



PRUEBAS DE JUDO SCHOOLS LEAGUE

Normas:

Nº de participantes: de 4 a 8. En caso de que un Club tenga menos de 4, se intentará juntarlo con otro Club

El profesor decide los 4 alumnos que realizan cada prueba, puede cambiar en cada prueba.

Los equipos pueden estar formados por niños, niñas o mixtos, de la misma categoría.

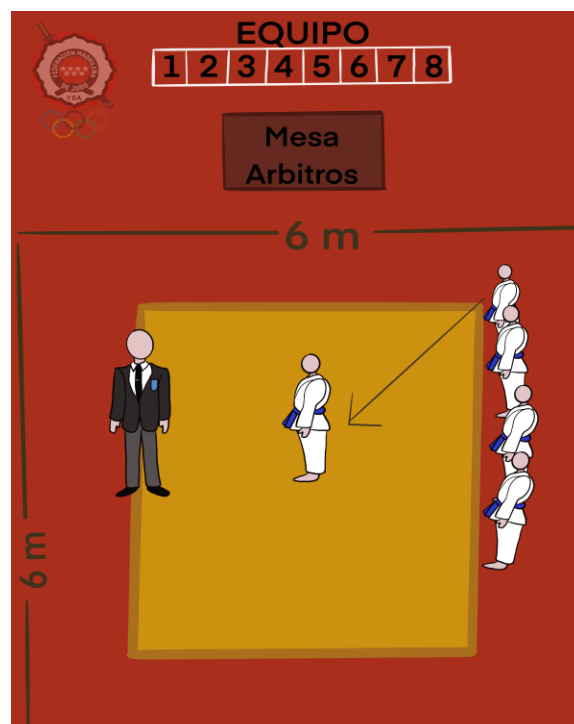




1ª PRUEBA: TEÓRICA

Salen 4 niños del equipo. Una pregunta a cada 1. Gana 1 punto por cada respuesta correcta. Solo se dice el significado, no hace falta realizarlo.

1	Judoka
2	Judogi
3	Obi
4	Tatami
5	Rei
6	Hajime
7	Mate
8	Jigoro Kano
9	Tsugi Ashi
10	Ukemi



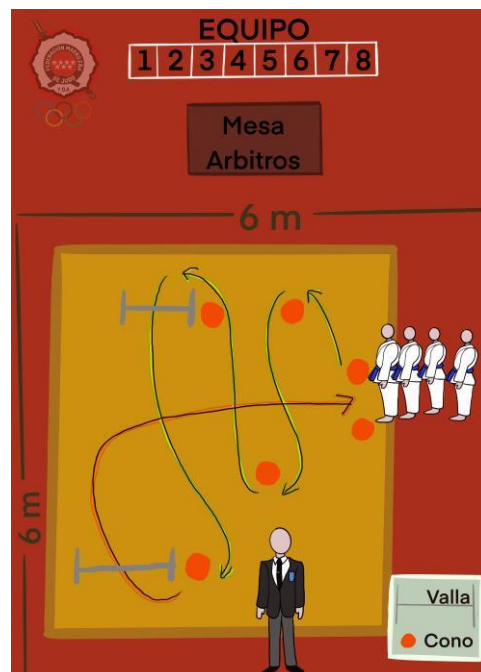


PRUEBA FÍSICA

Salen 4 niños del equipo, El equipo con mejor marca, 4 puntos, 2º 3 puntos, así sucesivamente

Primera prueba:

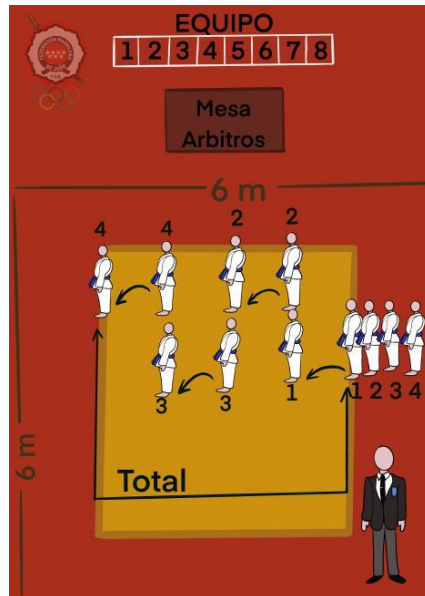
1ª	Circuito con conos y vallas
2ª	Salto acumulativo de todo el equipo.
3ª	Carrera de relevos agarrados de la manga y a pata coja, cambiar de mano y pierna a la vuelta



Si durante el recorrido, alguno toca y descoloca el material, el niñ@ es el que tiene que colocarlo y no se le penaliza.

