

# **MINIKATA®**

<p><b>PROYECTO DE NUEVA MODALIDAD DE COMPETICION EN JUDO SUB-9; SUB-11; SUB-13 Y SUB-15</b></p>
---

**Autor del proyecto: FERNANDO BLAS PEREZ,  
Licenciado en Ciencias de la actividad física y del deporte.  
CN 6º Dan de Judo.**

**Departamento de Alto Rendimiento Deportivo del  
SHEE-IVEF. UNIVERSIDAD DEL PAIS VASCO.**

**Solicitado por la Escuela Federativa Nacional de la RFEJYDA.  
Puesta en práctica auspiciada por la FEDERACION VIZCAINA DE  
JUDO**

## **SOBRE LA NECESIDAD DE UNA NUEVA MODALIDAD DE COMPETICION DE JUDO PARA NIÑOS: MINIKATA SUB-9, MINIKATA SUB-11, MINIKATA SUB-13 Y MINIKATA SUB-15.**

Se trata de dar respuesta a las demandas de una sociedad que ha cambiado: el **sufrimiento** ya no es un valor; además las personas tienen una cierta cultura deportiva, de manera que es muy difícil convencer a unos padres de que su hijo está realizando una actividad formativa, y médicamente correcta cuando le están viendo en una competición infantil con otro niño colgado del cuello, y/o recibiendo una soberana paliza de su adversario.

No nos engañemos, el niño que con toda su ilusión acude a una competición tras varios meses o años de práctica placentera en el colegio o gimnasio, y recibe dos leñazos monumentales, termina por borrarse del Judo, si no en ese mismo mes, si en el curso siguiente. Y lo que es peor su recuerdo principal de su paso por el Judo será la **traumática experiencia de la competición**, y no las clases estupendas a las que asistió.

Por otro lado, para el profesor de Judo, se hace a veces inviable defender en su clase de niños el **valor de la técnica** cuando sus alumnos han visto en repetidas ocasiones, que algunos (a veces muchos) judokas **ganan los campeonatos haciendo el bestia**: “Pero sensei, tu dices que hay que hacer Judo limpio, y el niño que me ganó ayer hizo el bruto, y además me hizo daño”. ¿Como argumentar contra eso?

Por lo anteriormente expuesto, es por lo que me atrevo a proponer una **nueva modalidad de competición para niños** (sub-9; sub-11; sub-13, y sub-15), integrada en el Judo, y como actividad complementaria de la tradicional competición de combate.

### **DEFINICION DE MINIKATA:**

**Minikata: es una composición de varios elementos técnicos del Judo, pertenecientes a una misma familia técnica, o a un sistema de entrenamiento, y destinado a ser realizado en forma de demostración en un entorno deportivo de competición sub-9, sub -11, sub-13 y sub-15.**

Se entiende por **familia técnica**: Ukemi Waza; Koshi Waza; Ashi Waza; Te Waza; Sutemi Waza; Shime Waza; Kwantsetsu Waza; Gonosen Waza; Renraku Waza; Renzoku Waza; Goshin Jitsu Waza; Atemi Waza; etc

Se entiende por **sistema de entrenamiento**: Jumbi Taisho; Nage Komi; Kakari Renshiu; Yaku Soku Renshiu; Uchi Komi Randori..etc

## OBJETIVOS DE LA MODALIDAD DE MINIKATA

Mi diseño de una modalidad de **MINIKATA** de Judo para niños intenta:

1. Potenciar el aspecto **colaboración**, frente al aspecto oposición en el estudio y entrenamiento del Judo.
2. Presentar el Judo de niños ante los padres, y ante la **sociedad**, como una tarea motriz de colaboración, ordenada, y civilizada.
3. Posibilitar que todos los niños puedan **acceder a la competición** de Judo, independientemente de su combatividad y/o condiciones físicas.
4. Evitar la derrota **traumática** que en ocasiones conlleva el combate: “pierdo recibiendo una paliza”
5. **Igualar** la actuación de los “mejores y peores competidores”: todos los niños hacen de uke y de tori igual número de veces.
6. Sintonizar el **trabajo técnico** realizado en el colegio o club con lo que primara en competición: gana la pareja más técnica, y no la más bestia.
7. Aprovechar al máximo el trabajo realizado en el colegio o club, ya que las minikatas están conformadas con partes de la **clase de Judo**.
8. Polarizar la **atención** de los niños hacia el trabajo de la **técnica**, en la medida en que esta será la que les permita ganar el campeonato.
9. Con todo ello conseguiremos unas buenas **adquisiciones técnicas** en nuestros niños y jóvenes, que garantizarán un **recambio generacional de gran nivel** en cuanto a futuros judokas adultos se refiere.

## CARACTERISTICAS DIFERENCIADORAS DEL JUDO DE NIÑOS Y ADOLESCENTES, FRENTE AL JUDO DE ADULTOS:

Es más **intuitivo** que reflexionado.

