

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 1 -

1. Qualora due o più aree di competizione siano disposte l'una in continuazione dell'altra, è consentito l'utilizzo di un'area comune di sicurezza?
- ☐ - Sì;
 - ☐ - No;
 - ☐ - Solo in casi eccezionali.
-
2. L'area di competizione dovrà avere le dimensioni minime di metri?
- ☐ - 8 x 8;
 - ☐ - 7 x 7;
 - ☐ - 14 x 14 ed un minimo di 13 x 13.
-
3. Quanti metri di sicurezza devono intercorrere tra 2 aree di combattimento durante una competizione internazionale?
- ☐ - 3 metri;
 - ☐ - 4 metri;
 - ☐ - 2 metri.
-
4. E' obbligatorio l'utilizzo della piattaforma sotto l'area di competizione?
- ☐ - Sì;
 - ☐ - No;
 - ☐ - Dipende dal tipo di competizione.
-
5. Qualora due o più aree di competizione siano disposte l'una in continuazione dell'altra, è consentito l'utilizzo di un'area comune di sicurezza?
- ☐ - No;
 - ☐ - Sì, tranne in gare internazionali;
 - ☐ - Sì.
-

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 2 -

6. Il combattente al quale viene assegnata la cintura bianca, in quale posizione si porrà sul tatami rispetto all'arbitro?

- ☐ - Sulla destra;
- ☐ - Sulla sinistra;
- ☐ - È indifferente.

7. Quali sono le misure minime dell'area di combattimento previste dal Regolamento Internazionale per le competizioni di Judo?

- ☐ - 7 x 7 mt;
- ☐ - 9 x 9 mt;
- ☐ - 8 x 8 mt.

8. Quale deve essere la distanza a cui si devono trovare i due atleti all'interno dell'area di combattimento per eseguire il saluto?

- ☐ - 3 metri;
- ☐ - 4 metri;
- ☐ - Non esiste una distanza stabilita, dove ci si deve fermare.

9. Attorno all'area di sicurezza si dovrà mantenere una zona libera di almeno?

- ☐ - 1 metro;
- ☐ - 2 metri;
- ☐ - 0,50 metri.

10. L'area di sicurezza dovrà essere di colore?

- ☐ - Rosso;
- ☐ - Il colore non importa, basta che sia di colore diverso dall'area di competizione;
- ☐ - Giallo.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 3 -

11. Nel caso in cui si guasti un tabellone elettronico:

- – Si sospende la gara;
- – Si sospende il combattimento in corso e si fa ricorso al tabellone di scorta;
- – Si annulla il combattimento e si riprende dall’inizio col tabellone manuale di scorta.

12. Per ogni area di competizione saranno collocati:

- – 2 tabelloni;
- – 5 tabelloni;
- – 3 tabelloni.

13. Quale deve essere la minima distanza cui si devono trovare gli spettatori rispetto all’area di combattimento?

- – 3 metri;
- – 4 metri;
- – 5 metri.

14. Quale tipo di segnale dovrà essere utilizzato dal cronometrista per indicare all’arbitro la fine del tempo stabilito per il combattimento?

- – Luminoso;
- – Acustico;
- – Visivo.

15. Quanto è larga l’OBI?

- – 2 cm;
- – 8 cm;
- – Circa 5 cm.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 4 -

16. Quale cintura indosserà il combattente chiamato per primo a disputare l'incontro?

- ☐ - Bianca;
- ☐ - Rossa;
- ☐ - Blu.

17. Quale deve essere la distanza minima degli spettatori rispetto all'area di competizione

- ☐ - 10 mt;
- ☐ - 5 mt;
- ☐ - 3 mt.

18. Dove si dovrà trovare la giuria da tavolo rispetto alla posizione iniziale dell'arbitro?

- ☐ - Dietro;
- ☐ - Davanti;
- ☐ - Sul fianco.

19. Quanti giri completi deve fare la cintura intorno alla vita del combattente?

- ☐ - 3;
- ☐ - 1;
- ☐ - 2.

