «ԿԻԿԵՆ ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարում նրա հակառակորդին:

բ) Մասնակիցն իրավունք ունի դիմելու արբիտրին բժիշկ հրավիրելու համար, բայց այդ դեպքում գոտեմարտն ավարտվում է և «ԿԻԿԵՆ ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարվում նրա հակառակորդին:

գ) Թիմի բժիշկը նույնպես իրավունք ունի խնդրելու բժշկական զննում իրականացնել իր մասնակցին, բայց այդ դեպքում գոտեմարտն ավարտվում է և «ԿԻԿԵՆ ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարվում նրա հակառակորդին:

Այն դեպքերում, երբ արբիտրը և եզրային մրցավարները գտնում են, որ գոտեմարտն այլևս չի կարող շարունակվել, ապա արբիտրը ավարտում է գոտեմարտը և կանոնադրության դրույթների համաձայն հայտարարում է հանդիպման վերջնական արդյունքը:

ԱՐՅՈՒՆԱՀՈՍՈՂ ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐ

Արյունահոսող վնասվածքների առաջացման դեպքում արբիտրը հրավիրում է բժշկին, որպեսզի նա կանգնեցնի և մեկուսացնի արյունահոսությունը: Արյունահոսող վնասվածքների առաջացման դեպքում, ելնելով առողջությունը պահպանելու շահերից, արբիտրը հրավիրում է բժշկին և չի թույլատրվում շարունակել գոտեմարտն այնքան ժամանակ, մինչև արյունահոսությունը կանգնեցվի: Սակայն, մեկ գոտեմարտի ընթացքում այդպիսի արյունահոսող վնասվածքները բժշկի կողմից կարող են բուժվել երկու անգամ: Այն դեպքում, երբ

նմանատիպ արյունահոսող վնասվածք է առաջանում երրորդ անգամ, ապա արբիտրը եզրային մրցավարների հետ նախապես խորհրդակցելուց հետո, ավարտում է գոտեմարտը, ելնելով մասնակցի առողջության պահպանման շահերից՝ «ԿԻԿԵՆ-ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարում նրա հակառակորդին:

Բոլոր այն դեպքերում, երբ մասնակցի արյունահոսող վնասվածքը հնարավոր չէ կանգնեցնել և մեկուսացնել, ապա «ԿԻԿԵՆ-ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարվում նրա հակառակորդին:

ԹԵԹԵՎ (ԱՆՆՇԱՆ) ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐ

Թեթև վնասվածքները կարող են բուժվել մասնակիցների կողմից ինքնուրույն: Օրինակ՝ մասնակցի մատը դուրս ընկնելու դեպքում, արբիտրը գոտեմարտը կանգնեցնում է «ՄԱՏԵ» կամ «ՍՈՆՈ ՄԱՄԱ» հրահանգով և թույլ է տալիս մասնակցին, որ նա ինքնուրույն իր մատը զցի տեղը: Այդ գործողությունը պետք է կատարվի անմիջապես՝ առանց արբիտրի կամ բժշկի միջամտության, որից հետո մասնակիցը կարող է շարունակել գոտեմարտը: Նույն այդ մատը մասնակցին թույլատրվում է տեղը զցել երկու անգամ: Այդ իրավիճակը երրորդ անգամ կրկնվելու դեպքում մասնակցին չի թույլատրվում շարունակել գոտեմարտը: Արբիտրը եզրային մրցավարների հետ նախապես խորհրդակցելուց հետո, ավարտում է գոտեմարտը, ելնելով մասնակցի առողջության պահպանման շահերից՝ «ԿԻԿԵՆ-ԳԱՉԻ» հաղթանակ է հայտարարում նրա հակառակորդին:

Հոդված 29-ի ՀԱՎԵԼՎԱԾ

Եթե գոտեմարտի ընթացքում մասնակիցը վնասվածք է ստանում մրցակցի գործողությունների պատճառով, և դրա արդյունքում վնասվածք ստացողը չի կարողանում շարունակել գոտեմարտը, ապա արբիտրը քննարկելով այդ դեպքը՝ ընդունում է որոշում համաձայն կանոնադրության պահանջների: Կատարված յուրաքանչյուր դեպք պետք է քննարկվի և ունենա իրեն բնորոշ լուծում: {Տես հոդված 28-ի Ա) կետի 1, 2 և 3 ենթակետերը}:

Ընդհանրապես յուրաքանչյուր մասնակցի համար միայն մեկ բժշկի է թույլատրվում մտնել տատամի: Եթե բժշկին անհրաժեշտ է օգնականի միջամտություն, ապա նա այդ մասին տեղեկացնում է արբիտրին: Ոչ մի դեպքում մարզիչին չի թույլատրվում մտնել տատամի:

Երբ հրավիրված բժիշկը գտնվում է տատամիի վրա, ապա եզրային մրցավարները պետք է գտնվեն իրենց տեղերում և հետևեն իրադրությանը: Միայն արբիտրը պետք է գտնվի վնասվածք ստացողի մոտ և հետևի, որպեսզի բժիշկն օգնությունը ցուցաբերի կանոնադրության համաձայն: Սակայն, անհրաժեշտության դեպքում, արբիտրը կարող է հրավիրել եզրային մրցավարներին խորհրդակցելու ցանկացած որոշում կայացնելու համար:

ԲԺՇԿԱԿԱՆ ՕԳՆՈՒԹՅՈՒՆ

ա) **ԹԵԹԵՎ (ԱՆՆՇԱՆ) ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐ**: Կոտրված եղունգի դեպքում՝ բժշկին թույլատրվում է օգնել կտրելու եղունգը: Բժիշկը կարող է նաև օգնություն ցուցաբերել աճուկին հասցված հարվածների դեպքում:

բ) ԱՐՅՈՒՆԱՀՈՍՈՂ ՎՆԱՍՎԱԾՔՆԵՐ: Արյունահոսությունների դեպքում, անվտանգության համար, արյունը պետք է կանգնեցվի և մեկուսացվի բժշկի կողմից տարբեր վիրակապերի և քթի տամպոնների օգտագործման միջոցով (թույլատրվում է օգտագործել արյունը մակարդող և կանգնեցնող տարբեր միջոցներ):

Երբ բժիշկ է հրավիրվում մասնակցին օգնություն ցուցաբերելու համար, ապա դա պետք է կատարվի հնարավորինս կարճ ժամանակահատվածում:

Հավելված: Վերը նշված իրադրություններից բացի, եթե բժիշկը գոտեմարտի ընթացքում կատարում է որևէ այլ բուժում, ապա բուժվողի մրցակցին հայտարարվում է «ԿԻԿԵՆ ԳԱԶԻ» հաղթանակ:

ՓՄԽՈՒՄ (ՄՐՏԽԱՌՆՈՑ)

Գոտեմարտի ընթացքում մասնակցի կողմից ցանկացած տեսակի փսխումները գնահատվում են որպես «ԿԻԿԵՆ ԳԱԶԻ» հաղթանակ նրա հակառակորդին: {Տես հոդված 28-ի Բ) կետը՝ հիվանդություն}:

Այն դեպքերում, երբ մասնակիցը դիտավորյալ գործողություններով վնասվածք է հասցնում իր հակառակորդին, ապա նրան հայտարարվում է ուղղակի «ԽԱՆ ՍՈԿՈՒ ՄԱԿԵ» որակազրկում, այդ որակազրկման հետ միասին կարող է նաև հետևել այլ կարգապահական պատժամիջոցներ սպորտային տնօրենի, սպորտային խորհրդի կամ(և) ժյուրիի կողմից:

Այն դեպքում, երբ բժիշկը, որը գոտեմարտի ժամանակ պատասխանատու է իր մասնակցի առողջության համար, հստակ պատկերացնում և հասկանում է, (հատկապես խեղդող հնարքների կատարման ժամանակ) որ կա լուրջ վտանգ իր խնամակալի առողջության համար,

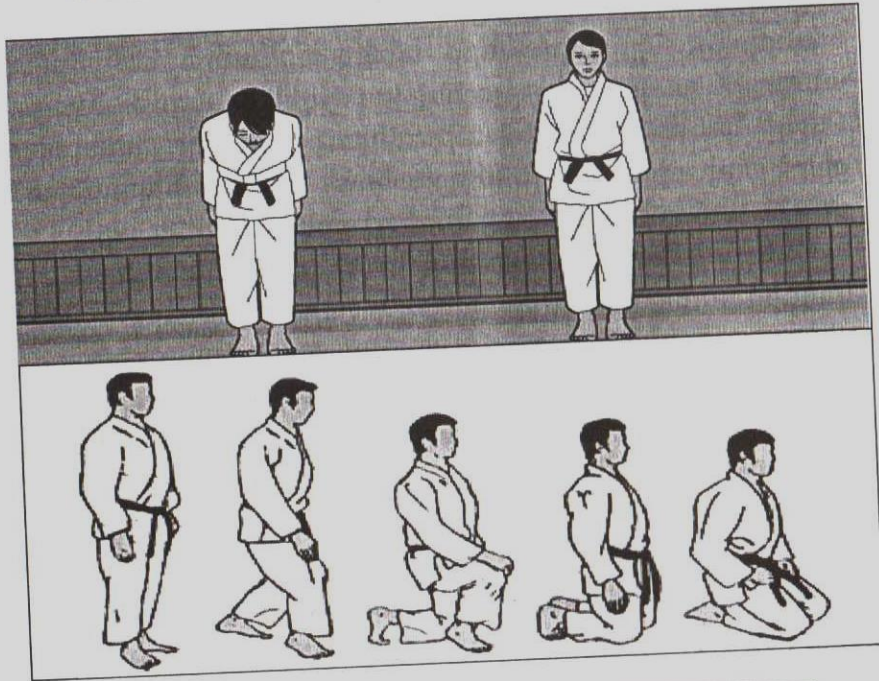
նա կարող է մոտենալ տատամիի եզրին և դիմել մրցավարներին, որպեսզի անմիջապես կանգնեցվի գոտեմարտը: Մրցավարները պետք է կատարեն բոլոր անհրաժեշտ գործողությունները բժշկին օգնելու համար: Բժշկի կողմից այդպիսի միջամտությունն իր մասնակցին կրերի պարտության, դրա համար այդ անհրաժեշտ քայլին պետք է դիմել բացառիկ դեպքերում:

Եթե հնարավոր չէ որոշել երկու մասնակիցների կողմից ստացված վնասվածքների պատճառները և չկա մեղավոր, ապա հաղթում է այն մասնակիցը, որը կարող է շարունակել գոտեմարտը: Ձյուդոյի միջազգային ֆեդերացիայի (IJF) առաջնությունների ժամանակ թիմի պաշտոնական բժիշկը պետք է ունենա բժշկական կրթություն և պետք է գրանցվի նախօրոք, մրցումներից առաջ: Նա միակ անձն է, ում թույլատրվում է նստել հատուկ առանձնեցված տեղում և ունենալ տարբերանշան, օրինակ՝ կրել կարմիր խաչով թևկապ:

Ազգային ֆեդերացիաներն իրենց թիմերի բժիշկներին գրանցելիս՝ պատասխանատու են նրանց գործողությունների և որոշումների համար: Բժիշկները մշտապես պետք է տեղյակ լինեն կանոնադրական բոլոր փոփոխություններին և մեկնաբանություններին:

Հոդված 30. ԿԱՆՈՆԱԴՐՈՒԹՅԱՄԲ ՉՆԱԽԱՏԵՍՎԱԾ ԻՐԱՎԻՃԱԿՆԵՐ ԵՎ ԴԵՊՔԵՐ

Երբ առաջանում են այնպիսի իրավիճակներ կամ դեպքեր, որոնք չեն նախատեսված սույն կանոնադրությամբ, որոշումները հայտարարվում են արբիտրի կողմից՝ եզրային մրցավարների և մրցավարական խորհրդի (ժյուրիի) հետ խորհրդակցելուց հետո _____



Չյուդո մարզաձևի էթիկայի բաղկացուցիչ մասն ավանդույթ է հանդիսանում ողջույնի արարողակարգը խոնարհման միջոցով՝ «ՌԵՅ», որն արտահայտում է հարգանք և կարգապահություն, ինչն էլ մեր մարզաձևի վարվելակերպի և գործողությունների առանձնահատ-

կություններից է: «ՌԵՅ» արարողակարգը պետք է ուղեկցվի հարգալից վերաբերմունքով և կատարվի ճիշտ ձևով:

«ՌԵՅ» արարողակարգի բոլոր խոնարհումները պետք է կատարվեն գոտկատեղից դեպի առաջ 30 աստիճան թեքվելով, ձեռքերն իջեցված ներքև՝ ազդրերին հպված:

1. Սկզբնական «ՌԵՅ» - մրցումների բացման արարողակարգի ժամանակ:

1. Մրցումների բացման արարողակարգի սկզբում, երբ մասնակից թիմերի մարզիկները, մարզիչները և թիմերի ներկայացուցիչները մեկ շարքով կանգնում են մրցահրապարակի եզրին մոտ, բոլոր մրցավարները պետք է շարքով կանգնեն թիմերից առաջ, բոլորը դեմքով դեպի մրցումների պաշտոնատար անձանց («josek» - «ջոսեկի») կողմը:

