

Manual Básico do Árbitro de Judô

Uma introdução à arte e ciência da arbitragem de judô



Liga Nacional de Judô



LIGA NACIONAL DE JUDÔ
COMISSÃO NACIONAL DE ARBITRAGEM

Desenvolvido por
RICHARD J. CELOTTTO
ÁRBITRO INTERNACIONAL "A"- USA JUDO

Traduzido e adaptado por
LUIZ PAVANI DOS SANTOS
DIRETOR NACIONAL DE ARBITRAGEM

NOVEMBRO 2012

1ª EDIÇÃO



MANUAL BÁSICO DO ÁRBITRO DE JUDÔ

Uma introdução à arte e ciência da arbitragem de judô

Desenvolvido por

Richard J. Celotto

Árbitro Internacional “A” - USA Judo

Tradução e adaptação

Luiz Pavani dos Santos

Diretor Nacional de Arbitragem

Santa Maria – RS – Brasil

Novembro de 2012

1ª Edição

Este material é uma tradução e adaptação do material original desenvolvido pelo Árbitro Internacional “A” da USA Judo. O material original pode ser encontrado em língua inglesa no site oficial do USA Judo (www.usjudo.org). Nossos agradecimentos ao autor pela autorização de tradução e distribuição. É permitida a reprodução, total ou parcial, e distribuição gratuita para fins educativos; desde que citadas as fontes. É proibida venda deste material. Creative Commons (CC BY-NC-ND 3.0)

ÍNDICE

	Introdução	4
Capítulo 1	Princípios Básicos	6
Capítulo 2	Pré-requisitos	7
Capítulo 3	Características	10
Capítulo 4	Uniforme e Decoro	14
Capítulo 5	O Básico	18
Capítulo 6	Categorias de Avaliação	25
Capítulo 7	Posicionamento, Mobilidade e Postura	31
Capítulo 8	Considerações	40

INTRODUÇÃO

Bem vindo ao desafiante e recompensador mundo da arbitragem!

Este manual foi escrito para o árbitro iniciante. Mas também pode ser de valia para árbitros estaduais, nacionais e internacionais. Eu espero que você leia cuidadosamente e estude as informações aqui contidas.

Os técnicos e competidores, mesmo que não tenham a intenção de arbitrar em um futuro próximo, também acharão valiosa a leitura deste manual para a compreensão das habilidades e metodologias dos árbitros. Ele ajudará nas estratégias de luta a entender como a arbitragem funciona e quais são suas funções e responsabilidades.

Seu sincero comprometimento em aprender a arbitrar resultará em uma continua melhora em seu conhecimento, capacidade e habilidade.

Trabalhar para alcançar seu potencial máximo como árbitro segue o objetivo de *Jika-no-Kansei* (Busca da Perfeição).

As bases de avaliações nas pontuações, imobilizações e penalidades são inicialmente desenvolvidas pela sua experiências como competidor no judô.

Com o passar do tempo, você melhorará seu julgamento em pontuações, imobilizações, aplicação de *mate* e penalidades. Você aprenderá cada vez mais ao observar seus colegas de arbitragem e através daqueles com mais experiência. Sempre busque melhorar.

Este manual contém somente o básico para que você comece a arbitrar. Há vários assuntos que você aprenderá em cada curso, clínica e competição que participe.

Este manual não tem o objetivo de ensinar arbitragem do zero. O NOVO árbitro deve ter experiência no judô e conhecer o básico. É muito difícil aprender a arbitrar judô sem saber judô.

Inicialmente, os interessados em arbitragem devem conversar com seus técnicos. Você deve praticar pontuação durante o *randori* em sua academia quando não estiver lutando. O melhor é que alguém esteja lá para avaliar suas marcações para que possam discutir sobre qual a marcação correta ou quando deveria ter iniciado "*osaekomi*" ou quais penalidades deveriam ter sido marcadas. É ainda melhor quando isto é feito com seu técnico, se ele tiver tempo, ou com

um árbitro nacional ou mais graduado.

Professores devem, de tempos em tempos, organizar *randori* por equipes ao final do treino para auxiliar seus atletas a aprender a etiqueta apropriada para o campeonato e as regras de arbitragem e também aproveitar para que alguns pratiquem arbitragem em uma situação controlada.

Sempre busque orientações de árbitros de nível superior ao seu. Como árbitro você deve usar de bom senso e lógica para guiá-lo nas áreas onde seu conhecimento ainda não é total, até que esclarecimentos sejam oportunizados por uma fonte qualificada.

CAPÍTULO 1**Princípios Básicos****Segurança**

A principal preocupação de árbitro é a segurança dos competidores. Certifique-se de que o ambiente e área de competição estejam seguros. No caso de um competidor se lesionar, chame o medico para examiná-lo e tratá-lo. Não toque ou mova o atleta lesionado!

Os competidores são o principal

Ego e reputação à parte, o árbitro deve entender que seu propósito é conduzir o combate e decidir de maneira justa e imparcial. Se um erro ocorrer, ele deve certificar-se de que uma solução acurada, justa e honesta seja encontrada e os árbitros devem atender ao diretor de árbitros quando solicitados a fazer correções.

Justiça

O árbitro deve evitar qualquer aparência de favorecimento, seja por associação, ou por ações e omissões. Qualquer impressão de favorecimento pode ser prejudicial a carreira do árbitro. Tudo fica em segundo plano em comparação ao fundamento de que o árbitro DEVE assegurar que as circunstâncias sejam justas e igualitárias em cada combate que conduz.

CAPÍTULO 2

Pré-requisitos

A maioria das pessoas que escolhe o caminho da arbitragem é faixa marrom ou preta. Portanto, tem muitos anos de prática antes que se envolva seriamente com a arbitragem. Contudo, até mesmo faixas verdes (*san-kyu*) ou laranjas (*yon-kyu*) podem começar a se aventurar na arbitragem se seus professores não tiverem nenhuma objeção.

Para se tornar um árbitro, você só precisa estar disposto a fazer o esforço. Contudo, o conhecimento do judô é extremamente útil. Aqueles com uma melhor compreensão do judô terão mais facilidade para aprender a arbitrar. Os que tiverem experiência competitiva terão uma compreensão ainda melhor dos aspectos subjetivos da arbitragem. Se o árbitro tiver passado pelas experiências que o competidores vivenciam, ele pode prever e se antecipar às ações dos competidores. Isto fará dele um melhor árbitro.

Se você decidir galgar os degraus da graduação de arbitragem, para ser árbitro nacional você terá que ser faixa preta. Mas seus esforços devem começar muito antes, com a faixa roxa você já pode começar a se aventurar na arbitragem. Em algumas academias, técnicos oferecem oportunidade de arbitrar *randori* por equipe nos treinos, para seus judocas de somente oito anos de idade. Isto é positivo e deve ser encorajado.

Conhecimento das Regras

Um bom conhecimento das regras é muito importante para seu progresso como árbitro. Você deve ler e estudar as Regras de Competição do judô. Estas regras estão disponíveis no site oficial da entidade e devem ser estudadas, mas certifique-se de estar estudando a versão mais recente.

Cópias da regras são distribuídas nos cursos da entidade. É importante que você leia várias vezes. Peça para que seus colegas de academia testem seu conhecimento; peça para sua esposa, marido, filho, filha, quando você tiver tempo. Você precisa conhecer as regras para ser árbitro. Uma versão reduzida das regras está neste manual. Você precisa de uma cópia completa das regras para estudar!

Nas excursões para os campeonatos muitos árbitros que viajam juntos aproveitam o tempo para analisar as regras juntos, testando um ao outro.

Você não precisa saber todas as regras para começar a arbitrar.

As regras de competição mudam de tempos em tempos. Às vezes estas mudanças não são atualizadas nas regras escritas por algum tempo. Portanto, você deve assistir às clínicas de árbitros mais graduados, preferencialmente de árbitros de nível nacional ou internacional, para se atualizar das interpretações mais recentes das regras.

Experiência no judô

Experiência no judô é muito importante. Você precisa praticar judô no *tatami*. Você precisa fazer os movimentos, passar pelo esforço de uma projeção ou contragolpe, imobilização ou escapada. Você precisa conhecer o judô por dentro se quiser se tornar um bom árbitro. Você precisa ter estado lá para saber o que vem a seguir (antecipação) ou as opções que cada competidor tem a cada estágio de sua competição. Você precisa saber quando alguém se refere, por exemplo, a *Ude-hishigi-juji-gatame*, ou à qualquer outra técnica de judô, sobre o que está se falando.