20. Quanti centimetri dovranno pendere le estremità di una cintura perfettamente legata?

- ☐ - 20-30;
- ☐ - 10-20;
- ☐ - 5-10.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 5 -

21. I pantaloni possono avere un marchio?

- - Sì;
 - - No;
 - - Solo in gare internazionali.
-

22. Quali dimensioni devono avere come massimo i risvolti del JUDOGI all'altezza del collo?

- - E' indifferente;
 - - 2 cm di spessore e 7 cm di larghezza;
 - - Massimo 1 cm di spessore e 5 cm di larghezza.
-

23. A combattimento iniziato, come dovrà comportarsi l'arbitro che si accorge che un'atleta ha il lato destro della casacca del JUDOGI incrociato sul lato sinistro?

- - Farà continuare il combattimento fino al primo Matte;
 - - Annuncerà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta;
 - - Annuncerà Matte e con il gesto appropriato inviterà l'atleta a rimettersi in ordine il JUDOGI.
-

24. È da considerare regolare una casacca con le maniche tanto lunghe da coprire il palmo della mano?

- - Sì;
 - - No;
 - - È indifferente poiché non esiste tale normativa.
-

25. Prima di iniziare il combattimento, come dovrà comportarsi l'arbitro nel caso in cui un'atleta donna indossi una maglietta di colore scuro?

- - Farà iniziare il combattimento e punirà con Shido l'atleta;
 - - Chiederà all'atleta di andarsi a cambiare la maglietta con una consona al regolamento;
 - - Farà iniziare il combattimento e punirà con Hansoku-make l'atleta.
-

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 6 -

26. Quanto spazio dovrà esserci tra la manica della casacca ed il braccio del combattente?

- - 7-10 cm;
- - 10-15 cm;
- - 12-16 cm.

27. Quale provvedimento dovrà adottare l'arbitro verso il combattente che non ottempera al suo ordine di cambiarsi il JUDOGI irregolare, oppure non si è adeguato ai previsti requisiti d'igiene

- - Sanzionerà il combattente inadempiente;
- - Assegnerà al suo avversario la vittoria Kiken-gachi;
- - Non adotterà nessun provvedimento.

28. Nel decidere se ammettere o meno al combattimento un'atleta col JUDOGI strappato, l'arbitro dovrà tener conto della posizione dello strappo?

- - No, l'atleta dovrà cambiarsi l'indumento strappato;
- - Sì;
- - Soltanto in competizioni internazionali può tenerne conto.

29. La casacca del JUDOGI dovrà essere indossata:

- - Lembo destro sul sinistro;
- - Indifferente, dipende se un combattente è maschio oppure femmina;
- - Lembo sinistro sul destro.

30. Lo spazio tra gli arti inferiori del combattente e la gamba dei pantaloni del JUDOGI, a quale altezza dovrà essere calcolato per accertarne la regolarità?

- - Per tutta la lunghezza della gamba;
- - Al di sopra dei polpacci;
- - All'altezza delle ginocchia.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 7 -

31. Quale dovrà essere la lunghezza di una casacca regolamentare?

- – Dovrà coprire le cosce del combattente;
- – È sufficiente che copra i fianchi;
- – Almeno 20 cm sotto la cintura.

32. Durante il combattimento le donne dovranno indossare sotto la casacca il body oppure una maglietta?

- – È indifferente purché siano coperte;
- – Il body;
- – Una maglietta bianca da mettere all'interno dei pantaloni.

33. Come si dovrà comportare l'arbitro con un'atleta che indossa pantaloni con scritte pubblicitarie?

- – Farà sostituire i pantaloni;
- – Ordinerà l'inizio del combattimento poiché è tutto regolare;
- – L'atleta perderà l'incontro per Kiken-gachi.

34. I lembi della casacca dovranno sovrapporsi per almeno?

- – 5 cm;
- – 10 cm;
- – 20 cm.

35. Quanto dovrà essere larga la gamba del pantalone del JUDOGI?

- – 10-15 cm all'altezza del ginocchio;
- – 10-15 cm all'altezza del polpaccio;
- – 10-15 cm per tutta la gamba compresi eventuali bendaggi.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 8 -

36. Un combattente si presenta col JUDOGI sporco di sangue e non ha da cambiarlo:

- - Perderà il combattimento per Hansoku-make;
- - Si fa finta di niente e lo si lascia gareggiare;
- - Perde il combattimento per Kiken-gachi.

37. Gli apparecchi dentali dovranno essere protetti sopra e sotto?

- - Gli apparecchi dentali non sono obbligatori;
- - Solo se fissi;
- - Sì, sopra e sotto.