1.2. Մրցումների բացման արարողակարգի դեկավարի («kiotsuke» - «կիոցուկ») «ՌԵՅ» հրահանգից հետո, շարքում կանգնած թիմերի մարզիկները, մարզիչները, թիմերի ներկայացուցիչները և մրցավարները միասին կատարում են ողջույնի խոնարհում դեպի «ջոսեկի» կողմը:

1.3. Անմիջապես, մրցավարները ժամացույցի սլաքին հակառակ կատարում են կիսաշրջում դեպի մասնակիցները, և «ՌԵՅ» հրահանգից հետո կատարում են ողջույնի խոնարհում միմյանց:

1.4. Այնուհետև, շարքում կանգնած թիմերի մարզիկները, մարզիչները, թիմերի ներկայացուցիչները և մրցավարները միասին դուրս են գալիս մրցահրապարակից: Այդ արարողակարգից հետո մրցումները կարող են սկսվել ըստ ծրագրի:

2. Եզրափակիչ «ՌԵՅ» - մրցումների փակման արարողակարգի ժամանակ:

2.1. Մրցումների փակման արարողակարգի սկզբում, երբ մասնակից թիմերի մարզիկները, մարզիչները և թիմերի ներկայացուցիչները մեկ շարքով կանգնում են մրցահրապարակի եզրին մոտ, բոլոր մրցավարները պետք է շարքով կանգնեն թիմերից առաջ, բոլորը դեմքով դեպի մրցումների պաշտոնատար անձանց («joseki» - «ջոսեկի») կողմը:

2.2. Մրցումների փակման արարողակարգի ղեկավարի («kiotsuke»- «կիոցուկ») «ՌԵՅ» հրահանգից հետո, մրցավարները ժամացույցի սլաքին հակառակ կատարում են կիսաշրջում դեպի մասնակիցները, և «ՌԵՅ» հրահանգից հետո կատարում ողջույնի խոնարհում միմյանց:

2.3. Այնուհետև, մրցավարները ժամացույցի սլաքին հակառակ կատարում են կիսաշրջում դեպի մրցումների պաշտոնատար անձանց («joseki»- «ջոսեկի») կողմը և «ՌԵՅ» հրահանգից հետո կատարում են ողջույնի խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

2.4. Այնուհետև, շարքում կանգնած թիմերի մարզիկները, մարզիչները, թիմերի ներկայացուցիչները և մրցավարները միասին դուրս են գալիս մրցահրապարակից: Այդ արարողակարգից հետո մրցումներն ավարտվում են:

ԱՐԲԻՏՐԸ ԵՎ ԵԶՐԱՅԻՆ ՄՐՅԱՎԱՐՆԵՐԸ

3. Անհատական առաջնության մրցափուլի սկզբում:

3.1. Յուրաքանչյուր մրցափուլի (shiai) առաջին գոտեմարտից առաջ, տատամի դուրս եկող մրցավարների առաջին եռյակը մեկ շարքով մոտենում է տատամիի եզ-

րին և կանգնում կենտրոնական մասի ուղղությամբ, դեմքով շրջվելով դեպի տատամին, կատարում են քայլ առաջ և բարձրանում տատամիի «անվտանգության գոտի»՝ դեմքով դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

3.2. Մրցավարական եռյակը գտնվելով տատամիի «անվտանգության գոտու» եզրին, կենտրոնական մասի ուղղությամբ, երեքով միասին կատարում են ողջույնի խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

3.3. Այնուհետև, մրցավարական եռյակը քայլով դեպի առաջ՝ մտնում է տատամիի «աշխատանքային տարածք», կանգնում և երկրորդ անգամ միասին կատարում ողջույնի խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

3.4. Որից հետո արբիտրը կատարում է ետքայլ, իսկ եզրային մրցավարները՝ համապատասխանաբար դեպի աջ ու ձախ դարձումներ, և երեքով միասին կատարում են ողջույնի խոնարհում միմյանց:

3.5. Միմյանց ողջունելուց անմիջապես հետո մրցավարները գրավում են իրենց տեղերը: Այն եզրային մրցավարը, որը ավելի շուտ է հասնում իրեն հատկացված աթոռին, կանգնած սպասում է մյուս եզրային մրցավարին, մինչև նա նույնպես հասնի իր աթոռին և երկուսով միասին նստում են իրենց աթոռներին: Այդպես պետք է կատարվի նաև մրցավարների յուրաքանչյուր խորհրդակցումից հետո:

3.6. Մրցավարները պարտավոր են հետևել, որ մրցումների յուրաքանչյուր մրցափուլի առաջին գոտեմարտից առաջ, տատամի դուրս եկող մասնակիցների առաջին գույքը կատարի 9.2. կետի պահանջները:

3.7. Մրցավարների առաջին եռյակը մրցահրապարակը պետք է թողնի 6.-րդ կետով նախատեսված խոնարհման արարողակարգը կատարելուց հետո:

3.8. Այն եզրային մրցավարը, որն ավելի մոտ է գտնվում արբիտրին, պետք է ավելի դանդաղ մոտենա, իսկ մյուսը՝ ավելի արագ, որպեսզի երկուսն էլ միասին հանդիպեն արբիտրին և միաժամանակ կատարեն խոնարհման արարողակարգը:

4. Հաջորդ մրցավարական եռյակները:

4.1. Մրցումները սկսող առաջին մրցավարական եռյակից հետո, մյուս բոլոր մրցավարները, որոնք դուրս են գալիս տատամի, պետք է կատարեն 3.1., 3.2, և 3.5. կետերով նախատեսված խոնարհման արարողակարգերը:

4.2. Բացի մրցումները սկսող առաջին մրցավարական եռյակից, յուրաքանչյուր հաջորդ մրցավարական եռյակ տատամին պետք է թողնի 6.-րդ կետով նախատեսված խոնարհման արարողակարգը կատարելուց հետո:

5. Արբիտրի և եզրային մրցավարի տեղերի փոփոխություն:

Եթե նախորդ գոտեմարտի ավարտից հետո արբիտրը և եզրային մրցավարներից մեկը պետք է փոխեն իրենց տեղերը (այսինքն՝ եզրային մրցավարը դառնում է արբիտր), ապա նրանք պետք է «աշխատանքային տարածքի» սահմաններում մոտենան իրար, կանգնեն դեմ-դիմաց և կատարեն խոնարհում և գրավեն իրենց տեղերը:

6. Մրցավարների դուրս գալը մրցահրապարակից:

Գոտեմարտի ավարտից հետո, երբ արդեն հայտարարված է արդյունքը և մասնակիցները դուրս են եկել տատամից, եթե պետք է մրցավարական եռյակը թողնի մրցահրապարակը, ապա նրանք (արբիտրը՝ մեջտեղում) պետք է կանգնեն տատամի «անվտանգության գոտու» եզրին, միասին կատարեն ողջույնի խոնարհում

դեպի «ջոսեկիի» կողմը և դուրս գան տատամիի սահմաններից:

7. Մրցավարների խոնարհման արարողակարգը մրցավուլի վերջում:

7.1. Մրցումների յուրաքանչյուր մրցավուլի (shiai) վերջին գոտեմարտի ավարտից և արդյունքի հայտարարումից հետո, երբ մասնակիցներն արդեն կատարել են 9.6 կետի պահանջները, մրցավարական եռյակը պետք է կանգնի «աշխատանքային տարածքի» եզրին և կատարի խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

7.2. Որից հետո արբիտրը կատարում է ետքայլ, իսկ եզրային մրցավարները՝ համապատասխանաբար դեպի աջ ու ձախ դարձումներ, և երեքով միասին կատարում են ողջույնի խոնարհում միմյանց:

7.3. Այնուհետև, մրցավարական եռյակը մոտենում և կանգնում է «անվտանգության գոտու» եզրին, կատարում խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը և թողնում մրցահրապարակը:

ՄԱՍՆԱԿԻՑՆԵՐԸ

8. Մասնակիցների տատամի մտնելը և դուրս գալը:

8.1. Մինչև տատամի մտնելը, ինչպես նաև մինչև տատամից դուրս գալը մասնակիցները պետք է կատարեն խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

9. Կանգնած դիրքում խոնարհում (Tachi Rei) մասնակիցների միջև:

Մրցումների բոլոր մասնակիցները պարտադիր պետք է կատարեն սույն կանոնակարգով նախատեսված խոնարհման արարողակարգերը և «ՁՄՖ մրցավարական կանոնադրության» հոդվածների պահանջները: Եթե մասնակիցները չեն կատարում սույն կանոնակարգով

նախատեսված խոնարհման արարողակարգերը, ապա պետք է պահանջել, որպեսզի նրանք կատարեն դա: Եթե մասնակիցը հրաժարվում է, ապա այդ մասին պետք է հայտնել ՁՄՖ սպորտային տնօրենին կամ մրցաշարի տնօրենին: Տնօրեններն իրավասու են անհնազանդ մասնակիցներին որակագրկել և թույլ չտալ շարունակելու մրցումները, իսկ եթե այդ գոտեմարտը մրցանակային տեղի համար է, ապա մասնակիցը զրկվում է և իր գրաված տեղից և մեդալից:

9.1. Մասնակիցները տատամիին պետք է մոտենան իրենց կիմոնոյի գույնին համապատասխան ելման դիրքի նշագծի ուղղությամբ և կանգնեն տատամիի «անվտանգության գոտու» եզրին ու կատարեն խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը: Որից հետո՝ «անվտանգության գոտու» տարածքով պետք է մոտենան և կանգնեն «աշխատանքային տարածքի» եզրին՝ իրենց ելման դիրքի նշագծի ուղղությամբ, կատարեն խոնարհում, մտնեն «աշխատանքային տարածք» և կանգնեն իրենց ելման դիրքի նշագծի դիմաց: Այնուհետև, դեպի մրցակիցը ողջույնի խոնարհում կատարելուց հետո (երկու մրցակիցները միաժամանակ), պետք է կատարեն քայլ առաջ (իրենց հետևում թողնելով համապատասխան նշագիծը) և սպասեն արբիտրի «ՀԱՋԻՄԵ» հրահանգին:

9.2. Մրցումների յուրաքանչյուր օրվա մասնակիցների առաջին գույզը պետք է կատարի հետևյալ արարողակարգը՝

ա) մրցակիցները դեմ-դիմաց կանգնում են նշագծերի դիմաց, արբիտրի հրահանգով շրջվում են դեպի «ջոսեկիի» կողմը,

բ) արբիտրի «ՌԵՅ» հրահանգից հետո՝ մասնակիցները կատարում են ողջույնի խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը,

գ) որից հետո մասնակիցները պետք է շրջվեն և կատարեն 9.3. կետի արարողակարգը:

9.3. Երկու մասնակիցները կանգնած լինելով իրենց նշագծերի դիմաց, առանց սպասելու որևէ հրահանգի, պետք է կատարեն ողջույնի խոնարհում միմյանց և դեպի առաջ քայլ կատարելով՝ (իրենց հետևում թողնելով համապատասխան նշագիծը) սպասեն արբիտրի «ՀԱՋԻՄԵ» հրահանգին:

9.4. Երբ արբիտրի «ՍՈՐԵ-ՄԱԴԵ» հրահանգից հետո ավարտվում է գոտեմարտը, մասնակիցները պետք է կանգնեն իրենց նշագծերից առաջ և սպասեն գոտեմարտի արդյունքի հայտարարմանը:

9.5. Արբիտրը կատարելով քայլ առաջ՝ համապատասխան ժեստով հայտարարում է գոտեմարտի արդյունքը, որից հետո կատարելով ետքայլ՝ ընդունում է իր ելման դիրքը: Արբիտրի կողմից արդյունքի հայտարարումից անմիջապես հետո, մասնակիցները միաժամանակ կատարելով ետքայլ՝ (իրենց դիմացում թողնելով նշագծերը) իրականացնում են ողջույնի խոնարհում միմյանց:

9.6. Մրցումների յուրաքանչյուր օրվա մասնակիցների վերջին գույզը պետք է կատարի հետևյալ արարողակարգը՝

ա) 9.4. և 9.5. կետերով նախատեսված պահանջները կատարելուց հետո, արբիտրի հրահանգով շրջվում են դեպի «ջոսեկիի» կողմը և կատարում են 9.2. կետի ա) և բ) ենթակետերի պահանջները, իսկ վերջում՝ 9.7. կետի պահանջները:

9.7. Մասնակիցները ետքայլերով դուրս են գալիս «աշխատանքային տարածքի» սահմաններից իրենց նշագծերի ուղղությամբ, կանգնելով «անվտանգության գոտու» եզրին՝ կատարում են խոնարհում, այնուհետև, կատարելով 8.-րդ կետի պահանջները՝ թողնում են մրցահրապարակը:

10. Թիմային առաջնություններ:

10.1. Երկու թիմերի յուրաքանչյուր մրցում (հանդիպում) դիտվում է որպես առանձին մրցափուլ (shiai):