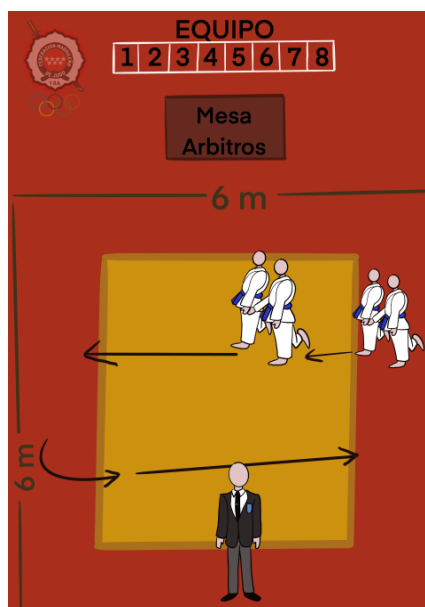


Segunda prueba:



Si al saltar el niñ@ pierde el equilibrio y avanza o se cae, su salto es nulo y no puede volver a repetir.

Tercera prueba:



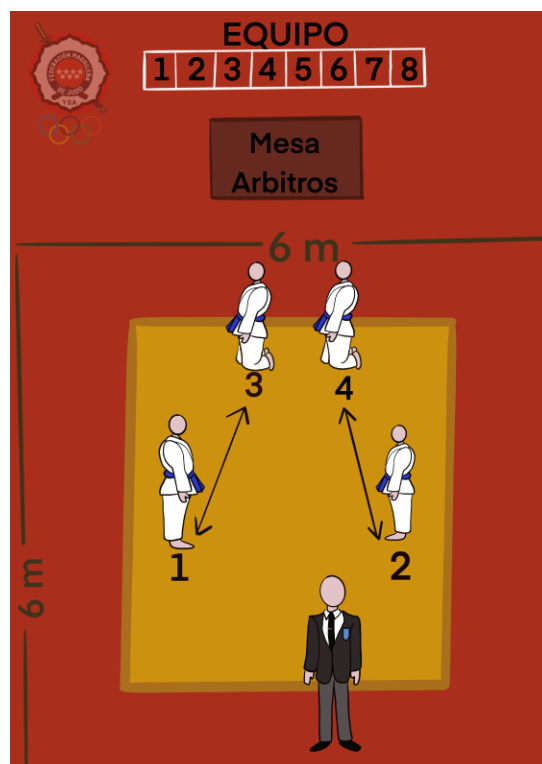
Si se desequilibran y apoyan el pie, deben volver a empezar, solo desde el lado que se hayan caído.



PRUEBA TÉCNICA

Salen 4 del equipo. La 1ª prueba y 2ª la hace una pareja, la 3ª la otra pareja

1a	Ritsu Rei y Za Rei por parejas al mismo tiempo
2a	Ukemi: Ushiro Ukemi y Zempo Kaiten Ukemi
3a	2 preguntas: la hacen tori y uke: Tsugi Ashi (solos y todas direcciones), O Soto Gari, De Ashi Barai, Hiza Guruma



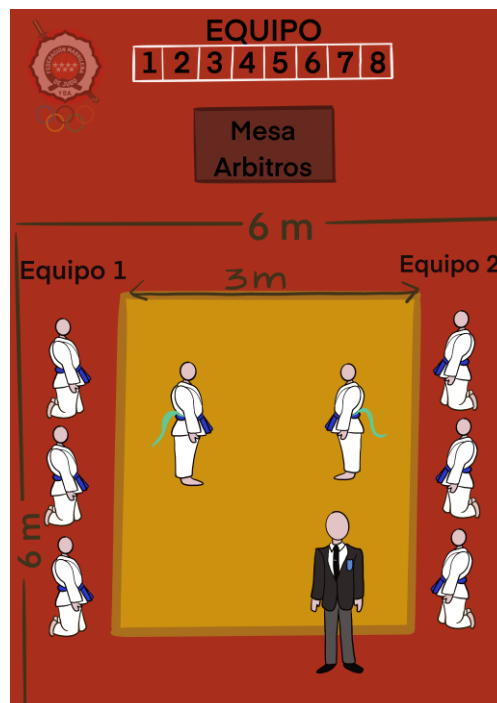


PRUEBA DE OPOSICIÓN

4 contra 4 de otro equipo, de uno en uno, al mejor de 3.

Las parejas las elige el arbitro.

Quitar la cinta sin agarrar, sin tocar y sin salirse del cuadrado.



Si se sale del cuadrado, el arbitro le avisa sin penalización, si repite la acción le penaliza con un punto a favor para el contrario.

Si uno agarra o toca para ayudarse a quitar la cinta, al compañero, el arbitro le avisa sin penalización, si repite la acción le penaliza con un punto a favor para el contrario.