38. La legatura dei capelli durante il combattimento è concessa?

- - Sempre;
- - 3 volte;
- - Solo la prima volta.

39. A inizio combattimento un'atleta si presenta coi capelli legati a "coda di cavallo", come si dovrà comportare l'arbitro?

- - L'arbitro darà l'Hajime e subito Matte, avvisando l'atleta per l'unica volta nel combattimento, di legarsi i capelli come da regolamento;
- - Assegnerà Shido all'atleta e lo inviterà a legarsi i capelli come da regolamento;
- - Dopo un breve consulto assegnerà Shido all'atleta e si continuerà l'incontro.

40. Dopo il Matte, un'atleta, per la terza volta si riporta al centro senza riordinarsi il JUDOGI. Come si deve comportare l'arbitro?

- - Sanzionerà l'atleta con Hansoku-make;
- - Sanzionerà l'atleta con Shido;
- - Col segno appropriato inviterà l'atleta a riordinarsi il JUDOGI.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS

SETTORE JUDO

Scheda Quiz

- 9 -

41. Che cosa prevede il regolamento se un atleta con i capelli legati, di propria iniziativa se li slega per rimetterseli a posto durante un Matte?

- – Niente è giusto che se li rimetta a posto;
- – L'arbitro darà Shido all'atleta;
- – Solo un ammonizione se è la prima volta.

42. Nel caso in cui l'igiene personale del combattente non sia ad un livello accettabile, ed egli non intenda adeguarsi, cosa farà l'arbitro?

- – Farà disputare normalmente il combattimento;
- – Assegnerà la vittoria per Kiken-gachi all'altro combattente dopo essersi consultato coi giudici;
- – Dopo essersi consultato coi giudici, assegnerà all'atleta un Hansoku-make disciplinare.

43. È consentito che un combattente tenga in bocca un apparecchio dentale nel corso del combattimento?

- – Solo se protetto da un paradenti e con parere favorevole del medico;
- – Sì;
- – Non sono accettabili oggetti dentali, sia fissi che mobili.

44. È consentito ad un combattente gareggiare con i capelli lunghi e sciolti?

- – Si è consentito;
- – Occorre il consenso dell'altro combattente;
- – No, i capelli dovranno essere legati affinché non creino inconvenienti all'avversario ed a sé stessi.

45. Come si deve comportare l'arbitro se una delle due atlete ha le unghie delle mani lunghe?

- – Dopo un breve consulto assegnerà Hansoku-make all'atleta;
- – L'atleta perderà il combattimento per Kiken-gachi;
- – Sanzionerà l'atleta con Shido e darà inizio all'incontro.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 10 -

46. Quando il cronometrista addetto al tempo reale dell'incontro farà partire il suo cronometro?

- ☐ - Quando udirà l'annuncio di Hajime oppure Yoshi;
- ☐ - All'annuncio di Hajime soltanto;
- ☐ - All'annuncio di Yoshi soltanto.

47. Per espletare il compito da cronometrista, quanti anni bisognerà aver compiuto?

- ☐ - 16 anni;
- ☐ - 18 anni;
- ☐ - 21 anni.

48. L'arbitro ed i giudici di gara devono essere assistiti da:

- ☐ - Commissione d'arbitraggio;
- ☐ - Cronometristi;
- ☐ - Giuria da tavolo e cronometristi.

49. Con l'utilizzo dei tabelloni elettronici, quanti cronometristi dovranno essere impiegati al tavolo della giuria?

- ☐ - 2;
- ☐ - 1;
- ☐ - 3.

50. Se durante una gara si fa uso di strumentazione elettronica, dovranno comunque essere presenti anche strumenti manuali?

- ☐ - Facoltativo;
- ☐ - No;
- ☐ - Si.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 11 -

51. In caso di Osaekomi annunciato a quale segnale il cronometrista stopperà il cronometro dell'Osaekomi stesso?

- – Ippon;
- – Toketa o Sonomama;
- – Yoshi.

52. Durante una competizione internazionale, a quali comandi dell'arbitro il cronometrista interromperà momentaneamente il tempo del combattimento?

- – Solo al Matte;
- – Al Matte e al Sonomama;
- – Al comando di Yoshi.