Continue a freqüentar clínicas de judô competitivo e clínicas de *waza* para manter-se atualizado com as últimas evoluções técnicas e de estratégia.

Em todos os níveis de arbitragem, do aspirante ao internacional, o árbitro deve continuar a revisar e aprender novas técnicas de judô e estratégias competitivas. Novas técnicas de judô estão sendo utilizadas/adaptadas que são variações de projeções e imobilizações básicas de judô. O árbitro deve manter-se atualizado com os movimentos que os competidores estiverem tentando.

Como árbitro novato, não se espera que você saiba todas as técnicas. Isto vem com o tempo. Você pode aprender a arbitrar com um conhecimento básico do judô.

Experiência competitiva

Experiência competitiva ajuda. Experiência competitiva de alto nível ajuda ainda mais para se tornar um árbitro. Se um novo árbitro tem experiência competitiva ele será capaz de melhor entender as ações dos competidores durante o combate. Isto ajuda a conduzir o combate de maneira mais informada.

Experiência competitiva também ajuda a entender os comandos, decisões, posicionamentos e procedimentos. Tendo sido exposto ao processo, a maioria dos competidores está familiarizado

com o básico da arbitragem do judô.

Experiência como professor

Ensinar técnicas de judô, seus contragolpes (*kaeshi-waza*) e suas combinações (*renraku-henka-waza*) em conjunto com técnicas de domínio no chão (*katame-waza*) ajuda a entender o esporte que arbitramos. Faz de nós melhores árbitros.

Experiência como técnico

Por mais que o judô necessite de árbitros, necessita ainda mais de técnicos e professores. A maioria dos praticantes de judô quando se aposentam das atividades competitivas desaparecem e abandonam o esporte. A maioria dos que ficam dedicam seus esforços ao trabalho de técnico. Alguns continuam a ajudar sua academia original a produzir competidores e outros buscam seu espaço próprio e abrem novas academias de judô. Isto precisa acontecer com mais frequência. Após alguns anos como técnicos, alguns deles começam a ver a necessidade de se envolver na arbitragem.

80-90% de todos os árbitros são professores/técnicos de seus próprios clubes ou instrutores de clubes maiores. Somente 10-20% daqueles que arbitram são competidores aposentados ou faixas pretas ou marrons sem clube próprio.*

* as estatísticas apresentadas no último parágrafo representam o cenário nos Estados Unidos; contudo, devido à universalidade do Judô, acreditamos que seja possível aplicar estes dados à realidade brasileira.

Ter experiência como técnico ajuda a arbitrar. Mas o que é ainda mais importante: arbitrar faz com que sejamos melhores técnicos.

CAPÍTULO 3

Características

Qualquer um pode se tornar um árbitro. Aqueles que não são fortes nas características descritas a seguir podem desenvolvê-las. Ao longo dos anos identificamos certas características que muitos dos melhores árbitros possuem. Estas características, para a maioria, foram desenvolvidas durante a vida através de suas experiências, interações interpessoais, ambiente familiar, do trabalho e lazer.

Autoconfiança

Alguns novos árbitros já tem autoconfiança proveniente de seu ambiente de trabalho ou estudo, e de seu ambiente familiar. Com tempo, conhecimento e prática, novos árbitros terão cada vez mais autoconfiança. Esta é uma importante característica para que se desenvolva a presença de área.

Autoconfiança na arbitragem vem da certeza do árbitro de conhecer e aplicar as regras. Novos árbitros normalmente não têm esta confiança. Ela precisa ser desenvolvida com o tempo. Ela vem da compreensão das regras e da experiência de arbitragem cada vez maior em eventos oficiais.

Muitos competidores de nível têm um bom nível de autoconfiança devido às suas habilidades e mentalidade.

Calma sob pressão

O árbitro deve buscar manter uma postura calma quando lidar com qualquer situação que aconteça na área. Isto não é fácil e leva muitos anos para se desenvolver. Vem com a confiança no conhecimento e aplicação das regras, especialmente em situações críticas de ação rápida. Isto é chamado de equanimidade, tranquilidade.

Presença de palco

Uma das mais difíceis qualidades a se desenvolver é a presença. Novos árbitros devem, como

um ator, projetar uma imagem de conhecimento e autoconfiança. Como alguém que ocupa uma posição de liderança, você deve projetar uma aura de certeza e confiança sobre suas ações e atitudes.

De maneira similar à dramaturgia, um bom árbitro NÃO deve ser exageradamente dramático em suas ações, e ao contrário dos atores deve fazer seu trabalho SEM ser notado por técnicos e espectadores.

Este equilíbrio é uma das facetas mais difíceis de serem desenvolvidas pelo árbitro e deve ser incorporado ao seu repertório de qualidades.

Inicialmente, o árbitro não deve pensar nesta categoria, exceto que a medida que evoluir será uma característica que deve ser aprimorada.

Intenção da ação (Convicção ou Determinação)

Quando se toma uma decisão, esta deve ser feita de maneira rápida e com determinação. Não pode haver indecisão ou demonstração de hesitação quando anunciar uma decisão. Não se preocupe com isso no início. É esperado que novos árbitros sejam um pouco lentos ao anunciar *osaekomi* etc. Levará tempo para adquirir confiança e demonstrar maior certeza em suas marcações. No princípio é melhor marcar certo e mais lento, do que rápido e errado. O objetivo é marcar certo e rápido.

Liderança (Controle)

Quando você está na área você deve estar em controle. Isto não significa ser autoritário. Significa manter um ambiente dignificado pelo padrões do judô. Um bom árbitro precisa estar em controle sem ser controlador. Pelo simples fato de ocupar a posição de árbitro, os competidores permitem que você controle o combate. O árbitro deve respeitar os competidores para que os competidores continuem a respeitar o árbitro.

Flexibilidade (adaptabilidade)

Um novo árbitro, de fato todos os árbitros devem estar preparados para a mudança da regras e mudanças no ambiente

Receptividade

Todos os árbitros devem estar abertos e receptivos a aprender como arbitrar e aceitar orientações e críticas. Vocês devem estar dispostos a evoluir.

***Jika-no-Kansei* (Busca da Perfeição)**

Hoje nós chamamos isso de busca do potencial pleno. O árbitro de todas as graduações deve buscar sua evolução ao trabalhar em mais campeonatos, assistir a mais clínicas e seminários, pedir orientações e avaliações e por aprimorar continuamente suas habilidades e conhecimento.

Noção de jogo limpo

Após segurança, a imparcialidade da conduta do árbitro em cada combate no qual está envolvido é a coisa mais importante. Esse tema será abordado diversas vezes neste manual devido a sua importância.

Foco (Concentração)

Quando um árbitro está na área de competição é muito importante que esteja completamente concentrado em suas obrigações. A perda de foco pode causar erros de julgamento ou colocar a segurança dos competidores em risco.

Honestidade

Como árbitro você deve ser honesto em sua incumbência de julgador da performance dos competidores durante os combates.

Discrição

Seja muito cuidadoso ao conversar sobre os combates nos quais tenha atuado, com outros árbitros, técnicos ou competidores. Você pode fazer referência às situações com propósito de aprendizado, mas não deve mencionar nomes. Se alguém se lesionar, você somente deve

conversar sobre isso com o Diretor de Arbitragem, caso algum questionamento seja feito.

Coragem

Inicialmente, isso é difícil de atingir como árbitro. Você deve desenvolver um alto nível de confiança em sua aplicação das regras, especialmente de penalidades. Isto é a habilidade de anunciar qualquer pontuação, imobilização e, principalmente, penalidades em qualquer combate, sem ser influenciado pelo calibre dos competidores, seus resultados anteriores, pelo evento, o ambiente, se o competidor é "da casa", ou pelo técnico pressionando tentando afetar suas decisões.

Cortesia

Seja educado com todos, até mesmo com aqueles que não são educados com você. Isto ajuda muito a apresentar ao público a postura profissional do árbitro.

Confiabilidade

Uma vez que você comece a arbitrar em campeonatos, você precisa desenvolver o hábito de sempre ser pontual nas reuniões da manhã. Um bom árbitro está sempre presente na área na hora de sua rotação. Se você tiver que sair antes, avise ao Diretor de Árbitros durante a reunião da manhã, antes de serem designados os trios e as áreas. Se houver uma convocação ou convite anterior ao evento por email ou carta, você deve responder. É a atitude que se espera de alguém educado.