Es más **espontáneo** que planificado.

Es más **derrochador de energía** que contenido.

Es más **alegre** que serio.

Es más **directo** que inversor, con respecto al resultado.

Es más **global** que analítico, en la comprensión del movimiento.

Es más **inquieto** que sosegado en la percepción, comprensión, ejecución...

Es más **libre** que preestablecido

Es más **ingenuo** que lógico.

Es por tanto que en mi opinión debemos crear una modalidad que **sintonice** con las **características propias de su motricidad** que son las de su manera de acometer el Judo.

De otra forma, aplicando los esquemas propios de la **Kata Kodokan** incluso aunque los simplificásemos y adaptásemos, estaríamos forzando a los niños y adolescentes a una actividad inadecuada y sobre todo **contra natura**.

Hay que entender esto en la medida que las Kata oficiales (excepto en el caso de la Kiokumintaiku) se crearon en función de la **motricidad, actitudes y formas de proceder del Judoka adulto**.

## **CARACTERISTICAS DE LA MODALIDAD DE MINIKATA DE COMPETICION:**

**Respetar la espontaneidad de los niños.**

**Potencia la creatividad.**

**Es sencilla de realizar, y de entrenar.**

**Se basa en el Judo que conocen los niños y adolescentes: Sus técnicas habituales.**

**Es progresiva en dificultad conforme a la edad.**

**Es variada, y puede ser divertida.**

**No es traumática.**

**Es útil para el alumno, para el profesor, y para la Federación.**

En primer lugar debo decir que **MINIKATA no es KATA KODOKAN**, no al menos en el sentido estricto en que esta se define en el Judo de adultos; quiero decir que no es un ejercicio cerrado, inalterable, estandarizado y unificado.

Sin embargo en un sentido amplio del término, minikata, si puede ser considerado Kata. Se trata sin más de la demostración de un ejercicio técnico a la manera de un nage komi, un sotai renshiu o un estudio de osae komi waza por poner unos ejemplos, que se realiza con un ceremonial de apertura y finalización y que es valorado por unos jueces en una situación de competición.

En relación con lo expresado en el párrafo anterior, debemos buscar y/o respetar la espontaneidad en los niños. Por ello no tiene objeto en mi opinión hacer un remake o adaptación de las kata de adulto. Se trata de que los niños realicen sus propias composiciones con sus elementos técnicos favoritos.

Ha de ser fácil de acometer: Que el sensei pueda, con el trabajo habitual (nage komi; sotai renshiu...) preparar a los niños en la clase de cara a la competición.

También ha de ser fácil de organizar, en cuanto a jueces, puntuaciones, organización de los participantes, reglamento sencillo...etc.

Los niños han de percibirlos como un trabajo familiar y habitual, (lo que practica habitualmente en el colegio o club), y no como ejercicios extraños. Esta familiaridad permitirá que miniKata sea fácil de entrenar.

Progresión en la dificultad y exigencia en consonancia con las categorías:

MINIKATA sub-9: nivel de dificultad **muy elemental**

MINIKATA sub-11: nivel de dificultad **elemental**.

MINIKATA sub-13: nivel de dificultad **medio-bajo**.

MINIKATA sub-15: nivel de dificultad **medio**.

Debe haber variedad en las MINIKATA, de manera que cada niño, pueda elegir aquella que mejor pueda acometer.

Hay que lograr que sea una modalidad que los niños perciban como divertida y motivante: la técnica se convierte en un juego de competición.

Ha de ser útil, en la medida que el trabajo realizado sirva como base para un Judo de gran calidad en edades posteriores. Es por ello que las MINIKATAS deben estar conformadas por los elementos técnicos adecuados a cada edad.

Por último, por las características de la atención en los niños, deben ser demostraciones cortas en duración:

Menos de 50sg en sub-9

Menos de 80sg en sub-11

Menos de 120sg en sub-13

Menos de 160sg en sub-15

En definitiva, puedo asegurar que **MINIKATA**, es una modalidad de competición en Judo **TOTALMENTE ADAPTADA A LAS CARACTERÍSTICAS PROPIAS DE LOS NIÑOS Y ADOLESCENTES**.

## **MODALIDAD DE COMPETICION DE MINIKATA SUB-9, Competiciones a nivel de Club. Reglamento básico:**

### **Sobre los participantes:**

Se **sorteará** el orden de participación.

Los niños competirán por **parejas**.

Cada pareja puede estar formada por:

**Niña y niña**

**Niño y niño**

**Niña y niño**

Los dos miembros de la pareja **alternarán** el rol de **tori y uke** durante la realización de la minikata.

Cada niñ@ puede hacer las mismas técnicas que su compañer@.

Cada niñ@ puede hacer técnicas diferentes a las de su compañer@.