10.2. Մինչև թիմերի տատամի մտնելը, մրցավարները պետք է կատարեն 3.1., 3.2., 3.3. և 3.4. կետերի պահանջները, որից հետո 10.4., 10.5., 10.6., 10.7. կետերի և վերջում 3.5. կետի պահանջները:

10.3. Թիմերի հանդիպման վերջում մրցավարները պետք է կատարեն 10.9., 10.10., 10.11. և 10.12. կետերի պահանջները: Որից հետո մրցավարական եռյակը մոտենում և կանգնում է «անվտանգության գոտու» եզրին, կատարում խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը: Այնուհետև մրցավարական եռյակը կատարում է 7.2. և 7.3. կետերի պահանջները:

10.4. Թիմերի յուրաքանչյուր հանդիպման սկզբում մրցավարական եռյակը կատարում է 3.1., 3.2., 3.3. և 3.4. կետերի պահանջները, որից հետո, մեկ շարքով, արբիտրը՝ մեջտեղում, կանգնում են տատամիի «աշխատանքային տարածքի» եզրին, դեմքով դեպի «ջոսեկիի» կողմը: Երբ տատամի մտնելուց մրցակից թիմերը միասին կատարում են երկու խոնարհում դեպի մրցահրապարակ և կանգնում են իրենց նշագծերի դիմաց, ապա արբիտրը ձեռքերի համապատասխան ժեստով մրցակից թիմերին ցույց է տալիս, որպեսզի շրջվեն դեպի «ջոսեկիի» կողմը: Արբիտրի այդ ժեստից հետո, մրցակից

թիմերը պահպանելով շարքը, միասին շրջվում են դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

10.5. Արբիտրի «ՌԵՅ» հրահանգից հետո մրցակից թիմերը միասին կատարում են խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

10.6. Արբիտրը ձեռքերի համապատասխան ժեստով մրցակից թիմերին ցույց է տալիս, որպեսզի անմիջապես շրջվեն և կանգնեն դեմ-դիմաց:

10.7. Այնուհետև արբիտրը նորից «ՌԵՅ» հրահանգ է տալիս, որպեսզի մրցակից թիմերը միասին կատարեն խոնարհում միմյանց, անմիջապես շարժվեն դեպի «անվտանգության գոտի» և նորից կատարեն խոնարհում: Այսինքն դա նշանակում է, որ մինչև տատամիից լրիվ դուրս գալը՝ մրցակից թիմերը մեկ անգամ ևս «անվտանգության գոտու» եզրին կատարում են խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

10.8. Քանի որ թիմի յուրաքանչյուր մասնակից դուրս է գալիս անհատական գոտեմարտի, ապա մրցակիցները պետք է կատարեն սույն կարգի 9.1., 9.4., 9.5., 9.6. և 9.7. կետերի պահանջները:

10.9. Բոլոր անհատական գոտեմարտներն ավարտվելուց հետո, մրցակից թիմերը շարվում են «աշխատանքային տարածքի» իրենց նշագծերի դիմաց: Մրցավարները մեկ շարքով, արբիտրը՝ մեջտեղում, կանգնում են տատամիի «աշխատանքային տարածքի» եզրին, դեմքով դեպի «ջոսեկիի» կողմը: Արբիտրը կատարում է քայլ առաջ և հայտարարում է հանդիպման արդյունքը:

10.10. Արբիտրը կատարում է քայլ դեպի հետ և «ՌԵՅ» հրահանգ է տալիս: Թիմերը կատարում են խոնարհում միմյանց:

10.11. Այնուհետև, 10.4. կետի համաձայն, արբիտրը համապատասխան ժեստով մրցակից թիմերին ուղղորդում է դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

10.12. Արբիտրի «ՌԵՅ» հրահանգից անմիջապես հետո, թիմերը կատարում են խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

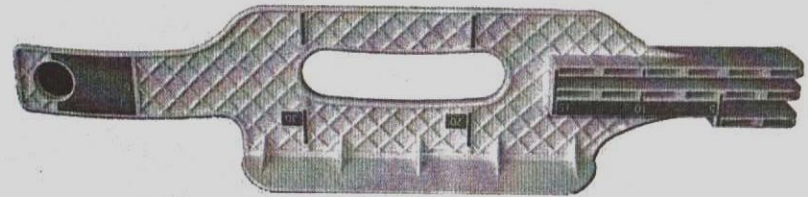
10.13. Որից հետո մրցակից թիմերը անմիջապես պետք է շարժվեն դեպի «անվտանգության գոտի» և նորից կատարեն խոնարհում: Այսինքն դա նշանակում է, որ մինչև տատամից լրիվ դուրս գալը՝ մրցակից թիմերը մեկ անգամ ևս «անվտանգության գոտու» եզրին կատարում են խոնարհում դեպի «ջոսեկիի» կողմը:

10.14. Այնուհետև, մրցավարական եռյակը կատարում է 7.1., 7.2. և 7.3. կետերի պահանջները և թողնում է մրցահրապարակը:

Նկատարում:

Ողջույնի խոնարհման եթիկայի նորմերն ու արարողակարգերը Ձյուդո մարզաձևը դարձնում են առանձնահատուկ և դիտարժան մյուս միջազգային սպորտային առաջնություններից: Մրցավարական ժեստերն ունեն հարգալից վերաբերմունք, պարունակում են գնահատական և սիրալիր մոտեցում: Արբիտրը և եզրային մրցավարները հիմնարար դեր ունեն այդ առանձնահատկության պահպանման գործընթացում: Նրանք պետք է հետևեն, որպեսզի ողջույնի խոնարհման արարողությունները կատարվեն սույն կարգի պահանջներին համաձայն:

«ՍՈԿՈՒՏԵԿԻ»



ԿԻՍՈՆՈՅԻ ՉՍՓԵՐԸ ՍՏՈՒԳՈՂ ԳՈՐԾԻՔ

1. Համաձայն Ձյուդոյի Միջազգային Ֆեդերացիայի մրցավարության կանոնադրության պահանջների՝ կիմոնոյի չափերը խստորեն պահպանելու նպատակով, 2009 թվականի հունվարի 1-ից հաստատվել է կիմոնոյի չափերը վերահսկելու հատուկ գործիք (հարմարանք) - «ՍՈԿՈՒՏԵԿԻ» և մրցումների ընթացքում կիմոնոյի չափերը վերահսկելու նոր ԿԱՐԳ:

1. Ձյուդոյի Միջազգային Ֆեդերացիայի բոլոր կարգի առաջնությունների ժամանակ կլինեն բավական քանակի «ՍՈԿՈՒՏԵԿԻ» գործիքներ, որոնք տեղադրված կլինեն նախավարժանքի համար հատկացված տարածքում և հասանելի կլինեն բոլոր մասնակիցներին, որպեսզի նախքան մրցումների անցկացման տարածք դուրս գալը, ինքնուրույն կարողանան վերահսկել իրենց կիմոնոյի չափերը:

Մրցումների անցկացման տարածք դուրս գալուց հետո, յուրաքանչյուր մասնակից կենթարկվի մանրակրկիտ զննման և հետագա պատասխանատվություն կկրի կիմոնոյի չափերի համապատասխանության համար՝ համաձայն մրցումների կանոնադրության պահանջների:

2. Անհրաժեշտության դեպքում, տատամիի վրա գտնվող արբիտրը կարող է «ՍՈՎՈՒՏԵԿԻ» գործիքի օգնությամբ իրականացնել մասնակցի(ների) կիմոնոյի չափերի վերահսկում:

Եթե կիմոնոյի չափերը չեն համապատասխանում մրցումների կանոնադրության պահանջներին, ապա արբիտրը եզրային մրցավարների հետ խորհրդակցելուց հետո կանոնները խախտող մասնակցին հայտարարում է «ԽԱՆՍՈՎՈՒ-ՄԱԿԵ» որակազրկում և հաղթանակ է շնորհում նրա մրցակցին: Պարտվող մարզիկին թույլատրվում է մասնակցել սփոփիչ գոտեմարտերին:



ԶՄՖ մրցավարական Մեմինար Մալազա 2014

Կանոնների ներկայացում



ՉՄՖ ԿԱՆՈՆՆԵՐ



Հաջորդիվ ներկայացված է կանոնների պարզաբանումը
1 հունվարի 2014

2015 ՉՄՖ ՄԱՐԶԱԿԱՆ ԵՎ ԿԱԶՄԱԿԵՐՊՈՐԱԿԱՆ
ԿԱՆՈՆՆԵՐ

<http://www.intjudo.eu>

[upload/2015_04/10/142867313633412800/2015_ijf_sor.pdf](http://www.intjudo.eu/upload/2015_04/10/142867313633412800/2015_ijf_sor.pdf)

2015 ՉՄՖ ՄՐՅԱՎԱՐԱԿԱՆ ԿԱՆՈՆՆԵՐ

http://www.intjudo.eu/upload/2015_04/20/142952199282442702/2015_ijf_refereeing_rules_english.pdf

Կանոնները անփոփոխ պետք է լինեն օլիմպիական
վարկանիշային ողջ ժամանակաշրջանի ընթացքում

Մրցավարներ և դատավորներ

- Ընդամենը մեկ մրցավար տատամիի վրա
- Երկու մրցավարներ որպես վիդեո օգնության և
ռադիոկապի համակարգով դատավորներ: Չեզոք մրցա-
վարներ և ՉՄՖ հանձնաժողով:
- Մրցավարների վարկանիշային աղյուսակը կներկայացվի
և կհրապարակվի
- Մրցավարների ցուցակը կներկայացվի 3 խմբով՝ յուրա-
քանցուր կես տարին մեկ վերև և ներքև տեղափոխման
համակարգով:



ՉՄՖ ՄԱՐԶԱԿԱԳՈՒՄՏԻ ՍՏՈՒԳՈՒՄ



- Ձեռքերի ճիշտ դիրքը մարզահա-
զուստի ստուգման ժամանակ

Առավել մանրամասն տես ՉՄՖ Մարզական և
Կազմակերպչական Կանոններ (IJF Sport Organization
Rules (SOR))

Հավելված C, էջ112.

Հղում. 2015 IJF SOR:

<http://www.intjudo.eu>

[upload/2015_04/10/142867313633412800/2015_ijf_sor.pdf](http://www.intjudo.eu/upload/2015_04/10/142867313633412800/2015_ijf_sor.pdf)

Իպոն

- Ավելի արժևորելու համար «հաշվի առնել միայն տատամիի վրա միայն իսկապես մեջքով ընկնելու տեխնիկան»

Գլորվելով ընկնել

- Երբ ընկնելիս տեղի է ունենում գլորում՝ առանց ուղիղ ընկնելու, ապա անհնար է դա հաշվել որպես Իպոն:

Կամուրջ

- Կամուրջի դիրքով բոլոր վայրէջքները կգհահատվեն որպես Իպոն



2015 ՀԱՅ Մրցավարական Կանոններ: Հոդված 20.

Հոդված 20... Բոլոր այն դեպքերը, երբ գրոհող մարզիկը գցումից հետո ընդունում է կամուրջի դիրք (գլուխը և մեկ կամ երկու ոտնաթաթերը կանում են տատամիին) կհաշվվեն որպես ԻՊՈՆ: Տվյալ որոշումն ընդունվում է մասնակիցների պաշտպանության նպատակով, որպեսզի նրանք չփորձեն խուսափել ընկնելուց և չվնասեն իրենց ողնաշարը: (մարմնի կորացումը կամարի տեսքով պետք է գնահատվի որպես կամուրջ:)



Յուկո (հոդված 23)

- Յուկո է տրվում, երբ մարզիկը գցում է մրցակցին՝ պահպանելով հսկողությունը, և նա ընկնում է կողքի՝ մարմնի վերնի մասով:



Նկար 1/2/3/4 Յուկո է



Նկար 5 / 6 / 7 / 8 Յուկո չէ

Մանրամասների համար տես՝ 2015 թ. Մրցավարական Կանոններ, Հոդված 23 A Էջ 34

Հղում. 2015 ՀԱՅ Մրցավարական Կանոններ:

http://www.intjudo.eu/upload/2015_04/20/142952199282442702/2015_ijf_refereeing_rules_english.pdf



Պահում / Օսաեկոմի / (հոդված 26):

1

- Վարժություն կատարող մարզիկը պետք է իր մարմնով ընդունի Կեսա, Շիհո կամ Ուրա դիրք, այսինքն Կեսա-գատամե, Կամի-շիհո կամ Ուրա-գատամե տեխնիկական գործողությունների նման
- Ուրա դիրքը (մեջքով) այժմ ուժի մեջ չէ

2

- Պահման /Osaekomi/ տևողությունը

Յուկո: 10 վայրկյան.

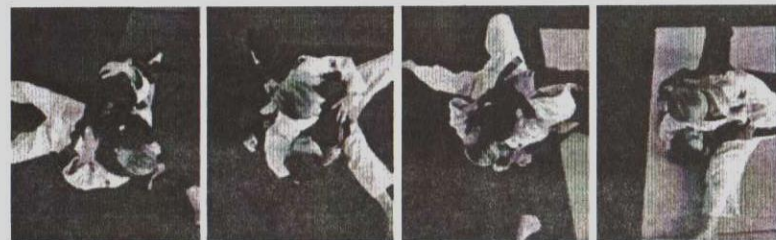
Վազա-Արի: 15 վայրկյան.