CAPÍTULO 4

Uniforme e Decoro

Aparência

Visto que as pessoas envolvidas na arbitragem são parte de uma sociedade civilizada, os padrões e normas sociais de aparência e higiene devem ser observados.

Esta seção abordará aparência, uniforme e decoro. Basicamente, é bom senso que as pessoas devam se apresentar de maneira apropriada.

Higiene Pessoal

O árbitro deve estar limpo e sem odores corporais desagradáveis. O cabelo deve estar limpo e bem arrumado. Não há problema algum que homens tenham cabelo comprido ou barba, desde que estejam em ordem e bem aparados. Se estiver em boa condição, não afetará sua arbitragem. As unhas devem estar limpas e curtas.

Uniforme

O uniforme padrão mundial da arbitragem é o seguinte. Calças cinzas devidamente ajustadas (cor média). O árbitro deve usar camisa social branca de mangas curtas. As mangas curtas são para arbitrar em tempo quente quando é permitido que se tire o casaco. O árbitro deve usar gravata preta lisa. Lembre-se, a ponta da gravata deve encostar na borda superior da fivela do cinto e não deve passar da borda inferior. Gravatas especiais com logotipos de judô são permitidas. A cor base da gravata deve ser preta. Gravatas listradas ou com padrões grandes não são permitidas. Exceções serão discutidas nos manuais regionais.*

* O padrão da Liga Nacional de Judô - Brasil é o mesmo desta seção, exceto pela gravata que será amarela (amarelo ouro) e pelas calças que serão pretas.

Uma casaco (social) preto ajustado apropriadamente é necessário. O padrão de dois botões é preferível ao de três. O modelo de casaco trespessado não é permitido. Meias sociais pretas lisas devem ser usadas.

Homens e mulheres devem usar o mesmo uniforme.

Você deve usar sapatos sociais pretos durante o evento. Você deve lembrar onde deixou seus sapatos para subir na área de competição.

É melhor deixar seus sapatos sob a mesa dos oficiais de mesa, assim não serão pisoteados quando as pessoas entrarem e saírem da área.

Quando estiver de árbitro central o casaco deve estar abotoado, exceto o botão mais inferior. Quando estiver de árbitro lateral somente o botão mais superior deve estar abotoado.

Em alguns campeonatos o Diretor de Arbitragem fornece uma camiseta polo ao árbitros. Isto é perfeitamente aceitável.

Em campeonatos internos ou em *kan-geiko/shochu-geiko*, arbitrar de *judo-gi* é aceitável. É preferível que se use o *judo-gi* branco.

Um conceito importante de uniforme é que todos usem a mesma coisa. Em um evento, uma área não pode tirar seus casacos, enquanto a outra área permanece com o uniforme completo. Todos, em todas as áreas, devem estar com ou sem casacos. Essa decisão cabe ao Diretor de Arbitragem. Os árbitros devem se apresentar de maneira uniforme e profissional.

Em algumas regiões para encorajar faixas marrons ou pretas que irão lutar no mesmo dia a arbitrar, permite-se que arbitrem de *judo-gi*. É recomendado que se use somente o *judo-gi* branco para este propósito. Isto foge do conceito de uniformidade, mas precisa ser feito para que mais árbitros participem.

Em alguns lugares, permitir que alguns árbitros usem o uniforme e outros o *judo-gi*, ou até mesmo roupas normais, pode ser necessário devido à falta de árbitros. Ainda que não seja o ideal, é necessário.

Decoro (Comportamento)

Estando em uma sociedade educada, espera-se que o árbitro porte-se de maneira respeitosa e cortês. O árbitro representa a organização estadual e nacional, o judô e a ele mesmo.

Seja uma dama ou cavalheiro!

Como árbitro você desempenhará um importante papel na comunidade judoística. Tal como um juiz, você tomará decisões que afetarão o resultado individual dos atletas. Você deve levar sua função de árbitro a sério. Nesta posição você deve respeitar os competidores, técnicos, pais,

espectadores e demais árbitros. Não permita que seu título de árbitro o convença de ter algum poder superior. Você é uma engrenagem de uma grande máquina, igualmente importante para seu funcionamento, mas não mais do que qualquer outra pessoa, seja ele um técnico, atleta ou oficial de competição.

Seja humilde

Como judoca e duplamente como árbitro, você precisa fazer todos os esforços para agir com humildade perante a comunidade do judô. Autoconfiança é importante na sua função de árbitro. Arrogância é extremamente desagradável e prejudicial para um bom árbitro.

Tome nota em clínicas

A única maneira de lembrar os detalhes dos tópicos discutidos em clínicas é tomar boas notas. Guarde o material fornecido. Mantenha em casa um arquivo e guarde nele o material que você receber em clínicas e cursos ao longo dos anos.

Sempre tenha consigo caderno e caneta nas clínicas e cursos. Acostume-se a ter uma caneta e papel ou um pequeno bloco no bolso do casaco de arbitragem para tomar nota de situações que aconteçam com você ou que você veja.

Perguntas

Sempre faça perguntas. Adquira o hábito de tirar suas dúvidas sobre situações e regras que não entenda ou que tenham aplicações e soluções diversas do que você entendia por correto.

Nunca fale mal de seus colegas de arbitragem

Todos nós cometemos erros. Aprenda desde o início que é inapropriado falar sobre os erros de outros árbitros com outras pessoas, outro árbitro, técnicos, competidores ou pais. Aqueles que falam mal, geralmente cometem mais erros do aqueles de quem estão falando.

Falar com técnicos

Nas graduações iniciais de arbitragem você deve dirigir todos os questionamentos ao Diretor de Arbitragem. Você deve evitar falar sozinho com um técnico sobre o que aconteceu na área enquanto você estava arbitrando. se você achar necessário, tenha um outro árbitro consigo.

Um árbitro nunca deve discutir com um técnico quando estiver na área. O técnico deve se dirigir a Comissão de Arbitragem para registrar sua reclamação.

Nós queremos atender os questionamentos dos técnicos de maneira apropriada. O árbitro está lá para assegurar que todos os combates sejam conduzidos de maneira justa e imparcial. O técnico é o representante dos atletas e, se um questionamento ou reclamação for feito, a Comissão de Arbitragem irá lidar com a situação. Nestes casos, a Comissão de Arbitragem pode se dirigir a você para ouvir sua opinião do que aconteceu. Técnico e árbitro devem trabalhar juntos para que se atinja um resultado amigável.

Será mencionado diversas vezes que somos uma comunidade pequena e árbitros e técnicos estarão lidando um com o outro durante vários anos. É melhor para os técnicos e árbitros que eles se tornem amigos. Os técnicos devem sentir que o árbitro está dando o melhor de si. Os árbitros devem entender que os técnicos estão protegendo o bem estar e os interesses de seus atletas.

CAPÍTULO 5

O básico

Começando

Em eventos de nível local e regional, após a reunião dos árbitros e antes do início do campeonato, você deve andar por sua área para verificar se existe frestas e elevações nos *tatami*, ou situações potencialmente perigosas para os competidores. Deve se certificar que as cadeiras e bandeiras dos árbitros estão nos locais apropriados. Você também deve verificar os placares, números e cronômetros para ver se estão funcionando corretamente; aproveite para familiarizar-se com o sinal sonoro ("apito") de sua área. Apresente-se aos oficiais de competição que trabalharão com você (oficiais de tempo, placar e súmula). Eles fazem parte do time. Os árbitros devem ter um bom relacionamento com eles.

Caso haja diversos árbitros por área, os árbitros mais graduados devem conduzir a inspeção dos equipamentos.

Se você estiver trio que dê início às atividades da área, você terá que seguir o protocolo descrito em "a". Esses passos devem se tornar padrão para você como árbitro.

- a. Procedimento oficial de saudação inicial. Vide "Procedimentos de Saudação".
- b. Após a saudação do trio de arbitragem, o árbitro deve postar-se a dois metros do meio da área, a meia distância das marcações branca e azul (posição de *hajime*).
- c. Quando os competidores se aproximarem da área, observe-os atentamente para fazer o controle do *judo-gi* (comprimento das mangas, calças etc.), jóias, *judo-gi* ou *faixa* diacrítica azul/branca. Lembre-se que o competidor azul deve estar à direita do árbitro.
- d. Quando os competidores chegarem centralizados à lateral da área (já dentro do *shiai-jo*), eles devem esperar que os árbitro os convide a entrar.

