

## **EXIGÊNCIAS DA COMISSÃO ESTADUAL DE GRAUS**

### **1 – Exigências Técnicas**

1.1 - Os Fundamentos do Judô deverão ser filmados em dois ou mais ângulos demonstrando todo cerimonial da arte japonesa. Tornará inválida a apresentação em caso de falhas nos mínimos detalhes.

1.2 - O rigor dos exames será aumentado à medida da importância das graduações.

1.3 – Na arbitragem além da prova teórica é necessária a parte prática nas competições da LMJ

1.4 - Nos diversos exames de apresentação de técnicas e no Kata, as técnicas serão julgadas no seu conjunto, equilíbrio, gravidade e harmonia. O cerimonial, a cortesia e disciplina japonesa serão exigidas desde o momento da entrada no Dojo.

1.5 - Em caso de aprovação do candidato somente a LMJ poderá promover o aprovado. Em caso de transgressão a esta norma o candidato estará sujeito às penalidades constantes do Estatuto e demais regramentos da LMJ,

## **PONTOS IMPORTANTES**

### **2 - Apresentações de Vídeos**

2.1 – Que os testes onde existam gravações o candidato deverá apresentar o vídeo direto e sem edições pelo youtube.

2.2– Que durante toda a gravação do vídeo o TORI, preferencialmente, deverá permanecer de frente para a câmera na aplicação da técnica. Exemplos: Koshi waza, TORI inicia de costas e ao projetar estará de frente para a câmera. O-soto Gari, O Uchi gari etc. Uke deverá estar de costas para a câmera. As técnicas também podem ser gravadas com os dois atletas de lado.

2.3– No solo a câmera deverá estar gravando pelo lado das cabeças de TORI e UKE. Algumas tomadas podem ser laterais desde que apareça o rosto do TORI.

2.4– As gravações podem ser dinâmicas. Exemplo: o candidato poderá ministrar uma aula com judocas mais avançados onde os alunos poderão fazer perguntas pré-determinadas.

2.5- Que pessoas com deficiência nas articulações do joelho deverão apresentar atestado médico acusando o grau da deficiência e o lado do corpo (exemplo joelho direito) para que a Comissão de Graus possa avaliar a técnica dentro de outros parâmetros.

2.6– Nas deficiências de articulações superiores o candidato deverá usar o lado sem deficiência ou escolher outra técnica do go kyu que permita uma aplicação com sucesso caso o programa permita.

### **3- TESTES DE MÚLTIPLA ESCOLHA**

3.1– A matéria referente ao tema indicado para sua graduação já está inserida na Plataforma do portal sysmach ([www.portalsysmach.com.br](http://www.portalsysmach.com.br)), através de textos e links destinados a estudo. De lá saem as questões referentes aos testes exigidos.

3.2– Você poderá estudar a matéria com tranquilidade antes de fazer a prova. Quando você estiver pronto e se considerar apto para fazer a prova deverá solicitar o login e a senha para entrar em outra plataforma do Sysmach (<https://answers.sysmach.com.br/>)

3.3– Nesta nova plataforma clique somente na prova que foi concedida a permissão. Porém ao clicar para iniciar a prova não existe retorno e o programa irá pontuar mesmo que você não consiga responder. Por isso muito cuidado para não clicar na prova antes que você esteja preparado

3.4– O tempo das provas é de 40 (trinta minutos).