(Se trata de que **cada judoka realice sus técnicas preferidas**).

Cada pareja podrá participar en **una sola Minikata**. (Para potenciar el reparto de premios, evitando así que varios primeros puestos sean acaparados por una sola pareja de virtuosos)

Las **tres parejas** que obtengan una puntuación mayor, pasarán a la **final**, en la cual repetirán su actuación; siendo la puntuación que obtengan en esta final la que determine los 1º, 2º y 3º puestos.

El orden de participación en la final será inverso a la puntuación obtenida en la primera ronda, de manera que la pareja que más puntuación tenga en la eliminatoria, actuará en último lugar en la final.

### **Sobre los jueces:**

Actuarán como jueces, Judokas que ostenten como mínimo el grado de **CN 2º Dan**.

En caso de no haber en la competición suficientes judokas CN 2º, se permitirá la participación como jueces, de judokas CN 1º Dan.

Cada minikata será valorada por **dos jueces**, que se mantendrán durante todo el desarrollo de la prueba.

En la **final** habrá **tres jueces**.

**Cada juez** otorgará una puntuación entre **0 y 50 puntos** al finalizar cada actuación. (Por motivos pedagógicos y prácticos se recomienda que cada juez puntúe entre 20 y 47).

**Se suman las puntuaciones de los dos jueces**, siendo el resultado de esta suma, la nota o puntuación obtenida por la pareja participante en la fase **eliminatória**.

En la eliminatória (con dos jueces) , por tanto la puntuación podrá estar entre 0 y 100 (recomendado de 40 a 94)

**En la final, se suman las puntuaciones de los tres jueces**; la puntuación por tanto, podrá estar entre 0 y 150.

En caso de que en la final se de un **empate**, prevalecerá la puntuación del juez que ostente un mayor grado (Dan), o mas antigüedad en dicho grado.

Si el juez de mayor grado ha otorgado la misma puntuación a las parejas empatadas, se recurrirá a la puntuación obtenida en la vuelta eliminatória.

Y si en la eliminatória tienen idéntica puntuación se priorizará a la pareja que actuó antes en la eliminatória.

**La valoración de los jueces será global**: esto es **por la demostración en su conjunto** y no por el sumatorio de cada técnica demostrada. (No puntuar movimiento por movimiento).

**Criterios de evaluación**: Los aspectos que han de ser valorados por los jueces son los propios del Judo de calidad:

PRECISION  
SEGURIDAD  
CONTROL  
RAPIDEZ  
FLUIDEZ  
RITMO  
COMPENETRACION  
VERACIDAD  
DIFICULTAD  
ESTILO  
ARMONIA  
ELEGANCIA  
UNIFORMIDAD  
CEREMONIA  
ETC.

(En definitiva todo aquello que conlleva una buena demostración, siendo aspectos que cualquier profesor de Judo está acostumbrado a valorar en sus clases).

#### **Sobre las minikatas a concurso:**

Todas las minikatas se iniciaran y finalizaran con un **ceremonial de cortesía**:

Minikatas de Judo en pie:

Ritsu Rei al jurado

Ritsu Rei al compañero

Demostración de las técnicas (3x2)  
Ritsu Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Minikatas de Judo en suelo:

Ritsu Rei al jurado  
Za Rei al compañero  
Demostración de las técnicas (3x2)  
Za Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Cada pareja, para poder competir, ha de elegir entre una de estas seis minikatas:

### **UKEMI MINIKATA:**

Consiste en realizar un ejercicio de caídas en una composición libre que contenga 3 ukemi que los niños elijan. Cada ukemi se puede repetir tres veces.

Ejemplo de Ukemi miniKata:

Ceremonia de inicio  
Ushiro Ukemi x3  
Zempo Kaiten Ukemi (rodilla en suelo) x3  
Zempo Kaiten Ukemi x3  
Ceremonia de finalización

### **ASHI MINIKATA:**

Se trata de la realización de un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 3 técnicas de pierna. Todas las técnicas serán realizadas por los dos niños de manera alternada, de manera que se efectuaron un total de 6 proyecciones. Se pueden realizar en parado, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Ashi miniKata:

Ceremonia de inicio.  
O Soto Otoshi  
O Uchi Gari  
Ko Soto Gake  
Ceremonia de finalización

### **KOSHI MINIKATA:**

Se trata de la realización de un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 3 técnicas de cadera. Se realizan de manera alternada, de manera que harán un total de 6 proyecciones. Se pueden realizar en parado, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Koshi miniKata:

Ceremonia de inicio.

Uki Goshi

O Goshi

Tsuri Goshi

Ceremonia de finalización.

### **OSAE KOMI MINIKATA:**

Consiste en que cada niño realice 3 inmovilizaciones. Los niños lo harán de manera alterna. Las inmovilizaciones podrán hacerse sin salidas.