Você então os convida a entrar na área de combate com o gesto da mãos (dedos juntos e estendidos, palmas para cima a 45°, braços estendidos), aponte para os competidores e mova seus braços horizontalmente até apontar para as marcas iniciais. Os competidores, quando convidados, devem saudar-se simultaneamente no limite da área de combate (se quiserem), e depois caminham simultaneamente até as marcas iniciais azul e

branca. A saudação para entrar na área de combate não é obrigatória e não deve ser exigida, mas é algo que se espera pela etiqueta do judô. (Não se deve confundir com a saudação para entrar e sair da área de competição, esta é obrigatória e deve ser exigida.) Certifique-se de que o placar esteja zerado!

e. Quando os competidores chegam juntos às marcas iniciais, eles devem saudar-se (sem nenhum comando do árbitro) e dar um passo à frente, pé esquerdo depois o direito, para *shizen-hontai* (posição de prontidão). Neste momento o árbitro central anuncia "*hajime*" (comecem). Não há gesto de mãos para *hajime*!

f. Esta última saudação é obrigatória e deve ser monitorada para que seja feita de maneira apropriada e respeitosa. Esta saudação é um sinal de respeito pelo oponente e é parte da etiqueta do judô.

g. Se os competidores não saudarem-se nas marcas iniciais após 2 segundos, comande-os que se saúdem e dêem um passo à frente.

O árbitro central deve sinalizar com seus antebraços na vertical, palmas retas, dedos unidos, palmas de frente uma para outra e dedos apontando para cima. Então, se inclina as mãos uma para a outra até um ângulo de 30° (simulando uma saudação). Os cotovelos permanecem na mesma posição. Depois o árbitro abaixa os braços para a lateral do corpo.

h. Mantenha a distância e posições descritas no Capítulo 7. Sempre verifique com sua visão periférica se os árbitros laterais expressaram alguma opinião. O árbitro central nunca deve olhar diretamente para um árbitro lateral antes de marcar uma pontuação ou *osaekomí*, pois aparentemente enfraquece sua convicção.

Limite de Área: Dentro ou Fora

Limite Dinâmico (2009)

A definição do que está dentro é resumida na seguinte frase: **"As 'ações' são válidas desde que algum dos competidores tenha parte de seu corpo tocando a área de combate."**

1. Tradução: "Ações" são quando os competidores estão se movendo "rapidamente" fazendo judô positivo no limite da área, não há necessidade de ataque (entrada para projeção), mas

este pode acontecer.

2. Um competidor em "ação" pode jogar na área de segurança por quanto tempo quiser, desde que um dos competidores tenha alguma parte de seu corpo em contato com a área de combate. Qualquer quebra ou interrupção da ação é causa para *mate*. Os árbitros devem estar cientes das questões de segurança criadas por esta mudança.

3. O princípio básico a se seguir é a "Continuidade de Ação e Ação Dinâmica".

4. Após o ataque original dentro da área, anuncie a pontuação adequada (se for o caso) para qualquer *renraku-henka-waza* (ataque combinado) ou *kaeshi-waza* (contragolpe), tanto se um competidor estiver dentro da área quanto se ambos estiverem fora (área de proteção), desde que haja "continuidade" e não haja quebra na ação dinâmica.

5. Se o árbitro central anunciar "*mate*" por engano e os árbitros laterais entenderem que o ataque foi válido, eles podem anular o *mate* e pontuarem a técnica. A Comissão de Arbitragem pode ser consultada.

6. Qualquer ataque na situação de Limite Dinâmico deve ter resultado imediato (tempo razoável para terminar).

7. A penalidade por pisar fora ainda existe, mas somente será atribuída quando o atleta caminhar deliberadamente para fora.

Durante a ação dinâmica no limite, se um competidor executar um *sutemi-waza* e estiver com mais de meio corpo para fora, a técnica deve ser considerada válida para propósitos de pontuação.

Ne-waza e osaekomi-waza - Desde que qualquer competidor tenha alguma parte de seu corpo em contato com a área de combate, eles estarão dentro. Deixe que a ação continue.

Pontuação

Ippon - Projeções com "controle", "de costas", na verdade com qualquer parte das costas, com "força" e "velocidade" devem ser pontuadas com *ippon*. Estas projeções podem ser diretas ou roladas, vir do alto ou de baixo. Leve em conta o tamanho dos competidores.

Waza-ari - Para esta pontuação falta parcialmente um dos quatro elementos necessários (controle, de costas, força e/ou velocidade). O que normalmente falta é força ou velocidade necessárias para ser considerado *ippon*.

Yuko - A posição de queda mais comum no *yuko* é de "lado". Este tipo de queda pode incluir um pouco de contato das costas se não houver força ou velocidade suficientes para um *waza-ari*.

Koka - A pontuação de *koka* foi excluída em janeiro de 2009.



Controle

Somente pontue projeções que tenham sido iniciadas pelo *tori*, em que "controle seja evidente no início e no 'fim' da projeção, ou em contragolpe que controle seja evidente no impacto". Não pontue situações em que o competidor sozinho tropece ou se jogue no chão. Um competidor deve causar que o outro caia. Em *kaeshi-waza* (contragolpes) o fator determinante é o controle no momento do impacto; o controle é transferido durante a execução da projeção original. Durante projeções regulares, o controle, na maior parte das vezes, requer contato das mãos; contudo, há casos em que as mãos não precisam estar envolvidas. Isto será explicado em clínicas.

Quedas contínuas! Nada acaba até ter terminado.

Uma projeção é avaliada para efeitos de pontuação por sua queda. Quedas podem ser contínuas, partindo do primeiro ponto de contato após a projeção até que a última parte caia, e a continuidade da técnica termine.

Portanto, um competidor pode cair primeiro de nádegas, depois pode ser rolado de costas, marcando um *yuko* ou *waza-ari*, até mesmo um *ippon*. Um competidor pode cair com um joelho, depois de lado e finalmente de costas.

Desde que a queda seja considerada "contínua" e "controlada", ela deve ser pontuada como *yuko*, *waza-ari* ou *ippon*, dependendo da força e/ou velocidade.

O costume é que o árbitro deve reduzir o valor da técnica em uma pontuação se: (a) uma queda contínua tem um atraso significativo (múltiplos impactos), mas ainda for considerada contínua; (b) o impacto inicial determinante ocorra, mas a queda continue até que o *uke* toque as costas.

O julgamento de como uma técnica deve ser pontuada é baseado em toda a queda, do ponto inicial de contato ou impacto até a última parte do corpo tocar no *tatami* quando todo o movimento controlado acabe.

A queda completa em *Nage-waza* deve ser considerada para efeitos de pontuação, mesmo que a ação seja lenta, irregular (pequena hesitação), ou irregular (ex. lado errado), desde que não haja perda de controle e não haja interrupção clara na técnica.

Osaekomi/toketa

Elementos-chave:

1. Controle!
2. *Uke* (dominado) com a costas no chão, uma ou ambas as espáduas.
3. *Tori* sobre o *uke* em uma posição de *kesa* ou *shiho*.
4. *Tori* não pode estar sendo controlado pela pernas do *uke*.
5. Dentro da área de combate.

Shime-waza

1. Certifique-se de que somente o pescoço está envolvido, não o queixo.
2. Estrangulamentos por trás devem ser interrompidos, mas nenhuma penalidade deve ser aplicada.
3. Atenção para duas batidas ou mais, com as mãos ou pés.
4. Atenção para sinais de incapacitação. Pés ou mãos "moles", ...

Kansetsu-waza

1. Certifique-se de que somente a articulação do cotovelo esteja sendo afetada.
2. Deve haver tempo hábil para que o *uke* desista.
3. Atenção para a batida da mão livre ou para o "*maitta*".

Mate

O momento é muito importante! Leia o artigo 17 das Regras.

Evite comandar *mate* durante uma projeção ou no início de uma ação. Se um competidor levantar do *tatami* o adversário que está de costas, comande *mate* imediatamente. O árbitro não deve anunciar *mate* durante um estrangulamento ou uma chave de articulação.

Transições

Quando os atletas levantam do chão durante um combate (relógio correndo), certifique-se de que cada competidor esteja em uma posição "segura/neutra". Nestas situações "seguras/neutras" a ação pode continuar.