Իպոն: 20 վայրկյան.



Պահում / օսաեկոմի / (հոդված 26):

- Պահումը կարող է նույնպես շարունակվել աշխատանքային դաշտի սահմաններից դուրս, եթե այն սկսվել է ներսում:
- Եթե Նե-վազայի ընթացքում, աշխատանքային դաշտի սահմաններից դուրս, Ուկեն շարունակական հաջողությամբ վերցնում է վերահսկողությունը վերոնշյալ տեխնիկաներից մեկով, սա նույնպես ուժի մեջ է:





Պատիժներ

- Գոտեմարտի ընթացքում կարող է լինել 3 Շիդո,
- 4-դը կլինի Հանսոկու-մակե .
- Շիդոն մրցակցին միավորներ չի տալիս
- Ցուցատախտակին հայտնվում են միայն տեխնիկական գործողությունների համար տրված գնահատականները
- Գոտեմարտի վերջում, եթե հաշիվն հավասար է, (չկան գնահատականներ), ապա հաղթում է ավելի քիչ շիդո ունեցողը:
- Եթե սկսվում է Ոսկե գցումը (հավասար հաշվի դեպքում), պարտվում է նա, ով առաջինն է ստանում Շիդո, կամ հաղթում է նա, ով առաջինն է կատարում արդյունավետ տեխնիկական հնարք:

WHITE

1



1

BLUE

-66 kg 0:00

Ոսկե գցում

- Անսահմանափակ ժամանակ
- Հանտե-ն հանված է
- Առաջին գնահատականը կամ տուգանքը որոշում է գոտեմարտի ելքը:



Մատե - Շիդո - Հաջիմե

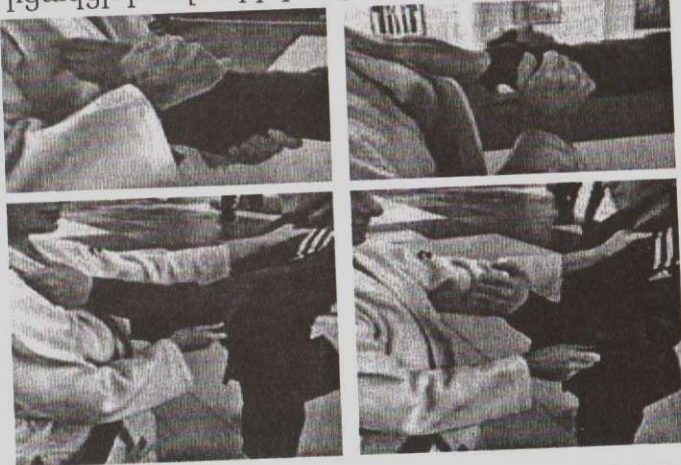
- Մրցավարը Շիդո է տալիս այն վայրում, որտեղ կատարվել է խախտումը՝
- առանց մասնակիցներին վերադարձնելու իրենց ելման դիրքը:
- Մատե - Շիդո - Հաջիմե.
- Բացառություն. Շիդո է տրվում տատամիից դուրս գալու համար:
- Տեսանյութ Բարկոսից



Շիդո

- 1 Մրցավարը պետք է խստորեն պատժի այն մասնակցին, ով չի ձգտում արագ բռնվածք կատարել, կամ աշխատում է թույլ չտալ մրցակցին բռնվածք կատարելու:
- 2 Եթե մասնակիցներից մեկը երկու անգամ խափանում է բռնվածքը այն կատարելու պահին, ապա երրորդ անգամ կպատժվի Շիդոյով:

- 3 Մրցակցի բռնվածքի խափանումը երկու ձեռքով:



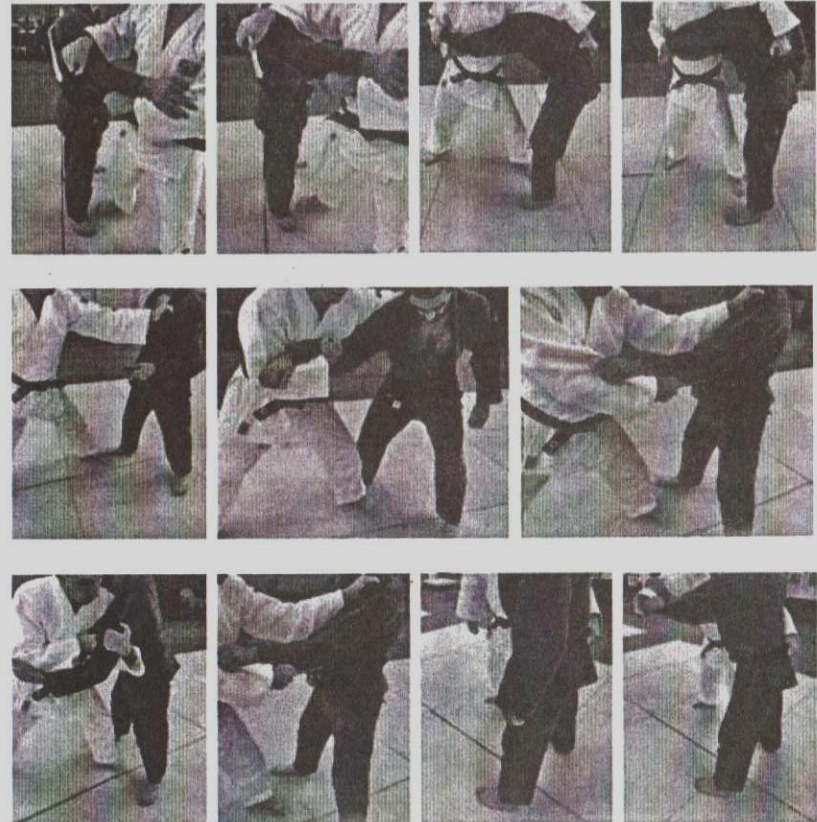
4. Կիսմոնոյի օձիքի/եզրի ծածկումը՝ կանխելու համար մրցակցի կողմից բռնվածքը:



Շիդո . Ոչ-դասական բռնվածք

5

- Խաչաձև կամ այլ ոչ-ստանդարտ բռնվածքին պետք է հետևի անհապաղ գրոհ, այլապես կպատժվի Շիդոյով:
- Նույն կանոնը՝ գոտիից կամ միակողմանի բռնվածքի դեպքում





Շիդո . Ոչ-դասական բռնվածք

- Բռնվածք մրցակցի կիմոնոյից՝ անհապաղ գրոհ:



Շիդո



- Մրցակցի ձեռքերի արգելափակում



- Մրցակցի բռնվածքի խափանում ոտքերի օգնությամբ



Շիդո



- Խուսափում Ուկեի բռնվածքից՝ ձեռքին կամ դաստակին հարվածելով



- Բռնվածք «Գրպան», կամ «Ատրճանակ», կամ դաստակների արգելափակում

Թևքի եզրից «Գրպան», կամ «Ատրճանակ» բռնվածքների դեպքում առանց անհապաղ գրոհի՝ պետք է պատժվի Շիդոյով



- Սեփական կիմոնոն դուրս հանելը գոտու տակից



Կռացած դիրք / Bending position /

8

- Մրցակցին միտումնավոր, մեկ կամ երկու ձեռքով կռանալ ստիպելը, եթե չի շարունակվում անմիջական գրոհով, պետք է պատժվի Շիդոյով՝ որպես արգելափակում:



Մեկ կամ երկու ոտքով պայքարի գոտուց

- Մեկ կամ երկու ոտքով պայքարի գոտուց դուրս գտնվելիս, առանց անհապաղ գրոհի, կամ առանց վերադառնալու պայքարի գոտի՝ տրվում է Շիդո



Շիդո Շիդո է, եթե կապույտ կիսնոնյով մարզիկը ետ չի վերադառնում դեպի դեղին տարածք, կամ անհապաղ չի գրոհում



Շիդո

12

- Եթե մարզիկը պայքարի գոտուց դուրս է հրվում է մրցակցի կողմից, ապա մրցակիցը պետք է ստանա Շիդո

13

- Գրոհելու գործողությունների նմանակումը, ինչից ակնհայտ է, որ մասնակիցը չի փորձում զցել հակառակորդին (կեղծ գրոհ)

Կեղծ գրոհ է համարվում.

- Տորին մտադրություն չունի զցելու:
- Տորին գրոհում է առանց բռնվածքի, կամ անմիջապես թողնում է բռնվածքը:
- Տորին կատարում է մեկ կամ մի քանի գրոհ՝ առանց Ուկեին հանելու հավասարակշռությունից:
- Տորին դնում է ոտքը Ուկեի ոտքերի արանքում՝ հնարավոր գրոհն արգելափակելու համար



Խեղդող հնարք /Շիմե-վազա/ սեփական կիմոնոյի փեշով

- Արգելվում է կատարել խեղդող բռնվածքներ՝ օգտագործելով սեփական կամ մրցակցի կիմոնոյի գոտին կամ փեշը, կամ օգտագործելով միայն մատները:
- Այս գործողությունը պատժվում է Շիդոյով:

Հոդված 25. Կետ 14 կամ 18- պետք է խստորեն պահպանվի.

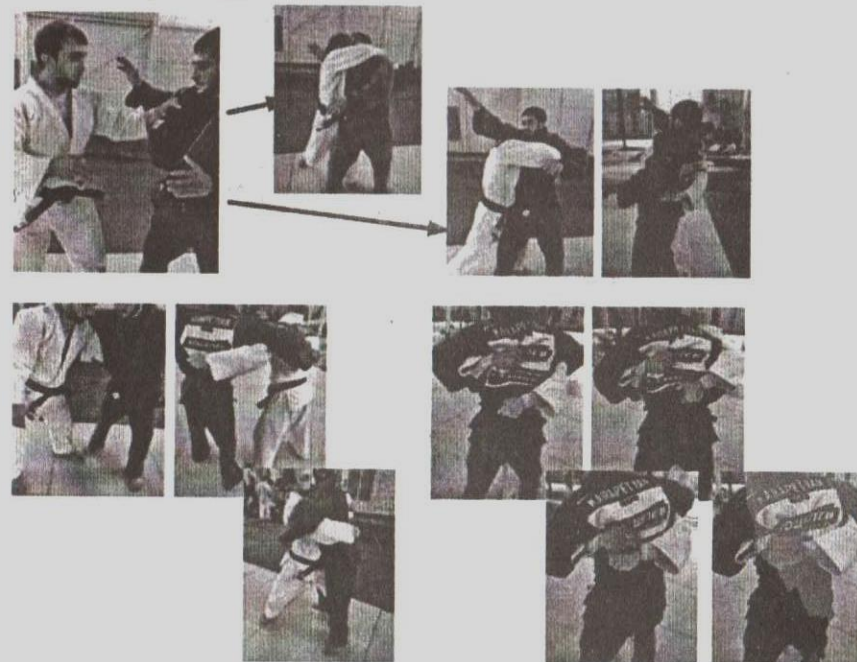


Արջի բռնվածք

- Մրցակցին գրկելը Արջի բռնվածքով = Շիդո



Մրցակցին գրկելը Արջի բռնվածքով = Շիդո
Արջի բռնվածքով գրռել ցանկացողը պետք է ունենա առնվազն մեկ բռնվածք:





Ուտքով փաթաթված դիրք

- Ուտքով փաթաթվելը առանց անհապաղ գրոհի պատժվում է Շիդոյով



Կավազու - Գակե Հանսուկու - մակե

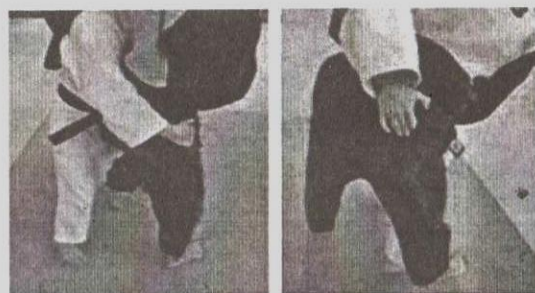
- 1) Կիրառել Կավազու-Գակե - զցել մրցակցին ոտնափաթաթումով՝ շրջվելով համարյա նույն կողմը, ինչ մրցակիցը և ընկնել նրա վրա:
- 2) Կիրառել ցավեցնող հնարքներ հոդերի վրա՝ բացառությամբ արմնկային հոդի





Հանսոկու-մակե /Hansoku-make/

- Ելման դիրքում գոտուց ներքև բոլոր գրոհները կամ արգելափակումները մեկ կամ երկու ձեռքով, պատժվում են Հանսոկու-մակե-ով:



Հանսոկու-մակե չէ, թույլատրված գործողություններ

- Հնարավոր է բռնել ոտքը միայն այն դեպքում, երբ երկու մասնակիցներն էլ գտնվում են մաքուր Պարտերի դիրքում և գործողությունը Ելման դիրքում ավարտված է:



- Գրոհելիս հնարավոր է դիպչել Ուկեի ոտքին, եթե Տորիի երկու ձեռքերն էլ բռնվածքում են /Kumi-Kata /.