Ejemplo de Osae Komi miniKata:

Ceremonia de inicio.

Hon Kesa gatame

Kami Shio Gatame

Yoko Shio Gatame

Ceremonia de finalización.

### **NE WAZA MINIKATA:**

Se trata de que cada niño realice 3 volteos y/o formas de llegar a inmovilizar (habilidades propias del randori en suelo). Se efectuarán de manera alternada.

Ejemplo de Ne Waza miniKata:

Ceremonia de inicio.

Volteo I

Volteo II

Volteo III

Ceremonia de finalización.

## **MODALIDAD DE COMPETICION DE MINIKATA SUB-11.**

### **Competiciones a nivel territorial, y de club.**

#### **Reglamento básico:**

##### **Sobre los participantes:**

Se **sorteará** el orden de participación.

Los niños competirán por **parejas**.

Cada pareja puede estar formada por:

**Niña y niña**

**Niño y niño**

**Niña y niño**

Los dos miembros de la pareja **alternarán** el rol de **tori y uke** durante la realización de la minikata.

Cada niñ@ puede hacer las mismas técnicas que su compañer@.

Cada niñ@ puede hacer técnicas diferentes a las de su compañer@.

(Se trata de que **cada judoka realice sus técnicas preferidas**).

Cada pareja podrá participar en **una sola Minikata**. (Para potenciar el reparto de premios, evitando así que varios primeros puestos sean acaparados por una sola pareja de virtuosos)

Las **tres parejas** que obtengan una puntuación mayor, pasarán a la **final**, en la cual repetirán su actuación; siendo la puntuación que obtengan en esta final la que determine los 1º, 2º y 3º puestos.

El orden de participación en la final será inverso a la puntuación obtenida en la primera ronda, de manera que la pareja que más puntuación tenga en la eliminatoria, actuará en último lugar en la final.

##### **Sobre los jueces:**

Actuarán como jueces, Judokas que ostenten como mínimo el grado de **CN 3º Dan**.

En caso de no haber en la competición suficientes judokas CN 3º, se permitirá la participación como jueces, de judokas CN 2º Dan.

Cada minikata será valorada por **dos jueces**, que se mantendrán durante todo el desarrollo de la prueba.

En la **final** habrá **tres jueces**.

**Cada juez** otorgará una puntuación entre **0 y 50 puntos** al finalizar cada actuación. (Por motivos pedagógicos y prácticos se recomienda que cada juez puntúe entre 20 y 47).

**Se suman las puntuaciones de los dos jueces**, siendo el resultado de esta suma, la nota o puntuación obtenida por la pareja participante en la fase **eliminatória**.

En la eliminatória (con dos jueces) , por tanto la puntuación podrá estar entre 0 y 100 (recomendado de 40 a 94)

**En la final, se suman las puntuaciones de los tres jueces**; la puntuación por tanto, podrá estar entre 0 y 150.

En caso de que en la final se de un **empate**, prevalecerá la puntuación del juez que ostente un mayor grado (Dan), o mas antigüedad en dicho grado.

Si el juez de mayor grado ha otorgado la misma puntuación a las parejas empatadas, se recurrirá a la puntuación obtenida en la vuelta eliminatória.

Y si en la eliminatória tienen idéntica puntuación se priorizará a la pareja que actuó antes en la eliminatória.

**La valoración de los jueces será global**: esto es **por la demostración en su conjunto** y no por el sumatorio de cada técnica demostrada. (No puntuar movimiento por movimiento).

**Criterios de evaluación**: Los aspectos que han de ser valorados por los jueces son los propios del Judo de calidad:

PRECISION  
SEGURIDAD  
CONTROL  
RAPIDEZ  
FLUIDEZ  
RITMO  
COMPENETRACION  
VERACIDAD  
DIFICULTAD  
ESTILO  
ARMONIA  
ELEGANCIA  
UNIFORMIDAD  
CEREMONIA  
ETC.

(En definitiva todo aquello que conlleva una buena demostración, siendo aspectos que cualquier profesor de Judo está acostumbrado a valorar en sus clases).

### **Sobre las minikatas a concurso:**

Todas las minikatas se iniciaran y finalizaran con un **ceremonial de cortesía**:

Minikatas de Judo en pie:

Ritsu Rei al jurado  
Ritsu Rei al compañero  
Demostración de las técnicas (5x2)  
Ritsu Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Minikatas de Judo en suelo:

Ritsu Rei al jurado  
Za Rei al compañero  
Demostración de las técnicas (5x2)  
Za Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Cada pareja, para poder competir, ha de elegir entre una de estas seis minikatas:

### **UKEMI MINIKATA:**

Consiste en realizar un ejercicio de caídas en una composición libre que contenga 5 ukemi que los niños elijan. Cada ukemi se puede repetir tres veces.