Se um competidor estiver atrás do outro, deve-se comandar *mate*.

Se um dos atletas tiver vantagem na pegada ao levantar, deve-se comandar *mate*.

Em qualquer caso em que um competidor tenha vantagem sobre o outro, deve-se comandar *mate*.

Gestos básicos

Os seguintes são gestos de mão (sinais mais usados pelos árbitros). Você deve conhecer "todos" os gestos. Gestos devem ser mantidos de 3-5 segundos.

Os seguintes são os gestos mais comuns de serem usados pelo árbitro durante um combate. Pratique-os em um espelho. Lembre-se que o gesto e o comando de voz devem acontecer simultaneamente.

O gesto que ocorre em todos os combates é o da indicação da vitória (raras exceções). Isso deve ser praticado em frente a um espelho. A mão deve apontar para o atleta vencedor, contudo não deve ir abaixo do ombro do árbitro ou sobre o topo de sua cabeça. Dedos unidos, polegar recolhido, palma para cima em um ângulo de 45° e cotovelo estendido.

Para imagens dos gestos mais usados vide apêndice do artigo 8 das Regras.

Lembre-se de quem projetou ou imobilizou

A maioria dos árbitros será capaz de lembrar que projetou ou imobilizou para que a pontuação vá para o competidor correto. Em alguns casos, quando ocorra uma perda de foco momentânea, o árbitro central após anunciar a pontuação pode repetir mentalmente a cor do competidor que deve receber a pontuação (azul, azul, azul!). Isso ajudará o árbitro a dar a pontuação para o competidor correto. Isso também pode ser usado em situações de *osaekomi*.

No acaso de o combate terminar em *ippon* e os competidores levantarem e forem para suas marcas, se o árbitro não lembrar quem projetou ele deve "olhar" para um dos laterais. Os laterais devem se acostumar a fechar uma mão (discretamente) sobre a perna do lado do competidor que tenha pontuado. O lateral deve se dar conta de que o árbitro central está olhando diretamente para ele.

Fim do combate

Quando o sinal soar, anuncie "*soremade*". Não há gesto de mão. Faça com que os competidores vão até suas marcas. A maioria dos competidores faz isso por conta própria. Vá até a posição inicial do árbitro e olhe o placar para confirmar quem venceu. Você deve saber sem ter que olhar para o placar.

Ao indicar o vencedor, dê um passo a frente com o pé direito e depois o esquerdo, indique o vencedor com o braço de forma apropriada. Mantenha o gesto de 3-5 segundos. Então, baixe o braço e dê um passo atrás, com o pé esquerdo e depois o direito, de volta à posição inicial do árbitro. Certifique-se de dar a vitória para o competidor correto.

Permita que os competidores apertem as mãos se assim desejarem. Eles devem, então, sair pela lateral da área de combate e cumprimentar (não é exigido, mas é recomendado) e depois sair da área de competição. Este último cumprimento é obrigatório e deve ser exigido.

CAPÍTULO 6

Categorias de avaliação

É muito importante entender que a responsabilidade primária do árbitro é anunciar as pontuações corretas e atribuí-las ao competidor correto. Ao final de cada combate o competidor correto deve sair vencedor.

Voz

A voz deve alta o suficiente para ser ouvida pelos competidores, árbitros laterais e oficiais de competição na mesa do placar. Os comandos devem ser dados em voz alta e de forma enfática, o comando não pode ser tímido. Não há necessidade falar alto demais.

Todo comando deve ser dado de maneira clara. Não grite. Sua voz tem que durar todo o evento. Você deve ajustar o volume de acordo com o ambiente. Se a torcida for barulhenta, o árbitro deve falar mais alto para que os competidores, laterais e oficiais o escutem. Se a platéia for mais calma, tanto mais baixo podem se os comando do árbitro.

- a. Dê comando bem enunciados, de forma clara e firme.
- b. A voz nos comandos devem ser bem marcada, sem hesitação.
- c. A voz deve durar todo o evento.
- d. Os comandos devem ser ouvidos pelos competidores, árbitros laterais e oficiais de competição.
- e. Não force sua voz e não grite.
- f. Ajuste a voz às circunstâncias. Um pouco mais alta que o som ambiente.
- g. Não há necessidade de falar alto se o ambiente não exigir.

Presença

Isto se refere à "presença de palco". A busca é por uma presença confiante, não arrogante. Evite gestos e comandos duvidosos. Decisões que demonstrem dúvida, apresentando falta de

convicção, prejudica sua presença. Um bom árbitro deve projetar um postura calma, humilde, em controle e objetiva ao lidar com qualquer aspecto da arbitragem. O árbitro deve ser eficiente sem ser dramático ou exibido. Deve manter uma expressão sem emoções em todas as decisões e situações. Calma e tranqüilidade sob pressão é o objetivo de um bom árbitro. Busque compostura durante situações tensas. Esta etapa levará tempo. A sua presença será aprimorada pela experiência e exposição ao longo dos anos de trabalho com a arbitragem em competições.

- a. Demonstre presença de palco.
- b. Tenha autoconfiança, controle, tranqüilidade e calma sob pressão. (equanimidade, compostura sob tensão)

Autoridade

Esteja no controle e demonstre convicção. Tenha coragem para marcar qualquer pontuação e penalidade, não importando as conseqüências. Mantenha o controle, mas não seja controlador! Mantenha-se tranqüilo quando a ação ficar intensa. Os árbitros devem demonstrar segurança. Nunca devem parecer confusos, atrapalhados ou sem controle. Os competidores devem controlar o ritmo e ação do combate. Contudo, há momentos em que os competidores tentarão manipular a situação. Nestes casos, o árbitro deve reconhecer a situação e lidar com ela com autoridade e liderança. Todos os gestos devem ser feitos uniformemente, sem serem muito lentos ou rápidos. Ações apressadas demonstram falta de compostura.

- a. Demonstre comando e controle.
- b. Esteja no comando
- c. Nunca perca o controle.
- d. Não demonstre dúvida.

Gestos

Todos os gestos devem ser marcados, concisos e precisos. Mantenha-os por 3-5 segundos. Não manter os gestos pelo tempo suficiente é um dos erros mais freqüentes dos árbitros de todos os níveis. Dê o comando e faça o gesto correspondente simultaneamente. **Mantenha o contato visual com os atletas durante os gestos.** Os gestos devem ser naturais e não

exagerados ou emocionais. Pratique-os em frente ao espelho. Os gestos precisam se tornar reflexos condicionados (automáticos).

- a. Demonstre gestos corretos, claros e concisos, como árbitro central ou lateral.
- b. Devem ser feitos uniformemente, sem serem muito lentos ou rápidos.
- c. Mantenha-os por 3-5 segundos.
- d. Ao fazer os gestos, gire naturalmente 90° para que todos possam vê-los.

Deslocamento

Este tópico inclui mobilidade, posicionamento e postura. O árbitro deve demonstrar boa postura, estar relaxado e ter tranquilidade sob pressão. A posição ideal é com uma distância dos competidores de: 2 metros quando em *ne-waza*; e 3-4 metros quando em *tachi-waza*.

Esteja na melhor posição para ver a ação acontecer. Quando observar *osaekomi-waza*, posicione-se pela cabeça do *tori*.

Em *shime* e *kansetsu-waza* esteja em posição para ver a “batida” e todos os lances. Nunca bloqueie a linha de visão dos laterais (lateral-atleta / lateral-lateral).

Deslocamento: mova-se com propósito. Não balance seus braços em demasia Utilize toda a área de combate. Alguns árbitros tem o hábito de permanecer a maior parte do tempo na parte superior da área de combate. Para cada 4-6 passos que os competidores derem, o árbitro deve dar um. Não fique no caminho dos competidores. Fique dentro da área de combate. Um bom árbitro não deve cruzar suas pernas quando se movimentar lateralmente.

- a. Isto inclui posicionamento e postura.
- b. Mantenha a distância correta: 4 metros (*tachi-waza*); 2 metros (*ne-waza*)
- c. Esteja na posição correta para observar projeções, imobilizações, estrangulamentos e chaves de articulação.
- d. Movimente-se de maneira eficiente como no judô.
- e. Fique dentro da área de combate, a não ser que seja melhor observar uma situação crítica de fora.