Կանսետսու /Kansetsu/

- Ցավեցնող կամ խեղդող հնարքները, որոնք սկսվել են պայքարի գոտու սահմաններում և ունեն արդյունավետ շարունակություն, կարող են շարունակվել:



Շիմե-Վազա /Shime – Waza /



Ե՞րբ կարելի է շարունակել պայքարի գոտում սկսված գործողությունը:

- Եթե գցումն ավարտվում է պայքարի գոտու սահմաններից դուրս և մասնակիցներից մեկն անմիջապես կատարում է Պահում, Խեղդող կամ Ցավեցնող հնարք, ապա այս տեխնիկան համարվում է թույլատրված:



Այս երկու դեպքերում թույլատրվում է շարունակել գործողությունը:



Բռնվածք Kata Sankaku



Թույլատրվում է կատարել kata sankaku բռնվածք ne waza դիրքում



Kata sankaku բռնվածքը պետք է պատժվի Շիդոյով



Kata sankaku բռնվածքը՝ զգում կատարելու փորձով, պատժվում է հանսոկու-մակե-ով



Պարտերի դիրքում Kata sankaku բռնվածք կատարելիս, արգելվում է արգելափակել ոտքերով՝ ողնաշարի անվտանգության համար:



Ե՞րբ է սկսվում ne waza



Երկու մարզիկների ծնկները հատակին են- համարվում է ne waza.



Կապույտ կիմոնոյով մարզիկը համարվում է մարզիկը ne waza դիրքում



Փոքի վրա պառկած կապույտ կիմոնոյով մարզիկը ne waza դիրքում է

Բռնվածքի հսկում սպիտակ մասնակցի կողմից, կապույտը, ինչպես նախկինում, համարվում է թաչի-վազա /tachi waza/ դիրքում: Սպիտակը կարող է անմիջապես զգում կատարել և



ստանալ գնահատական: Կապույտն իրավունք չունի ձեռքերով բռնել մրցակցի ոտքերը՝ խանգարելու համար զգումը, կամ կատարել հանսոկու-մակեյով /hansokumake/: Սակայն, եթե սպիտակն անմիջապես չի գրոհում, ապա մրցավարը պետք է տա մատ:



PRESIDENT
Mr. Marius Vizer



HEAD REFEREE
DIRECTOR
Mr. Juan Carlos
Barcos



HEAD REFEREE
DIRECTOR
Mr. Jan
Snijders



REFEREEING
DIRECTOR
Mr. Bernd
Achilles



HEAD SPORTS
DIRECTOR
Mr. Vladimir
Barta



SPORTS
DIRECTOR
Mr. Armen
Bagdasarov



SPORTS
DIRECTOR
Mr. Florin Daniel
Lascau



ՉՄՖ մրցավարական Սեմինար Բաքու 2017

Կանոնների ներկայացում



Հյուղոյի Միջազգային Ֆեդերացիան աշխատել է նոր կանոնների վրա: Դրանք պետք է կիրառվեն հաջորդ Օլիմպիական փուլում: Նպատակն է կատարելագործել ձյուղոյի կանոնները և պարզեցնելով դրանք, դարձնել ավելի հեշտ հասկանալի: Այս կանոնների նպատակն է առաջնայնությունը տալ գրոհներին և Իրթոն-ի կատարմանը: Մրցավարական նոր կանոնները այս փոփոխություններով կուղարկվեն ձեզ հնարավարին սարագ:

Ի գիտություն ձեզ, առաջարկությունը՝ Օլիմպիական ցիկլում անցկացնելու նաև թիմային մրցումներ կուղարկվի նաև ՄՕԿ: Սա ենթադրում է խառը թիմային մրցում՝ 3 կին (-57, -70, +70) և 3 տղամարդ (-73, -90, +90):

Թիմերը կազմված կլինեն այն մարզիկներից, ովքեր կունենան անհատական մրցման մասնակցելու որակավորում:

Ինչ վերաբերվում է մրցավարական կանոններին, ապա փորձարկման փուլը միջազգային մակարդակով կսկսվի 2017թ. հունվարին առաջին մայրցամաքային Բաց առաջնությունով Աֆրիկայում և կավարտվի 2017թ. օգոստոսի 28-ից սեպտեմբերի 3-ը Բուդապեշտում կայանալիք Աշխարհի առաջնությունից հետո:

2016 թվականի Տոկիոյի «Մեծ Սաղավարտ»-ով ավարտվեց նախկին Օլիմպիական փուլը, որի համար նախատեսված մրցավարական կանոններն օգտագործվեցին 2016 թվականի Օլիմպիական խաղերում, ինչի արդյունքում ունեցանք 14 օլիմպիական չեմպիոն Ռիոյի խաղերին: Նոր ցիկլն այժմ մեկնարկում է (սկսած փետրվարին կայանալիք Փարիզի «Մեծ Սաղավարտ»-ից և կավարտվի գալիք Օլիմպիական խաղերում՝ 2020 թվականին Տոկիոյում):

Ինչպես եղավ 2012 թվականին՝ Լոնդոնի օլիմպիական խաղերից հետո, Հյուղոյի Միջազգային Ֆեդերացիան մանրագնին վերլուծեց անցած 4 տարիները՝ և կազմակերպչական

և տեխնիկական տեսանկյունից:

4 տարիների ընթացքում ձյուղոն բավական դրական զարգացում է ունեցել: Ռիոյի խաղերի հաջողությունը դրա նկատելի ապացույցն է: 4 տարվա ընթացքում մարզիկների տեխնիկական հմտությունները շատ են բարելավվել, օրինակ կտրուկ աճել է տեխնիկական միավորների քանակը՝ հասնելով մինչև 80%-ի որոշ քաշային կարգերում՝ օր. 2015 թվականի օգոստոսին Ղազախստանի Աստանա քաղաքում կայացած Աշխարհի առաջնության ժամանակ:

ՁՄՖ-ի Գործադիր Կոմիտեի, փորձագետների ընդլայնված խմբի և ձյուղոյի համընդհանուր շարժումը ներկայացնող մեդիայի ներկայացուցիչների վերահսկողությամբ կատարված այս վերլուծությունների արդյունքում կատարվեցին որոշ փոփոխություններ, կատարելագործվեցին որոշ կանոններ՝ ձյուղոյում ավելի պարզություն և դինամիզմ մտցնելու համար:

Նոր կանոնները մշակվել են ազգային ֆեդերացիաների և ՁՄՖ-ի Համակարգող Կոմիտեի 20 տնօրենների կողմից կատարված առաջարկությունների հիման վրա, որոնք հետագայում վերլուծվել են փորձագետների խմբի և տեխնիկական դեպարտամենտների Գործադիր Կոմիտեի կողմից:

Ընտրությունը կատարվել է դեմոկրատական կոնսենսուսի արդյունքում: Նրանք համարում են, որ ձյուղոյի հիմնարար արժեքները և նրա բարոյական կոդեքսը, երաշխավորելով, որ ձյուղոն որպես սպորտի տեսակ համարվում է «կենդանի մարմին» կարող է հարմարվել ժամանակակից աշխարհին և ընդգրկել ավելի ու ավելի մեծ լսարան:

Ընդունված կանոնները ներկայացվեցին հունվարին Բաքվում կայացած մրցավարական և մարզչական սեմինարի ընթացքում:

Նոր կանոնների յուրաքանչյուր կետ պետք է բացատրվի և մանրամասն նկարագրվի մրցավարների, մարզիչների և ազգային ֆեդերացիաների և մայրցամաքային միությունների ներկայացուցիչների համար: Այնուհետև կսկսվի փոր-

ձաշրջանը, որի ընթացքում նոր կանոնները կուղղվեն, եթե զգացվի անհրաժեշտություն: Այդ գործընթացը թույլ կտա ձյուդոյի համայնքին սկսել օլիմպիական որակավորման հաջորդ փուլը կատարելապես ինտեգրացված կանոններով: Բուդապեշտում կայանալիք Աշխարհի առաջնությունից հետո տեղի կունենա հանդիպում, որը կհաստատի կանոնները, և դրանք կկիրառվեն հաջորդ օլիմպիական որակավորման փուլում:



ՎԵՐԱՆԱՅՎԱԾ ՆՈՐ ԿԱՆՈՆՆԵՐԻ ԱՍՓՈՓՈՒՄ

• Գոտեմարտի տևողությունը

- Տղամարդիկ և կանայք 4 րոպե, հարգելով ՄՕԿ-ի՝ սեռերի հավասարության սկզբունքը:

• Միավորների գնահատում

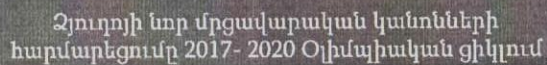
- Այժմ կլինի միայն Ippon և Waza-ari.
- Waza-ari-ի գնահատումը ընդգրկում է անցյալում Yuko-ի համար նախատեսվածը:
- Waza-ari-ին չի գումարվում: Երկու Waza-ari-ին այլևս հավասար չէ մեկ Ippon-ի:

• Անշարժացում (OsaeKomi)

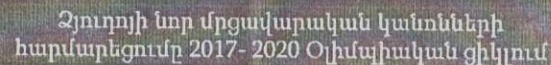
- Waza-ari 10 վայրկյան
- Ippon 20 վայրկյան

• Տեխնիկական միավոր

- Հիմնական ժամանակում գոտեմարտը կարելի է շահել միայն տեխնիկական միավորով կամ միավորներով / Waza-ari կամ Ippon/:
- Նկատողությամբ կամ նկատողություններով չի որոշվի հաղթողը, բացառությամբ Hansokumake /ուղիղ կամ կուտակված/:
- Նկատողությունը երբեք չի համարվի միավոր:



- Այն դեպքում, երբ չկան միավորներ, կամ հավասար միավորների դեպքում, գոտեմարտը կշարունակվի մինչև ոսկե միավորը, չնայած տրված Shido-ի:
- Տրված ցանկացած տեխնիկական միավոր անմիջապես ավարտի կբերի ոսկե միավորի ժամանակահատվածը:
- Ցանկացած միավորը և/կամ նկատողությունը՝ ստացված հիմնական ժամանակում, կմնան ցուցատախտակի վրա:
- Եթե մարզիկը ստանում է Shido ոսկե միավորի ժամանակ, ապա նա կպարտվի միայն եթե հետո նա ունենա ավելի շատ Shido քան իր հակառակորդը



Golden Score -> Winner White

Golden Score -> Winner White

Golden Score -> Continue -> Winner White

151



• Նկատողություններ

- Ներկայումս կա 3 Shido նախկին 4 Shido-ի փոխարեն:
- Երեք Shido-ն դառնում է Hansoku Make:
- Մրցավարությունը և որոշ գործողությունների հասկացողությունը /թե ինչպես բռնել կիմոնոն, ինչն անցյալում տույժի է ենթարկվել/ հեշտացնելու համար, այլևս տույժի չեն ենթարկվի՝ օրինակ բռնվածք «ատրճանակ», բռնվածք «գրպան»

• Ոչ սովորական Kumikata

- Ոչ տրադիցիոն /unconventional/ Kumi Kata-ն կենտարկվի տույժի, եէե անմիջապես դրանից հետո չլինի հարձակում:
- Մատերը թնի ներսից /внутри рукава/ կենթարկվեն տույժի /Shido/:
- Բացասական դիրքորոշումները /negative position/ կենթարկվի տույժի Shido-յով, քանի որ դրանք ձյուդոյի ոգու դեմ են /չի գնում հարձակման, ցուցադրում է պաշտպանողական վերաբերմունք և այլն/:
- Ընդունելով նետման նախապատրաստման դժվարությունը, ժամանակը Kumi-kata-յի և հարձակման միջև երկարացվել է մինչև 45 վայրկյան:
- Ոտքի բռնումը կամ շալվարի բռնումը կենթարկվի սկզբից Shido-յի և հետո Hansoku Make-ի:

- Ճշգրտում՝ Նա, ով ցանկանում է հարձակվել բաց գրկումով պետք՝ ունենա մինիմում մեկ բռնվածք: Վավեր չէ կատարել երկրորդ բռնումը միաժամանակ: Միայն կիմոնոյին դիպչելը չի համարվի kumikata, բռնվածքը անհրաժեշտ:





• Անվտանգություն

- Հանձնաժողովը քննության է ենթարկել անվտանգության կանոնները, որպեսզի երաշխավորի հնարավորինս քիչ վնասվածք ձյուդոյում: Եթե Uke-ն փորձի որևէ շարժումով խուսափել մեջքին ընկնելուց, որը վտանգավոր է գլխի, վզի կամ ողնաշարի համար, կենթարկվի Hansokumake-ի:

Երբ մարզիկը միտումնավոր ընկնում է կամուրջ դիրքի, որպեսզի խուսափի Ippon-ից, ապա մրցավարը չի հայտարարի Ippon, ինչպես նախկինում էր, բայց կհայտարարի մարզիկին Hasoku Make միտումնավոր ընկնելու համար:



Մարզիկը պարտվում է այս գոտեմարտում, բայց կարող է շարունակել մրցել:

- Հակաձյուդոն անմիջապես կենթարկվի տույժի, որպես գործողություն ձյուդոյի ոգու դեմ:

- Որպեսզի վատ օրինակ չձառայի երիտասարդ ձյուդոիստների համար, ընկնելը (վայրէջք կատարելը երկու արմունկի վրա) կհամարվի օրինական և կգնահատվի: Վայրէջքը միայն մեկ արմունկի վրա անօրինական է և չի կարող օգտագործվել գնահատման համար:



• Գցում և հակազդոն

- Գրոհի և հակազդոնի դեպքում առաջին մարզիկը, որը վայրէջք կկատարի իր սեփական մարմնի վրա կհամարվի պարտված:

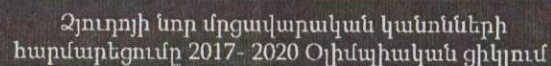
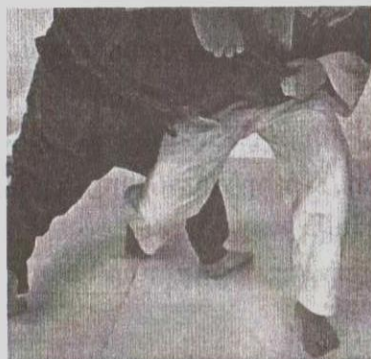
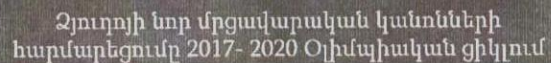
- Եթե երկու մարզիկը միասին են վայրէջք կատարում, ոչ մի միավոր չի տրվի:

- Եթե գործողությունը կատարվում է մարզիկի կողմից վայրէջք կատարելուց հետո /Kaeshi-Waza/, այդ գործողությունը չի գնահատվի:

- Վայրէջքից հետո կատարված գործողությունը կհամարվի Ne-Waza գործողություն:

- Վայրէջքից հետո կատարված որևէ գործողությունը կհամարվի Ne-Waza գործողություն:





- Կիսմուն

- Ավելի լավ արդյունավետության համար և լավ բռնման համար անհրաժեշտ է, որպեսզի կիմոնոն լավ տեղավորված լինի գոտիի տակ և պինդ կապված լինի գոտիով: Այն ամրապնդելու համար մարզիկը պետք է արագ տեղավորի իր կիմոնոն ու կապի գոտին մրցավարի կողմից հայտարարված Matte և Hajime-ի միջև:
- Եթե մարզիկը միտումնավոր ժամանակ է ձգում կիմոնոն ու գոտին կարգի բերելու համար, ապա նա կստանա Shido:

- Համաշխարհային վարկանիշային միավորներ

- Միավորները կփոփոխվեն: Փաստաթուղթը շուտով կուղարկվի:
- Երիտասարդներ. Երիտասարդների աշխարհի առաջնության մեդալակիրները միավորներ կստանան մեծահասակների Համաշխարհային վարկանիշային ցուցակում միայն տվյալ մրցման համար:

IJF RANKING EVENTS

	Continental Open	Continental Championships	Inter Brand Championships	GRAND PRIX	GRAND SLAM	MASTERS	WORLD CHAMPIONSHIPS
	Open category	Continental only	Open category	Open category	Open category	Tier 10	Open category
Swelling	MSL TOP 8 playing Best feature distribution	MSL TOP 8 playing Best feature distribution	Senior MSL TOP 8 playing Best feature distribution	MSL TOP 8 playing Best feature distribution	MSL TOP 8 playing Best feature distribution	MSL TOP 8 playing Best feature distribution	MSL TOP 8 playing Best feature distribution
System Requirements	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds	Quarter Final Roundings Best 8 Roundings 3 Rounds
Investment of money (per category per country)		max. 2 per country First ascending the total number of 9 (max 9, 10 women per country)	max. 2 per country First ascending the total number of 10 (max 10, 10 women per country)	max. 2 per country max. 4 brackets First 10 ascending the total number of 10 (max 10, 10 women per country)	max. 2 per country max. 4 brackets First 10 ascending the total number of 10 (max 10, 10 women per country)	no fee	max. 2 per country First ascending the total number of 9 (max 9, 10 women per country)
Entrants	180	700	700	700	1070	1800	2000
2nd place	70	400	400	400	700	1110	1400
3rd place	50	350	350	350	500	1000	1200
4th place	30	250	250	250	300	600	700
7th place	20	180	180	180	200	400	500
11th place	10	110	110	110	100	200	300
13th place	10	80	80	80	100	200	200
17th place	10	70	70	70	100	200	200
per participant		6	6	6	10	200	20
Total per country			100,000 USD	100,000 USD	100,000 USD	100,000 USD	1,000,000 USD



• Թիմային վարկանիշային միավորներ

- Թիմերի վարկանիշային ցուցակը կկազմվի Մայրցամաքային և Աշխարհի առաջնություններում վաստակած միավորներից:

Placing	Continental Championship points	World Championship points
1st place	700	2000
2nd place	490	1400
3rd place	350	1000
5th place	252	720
7th place	182	520
1/16th	112	320
1/32nd	84	240

ՄՐՅԱՎԱՐՈՒԹՅԱՆ ՀԻՄՆԱԿԱՆ ՀՐԱՀԱՆԳՆԵՐՆ ՈՒ ՏԵՐՄԻՆՆԵՐԸ

<i>Dojime</i>	Դոջիմե	Խաչած ոտքերով սեղմում
<i>Fusen-gachi</i>	Ֆուսեն-գաչի	Չներկայանալ
<i>Hajime</i>	Հաջիմե	Սկսել
<i>Hansoku-make</i>	Խանսոկու-մակե	Որակազրկում (պատժաչափ)
<i>Hantei</i>	Խանտեյ	Որոշում
<i>Hiki-wake</i>	Խիկի-վակե	Ոչ-ոքի
<i>Ippon</i>	Իպպոն	Մաքուր հաղթանակ
<i>Jonai</i>	Ջոնայ	Աշխատանքային տարածքի սահման- ներում
<i>Jogai</i>	Ջոգայ	Աշխատանքային տարածքի սահման- ներից դուրս
<i>Joseki</i>	Ջոսեկի	Պաշտոնատար անձանց սեղան
<i>Judogi</i>	Չյուդոգի	Չյուդոյի հագուստ - կիմոնո
<i>Kachi</i>	Կաչի	Հաղթող
<i>Kani-basami</i>	Կանի-բասամի	«Մկրատ» - հնարքի անվանում
<i>Kansetsu-waza</i>	Կանսեթսու-վազա	Ցավեցնող հնարք
<i>Kawazu-gake</i>	Կավազու-գակե	Ոտքի փաթաթումով զգում (Обвив)
<i>Kiken-gachi</i>	Կիկեն-գաչի	Հրաժարվել գոտեմարտից
<i>Koka</i>	Կոկա	Ցածր գնահատական

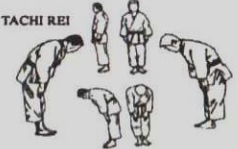
		- հանված է
Kumi-kata	Կումի-կաթա	Բռնվածք
Maita	Մաիտա	Հանձնվում եմ
Mate	Մատե	Դադարեցնել, կանգնել (stop)
Nage-waza	Նագե-վազա	Գոտեմարտ կանգնած դիրքում
Ne-waza	Նե-վազա	Գոտեմարտ չորեքթաթ դիրքում
Osaekomi	Օսաեկոմի	Պահում
Rei	Ռեյ	Ողջուն (խոնարհում)
Shido	Շիդո	Նկատողություն
Shime-waza	Շիմե-վազա	Խեղդող հնարք
Sogo-gachi	Սոգո-գաչի	Բարդ հաղթանակ
Sono-mama	Սոնո-մամա	Չշարժվել
Sore-made	Սորե-մադե	Գոտեմարտի ավարտ
Tatami	Տատամի	Չյուդոյի գորգ
Toketa	Տոկետա	Պահում հնարքից դուրս գալ
Tori	Թորի	Հարձակում կատարող ձյուդոիստ
Uke	Ուկե	Պաշտպանվող ձյուդոիստ
Waki-gatame	Վակի-գաթամե	Ցավեցնող հնարք արմնկային հողի վրա, կանգնած դիր- քից ընկնելով թևի վրա
Waza-ari	Վազա-արի	Մաքուր հաղթանակի կեսը

Waza-ari- awaset-Ippon	Վազա-արի-	Գոտեմարտ երկու վազա-արին = մաքուր հաղթանակ
Yoshi	ավասետ-Իպպոն	Շարունակեք
Yuko	Յոշի	Միջին կարգի գնահատական հանված է

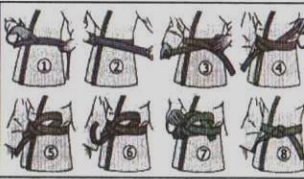
**ԳԼՈՒԽ VII. ՔՅՈՒ ՈՐԱԿԱՎՈՐՄԱՆ
ԱՇԱԿԵՐՏԱԿԱՆ ԱՍՏԻՃԱՆՆԵՐԻ ՇՆՈՐՀՄԱՆ
ՔՆՆԱԿԱՆ ՊԱՀԱՆՋՆԵՐԸ**

VI ՔՅՈՒ – ՄՊԻՏԱԿ ԳՈՏԻ

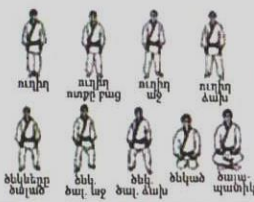
**ՌԵՅ (REI) - ՈՂՋՈՒՅՆԻ ԽՈՆԱՐՀՄԱՆ ԱՐԱՐՈՂԱԿԱՐԳ
(բարևել)**

Tachi rei	Տաչի ռեյ	ողջույնի խոնարհման արարողակարգ կանգնած դիրքից:	
Za rei	Չա ռեյ	ողջույնի խոնարհման արարողակարգ ծնկած դիրքից	

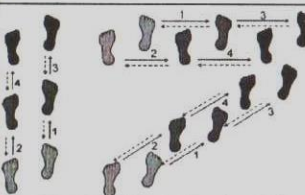
ՕԲԻ (OBI) - ԳՈՏԻ (գոտու կապում)

OBI	ՕԲԻ	Գոտու կապման ձևերը	
-----	-----	--------------------	--

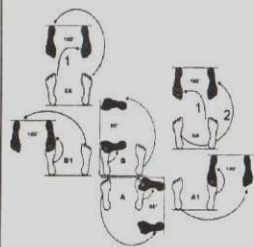
ՇԻՍԵՅ (SHISEI) - ԿԱՆԳՆՎԱԾՔՆԵՐԻ

Shisey	ՇԻՍԵՅ	Կանգնվածքների տեսակները (աջ, ձախ, լայնակի, բարձր, միջին, ցածր)	
--------	-------	---	---

ՇԻՆՏՍՅՅ (SHINTAI) - ՏԵՂԱՇԱՐԺԵՐ

Ayumi ashi	Այումի աշի	տեղաշարժեր բնական քայլերով	
Tsugi ashi	Յուգի աշի	տեղաշարժեր կից քայլերով առաջ - ետ, ձախ - աջ, անկյունագծով	

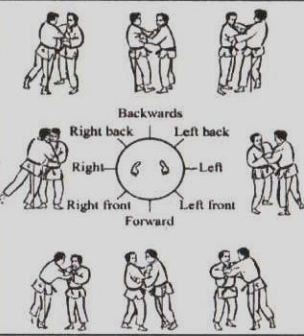
**ԹՍՅԻ-ՍԱԲԱԿԻ (TAI SABAKI) - ՄԱՐՄՆԻ ՇՐՋՈՒՄՆԵՐ,
ՊՏՈՒՅՏՆԵՐ (ՏԵՂԱՓՈԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ)**

TAI SABAKI	ԹՍՅԻ ՍԱԲԱԿԻ	ՄԱՐՄՆԻ ՇՐՋՈՒՄՆԵՐ, ՊՏՈՒՅՏՆԵՐ (ՏԵՂԱՓՈԽՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ) • 90 աստիճան՝ քայլով դեպի առաջ, • 90 աստիճան՝ քայլով դեպի ետ, • 180 աստիճան՝ խաչաձև քայլերով (մեկ ոտքը առաջ, մյուսը ետ՝ անկյունագծով), • 180 աստիճան՝ խաչաձև քայլերով (մեկ ոտքը ետ, մյուսը առաջ՝ անկյունագծով), • 180 աստիճան՝ շրջանաձև քայլով դեպի առաջ, • 180 աստիճան՝ շրջանաձև քայլով դեպի ետ:	
------------	-------------	---	--

ԿՈՒՄԻԿԱՏԱ (KUMI KATA) - ԲՈՒՎԱԾՔՆԵՐ

KUMI KATA	ԿՈՒՄԻ ԿԱՏԱ	Հիմնական բռնկածքները (թև-օձիք, թև-գոտի, երկու թևքեր և այլն):	
-----------	------------	--	---