Ejemplo de Ukemi miniKata:

Ceremonia de inicio  
Ushiro Ukemi (primera posición x3)  
Ushiro Ukemi (segunda posición x3)  
Ushiro Ukemi (tercera posición x3)  
Zempo Kaiten Ukemi x3  
Zempo Kaiten Ukemi (con obstáculo x3)  
Ceremonia de finalización

### **ASHI MINIKATA:**

Se trata de la realización de un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 5 técnicas de pierna. Todas las técnicas serán realizadas por los dos niños de manera alternada, de manera que se efectuaran un total de 10 proyecciones. Se pueden realizar en parado o en desplazamiento, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Ashi miniKata:

Ceremonia de inicio.  
O Soto Gari  
O Soto Otoshi  
O Uchi Gari  
Ko Soto Gake  
Hiza Guruma  
Ceremonia de finalización

### **KOSHI MINIKATA:**

Se trata de la realización de un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 5 técnicas de cadera. Se realizan de manera alternada, de manera que harán un total de 10 proyecciones. Se pueden realizar en parado o en desplazamiento, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Koshi miniKata:

Cermonia de inicio.  
Uki Goshi  
O Goshi  
Tsuru Goshi  
Koshi Guruma  
Kubi Nage  
Ceremonia de finalización.

### **TE MINIKATA:**

Consiste en hacer un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 5 técnicas de brazo. Se realizaran de manera alternada un total de 10 proyecciones. Se pueden hacer en parado o en desplazamiento, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Te miniKata:

Ceremonia de inicio.  
Ippon Seoi Nage  
Eri Seoi Nage  
Morote Seoi Nage  
Tai Otoshi  
Kuchiki Taoshi  
Ceremonia de finalizacion.

### **OSAE KOMI MINIKATA:**

Consiste en que cada niño realice 5 inmovilizaciones. Los niños lo harán de manera alterna. Las inmovilizaciones podrán hacerse con o sin salidas.

Ejemplo de Osaе Komi miniKata:

Ceremonia de inicio.  
Hon Kesa gatame  
Kata Gatame  
Kami Shio Gatame  
Yoko Shio Gatame  
Tate Shio Gatame  
Ceremonia de finalización.

## **NE WAZA MINIKATA:**

Se trata de que cada niño realice 5 volteos y/o formas de llegar a inmovilizar (habilidades propias del randori en suelo). Se efectuarán de manera alternada.

Ejemplo de Ne Waza miniKata:

Ceremonia de inicio.

Volteo I

Volteo II

Volteo III

Volteo IV

Volteo V

Ceremonia de finalización.

## **MODALIDAD DE COMPETICION DE MINIKATA SUB13.**

### **Competiciones a nivel autonómico, territorial, y de club.**

#### **Reglamento básico:**

##### **Sobre los participantes:**

Se **sorteará** el orden de participación.

Los niños competirán por **parejas**.

Cada pareja puede estar formada por:

**Niña y niña**

**Niño y niño**

**Niña y niño**

Los dos miembros de la pareja **alternarán** el rol de **tori y uke** durante la realización de la minikata.

Cada niñ@ puede hacer las mismas técnicas que su compañer@.

Cada niñ@ puede hacer técnicas diferentes a las de su compañer@.

(Se trata de que **cada judoka realice sus técnicas preferidas**).

Cada pareja podrá participar en **una sola Minikata**. (Para potenciar el reparto de premios, evitando así que varios primeros puestos sean acaparados por una sola pareja de virtuosos)

Las **tres parejas** que obtengan una puntuación mayor, pasarán a la **final**, en la cual repetirán su actuación; siendo la puntuación que obtengan en esta final la que determine los 1º, 2º y 3º puestos.

El orden de participación en la final será inverso a la puntuación obtenida en la primera ronda, de manera que la pareja que más puntuación tenga en la eliminatoria, actuará en último lugar en la final.

##### **Sobre los jueces:**

Actuarán como jueces, Judokas que ostenten como mínimo el grado de **CN 3º Dan**.

En caso de no haber en la competición suficientes judokas CN 3º, se permitirá la participación como jueces, de judokas CN 2º Dan.

Cada minikata será valorada por **dos jueces**, que se mantendrán durante todo el desarrollo de la prueba.

En la **final** habrá **tres jueces**.

**Cada juez** otorgará una puntuación entre **0 y 50 puntos** al finalizar cada actuación. (Por motivos pedagógicos y prácticos se recomienda que cada juez puntúe entre 20 y 47).

**Se suman las puntuaciones de los dos jueces**, siendo el resultado de esta suma, la nota o puntuación obtenida por la pareja participante en la fase **eliminatória**.