Observação

Observar é identificar *judo-gi* ilegal, unhas compridas, rasgos no *judo-gi*, mão e pés sujos, lesões, objetos duros, erros dos oficiais de placar, opiniões dos laterais, pessoas muito próximas da área de competição, cadeiras de laterais vazias etc. Também esteja atento às lesões. Os árbitros devem estar atentos ao seu ambiente. Constantemente, sem ser explícito, verifique os outros árbitros da área para ver se têm alguma opinião.

- a. Observe problemas no *judo-gi*.
- b. Esteja atento a: jóias, lesões e atos proibidos
- c. Esteja atento a atividades ao seu redor (visão periférica)
- d. Preste atenção aos árbitros laterais constantemente.
- e. Sempre se certifique que o placar esteja correto.

Procedimentos

Conhecer e ser capaz de aplicar todos os procedimentos apropriados relativos à condução do combate de Judô. Cumprimento de entrada e saída nas competições por equipe. Rotação dos árbitros. Alteração da pontuação quando os árbitros laterais discordam, marcação da pontuação, *hantei*, *golden score*, *fusen-gachi*, *kiken-gachi*, administrar penalidades etc.

- a. Conheça e siga todos os procedimentos corretos.
- b. Faça-os sem hesitação ou erro.

Avaliação (esta é a categoria mais importante)

Inclui a avaliação para pontuação, *osakomi*, *toketa*, entrada em *ne-waza* e a aplicação e momento correto de *matte*. A capacidade de marcar a pontuação correta quando uma projeção ocorre e atribuí-la ao competidor correto é essencial. A aplicação correta de penalidades é uma faceta crucial da avaliação. Anunciar *osaekomi* exatamente no momento correto e saber quando anunciar *toketa* são habilidades tão importantes quanto. Saber anunciar *matte* no momento apropriado é outra habilidade que o árbitro deve desenvolver. Ser consistente nas avaliações que dependam de interpretação é essencial. Um bom árbitro deve ser sempre imparcial em todas suas decisões. Entenda os elementos da avaliação da pontuação (controle,

de costas, força e velocidade). Saiba as zonas de impacto (no corpo) designadas para cada pontuação.

- a. Avaliação correta das projeções.
- b. Anuncio preciso de *osaekomi* e *toketa*.
- c. O uso apropriado de *matte*.
- d. Aplicação de penalidades.

Penalidades (Identificação e Avaliação)

Conheça todos os atos proibidos e avalie corretamente quando penalizar um competidor por um ato proibido. Coragem é fundamental nesta categoria. Um bom árbitro deve reconhecer e penalizar todos os atos proibidos quando a penalização for “merecida”. Esta é uma das categorias em que os árbitros estão menos preparados. Não “saia a caça” de penalidades. Se certifique de penalizar somente quando for “merecido”.

- a. Reconheça os atos proibidos e penalize-os.
- b. Demonstre convicção (coragem).

Determinação (convicção)

Quando uma avaliação é feita, ela deve ser concisa, precisa e dada com toda a convicção. Isto está ligado diretamente à Autoridade e Presença. O árbitro demonstra através de linguagem corporal, gestos concisos e precisos, voz de autoridade e 100% de convicção nas avaliações. O mais rápido possível, com certeza na voz, anuncia a avaliação acompanhada pelo gesto apropriado.

- a. Não demonstre dúvida ao anunciar uma avaliação.
- b. Não seja lento ou indeciso nos gestos.
- c. Retidão (julgamento correto, conduta imparcial).

Trabalho em Equipe

Trabalhe em sincronia com os árbitros laterais e os oficiais de competição (mesários, sumulistas, ...). Correções de pontuação suaves, sem expressões faciais, é sinal de bom trabalho em equipe. A assistência dos laterais sem intromissão ou antecipação de funções é importante. Use comunicações não-verbais (olhares e sinais discretos).

- a. Trabalhe bem com os outros árbitros.
- b. Compreenda os princípios do trabalho em equipe.
- c. Conheça as funções do árbitro central e dos laterais.
- d. Ajude, mas não se intrometa.

Protocolo

Ética da arbitragem, uniforme, decoro e código de conduta. Vista-se de maneira adequada. Seja pontual. Nunca falte a uma rotação. Nunca fale mal de seus colegas árbitros. Nunca atue como técnico em seu uniforme de árbitro. Sempre esteja presente nas reuniões antes e depois do evento. Sempre peça opinião/avaliação sobre sua atuação. Quando avaliação for oferecida, aceite-a e não dê desculpas. Sempre procure evoluir. Lide com os técnicos e atletas de maneira educada e profissional.

- a. Faça os procedimento de saudação corretos.
- b. Vestimenta e atitudes apropriadas (etiqueta do árbitro de Judô)
- c. Assista às clínicas. Faça perguntas.
- d. Seja pontual para as rotações.
- e. Não fale mal de outros árbitros. (ética)
- f. Reflita sobre as avaliações oferecidas. Sem desculpas. Procure orientação!

CAPÍTULO 7

Posicionamento, mobilidade e Postura

É muito importante entender que a responsabilidade primária do árbitro é anunciar as pontuações corretas e atribuí-las ao competidor correto. Ao final de cada combate o competidor correto deve sair vencedor.

Posicionamento e Mobilidade

1. Distância

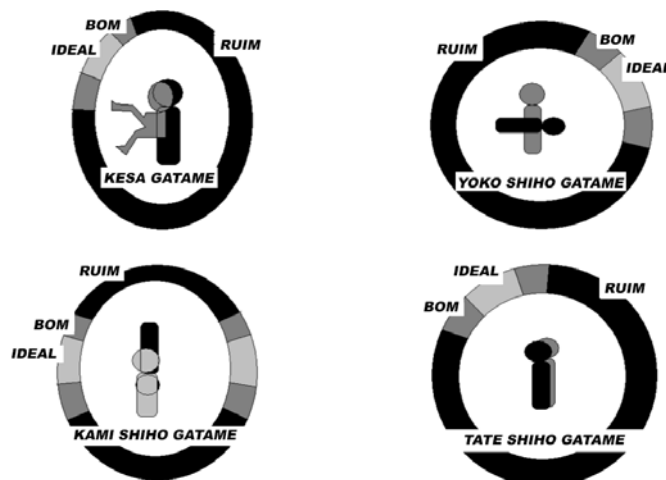
Tachi-waza - A distância padrão é de 4 metros. A melhor distância é entre 3 e 4 metros. Deve ser ajustada de acordo com o tamanho dos competidores.

Ne-waza - A distância padrão é de 2 metros. A melhor distância é entre 1 e 2 metros. Deve ser ajustada de acordo com o tamanho dos competidores.

Estas distâncias oferecem ao árbitro uma visão próxima da ação. Caso o árbitro esteja muito afastado, pode haver perda do controle. Árbitros que ficam muito próximos correm o risco de atrapalhar os competidores, ou de se chocarem contra eles.

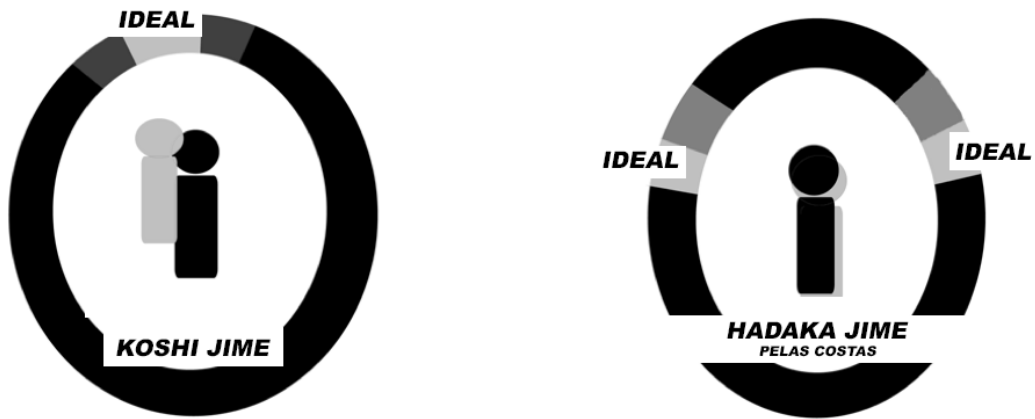
2. Posicionamento em *osaekomi*

Acompanhe a ação pela “cabeça do *tori*”. O árbitro deve ficar no lado “aberto” da imobilização. Isto geralmente oferece a melhor visão dos competidores.