53. Generalmente il combattimento deve essere diretto da:

- – Un arbitro e 2 giudici, sotto la supervisione della Commissione d'arbitraggio (giuria);
- – Un arbitro centrale, due arbitri addetti al Care System e un Supervisor;
- – Un arbitro e la supervisione della Commissione d'arbitraggio (giuria).

54. Il tempo tra Matte e Hajime, Sonomama e Yoshi fa parte della durata del combattimento?

- – Sì;
- – No in entrambi i casi;
- – Soltanto il tempo tra Sonomama e Yoshi.

55. L'arbitro quando da una valutazione può perdere di vista i combattenti?

- – Sì;
- – E' indifferente;
- – No, deve sempre prestare attenzione a quello che avviene sull'area di combattimento.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS

SETTORE JUDO

Scheda Quiz

- 12 -

56. Come si deve comportare l'arbitro che durante l'aggiudicazione della vittoria vede il coach dell'atleta vincitore che si allontana dalla sedia?

- – Niente, continua e aggiudica la vittoria;
- – Richiama il coach e lo fa sedere sino al termine della procedura;
- – Cambia il giudizio e fa perdere l'atleta vincitore, perché il coach non può allontanarsi.

57. Ai coach accompagnatori quando è permesso parlare durante lo svolgimento di un combattimento?

- – Sempre;
- – Mai;
- – Solo nell'intervallo di tempo che va da un Matte all'Hajime.

58. Nei casi in cui i due combattenti si trovino in Ne-waza e siano rivolti verso l'esterno, l'arbitro potrà osservare l'azione dalla zona di sicurezza?

- – No mai;
- – Sì;
- – Solo se almeno un giudice non ha la visibilità adeguata.

59. Un tecnico, dopo un primo richiamo verbale, continua a parlare durante il combattimento; come dovrà comportarsi l'arbitro?

- – Fermare il combattimento ed esporgli il cartellino rosso;
- – Esporgli il cartellino giallo senza fermare il combattimento;
- – Fermare il combattimento ed esporgli il cartellino giallo.

60. Qual è uno dei compiti che devono svolgere i due arbitri addetti al Care System oltre ad assistere all'arbitro durante lo svolgimento del combattimento?

- – Assicurarsi che i punti registrati dall'addetto al punteggio siano conformi a quelli annunciati dall'arbitro;
- – Controllare il cronometro della durata del combattimento;
- – Controllare il cronometro dell'osaekomi.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 13 -

61. Gli arbitri addetti al CARE SYSTEM hanno l'obbligo di assicurarsi che i punteggi registrati sul tabellone siano conformi a quelli annunciati dall'arbitro?

- ☐ - No, è esclusivo compito dell'arbitro;
- ☐ - Si hanno l'obbligo;
- ☐ - Soltanto quando il punteggio viene rettificato.

62. Per quanto tempo l'arbitro deve mantenere il gesto di una valutazione?

- ☐ - Non vi è tempo stabilito;
- ☐ - Deve mantenerlo da tre a cinque secondi;
- ☐ - Fino a quando non sarà registrato dall'addetto al tabellone.

63. Che giudizio esprime l'arbitro che alza il braccio teso sopra il capo, con il palmo della mano rivolta in avanti?

- ☐ - Yuko;
- ☐ - Ippon;
- ☐ - Falso attacco.

64. Quando si cancella un risultato:

- ☐ - Si annuncia il risultato da cancellare;
- ☐ - Non si annuncia nulla;
- ☐ - Si va dal presidente di giuria per modificare il punteggio.

65. Che valutazione sta dando l'arbitro se alza il braccio ad una posizione di circa 45° con il palmo rivolto verso il basso:

- ☐ - Yuko;
- ☐ - Waza-ari;
- ☐ - Toketa.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 14 -

66. Un arbitro per indicare la non combattività:

- – Estenderà le braccia in avanti con le mani chiuse poi compirà un gesto verso il basso con entrambe le mani;
- – Ruoterà le mani col palmo rivolto in avanti, una in senso orario e l'altra in senso antiorario;
- – Roterà con un movimento in avanti gli avambracci all'altezza del petto.

67. Per segnalare un Ippon, l'arbitro:

- – Alzerà il braccio leggermente flesso al di sopra del capo con il palmo della mano rivolto in avanti;
- – Alzerà il braccio teso al di sopra del capo con il palmo della mano rivolto all'interno;
- – Alzerà il braccio teso al di sopra del capo con il palmo della mano rivolto in avanti.