En la eliminatória (con dos jueces) , por tanto la puntuación podrá estar entre 0 y 100 (recomendado de 40 a 94)

**En la final, se suman las puntuaciones de los tres jueces**; la puntuación por tanto, podrá estar entre 0 y 150.

En caso de que en la final se de un **empate**, prevalecerá la puntuación del juez que ostente un mayor grado (Dan), o mas antigüedad en dicho grado.

Si el juez de mayor grado ha otorgado la misma puntuación a las parejas empatadas, se recurrirá a la puntuación obtenida en la vuelta eliminatória.

Y si en la eliminatória tienen idéntica puntuación se priorizará a la pareja que actuó antes en la eliminatória.

**La valoración de los jueces será global**: esto es **por la demostración en su conjunto** y no por el sumatorio de cada técnica demostrada. (No puntuar movimiento por movimiento).

**Criterios de evaluación**: Los aspectos que han de ser valorados por los jueces son los propios del Judo de calidad:

PRECISION  
SEGURIDAD  
CONTROL  
RAPIDEZ  
FLUIDEZ  
RITMO  
COMPENETRACION  
VERACIDAD  
DIFICULTAD  
ESTILO  
ARMONIA  
ELEGANCIA  
UNIFORMIDAD  
CEREMONIA  
ETC.

(En definitiva todo aquello que conlleva una buena demostración, siendo aspectos que cualquier profesor de Judo está acostumbrado a valorar en sus clases).

### **Sobre las minikatas a concurso:**

Todas las minikatas se iniciaran y finalizaran con un **ceremonial de cortesía**:

Minikatas de Judo en pie:

Ritsu Rei al jurado  
Ritsu Rei al compañero  
Demostración de 7x2 técnicas  
Ritsu Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Minikatas de Judo en suelo:

Ritsu Rei al jurado  
Za Rei al compañero  
Demostración de 7x2 técnicas  
Za Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Cada pareja, para poder competir, ha de elegir entre una de estas seis minikatas:

### **UKEMI MINIKATA:**

Consiste en realizar un ejercicio de caídas en una composición libre que contenga 7 ukemi que los niños elijan. Cada ukemi se puede repetir tres veces.

Ejemplo de Ukemi miniKata:

Ceremonia de inicio  
Ushiro Ukemi (segunda posición) x3  
Ushiro Ukemi (tercera posición) x3  
Yoko Ukemi (segunda posición) x3  
Yoko Ukemi (tercera posición) x3  
Zempo Kaiten Ukemi (rodilla en suelo) x3  
Zempo Kaiten Ukemi x3  
Zempo Kaiten Ukemi (con obstáculo) x3  
Ceremonia de finalización

### **ASHI MINIKATA:**

Se trata de la realización de un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 7 técnicas de pierna. Todas las técnicas serán realizadas por los dos niños de manera alternada, de manera que se efectuaran un total de 14 proyecciones. Se deben realizar en desplazamiento, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Ashi miniKata:

Ceremonia de inicio.  
O Soto Gari  
O Soto Otoshi  
O Uchi Gari  
Ko Uchi Gari  
De Ashi Harai

Ko Soto Gake  
Hiza Guruma  
Ceremonia de finalización

### **KOSHI MINIKATA:**

Se trata de la realización de un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 7 técnicas de cadera. Se realizan de manera alternada, de manera que harán un total de 14 proyecciones. Se deben realizar en desplazamiento, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Koshi miniKata:

Ceremonia de inicio.  
Uki Goshi  
O Goshi  
Tsuru Goshi  
Koshi Guruma  
Kubi Nage  
Harai Goshi  
Hane Goshi  
Ceremonia de finalización.

### **TE MINIKATA:**

Consiste en hacer un ejercicio de nage komi en que cada niño realice 7 técnicas de brazo. Se realizaran de manera alternada un total de 14 proyecciones. Se deben hacer en desplazamiento, y en el orden que se desee.

Ejemplo de Te miniKata:

Ceremonia de inicio.  
Ippon Seoi Nage  
Eri Seoi Nage  
Morote Seoi Nage  
Seoi Otoshi  
Uki Otoshi  
Tai Otoshi  
Kuchiki Taoshi  
Ceremonia de finalizacion.

### **OSAE KOMI MINIKATA:**

Consiste en que cada niño realice 7 inmovilizaciones. Los niños lo harán de manera alterna. Las inmovilizaciones deberán hacerse con salidas.

Ejemplo de Osae Komi miniKata:

Ceremonia de inicio.  
Hon Kesa gatame  
Kata Gatame  
Kuzure Kesa Gatame  
Ushiro Kesa Gatame  
Kami Shio Gatame  
Yoko Shio Gatame  
Tate Shio Gatame  
Ceremonia de finalización.

### **NE WAZA MINIKATA:**

Se trata de que cada niño realice 7 volteos y/o formas de llegar a inmovilizar (habilidades propias del randori en suelo). Se efectuarán de manera alternada.

