

جامعة العربي بن مهدي – أم البواقي-
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية
والرياضية بجامعة أم البواقي

الدرس الثاني مقياس الكارتي

إعداد الأستاذ فارس عبد الغاني

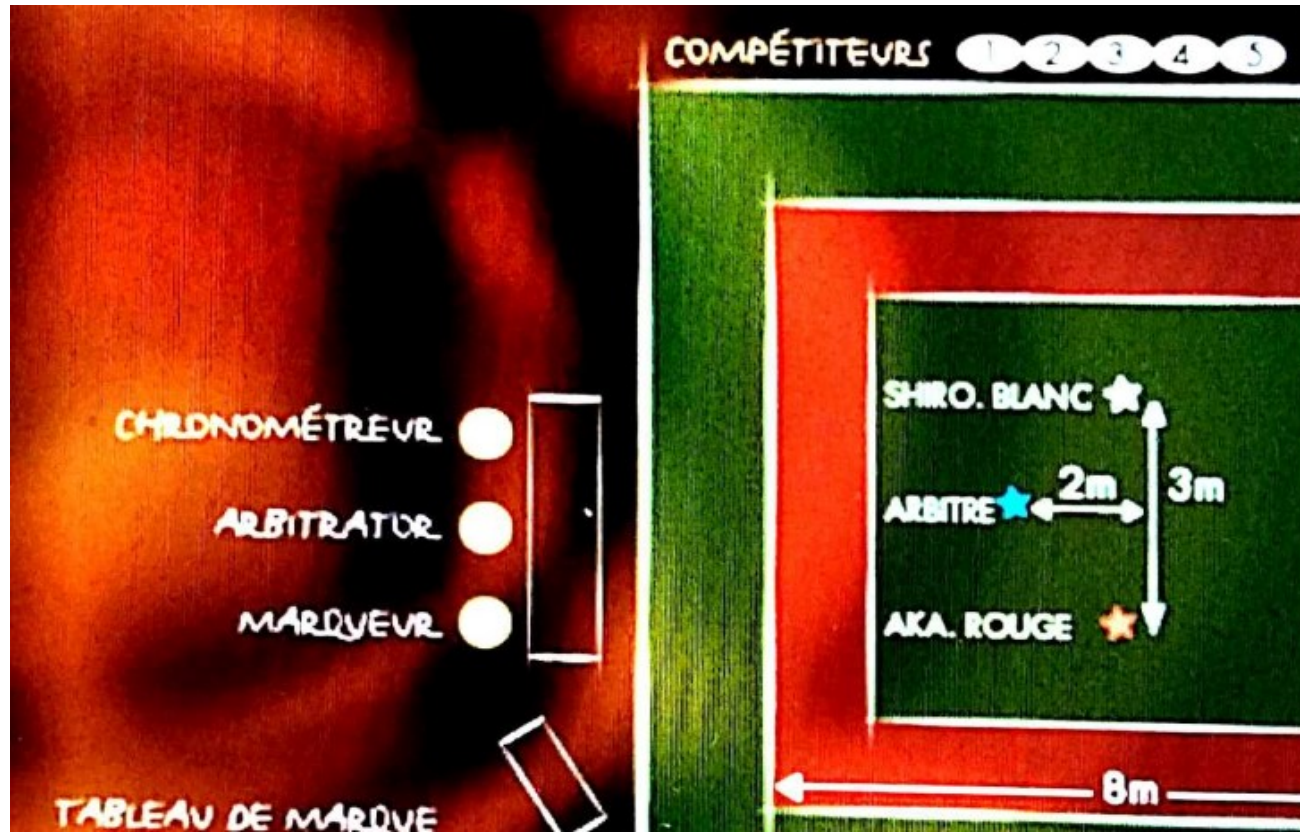
قوانين وتحكيم الكاراتي

- يضم "الكاراتي دو" نوعين من أساليب المنافسة هما: الكوميتي والكاتا.
- فمنافسة "الكوميتي" مباراة حقيقية ضد خصم واحد حقيقي
- أما في منافسات "الكاتا" فتتم ضد خصم وهمي وفقاً لمعايير مُحددة، كالأسلوب والإيقاع

قوانين وتحكيم الكاراتي

منافسات الـ "كومي تي" (kumite): يمكن إجراء المسابقات القتالية (KUMITE) في شكل "فردى" و"فريق". وتُقسم المعارك الفردية إلى فئات أوزان، ويلتقى المتنافسون حسب فئتهم العمرية. مدة جولة المنافسة 3 دقائق عند الأكبر رجال، ودقيقتين عند النساء والأصاغر.

قوانين وتحكيم الكاراتي



قوانين وتحكيم الكاراتي

منافسات الـ"كاتا" (kata): تقام مسابقة الكاتا على في 3 جولات، يؤدي المتنافسون كاتا واحدة فقط في كل جولة، يتأهل الفرق أو المتنافسون الـ 16 الذين حصلوا على أفضل النتائج إلى الدور الثاني، يتم اختيار 8 متنافسين أو فرق فقط للجولة الثالثة، يأخذ الترتيب النهائي في الاعتبار فقط الدرجات التي تم الحصول عليها في هذه الجولة النهائية.

قوانين وتحكيم الكاراتي

منافسات الـ"كاتا" (kata):

قواعد اللباس هي الكاراتيجي الأبيض، ولا يُسمح برفع أكمام السترة وأرجل البنطلون إلى الخارج، قد تظهر فقط شارة النادي الذي ينتمي إليه المتنافس على الكاراتيجي (في الأمام وعلى الجانب الأيسر). يمكن فقط لفئة النساء ارتداء قميص الأبيض تحت الكاراتيجي.

قوانين وتحكيم الكاراتي