68. Se ad entrambi i combattenti viene assegnata una penalità, l'arbitro dovrà assegnarla:

- – All'atleta bianco con l'indice destro ed all'atleta blu con il sinistro;
- – All'atleta bianco con l'indice sinistro ed al blu col destro;
- – Indifferentemente, l'importante è che si capisca.

69. L'arbitro incrocerà la mano sinistra sopra alla destra all'altezza della cintura per:

- – Falso attacco;
- – Non volontà di fare le prese;
- – Invitare a sistemarsi il JUDOGI.

70. L'arbitro partendo dal petto estenderà il braccio al fianco all'altezza della spalla col palmo della mano rivolto verso il basso per assegnare:

- – Waza-ari;
- – Matte;
- – Ippon.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 15 -

71. Qual è la procedura corretta che l'arbitro deve seguire quando, dopo aver annunciato Osaekomi all'interno dell'area di combattimento, l'atleta in svantaggio riesce a portarsi completamente al di fuori?

- – Farà continuare il combattimento fino al suono della campana;
- – Annuncerà Matte, darà il punteggio corrispondente ai secondi d'immobilizzazione tenuti e farà riprendere il combattimento;
- – Farà continuare il combattimento fino al proprio segnale di Toketa-Matte oppure fino al suono della campana.

72. In una competizione internazionale, una volta iniziato il combattimento l'atleta può lasciare l'area di competizione?

- – Solo in circostanze eccezionali e sempre se autorizzati dall'arbitro;
- – Sì, sempre;
- – No, mai.

73. Quando una proiezione è iniziata con almeno un combattente in contatto con l'area di combattimento, ma nel corso della stessa azione, entrambi i combattenti si spostano fuori, la proiezione deve essere considerata valida ai fini dell'attribuzione di un eventuale punteggio?

- – No;
- – Sì;
- – Solo se si conclude con Ippon.

74. Quando una proiezione è iniziata con almeno un combattente in contatto con l'area di combattimento, ma nel corso della stessa azione, entrambi i combattenti si spostano fuori dall'area di combattimento, se l'azione si conclude con Osaekomi, l'arbitro cosa farà?

- – Darà Matte;
- – Punirà il primo atleta uscito;
- – Lo annuncerà, lasciando continuare fino all'Ippon o al Toketa-Matte.

75. Un'azione di Shime-waza iniziata con gli atleti all'interno dell'area di competizione e che a causa della resistenza di chi la subisce si protrae all'esterno dell'area stessa, può continuare:

- – Fino alla liberazione di chi la subisce;
- – Se dallo Shime-waza si passa velocemente in Osaewaza, anche fino all'Ippon;
- – Se il controllo è efficace e veloce, fino alla resa di chi lo subisce.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 16 -

76. Ad un'atleta durante il combattimento si strappano i pantaloni del JUDOGI:

- – Si spoglia e li cambia sul posto;
- – Viene accompagnato da un giudice in luogo appartato per la sostituzione;
- – Per non perdere tempo, sul posto ne indossa un altro paio sopra quelli rotti.

77. Il combattimento si svolgerà prevalentemente:

- – Nell'area di competizione;
- – Nell'area di sicurezza;
- – Nell'area di combattimento.

78. Un'azione di Kansetsu-waza iniziata all'interno dell'area di combattimento e riconosciuta efficace dall'arbitro si protrae con gli atleti completamente fuori da essa:

- – Finché non avviene un ribaltamento della situazione;
- – Finché persiste un'azione efficace che induca ad una rapida resa di uno dei due;
- – Finché non ci sia un risultato acquisito.

79. In seguito al sanguinamento di una narice ad un'atleta si sporcano di sangue i pantaloni; l'atleta come si dovrà comportare?

- – Si dovrà cambiare sul posto;
- – Lascerà il tatami per andare a cambiarsi in un luogo appartato;
- – Lascerà il tatami per andarli a sostituire in un luogo appartato, accompagnata da una persona autorizzata.

80. All'inizio del combattimento un'atleta si presenta sul tatami col JUDOGI non conforme; invitato dall'arbitro a cambiarselo, egli dovrà?