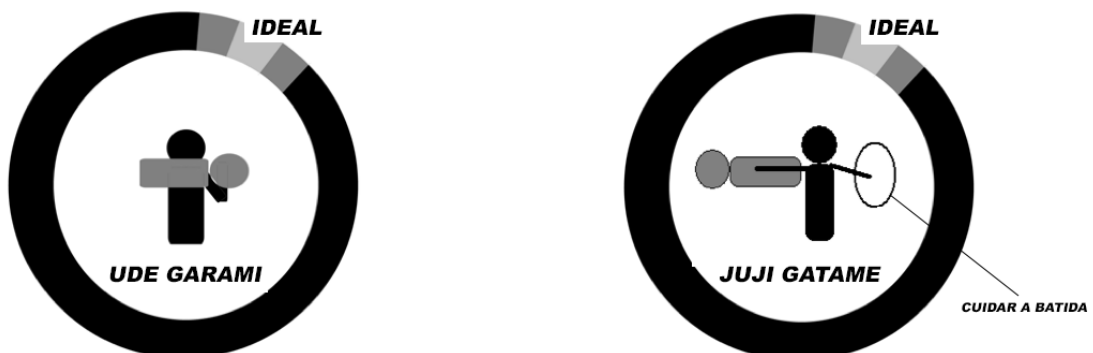
3. Posicionamento em *shime-waza*

Observe o rosto do *uke*. Aproxime-se ou afaste-se para uma melhor visão. Observe as mãos e os pés. Atenção à “batida” e ao “amolecer” dos pés. Quando em decúbito ventral (de barriga para baixo), durante um estrangulamento encoberto, pode ser necessário que o árbitro se aproxime e apoie um joelho no chão para verificar se a pressão não está sendo feita no rosto. O árbitro nunca deve apoiar ambos os joelhos no chão. É inadequado e pode ser perigoso.



4. Posicionamento em *kansetsu-waza*

Certifique-se de que somente a articulação do cotovelo esteja sendo afetada. Posicione-se de maneira que possa observar a mão livre para “bater”.



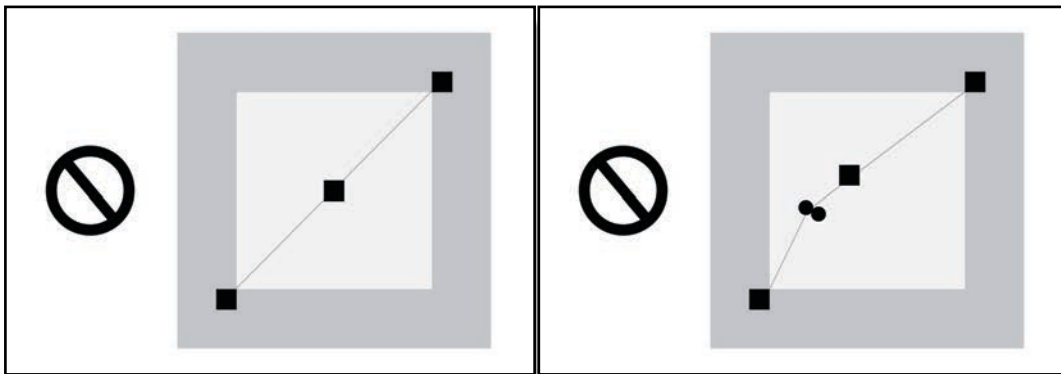
5. Posicionamento em giro de *osaekomi*

É comum que em *kesa-gatame*, o *uke* gire para tentar enganchar sua perna na perna do *tori* para causar *toketa*. Nesse caso, o árbitro deverá caminhar no sentido contrário do giro ou permanecer parado observando a ação.

6. Utilize toda a área de combate

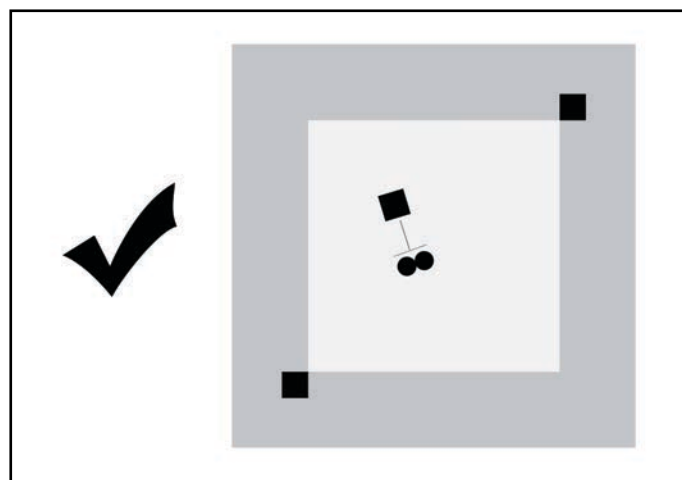
Não tenha medo de virar suas costas para o placar. Muitos árbitros erram ao permanecerem fixos no topo da área. Não saia para a área de proteção, a não ser que seja absolutamente necessário.

7. Evite bloquear as linhas de visão dos laterais



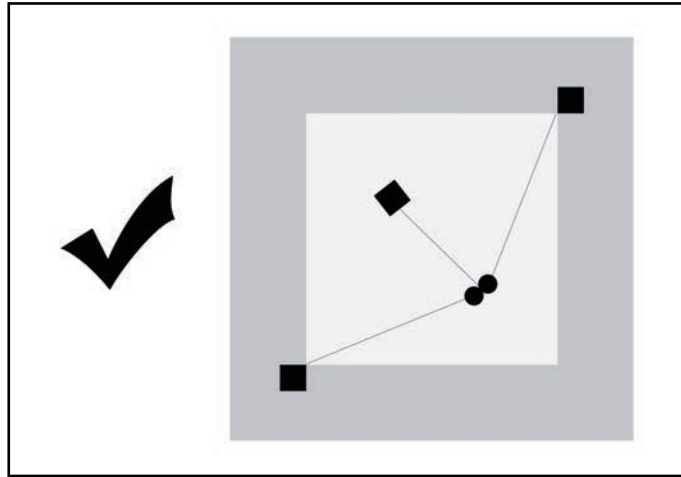
8. Perpendicular

Possível até certo ponto. Tente manter-se perpendicular aos competidores sempre que possível. Esta posição oferece a melhor visão dos competidores, mas é impraticável mantê-la constantemente.



9. Diferentes ângulos de visão

Os árbitros deverão observar os competidores de três ângulos de visão distintos sempre que possível. Isso dá ao trio três pontos de vista diferentes para qualquer ação.



10. Limite da área

Tachi-waza - A posição do árbitro central deve ser oposta ao lateral sempre que possível (na linha). Entretanto, em *tachi-waza*, muitas vezes a ação é rápida demais para que você se posicione na linha.

Ne-waza - Posicione-se do lado oposto ao lateral, mas mantenha a posição de observação principal.

Árbitro Lateral - O lateral deverá lentar-se e remover sua cadeira para trás com ambas as mãos, sempre que os competidores invadirem o quadrado imaginário composto pelos dois *tatami* que formam o canto da área.

11. Sem movimentos excessivos

Não desperdice movimentos! Não atraia atenção. Árbitros novos têm a tendência de se movimentarem como atletas. Você não deve mover-se rapidamente, a menos que absolutamente necessário.

12. Sombra

O árbitro deve ser a sombra dos competidores, não se movimentando mais rápido que eles e

atraindo a atenção dos espectadores, próximo o suficiente para observar cuidadosamente cada movimento, mas não tanto que cause interferência no combate. Movimente-se mais devagar, um passo para cada cinco dos competidores. Não atraia atenção. Os competidores é que ditam a ação.

O árbitro não deve direcionar a ação. Ele deve permitir que os competidores determinem a velocidade e a direção do combate; deve permitir que eles joguem seu jogo. O árbitro simplesmente atua para que o combate ocorra de forma justa.

13. Posicionamento

Sintonia fina da posição. Este é um processo de posicionamento para que o árbitro esteja no melhor local para observar as ações dos competidores. Ele deve analisar as ações e determinar o melhor lugar para ficar para observar as projeções quando elas acontecerem. Estar no local correto para observar o impacto de uma projeção é metade do trabalho para avaliá-la corretamente. A outra metade é reconhecer com qual parte do corpo, e com que velocidade e força, o *uke* caiu para determinar qual pontuação deve ser marcada.

