
Pravidla

<iframe width="560" height="315" src="https://www.youtube.com/embed/_XcAQK_-3TM" frameborder="0" allow="autoplay; encrypted-media" allowfullscreen></iframe>

Výběr pravidel karate WKF (World Karate Federation)

Oděv závodníka

Každý závodník musí být oblečen do čistého kimona (gi) bílé barvy a šerpu červené či modré barvy v závislosti na rozlosování v eliminaci. Kimono musí být schváleno federací WKF.

Zápasiště

Zápasiště pro sportovní karate je stanoveno na tvar čtverce o rozměru 8 x 8m. Vnitřní hranici tvoří pruh jiné barvy, široký 1m. Kolem barevného pruhu je na každé straně bezpečnostní zóna široká 2m. Zápasiště musí být schváleno WKF.

Tatami

Tatami je druh povrchu zápasiště, který se používá pro většinu bojových sportů. V případě sportovního karate se jedná o zámkové kostky ze speciální tvrzené pěny o rozměru 1 x 1m.

Systém soutěže

Soutěžící jsou v rámci kategorií rozlosováni do „pavouků“. Soupeři se vyřazují ve dvojicích až do finále. Do repasáže postupují závodníci, kteří byli poraženi jedním z finalistů a nesouměrným pavoukem se utkávají o třetí místa.

?

KATA

V této disciplíně předvádí sestavu každý závodník zvlášť. Nejdříve červený poté modrý.

Panel 5 soudců rozmístěný podél zápasiště poté pomocí barevných praporků rozhodne, který závodník zvítězí.

Kata tým

V týmové disciplíně kata soutěží vždy tým 3 závodníků, který předvádí svou kata synchronizovaným způsobem. V zápase o medaile musí každý tým demonstrovat „Bunkai“, reálnou aplikaci kata.

<iframe width="560" height="315" src="https://www.youtube.com/embed/MfoEpnV3Psw" frameborder="0" allow="autoplay; encrypted-media" allowfullscreen></iframe>

KUMITE

Rozhodčí se při zápase kumite pohybuje se závodníky v zápasišti. V každém rohu zápasiště v bezpečnostní zóně sedí soudce s červeným a modrým praporkem. Úkolem soudců je sledovat zápas a pomocí praporků signalizovat body či penalizace rozhodčímu. Na základě signálů soudců rozhodčí zastavuje zápas a uděluje adekvátní hodnocení za provedené akce.

Doba trvání zápasu

Délka zápasu se liší podle kategorií. Čas se přerušuje kdykoliv zápas zastaví rozhodčí kvůli udělení bodů či napomínání. Délky zápasů jsou stanoveny takto:

- muži 21+ 3 minuty
- ženy 21+ 2 minuty
- muži U 21 3 minuty
- ženy U 21 2 minuty
- muži 15-18 2 minuty
- ženy 15-18 2 minuty

Vítězství v zápase

Ve sportovním zápase kumite lze vyhrát:

- získáním bodového rozdílu 8 bodů
- dosažením vyššího skóre po uplynutí časového limitu
- diskvalifikací soupeře (nebo prohlášením za neschopného boje)
- první skórovanou technikou, v případě bodové shody
- hlasováním rozhodčího a soudců v případě výsledku 0:0

Zakázané chování

Do této kategorie patří prvky, které jsou v zápase trestány napomínáním, případně diskvalifikací. Patří sem techniky s přehnaným kontaktem a jiné nekontrolované techniky, útoky na nepovolené části těla soupeře, předstírání zranění, pasivita a nesportovní chování.

Bodování

Ve sportovním zápase kumite se uděluje:

- Ippon = 3 body
- Waza – ari = 2 body
- Yuko = 1 bod

Bodování se uděluje za techniky, které splňují náležité technické aspekty, energické provedení, správné načasování a vzdálenost od soupeře.

<iframe width="560" height="315" src="https://www.youtube.com/embed/c6r8JwEFowY" frameborder="0" allow="autoplay; encrypted-media" allowfullscreen></iframe>

- **Ippon**

Tříbodové hodnocení se uděluje za:

- úspěšné provedení kopu na hlavu
- jakoukoliv techniku provedenou na ležícího, hrozeného nebo podmeteného soupeře

- **Waza-ari**

Waza – ari obdrží karatista pouze za:

- provedení kopu na střední pásmo – břicho/záda

- **Yuko**

Hodnocení Yuko je závodníkovi přiděleno, pokud provede techniku:

- úderu na horní či střední pásmo

© Radim Pavelka, Adam Zdobinský, 2017

© Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu

ISBN 978-80-87647-10-3