- – Essere accompagnato da una persona autorizzata in un luogo appartato per la sostituzione;
- – Non essere sanzionato, ma dovrà sostituirlo nel più breve tempo possibile;
- – Essere sanzionato con Shido per essersi presentato col JUDOGI non conforme e sostituirlo sul posto nel più breve tempo possibile.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 17 -

81. Durante il Golden Score, con l'Osaekomi in atto, l'atleta rosso, in vantaggio subisce Shime-waza. Quale giudizio dovrà essere dato?

- ☐ - Vittoria al rosso;
- ☐ - Vittoria al bianco;
- ☐ - Hiki-wake.

82. Durante il periodo di Golden Score, in caso di Osaekomi, a quale punteggio suonerà la campana?

- ☐ - Ippon;
- ☐ - Waza-ari;
- ☐ - Yuko.

83. La durata dei combattimenti e la loro forma saranno determinati a seconda?

- ☐ - Del regolamento internazionale;
- ☐ - Del volere dei tecnici;
- ☐ - A seconda delle regole del torneo.

84. Al Golden Score qual è il punteggio massimo che si può ottenere?

- ☐ - Yuko;
- ☐ - Ippon;
- ☐ - Waza-ari.

85. L'atleta bianco arriva al Golden Score con 1 Shido, quanti Shido dovrà ricevere il rosso per perdere il combattimento?

- ☐ - 1;
- ☐ - 3;
- ☐ - 2.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 18 -

86. Sarà conteggiato il tempo fra gli annunci dell'arbitro di Matte e Hajime?

- ☐ - Sì;
- ☐ - No;
- ☐ - Solo nel Golden Score.

87. Sarà conteggiato il tempo fra gli annunci dell'arbitro di Sonomama e Yoshi?

- ☐ - Solo nel Golden Score;
- ☐ - Sì;
- ☐ - No.

88. Sarà conteggiato il tempo che trascorre tra Hajime e Matte?

- ☐ - Solo nel Golden Score;
- ☐ - No;
- ☐ - Sì.

89. L'addetto al cronometro del tempo reale lascerà andare il proprio orologio:

- ☐ - Tra Hajime e Sonomama;
- ☐ - Tra Sonomama e Yoshi;
- ☐ - Tra Matte e Hajime.

90. L'addetto al cronometro del tempo reale fermerà il proprio orologio:

- ☐ - Tra Hajime e Sonomama;
- ☐ - Fra Sonomama e Yoshi;
- ☐ - Tra Yoshi e Matte.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 19 -

91. Quando si usano diverse aree di combattimento, è opportuno usare strumenti con suoni diversi?

- - Sì;
- - No;
- - È indifferente.

92. La fine del combattimento verrà segnalata all'arbitro?

- - Con segnali luminosi;
- - Con lo sventolio della bandierina gialla;
- - Con il suono di una campana.

93. Per segnalare all'arbitro la fine del combattimento?

- - È indispensabile il suono di una campana;
- - Va bene anche una sirena;
- - Qualsiasi apparecchio acustico, purché sia udibile.

94. Durante una fase concitata del combattimento, finisce il tempo, ma l'arbitro assordato dalle urla del pubblico non sente la campana:

- - Si aspetta che l'arbitro se ne accorga, tanto il tempo è fermo e nulla verrà valutato;
- - La giuria da tavolo si sbraccia per richiamare l'attenzione dell'arbitro;
- - L'arbitro verrà avvertito attraverso l'auricolare da parte di uno degli arbitri addetti al CARE SYSTEM.

95. Due aree di combattimento hanno il segnale acustico uguale:

- - Uno va sostituito;
- - Si richiede alle terne di prestare attenzione;
- - Vanno sostituiti entrambi.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 20 -

96. Quale valutazione diamo ad un Osaekomi della durata di 10 secondi?

- ☐ – Waza-ari;
- ☐ – Ippon;
- ☐ – Nessun punteggio.

97. Quale punteggio darà l'arbitro ad un Osaekomi della durata di 9 secondi?

- ☐ – Waza-ari;
- ☐ – Waza-ari se trattasi di esordienti "A";
- ☐ – Yuko.

98. A quanto corrisponde un Osaekomi della durata di 11 secondi?

- ☐ – Ippon;
- ☐ – Waza-ari;
- ☐ – Nessun punteggio.