Ejemplo de Ne Waza miniKata:

Ceremonia de inicio.  
Volteo I  
Volteo II  
Volteo III  
Volteo IV  
Volteo V  
Volteo VI  
Volteo VII  
Ceremonia de finalización.

## **MODALIDAD DE COMPETICION DE MINIKATA SUB-15**

### **Competiciones a nivel nacional, autonómico, territorial, y de club.**

#### **Reglamento básico:**

##### **Sobre los participantes:**

Se **sorteará** el orden de participación.

Los jóvenes competirán por **parejas**.

Cada pareja puede estar formada por:

**Chica y chica**

**Chico y chica**

**Chica y chico**

Los dos miembros de la pareja **alternarán** el rol de **tori y uke** durante la realización de la minikata.

Cada chic@ puede hacer las mismas técnicas que su compañer@.

Cada chic@ puede hacer técnicas diferentes a las de su compañer@.

(Se trata de que **cada judoka realice sus técnicas preferidas**).

Cada pareja podrá participar en un máximo de **dos Minikatas**. (Para potenciar el reparto de premios, evitando así que casi todos los primeros puestos sean acaparados por una sola pareja de virtuosos)

Las **tres parejas** que obtengan una puntuación mayor, pasarán a la **final**, en la cual repetirán su actuación; siendo la puntuación que obtengan en esta final la que determine los 1º, 2º y 3º puestos.

El orden de participación en la final será inverso a la puntuación obtenida en la primera ronda, de manera que la pareja que más puntuación tenga en la eliminatoria, actuará en último lugar en la final.

##### **Sobre los jueces:**

Actuarán como jueces, Judokas que ostenten como mínimo el grado de **CN 4º Dan**.

En caso de no haber en la competición suficientes judokas CN 4º, se permitirá la participación como jueces, de judokas CN 3º Dan.

Cada minikata será valorada por **tres jueces**, que se mantendrán durante todo el desarrollo de la prueba.

En la **final** habrá **cuatro jueces**.

**Cada juez** otorgará una puntuación entre **0 y 50 puntos** al finalizar cada actuación. (Por motivos pedagógicos y prácticos se recomienda que cada juez puntúe entre 20 y 47).

**Se suman las puntuaciones de los tres jueces**, siendo el resultado de esta suma, la nota o puntuación obtenida por la pareja participante en la fase **eliminatória**.

En la eliminatória (con dos jueces) , por tanto la puntuación podrá estar entre 0 y 150 (recomendado de 60 a 141)

**En la final, se suman las puntuaciones de los cuatro jueces**; la puntuación por tanto, podrá estar entre 0 y 200.

En caso de que en la final se de un **empate**, prevalecerá la puntuación del juez que ostente un mayor grado (Dan), o mas antigüedad en dicho grado.

Si el juez de mayor grado ha otorgado la misma puntuación a las parejas empatadas, se recurrirá a la puntuación obtenida en la vuelta eliminatória.

Y si en la eliminatória tienen idéntica puntuación se priorizará a la pareja que actuó antes en la eliminatória.

**La valoración de los jueces será global**: esto es **por la demostración en su conjunto** y no por el sumatorio de cada técnica demostrada. (No puntuar movimiento por movimiento).

**Criterios de evaluación**: Los aspectos que han de ser valorados por los jueces son los propios del Judo de calidad:

PRECISION  
SEGURIDAD  
CONTROL  
RAPIDEZ  
FLUIDEZ  
RITMO  
COMPENETRACION  
VERACIDAD  
DIFICULTAD  
ESTILO  
ARMONIA  
ELEGANCIA  
UNIFORMIDAD  
CEREMONIA  
ETC.

(En definitiva todo aquello que conlleva una buena demostración, siendo aspectos que cualquier profesor de Judo está acostumbrado a valorar en sus clases).

### **Sobre las minikatas a concurso:**

Todas las minikatas se iniciaran y finalizaran con un **ceremonial de cortesía**:

Minikatas de Judo en pie:

Ritsu Rei al jurado  
Ritsu Rei al compañero  
Demostración de las técnicas  
Ritsu Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Minikatas de Judo en suelo:

Ritsu Rei al jurado  
Za Rei al compañero  
Demostración de las 7x2 técnicas  
Za Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Minikatas de Defensa personal:

Ritsu Rei al jurado  
Dejar las armas (si las hubiera)  
Ritsu Rei al compañero  
Demostración de las 7x2 técnicas  
Recoger las armas (si las hubiera)  
Ritsu Rei al compañero  
Ritsu Rei al jurado

Cada pareja, para poder competir, ha de elegir entre una de estas miniKatas:

### **RENRAKU MINIKATA:**

Se trata de que cada Judoka realice 7 combinaciones, de libre elección.  
Por tanto el ejercicio constará de 28 ataques (14 del judoka A y 14 del judoka B).  
Las técnicas se realizan en desplazamiento y de manera alterna.  
Los dos judokas podrán realizar los mismos Renraku Waza.  
Los dos judokas podrán realizar Reraku Waza distintos.