ԿՈՒԶՈՒՇԻ (KUZUSHI) - ՀԱՎԱՍԱՐԱԿՇՈՒԹՅՈՒՆԻՅ ՀԱՆՈՒՄ

KUZUSHI	ԿՈՒԶՈՒՇԻ	ՀԱՎԱՍԱՐԱԿՇՈՒԹՅՈՒՆԻՅ ՀԱՆՈՒՄ	
---------	----------	----------------------------	---

Mae kuzushi	Մաէ կուզուշի	Դեպի առաջ
Ushiro kuzushi	Ուշիրո կուզուշի	Դեպի ետ
Migi kuzushi	Միգի կուզուշի	Դեպի աջ
Hidari kuzushi	Հիդարի կուզուշի	Դեպի ձախ
Mae migi kuzushi	Մաէ միգի կուզուշի	Դեպի առաջ-աջ
Mae hidari kuzushi	Մաէ հիդարի կուզուշի	Դեպի առաջ-ձախ
Ushiro migi kuzushi	Ուշիրո միգի կուզուշի	Դեպի ետ-աջ
Ushiro hidari kuzushi	Ուշիրո հիդարի կուզուշի	Դեպի ետ-ձախ

ՈՒԿԵՄԻ (UKEMI) - ԸՆԿՆՈՒՄՆԵՐ

ԻՆՔՆԱԱՊԱՀՈՎՈՒՄՈՎ

UKEMI	ՈՒԿԵՄԻ	ԸՆԿՆՈՒՄՆԵՐ ԻՆՔՆԱԱՊԱՀՈՎՈՒՄՈՎ	
Ushiro (Koho) ukemi	Ուշիրո (կոհո) ուկեմի	Մեջքի վրա	
Yoko (Sokuho) ukemi	Յոկո (Սոկուհո) ուկեմի	Կողքի վրա	
Mae (Zenpo) ukemi	Մաէ (զենփո) ուկեմի	Փորի վրա	
Zenpo tenkai ukemi	Զենփո թենկայ ուկեմի	Գլուխկոնծիով, գլորումով	

V ՔՅՈՒ - ԴԵՂԻՆ ԳՈՏԻ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Deashi harai	Դեաշի հարաի	Տակահատում առաջ դրված ոտքին	
Hiza guruma	Հիզա գուրումա	Փակում ծնկից	
Sasaetsurik omiashi	Սասաէ ցուրի կումի աշի	Փակում թաթով	

Ukigoshi	Ուկի գոշի	Գցում կոնքի վրայից – կիմոնոն բռնած թևատակից, մեջքամասում	
Osotogari	Օսոթո գարի	Որսումով թափագցում մեկ ոտքի տակ	
Ogoshi	Օ գոշի	Գցում կոնքի վրայից – կիմոնոն բռնած վերևից՝ մեջքամասում առանց բռնվածքի	
Ouchigari	Օուչի գարի	Կառչում ներսից տարանուն ոտքին	
Seoinage	Սեոինագե	Գցում ուսի վրայից	

**ԿԱԹԱՄԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ
ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ**

Hon kesa gatame	Հոն կեսա գաթամե	Պահում կողկից	
Kata gatame	Կաթա գաթամե	Պահում ուսի ֆիքսումը գլխով	

Yoko shiho gatame	Յոկո շիհո գաթամե	Պահում լայնակի բռնվածքով	
Kami shiho gatame	Կամի շիհո գաթամե	Պահում գլխի կողմից	
Tate shiho gatame	Թաթե շիհո գաթամե	Պահում վերևից	

ԼՐԱՅՈՒՅԻՉ ՆՅՈՒԹ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE WAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

O soto otoshi	Յ սոթո օթոշի	Ոտնադնումով ետզցում	
O soto gaeshi	Յ սոթո գաեշի	Ոտնադնումով ետզցման հակահնարք	
Ouchi gaeshi	Օ ուչի գաեշի	Գցում սրունքի կառչումով ներսից հնարքի հակահնարք	
Morote seoi nage	Մորոթե սեոի նագե	Գցում ուսի վրայից՝ բռնած թևքից և օձիքը՝ կրծքամասում 2 բռնվածքով	

IV ՔՅՈՒ – ՆԱՐՆՋԱԳՈՒՅՆ ԳՈՏԻ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE WAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Ko soto gari	Կո սոթո գարի	Տակակտրում ետևից	
--------------	--------------	------------------	--

Ko uchi gari	Կո ուչի գարի	Տակակտրում ներսից համա- նուն ոտքին	
Koshi guruma	Կոշի գուրումա	Գցում կոնքի վրայից՝ գրկելով պարանոցին	
Tsurikomi goshi	Ցուրիկումի -գոշի	Գցում կոնքի վրայից՝ օձիքից բռնվածքով	
Okuri ashi barai	Օկուրի աշի բարաի	Կողմնային տակակտրում՝ որսալով քայլերի տեմպը	
Tai otoshi	Տաի օտոշի	Առջևից նսնադնումով գցում	
Harai goshi	Հարաի գոշի	Ազդրով թափազցում դրսից՝ երկու ոտքերի տակ	
Uchi mata	Ուչի մաթա	Ազդրով թափազցում ներսից՝ մեկ ոտքի տակ	

**ԿԱԹԱՍԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ
ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ**

Kuzure kesa gatame	Կուզուրե կեսա գաթամե	Պահում կողկից՝ թևի բռնվածքով	
--------------------------	----------------------------	---------------------------------	---

Makura kesa gatame	Մակուրա կեսա գաթամե	Պահում կողկից՝ բռնած սեփա- կան ոտքից	
Ushiro kesa gatame	Ուշիրո կեսա գաթամե	Պահում կողկից՝ հակառակ բռնվածքով	
Kuzure yoko shiho gatame	Կուզուրե յոկո շիհո գաթամե	Լայնակի պահում կողկից՝ թևի բռնվածքով	
Kuzure kami shiho gatame	Կուզուրե կամի շիհո գաթամե	Պահում գլխի կողմից՝ թևի բռնվածքով	
Kuzure tateshi hihogatame	Կուզուրե թաթե շիհո գաթամե	Պահում վերևից՝ թևի բռնվածքով	
Tsubame gaeshi	Ցուրամե գաեշի	Հակահնարք կողմնային տա- կակտրում հնարքին	
Ko uchi gaeshi	Կո ուչի գաեշի	Հակահնարք ներսից տա- կակտրում հնարքին	
Harai goshi gaeshi	Հարաի գոշի գաեշի	Հակահնարք ներսից ազդրով թափազցում հնարքին	
Uchi mata gaeshi	Ուչի մաթա գաեշի	Հակահնարք ներսից թափազցում հնարքին	

Sode tsurikomi goshi	Սոդե ցուրիկոմի գոշի	Գցում կոնքի վրայից հակա- ռակ բռնվածքով (երկու թևերի բռնվածքով)	
Kouchi gake	Կո ուշի գակե	Համանուն ոտքի կառչումով գցում	
Uchi mata sukashi	Ուչի մաթա սուկաշի	Հակահնարք ներսից թա- փագցում հնար- քին՝ շրջագլո- րումով	

III ՔՅՈՒ - ԿԱՆԱՉ ԳՈՏԻ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Ko soto gake	Կո սոթո գակե	Գցում դրսից սրունքի կառչումով	
Tsuri goshi	Ցուրի գոշի	Գցում կոնքի վրայից, գոտին բռնած	
Yoko otoshi	Յոկո ոթոշի	Գցում կողմնային ոտնադնումով կրունկին	
Ashi Guruma	Աշի գուրումա	Գցում ոտքի վրայից շրջելով, եւ մնացած ոտքի տակ	
Hane goshi	Հանե գոշի	Գցում նստեցու- մով, ներսից ազդրի և սրունքի օգնությամբ	

Harai tsurikomi ashi	Հարաի ցուրիկոմի աշի	Տակակտրումով գցում առջևից, եւ մնացած ոտքի տակ	
Tomoe nage	Թոմոե նագե	Գցում գլխի վրա- յից, ոտնաթաթի հենումով փոքին	
Kata guruma	Կաթա գուրումա	Գցում ուսերի վրայից «ջրաղաց»	

ԿԱԹԱՄԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Kata juji jime	Կաթա ջուջի ջիմե	Խեղդում դիմա- ցից՝ խաչաձև բռնվածքով (մի ափը վեր, մյու- սը՝ ներքև)	
Gyaku juji jime	Գյակու ջուջի ջիմե	Խեղդում դի- մացից՝ խաչաձև բռնվածքով (ափերով վերև)	
Nami juji jime	Նամի ջուջի ջիմե	Խեղդում դի- մացից՝ խաչաձև բռնվածքով (ափերով ներքև)	
Okuri eri jime	Օկուրի երի ջիմե	Խեղդում ետևից՝ պարանոցի մոտ օձիքներից երկ- կողմանի բռնվածքով	

Kata ha jime	Կաթա հա ջիմեն	Խեղդում ետևից օձիքով, թևի բռնվածքով	
Hadaka jime	Հադակա ջիմեն	Խեղդում ետևից՝ նախաբազուկի և ուսի օգնությամբ	
Ude garami	Ուդե գարամի	Ցավեցնող հնարք – արմունկի հանգույց	
Ude hishigi juji gatame	Ուդե-հիշիգի յուջի գաթամեն	Ցավեցնող հնարք – արմունկի լծակում ձեռքը բռնած ոտքերի արանքում	

ԼՐԱՅՈՒՅԻՉ ՆՅՈՒԹ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Yama arashi	Յամա արաշի	Ազդրով թափազցում՝ հակառակ բռնվածքով նույնանուն օձիքից	
Hane goshi gaeshi	Հանեն գոշի գաեշի	Հակահնարք՝ ազդրով և սրունքով ներսից նստեցում հնարքի դիմաց	
Morote gari	Մորոթե գարի	Գցում երկու ոտքերի բռնվածքով	

Kuchiki daoshi	Կուչիկի դաոշի	Գցում բռնած ոտքի ծնկափուսից	
Kibisu gaeshi	Կիբիսու գաեշի	Գցում բռնած ոտքի կրունկից	
Seoi otoshi	Սեոի օթոշի	Գցում ուսի վրայից՝ ծնկի (ծնկների) վրա իջնելով	

ՎԱԹԱՍԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Ryote jime	Ռեթե ջիմեն	Խեղդում դիմացից՝ դաստակներով	
Sode guruma jime	Սոդե գուրումա ջիմեն	Խեղդում դիմացից պտույտով՝ օձիքով և նախաբազուկով	
Kesa ude hishigi gatame	Կեսա ուդե հիշիգի գաթամեն	Արմունկի լծակում կողմանյին պահում հնարքի ժամանակ	
Kesa ude garami	Կեսա ուդե գարամի	Արմունկի հանգույց կողմանյին պահում հնարքի ժամանակ	

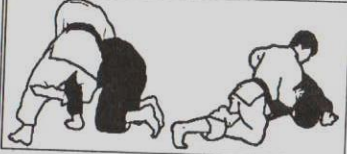
II ՔՅՈՒՒՆ – ԿԱՂՈՒՅՏ ԳՈՏԻ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Sumi gaeshi	Սումի գաեշի	Գցում գլխի վրայից սրունքով, մարմնի բռնվածքով	
Tani otoshi	Թանի օթոշի	Կրունկին ոտնադնումով ետգցում (նստելով)	
Hane makikomi	Հանե մակիկոմի	Ընկնելով գցում ազդրով և սրունքով ներսից նստեցումով, ձեռքը բռնած թևի տակ	
Sukui nage	Սուկուի նագե	Հակառակ շրջումով գցում՝ ազդրի վրա նստեցնելով	
Utsuri goshi	Ութուրի գոշի	Հակառակ գցում կոնքի վրայից՝ ազդրի հարվածով կողքից	
O guruma	Օ գուրումա	Գցում դեպի առաջ ոտքի վրայից պտտեցնելով, առաջ դրված ոտքի տակ	
Soto makikomi	Սոթո մակիկոմի	Գցում մեջքի (կոնքի) վրայից պտտեցնելով, ձեռքը բռնած թևի տակ	

Uki otoshi	Ուկի օթոշի	Գցում դեպի առաջ՝ հավասարակշռությանից հանելով	
------------	------------	--	--

ԿԱԹԱՍԵ-ՎԱԶԱ (KATAME-WAZA) - ՃՆՇՈՂ ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Ude hishigi waki gatame	Ուդե հիշիգի վակի գաթամե	Արմունկի գերծռում դեպի ներս, ձեռքը բռնած թևի տակ	
Ude hishigi hara gatame	Ուդե հիշիգի հարա գաթամե	Արմունկի գերծռում դեպի դուրս, փոքի վրայից	
Ude hishigi hiza gatame	Ուդե հիշիգի հիզա գաթամե	Արմունկի գերծռում դեպի ներս, վերևից ծնկի օգնությամբ	
Ude hishigi ude gatame	Ուդե հիշիգի ուդե գաթամե	Արմունկի գերծռում դեպի ներս, ձեռքը սեղմած պահելով անրակին	
Ude hishigi ashi gatame	Ուդե հիշիգի աշի գաթամե	Արմունկի գերծռում դեպի ներս, ոտքի օգնությամբ	
Tsukkomi jime	Յուկկոմե ջիմե	Դիմացից խեղդում, բռնած երկու օձիքներից	