99. Nelle categorie esordienti "A" a quanto corrisponde un Osaekomi della durata di 15 secondi?

- ☐ – Waza-ari;
- ☐ – Vantaggio tecnico;
- ☐ – Ippon.

100. Quale punteggio deve assegnare l'arbitro se un Osaekomi dura 4 secondi?

- ☐ – L'arbitro non deve assegnare nessun punteggio;
- ☐ – Waza-ari;
- ☐ – Assegnare la vittoria all'atleta che ha eseguito l'immobilizzazione.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 21 -

101. Nel caso venga annunciato Osaekomi contemporaneamente alla segnalazione di fine tempo, l'arbitro dovrà:

- – Annunciare Soremade;
- – Prolungare il tempo stabilito fino all'acquisizione del Waza-ari;
- – Prolungare il tempo stabilito fino al raggiungimento dell'Ippon o all'annuncio del Toketa.

102. Durante un combattimento con gli atleti che hanno gli stessi punti judo, che decisione prende la terna arbitrale se dopo il suono della campana, viene eseguita una tecnica con controllo, ampiamente sul dorso, con notevole forza e velocità e l'arbitro non ha ancora annunciato Soremade?

- – Dopo un consulto tra la terna arbitrale viene assegnato Ippon;
- – L'arbitro assegna Ippon;
- – La tecnica non viene considerata valida e si procede con il Golden Score.

103. Qualsiasi risultato immediato di una tecnica che abbia inizio contemporaneamente alla segnalazione di fine tempo sarà:

- – Giudicato valido;
- – Valutata in accordo con il criterio della maggioranza dei 3 arbitri;
- – Non giudicato.

104. Qualsiasi tecnica, applicata leggermente dopo il suono della campana o altro strumento, che indichi il termine del tempo di combattimento sarà:

- – Giudicata non valida;
- – Giudicata valida;
- – Valutata in accordo con il criterio della maggioranza dei 3 arbitri.

105. Se una tecnica è applicata dopo il suono del gong, ma prima che l'arbitro annunci Soremade è da considerarsi valida?

- – No, perché il tempo è finito;
- – Sì, perché l'arbitro non ha annunciato Soremade;
- – Sarà giudicata valida e valutata col dovuto punteggio.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 22 -

106. L'Osaekomi annunciato simultaneamente al suono della campana può essere considerato valido?

- - Sì;
- - No, perché l'incontro è finito;
- - È a giudizio dell'arbitro.

107. È possibile che il tempo del combattimento sia prolungato?

- - Assolutamente no;
- - In caso di Osaekomi in atto;
- - Solo nel caso di parità in combattimento di finale.

108. Suona la campana di fine tempo e prima che l'arbitro annunci Soremade, l'atleta rosso esegue una tecnica che proietta l'avversario su di un fianco. L'arbitro:

- - Dopo un breve consulto coi giudici la giudicherà certamente valutabile;
- - Essendo stata eseguita prima del Soremade, sarà giudicata valida;
- - Essendo stata eseguita dopo il suono acustico sarà sicuramente non valutata.

109. È in corso uno Shime-waza, suona la campana di fine tempo, ma l'arbitro intuisce che l'azione sta per essere conclusa con successo:

- - Lascia continuare alcuni secondi per vedere il risultato;
- - Annuncia Matte-Soremade;
- - L'atleta che subisce, batte, e l'arbitro assegna Ippon a chi ha effettuato lo Shime-waza.

110. Al suono della campana di fine tempo è in corso un evidente Kansetsu-waza, l'arbitro:

- - Annuncerà immediatamente Matte-Soremade;
- - Visto che la resa è presumibilmente imminente, lascerà continuare l'azione alcuni secondi per assegnare l'ipotetico Ippon;
- - Lascerà continuare l'azione ma se non porta a nessun risultato imminente, annuncerà Matte-Soremade.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 23 -

111. Procedura corretta inizio combattimento?

- – Passo avanti e inchino degli atleti, quindi Hajime dell'arbitro;
- – Hajime dell'arbitro, passo avanti ed inchino degli atleti;
- – Inchino e passo avanti degli atleti, quindi Hajime dell'arbitro.

112. Il combattimento deve iniziare sempre in posizione eretta??

- – Sì, sempre, tranne gli Esordienti "A";
- – Sì;
- – No.