### **GONOUSEN MINIKATA:**

Se trata de que cada judoka realice 7 contras, de libre elección.  
Por tanto el ejercicio costará de 14 ataques (7 del judoka A y 7 del judoka B) y sus correspondientes 14 contras (7 del judoka A y 7 del judoka B).  
Las técnicas se realizarán en desplazamiento y de manera alterna.  
Los dos judokas podrán realizar los mismos Gonosen Waza.  
Los dos judokas podrán realizar Gonosen Waza distintos.

### **TOKUI WAZA MINIKATA:**

Consiste en el desarrollo de un trabajo personal alrededor del tokui waza (a la manera en que se hace en el examen de CN1ºDan).

Cada miembro de la pareja elige su tokui waza, pudiendo ser distinto, o el mismo.

Debe incluir:

Uchi komi x8 rep

Nage Komi ( en 3 desplazamientos diferentes)

Un Renzoku waza (en desplazamiento)

Un Renraku waza (en desplazamiento)

Un Gonosen waza (en desplazamiento)

### **KANSETSU MINIKATA:**

Se trata de realizar 7 técnicas de luxación, de libre elección.

Por tanto el ejercicio constará de 14 luxaciones (7 del judoka A, y 7 del judoka B).

Pueden ser diferentes aplicaciones de la misma técnica, o bien técnicas diferentes.

Cada luxación tendrá su intento técnico de resistencia por parte de uke. Se realizaran de forma alterna.

Pueden hacer los mismos Kansetsu Waza que el compañer@.

Pueden hacer Kansetsu Waza distintos a los de el compañer@.

### **SHIME MINIKATA:**

Se trata de realizar 7 técnicas de estrangulación, de libre elección.

Por tanto el ejercicio constará de 14 estrangulaciones ( 7 del judoka A y 7 del judoka B).

Pueden ser diferentes aplicaciones de la misma técnica o bien técnicas diferentes.

Cada estrangulación tendrá su intento técnico de resistencia por parte de uke. Se realizarán de forma alterna.

Pueden hacer los mismos Shime Waza que su compañer@.

Pueden hacer Shime Waza distintos a los de su compañer@.

### **TOSHU NO BU MINIKATA:**

Se trata de realizar 7 situaciones de defensa personal contra un adversario desarmado.

Las situaciones (ataques y defensas) son de libre elección.

Por tanto el ejercicio constara de 14 ataques (7 del judoka A y 7 del judoka B) con sus 14 defensas.

Los ataques podran ser diferentes agarres y/o golpes.

Las defensas serán las propias del Judo en defensa personal: Atemi Waza, Nage Waza, Shime Waza y Kansetsu Waza.

Se pueden realizar bien situaciones de elaboración propia, o inspiradas en Kime No Kata y/o Kodokan Goshin Jutsu.

Pueden hacer los mismos Waza que su compañer@.

Pueden hacer Waza distintos a los de su compañer@.

## **BUKI NO BU MINIKATA:**

Consiste en realizar 7 acciones de defensa personal contra un adversario armado (cuchillo y/o palo corto de 35 cm).

Las situaciones (ataques y defensas) son de libre elección.

Por tanto el ejercicio constará de de 14 ataques (7 del judoka A y 7 del judoka B) con sus correspondientes 14 defensas (7 del judoka A y 7 del judoka B).

Los ataques podrán ser diferentes amenazas y/o intentos de golpeo o cuchillada.

Las defensas serán las propias del Judo en defensa personal: Atemi Waza, Nage Waza, Shime Waza y Kansetsu Waza.

Se pueden realizar situaciones de elaboración propia, o bien inspiradas en Kime No Kata y/o Kodokan Goshin Jutsu.

Pueden hacer los mismos Waza que su compañer@.

Pueden hacer Waza distintos a los de su compañer@.

**En cuanto a las situaciones no previstas por los presentes reglamentos, la organización tendrá la potestad de tomar las decisiones que considere oportunas.**

**Las diferentes federaciones territoriales, autonómicas y nacionales, tienen la potestad de reajustar el presente reglamento, en función de sus medios, nivel técnico de la competición, y características de los participantes.**

**El presente proyecto, se haya en fase experimental, siendo un “proyecto piloto”. Tras ser puesto en práctica, y vista la forma de funcionamiento, la aceptación de la modalidad, y los posibles aspectos positivos y/o negativos de MINIKATA®, el autor realizará cuantas modificaciones y reajustes se consideren necesarios para su optimización.**

**MINIKATA®, ES UN DISEÑO DE COMPETICION EN JUDO SUB-9, SUB-11, SUB-13, Y SUB-15, CREADO POR FERNANDO BLAS PEREZ.**