Katate jime	Կաթաթե ջիմե	Դիմացից խեղդում նախաքազուկի օգնությամբ	
Sankaku jime	Սանկա-կու ջիմե	Խեղդում՝ գլուխը և թևը բռնած ոտքերի միջև	

**ԼՐԱՑՈՒՑԻՉ ՆՅՈՒԹ
ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՑՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ**

Te guruma	Տե գուրումա	Գցում կողմնային շրջապտույտով	
Obi otoshi	Օբի օթոշի	Հակառակ շրջապտույտով ազդրի վրայից նստեցումով գցում, բռնած գոտուց	
Dakiwa kare	Դակի վակարե	Գցում կրծքի վրայից պտույտով, ետևից մարմինը գրկելով	
Uchi makikomi	Ուչի մակիկոմի	Գցում մեջքի վրայից պտույտով, թևը բռնելով ներքևից	
O soto makikomi	Յ սոթո մակիկոմի	Որսումով գցում ընկնելով, ձեռքը բռնած թևի տակ	

Harai makikomi	Հարաի մակիկոմի	Ընկնելով թափազցում ազդրով, ձեռքը բռնած թևի տակ	
Uchi mata makikomi	Ուչի մաթա մակիկոմի	Ընկնելով թափազցում ներսից, ձեռքը բռնած թևի տակ	
Hikkomi gaeshi	Հիկկոմի գաեշի	Գցում գլխի վրայից սրունքով, գոտին բռնած վերևից	
Tawara gaeshi	Թավարա-գաեշի	Գցում գլխի վրայից, վերևից մարմնի հակառակ բռնվածքով	

**ԿԱԹԱՄԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ
ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ**

Ude-hishigi sankaku gatame	Ուդե-հիշիգի սանկակու գաթամե	Արմունկի գերծռում, ոտքերով բռնած գլուխը և թևը	
Ushiro waki gatame	Ուշիրո վակի գաթամե	Արմունկի գերծռումդեպի ներս, հակառակ բռնվածքով	
Ude hishigi juji gatame (kumikata)	Ուդե-հիշիգի շուշի գաթամե (կումիկաթա)	Արմունկի գերծռում, ձեռքը բռնած ոտքերի արանքում (պաշտպանական բռնվածքների պոկում, բացում)	

Ի ՔՅՈՒ – ՇԱԳԱՆԱԿԱԳՈՒՅՆ ԳՈՏԻ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

O soto gurama	Յ սոթո գուրամա	Գցում որսումով՝ երկու ոտքերի տակ	
Uki waza	Ուկի վազա	Գցում առջևից՝ կրունկին ոտնադնումով (նստելով)	
Yoko wakare	Յոկո վակարե	Գցում ոտնադնումով՝ պտտեցնելով մարմնի վրայից	
Yoko guruma	Յոկո գուրումա	Գցում կրծքի վրայից՝ շրջումով (նստելով)	
Ushiro goshi	Ուշիրո գոշի	Գցում ազդրի վրա նստեցումով	
Ura nage	Ուրա նագե	Գցում կրծքի վրայից՝ արտակորումով	
Sumi otoshi	Սումի ոթոշի	Գցում հավասարակշռությունից հանելով դեպի ետ	
Yoko gake	Յոկո գակե	Կողմնային տակակտրում ընկնելով	

ԿԱԹԱՄԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ

ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Ude hishigi te gatame	Ուդե-հիշիգի տե գաթամե	Կանգնած դիրքից արմունկի լծակում բազուկի վրայից	
Ude hishigi ude gatame	Ուդե-հիշիգի ուդե գաթամե	Կանգնած դիրքից արմունկի լծակում դեպի ներս, ձեռքը սեղմելով արմնկային հոդի ծավալածքին	
Tomoe jime	Տոմոե ջիմե	Կանգնած դիրքից պտտվելով խեղդում, նույնանուն օձիքներից հանգույցով բռնած	

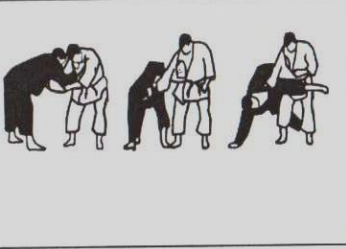
ԼՐԱՅՈՒՑԻՉ ՆՅՈՒԹ

ԿԻՆՇԻ ՎԱԶԱ (KINSHI WAZA) - ԱՐԳԵԼՎԱԾ ՀՆԱՐՔՆԵՐԻ

ՏԵԽՆԻԿԱ

ՆԱԳԵ ՎԱԶԱ (NAGE VAZA) - ԳՅՈՒՄՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ

Daki age	Դակի ագե	Չորեքթաթ դիրքից բարձրացնել և գցել (նստեցումով) - արգելված հնարք:	
----------	----------	--	---

Kani basami	Կանի բասամի	Գցում երկու ոտ- քերով մկրա- տաձև տակակտ- րումով «մկրատ» - արգելված հնարք:	
Kawazu gake	Կավազա գակե	Գցում դիմացից սրունքի փաթա- թումով «ՏոՉՌՉ» - արգելված հնարք:	

**ԿԱԹԱՄԵ ՎԱԶԱ (KATAME WAZA) - ՃՆՇՈՂ
ԳՈՐԾՈՂՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐԻ ՏԵԽՆԻԿԱ**

Ashi garami	Աշի գարամի	Ազդրի և ձկա- փուսի օգնու- թյամբ հանգույ- ցով ցավեցնող հնարք – արգել- ված հնարք:	
Ashi hishigi	Աշի- հիշիգի	Աքիլեսյան ջլին սեղմումով ցա- վեցնող հնարք - արգելված հնարք:	
Do jime	Դո-ջիմե	Երկու ոտքերով պարանոցին սեղմումով խեղ- դող հնարք – ար- գելված հնարք:	

ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ

1. Առաքելյան Վահրամ Բ., Սադյան Բորիս Զ., Չյուդո ըմբշամարտ ուսումնական ձեռնարկ, 2009թ.:
2. Աղամալյան Գագիկ Ռ., Կանոնադրական ձեռնարկ, 2010թ.:
3. Ղազարյան Ֆրունզ Գ., Սպորտային պատրաստու-
թյան հիմունքները, 1983թ.:
4. Джигоро Кано, Кодокан Дзюдо, 2000 г.
5. Андреев В.Н., Туманян Г.С., Классификация техники
дзюдо, 1975г.
6. Мухаил Вахун, Дзюдо, основы тренеровки, 1983 г.
7. Эсинк Х., Дзюдо, 1974.

Ինտերնետային գրականություն

8. <http://kodokanjudoinstitut.org/en/2016/>
9. <http://kfvideo.ru/tekhnika/dzyudo-klassifikatsiya-kodokan/>
10. <http://boevieiskusstva.narod.ru/analistexdzido.html>
11. https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0_%D0%B4%D0%B7%D1%8E%D0%B4%D0%BE

ԲՈՎԱՆԴԱԿՈՒԹՅՈՒՆ

ԳԼՈՒԽ I. ՀԵՂԻՆԱԿԻ ԽՈՍՔ	3
ԳԼՈՒԽ II. ՊԱՏՄԱԿԱՆ ՀԱՄԱԴՈՏ ԱԿՆԱՐԿ	9
ԳԼՈՒԽ III. ՁՅՈՒԴՈՆ ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ	13
ԳԼՈՒԽ IV. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ԲԱՐՈՅԱԿԱՆ ԿՈՂԵՔՍՆԵՐԸ	27
ԳԼՈՒԽ V. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ՏԵԽՆԻԿԱՅԻ ԴԱՍԱԿԱՐԳՈՒՄԸ, ՀՆԱՐՔՆԵՐԻ ԲԱՅԱՏՐԱԳԻՐԸ ԵՎ ՀԱՅԵՐԵՆ ՏԱՌԱԴԱՐՁՈՒՄԸ	29
ԳԼՈՒԽ VI. ՁՅՈՒԴՈՅԻ ՄՐՅԱԿԱՆՈՆՆԵՐԸ	41
ԳԼՈՒԽ VII. ՔՅՈՒ ՈՐԱԿԱՎՈՐՄԱՆ ԱՇԱԿԵՐՏԱԿԱՆ ԱՍՏԻՃԱՆՆԵՐԻ ՇՆՈՐՀՄԱՆ ՔՆՆԱԿԱՆ ՊԱՀԱՆՋՆԵՐԸ	162
ԳՐԱԿԱՆՈՒԹՅԱՆ ՑԱՆԿ	181

ԳՐՔԻ ՀԵՂԻՆԱԿՆ ԻՐ ԽՈՐԻՆ ԵՐԱՄՏԱԳԻՏՈՒԹՅՈՒՆՆ Է

ՀԱՅՏՆՈՒՄ «ԱԿՎԱՏՈՒՄ» ՄՊԸ-ԻՆ՝

ՖԻՆԱՆՍԱԿԱՆ ԱԶԱԿՑՈՒԹՅԱՆ ՀԱՄԱՐ

«Ակվարուս» ՄՊԸ-ն կադարում է լողավազանների, շոգերադնիքների նախագծում և կառուցում:
Լողավազանների սպասարկումը իրականացվում է աշխարհորչակ CTX (Իսպանիա) ելույթերով:

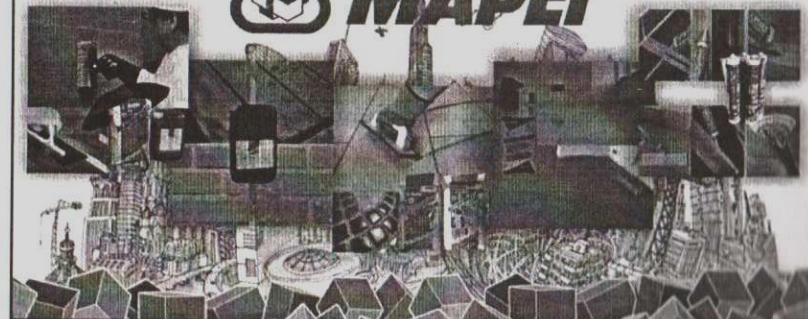







«Ակվարուս» ՄՊԸ-ն հանդիսանում է իրապական Mapei բարձրակարգ շինարարական ապրանքատեսակի բացառիկ ներկայացուցիչը Հայաստանում:





«Ակվարուս» ՄՊԸ
Հասցե՝ ք. Երևան, Աճառյան 31
Հեռխոս՝ (+37410) 62-22-99

www.aquatius.am
info@aquatius.am
international@aquatius.am

ԴԱՎԻԹ ԽԻԹԱՐՅԱՆ

ՁՅՈՒԴՈՒ

(Ուսումնական ձեռնարկ)

Խմբագիր՝ Ա.Հարությունյան

Տեխնիկական խմբագիր՝ Ա.Նուշիկյան

Համակարգչային ձևավորում՝ Գ.Թամրազյան

Ստորագրված է տպագրություն 28.02.2017թ.

Տպագրությունը՝ օֆսեթ, չափը՝ 60x84, 1/16
տպագրական մամուլ 11.5: Տպաքանակը՝ 1000
օրինակ

Տպագրված է «ՍԱՄԱՐԿ» ՍՊԸ տպագրատանը



1000pp

ԴԱՎԻԹ ՍԵՆԻԿԻ ԽԻԹԱՐՅԱՆ



Ավարտել է ֆիզիկական կուլտուրայի հայկական պետական ինստիտուտը, Երևանի պետական համալսարանը:

Հայաստանի Հանրապետության վաստակավոր մարզիչ է, ծյուղոյի օլիմպիական կարգի մրցավար, մանկավարժական գիտությունների թեկնածու:

Հեղինակ է տասից ավելի գիտական հոդվածների, հեղինակն է Հայաստանի ծյուղոյի ֆեդերացիայի անդամ մարզիկների ծյուղոյի անձնագրերի:

Որպես մրցավար հանդես է եկել Եվրոպայի 10-ից ավելի առաջնություններում, Եվրոպայի օլիմպիական պատանեկան 5 փառատուներում, 2 համաշխարհային ուսանողական խաղերում և համաշխարհային զինվորական խաղերում:

26 տարվա մարզչական գործունեության ընթացքում պատրաստել երկու տասնյակից ավել ՀՀ չեմպիոններ, Եվրոպայի և աշխարհի առաջնությունների մրցանակակիրներ ծյուղոյից և սամբոյից:

Հայաստանում ֆրանսիական համալսարանի ֆիզիկական դաստիարակության և սպորտի ամբիոնի վարիչն է, Հայաստանի ծյուղոյի ֆեդերացիայի փոխնախագահն ու գլխավոր քարտուղարը:

Սև գույրի 5-րդ դան, պարզևարվել է ՀՀ պաշտպանության նախարարի կողմից « ՀՀ զինված ուժեր 20 տարի» մեդալով, Երկրապահ կամավորական միության պարվորդով, Հայաստանում ֆրանսիական համալսարան հիմնադրամի 10-ամյա հոբելյանին նվիրված հուշամեդալով:

ISBN 978-9939-0-2361-8



9 789939 023618