

PROGRAMA DE EXAMEN DE CINTURON NEGRO DE JUDO

1. ACCESO AL GRADO DE CINTURON NEGRO:

- Vía “Elite”.
- Vía “Competición”.
- Vía “Técnica”.

1.1 Vía Elite:

Judokas que hayan conseguido, como mínimo, Medallas en los Juegos Olímpicos, Campeonatos del Mundo Senior o Medallas de Oro en Campeonato de Europa Senior Individual.

Los Judokas considerados “Elite” no pasarán examen. Una vez transcurrido el tiempo de permanencia y la edad mínima se le concederá el GRADO.

1.2 Vía Competición:

1.2.1. Judokas que hayan obtenido el número mínimo de puntos de competición, bien sean en las Ligas existentes para pase de grado o en la fase final de los campeonatos nacionales mediante homologación de los puntos conseguidos.

1.2.2. Los Judokas que participen en los “entrenamientos alternativos” programados por las Autonomías, previa autorización de la E.F.N. y obtengan el número de puntos de competición exigidos.

Los Judokas que hayan obtenido los puntos de competición tendrán examen de las siguientes KATAS:

1º Dan: NAGE NO KATA (1º, 2º y 3º Grupo).

2º Dan: NAGE NO KATA (Completo).

3º Dan: KATAME NO KATA

4º Dan: KIME NO KATA

5º Dan: JU NO KATA

6º Dan: GOSHIN JITSU NO KATA

Complementariamente y de forma opcional: Trabajo completo de TOKUI-WAZA.

1.3 Vía Técnica:

1.3.1. Los Judokas que hayan optado por la vía “Técnica” realizarán el examen completo denominado “SEIS UNIDADES DE EVALUACIÓN”

U.E. nº 1: Fundamentos.

U.E. nº 2: Técnicas de pie.

U.E. nº 3: Técnicas de suelo.

U.E. nº 4: Kata (los mismos que vía “Competición”).

U.E. nº 5: Defensa Personal (optativo).

U.E. nº 6: Randori (optativo).

1.3.2. Número de técnicas en:

	Judo-pie	Judo-suelo	TOTAL
1º Dan	15	10	25
2º Dan	13	7	20
3º Dan	13	4	17
4º Dan	11	3	14
5º Dan	10	3	13
TOTAL:	62	27	89

2. CONDICIONADO DE PRESENTACIÓN:

2.1. Tiempos de permanencia en grado anterior:

	ELITE (años)	COMPETICION (años)	TECNICA (años)
Para 1º Dan	1	1	2
Para 2º Dan	2	2	2
Para 3º Dan	3	3	4
Para 4º Dan	4	4	5
Para 5º Dan	5	5	6
Para 6º Dan	6	6	7

2.2. Edad Mínima:

	Elite y Competición	Por Técnica
Para 1º Dan	15 años cumplidos	15 años cumplidos
Para 2º Dan	17 años cumplidos	18 años cumplidos
Para 3º Dan	20 años cumplidos	22 años cumplidos
Para 4º Dan	24 años cumplidos	27 años cumplidos
Para 5º Dan	29 años cumplidos	33 años cumplidos
Para 6º Dan	35 años cumplidos	40 años cumplidos

2.3. Certificado de prácticas (firmado por el profesor del candidato):

	Por Competición	Por Técnica
Para 1º Dan	100 horas en 1 año	200 horas en 1 año
Para 2º Dan	200 horas en 2 años	300 horas en 3 años
Para 3º Dan	300 horas en 3 años	400 horas en 4 años
Para 4º Dan	400 horas en 4 años	500 horas en 5 años
Para 5º Dan	500 horas en 5 años	600 horas en 6 años
Para 6º Dan	600 horas en 6 años	700 horas en 7 años

NOTA: los tiempos de permanencia, la edad mínima y el certificado de prácticas, serán de obligado cumplimiento y no serán susceptibles de modificación bajo ningún concepto.

3. ESQUEMA DE LOS EXAMENES PARA CINTURONES NEGROS:

1º Examen por unidades de evaluación (Vía Técnica)

U.E. nº 1. Fundamentos

Exposición oral de 5 minutos sobre temática impuesta por el Tribunal, del programa específico de cada grado.

U.E. nº 2. Judo Pie

1 Técnica elegida por el candidato en estática y desplazamiento y con combinaciones, encadenamientos, contras y conexión pie-suelo.
4 Técnicas escogidas por el Tribunal del programa específico de cada grado.

U.E. nº 3. Judo Suelo

3 Técnicas (un control, una estrangulación y una luxación) con variantes, defensas y encadenamientos, una elegida por el candidato y las otras dos escogidas por el Tribunal del programa específico de cada grado.

U.E. nº 4. Kata

Según el Programa específico de cada grado.

U.E. nº 5. Defensa Personal (optativo)

Y dentro del Programa específico de cada grado.

U.E. nº 6. Randori (optativo)

Y dentro del Programa específico de cada grado.

2º Resultados en los exámenes

Declaración de APTO o NO APTO.

3º Tiempos de examen

Aproximadamente 20 minutos, excepto el examen de 6º Dan que podrá tener una duración máxima de 60 minutos, fraccionado en tres tiempos de 20 minutos, para Judo Pie, Judo Suelo y Kata, respectivamente.

4º Judogui

En todas las actividades de la Escuela Federativa Nacional, en especial en los exámenes de cinturón negro, el color del judogui será siempre blanco.

5º Exámenes por STAGES

Podrán realizarse exámenes de grados por Stages para los grados de 1º Dan y superiores, no teniendo que dar conocimiento a la E.F.N. de los mismos hasta que se produzca el resultado final.