- a. Posição de Observação Principal (ideal)
- b. Defina quem é o *tori* e o seu padrão de ataque (pela frente ou lado etc.)
- c. Determine a direção da projeção. Coloque-se na melhor posição para ver as projeções.
- d. Quando estiver fora de posição, infira da melhor maneira possível o resultado, levando em conta o posição corporal do *uke* e do *tori* ou olhe para o árbitro lateral melhor posicionado e espere uma “ajuda” (discreta e não-verbal).
- e. O *tori* bloqueia a visão do impacto (mais comum).

15. *Ma-ai* (noção de espaço)

A distância e posicionamento adequados é confortável, natural, normal e comum. O que estiver bem para o árbitro e o observador experiente.

O árbitro deve manter uma distância e adotar um posicionamento ideais. Esta posição vem sendo estabelecida com o passar dos anos para permitir uma arbitragem efetiva e permite que o árbitro observe todas as ações, mantenha o controle e evite colisões com os competidores.

Deve-se manter uma distância de 4 metros em *tachi-waza*, 2 metros em *ne-waza*, com um posicionamento ideal para observar a ação e ter o melhor ângulo de visão das quedas.

16. Ritmo

Mantenha um ritmo constante quando movimentação e em seus gestos. Aceleração do ritmo do árbitro indica estresse e causa incerteza a quem observa.

17. Movimentação

- a. Como no judô, *ayumi-ashi*. Passadas normais.
- b. Evite passos largos, é estranho e causa desequilíbrio.
- c. Evite balançar demais os braços. Seja natural.
- d. Evite cruzar as pernas ao andar.
- e. Seja formal, mas sem pompa em demasia.
- f. Evite movimentos bruscos.
- g. Evite se movimentar como um competidor.
- h. Movimente-se de maneira confiante.

18. Evite colisões

Evite raspões, encontrões e colisões com os competidores. Essas coisas acontecem quando o árbitro está muito próximo. Mantenha a distância de 4 metros em *tachi-waza* e 2 metros em *ne-waza*.

Saída do árbitro lateral - Quando na lateral, o árbitro deve sair e retirar a cadeira sempre que os competidores se aproximarem a 2-3 metros. Sair depois disso pode permitir uma colisão com o lateral ou a cadeira e causar lesões. Mover-se tarde demais restringe o uso daquele canto pelos competidores.

Remoção da cadeira - A orientação é que o lateral saia com sua cadeira, sempre que qualquer competidor pisar no quadrado formado pelos dois *tatami* a sua frente. Ele coloca um pé de apoio entre os pés da cadeira enquanto pega a cadeira com ambas as mãos e levanta. Isso possibilita que o lateral observe para que lado da área o combate se desenvolve e possa liberar a mão correta para sinalizar se a ação foi válida ou não, caso seja necessário

Atenção - Os árbitros laterais devem manter constante vigilância. Em alguns casos os laterais se permitem distrair. Eles devem manter o foco durante todo o tempo que estiverem no *tatami*.

Cuidado! - Em locais de competição em que as cadeiras laterais ficam próximas em razão de

sua disposição, quando os competidores estiverem se aproximando de um lateral e esse árbitro achar que o árbitro da outra área pode se atingir, o lateral deve falar “Cuidado!” ou outra coisa que alerte o outro árbitro do perigo e possibilite que ele saia e remova sua cadeira.

Olhar para outra área - Os árbitros laterais devem se concentrar na sua área de competição. Alguns árbitros tem o hábito de quando na lateral observar as lutas das outras áreas. Este comportamento é absolutamente inaceitável.

Visão periférica - Tanto quanto o árbitro central, o lateral deve estar atento a tudo que acontece em toda a área de competição. Portanto, bons árbitros laterais devem desenvolver boa visão periférica.

19. Permaneça na área de combate

Exceto quando necessário (*ne-waza* virado para fora), o árbitro deve manter-se dentro da área de combate. Somente em alguns *osaekomi-waza*, *shime-waza* e *kansetsu-waza* o árbitro deve sair para a área de proteção para observar a ação. Se o melhor ponto de observação é da área de proteção, é lá que o árbitro deve estar.

20. Movimentos deliberados (intencionalidade)

O árbitro não deve-se dar meios passos ou mover-se de maneira incerta no *tatami*. Desenvolva ações completas. Constantemente mudar de direção demonstra indecisão, o que não é bom para um árbitro. não fique parado durante todo o combate.

Postura

1. Postura ereta (não duro, confiante, não arrogante)

Evite inclinar a cabeça e o corpo. Mantenha a cabeça sobre o tronco e o tronco sobre os quadris.

2. Não cruze os braços

Cruzar os braços é tido como uma postura de arrogância.

3. Não coloque as mãos na cintura

Também é associado com arrogância.

4. *Ne-waza*

O árbitro pode se apoiar em um joelho e uma mão para acompanhar ações em *ne-waza* de perto, especialmente em situações de *shime-waza*. Nunca se posicione sobre ambos joelhos e mãos.

5. Incline-se de maneira correta para ações de *ne-waza*

Flexione a perna da frente, incline o torso a 45° do *tatami*, perna de trás esticada. Os braços acompanham a posição das pernas sem apoiar. Nunca agache-se, incline-se.

6. Mantenha a compostura

Sempre estamos sendo observados e a qualquer momento podem haver pessoas fotografando ou filmando. Evite situações não condizentes com a formalidade da arbitragem.

7. Expressões faciais

Ninguém deve ser capaz de saber qual é sua opinião, exceto através de seus gestos oficiais e acenos de cabeça na comunicação entre os laterais.

Como árbitros nos devemos minimizar qualquer forma expressão facial ou movimento corporal que indiquem que concordamos ou discordamos, a menos que o procedimento formal o exija. É recorrente em competições a situação de árbitros laterais que concordam com a marcação do central e fazem sinal de positivo com a cabeça. Isso NÃO deve ser feito.

8. Mãos

Devem estar relaxadas. A leve curvatura natural dos dedos deve existir, os braços devem estar relaxados ao lado do corpo. Nenhuma outra posição de mãos ou braços é aceitável quando o árbitro central não está sinalizando uma opinião.

9. Cabeça

O queixo deve estar paralelo ao chão. Não deve estar elevado (“empinado”) ou muito próximo do peito. O árbitro central não deve intencionalmente virar a cabeça para verificar a opinião dos laterais (o central deve girar todo corpo para trazer ao menos um lateral para seu campo de visão). A cabeça não deve ser inclinada lateralmente durante (*ne-waza*).

10. Árbitros Laterais

a. Os joelhos devem estar afastados na mesma largura dos ombros.

b. Mãos sobre as coxas. Dedos para dentro. Cotovelos relaxados.

c. Solas dos pés apoiadas completamente no *tatami* (coxas paralelas ao *tatami* e pés sob os

joelhos. Diferentes ajustes podem ser necessários dependendo da altura do lateral.

d. Tronco e cabeça levemente inclinados para frente (demonstra interesse).

e. Levantar. Um pé para trás, por entre os pés da cadeira, tronco para frente, impulsione-se.

f. Bandeiras para *hantei*. Azul por fora da branca para evitar que essa se suje ao ser guardada.

g. Cadeiras dos árbitros laterais. Devem ser posicionadas corretamente para que os pés do lateral não toquem a área de combate.

CAPÍTULO 8**Considerações****A prática leva ao caminho da perfeição**

O árbitro deve encarar todo o combate como se fosse uma final olímpica, independentemente de seu nível de arbitragem, do âmbito do evento ou da classe que estiver competindo.

Sempre busque a opinião de fontes confiáveis quanto à regra e opiniões sobre seu desempenho pessoal. Assista todas as clínicas, seminários e cursos a que tiver acesso. Arbitre todos os campeonatos em que estiver presente. Nunca deixe passar a oportunidade de aprender e se atualizar.

Se dedique, sempre há espaço para crescermos. Quem se pensa pronto é o que mais demora a atingir o nível mais elevado. Busque incessantemente ser melhor do que já é.

2005 ✱ Richard J. Celotto
2010

Todos os Direitos Reservados. Terceira Edição em Língua Inglesa.
Março, 2010

2012 ✱ Richard J. Celotto / Luiz Pavani dos Santos
2012

Primeira Edição em Língua Portuguesa.
Novembro, 2012

Creative Commons (CC BY-NC-ND 3.0)