113. I combattenti devono inchinarsi a vicenda all'inizio e alla fine del combattimento, se non lo fanno l'arbitro deve invitarli a farlo annunciando?

- – Hajime;
- – Rei;
- – Shido.

114. Come si comporterà l'arbitro in seguito ad un saluto eseguito in malo modo ad inizio combattimento?

- – Penalizzerà i due combattenti;
- – Inviterà i combattenti a salutarsi;
- – Darà ugualmente inizio al combattimento senza intervenire.

115. All'annuncio di Hajime l'arbitro deve inchinarsi verso i combattenti?

- – No, non è obbligatorio;
- – Soltanto in Competizioni Internazionali;
- – Sì.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 24 -

116. In quale dei seguenti casi i combattenti potranno passare dalla posizione in piedi al Ne-waza?

- – Per il risultato di una tecnica o per opportunità concessa dall'avversario;
- – Per un trascinamento eseguito con decisione;
- – Per inizio del combattimento in Ne-waza.

117. Cosa deve fare l'arbitro quando un combattente trascina in Ne-waza il suo avversario e questi approfitta della situazione creatasi per continuare al suolo?

- – Annunciare Matte e dare Shido a colui che ha trascinato;
- – L'arbitro lascia continuare ed appena possibile sanziona il combattente che ha commesso l'irregolarità;
- – Annunciare solo Matte senza sanzionare.

118. Cosa deve fare l'arbitro quando un combattente trascina in Ne-waza il suo avversario e questi non ne trae vantaggio?

- – Annunciare Matte e infliggere Shido a colui che ha trascinato;
- – Dare Shido a colui che ha trascinato senza annunciare Matte;
- – Annunciare solo Matte senza sanzionare.

119. È consentito il passaggio dalla posizione in piedi al Ne-waza mediante l'applicazione di uno Shime-waza oppure Kansetsu-waza?

- – Sì, quando si ottiene un considerevole effetto già nella posizione in piedi e si continua senza interruzione;
- – Sì, ma soltanto in seguito ad un'azione di Shime-waza;
- – No in alcun caso.

120. Qualora un combattente cada o sia sul punto di cadere, l'altro può avvantaggiarsi della posizione dell'avversario per andare in Ne-waza?

- – Solo se l'opportunità è stata causata da un proprio attacco;
- – No, mai;
- – Sì, sempre.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 25 -

121. Se un combattente da una posizione in piedi esegue uno Shime-waza oppure un Kansetsu-waza, il Matte dovrà essere annunciato?

- – Sì, in ogni caso;
- – No, fino a quando il suo avversario non dichiara Maitta;
- – Solo se il risultato non è subito evidente o non vi è progressione.

122. L'arbitro può valutare ed attribuire un punteggio ad un Hikkomigaeshi?

- – Sì essendo un Ma-sutemi-waza va sempre valutata;
- – No;
- – Sì, solo se alla fine dell'azione i corpi dei combattenti si separano.

123. Se un combattente è sul punto di cadere in seguito all'azione non riuscita di una tecnica di proiezione, il suo avversario può trarne vantaggio portandolo in Ne-waza?

- – Sì è consentito;
- – No, non è permesso;
- – Soltanto se entrambi accettano il Ne-waza.

124. Un combattente trascina a terra l'avversario in modo non conforme all'art. 16 ed il suo avversario non si avvantaggia della situazione:

- – L'arbitro interrompe con Matte e sanziona il combattente che ha commesso l'irregolarità;
- – L'arbitro lascia continuare ed appena possibile sanziona il combattente che ha commesso l'irregolarità;
- – L'arbitro lascia continuare e non sanziona nessuno.

125. Un combattente nella posizione in piedi ottiene un considerevole effetto applicando uno Shime-waza (strangolamento) o Kansetsu-waza (leva articolare) può continuare in Ne-waza (lotta a terra)?

- – Solo per concludere l'azione iniziata in piedi;
- – Se l'azione è abile e veloce può continuare;
- – È sempre Matte.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 26 -

126. In quale dei sotto riportati casi l'arbitro dovrà annunciare Matte nel Ne-waza?

- – Quando un combattente riprende la posizione semi-rialzata con l'avversario sulla schiena;
- – Quando un combattente liberatosi da uno Shime-waza ha necessità di riprendersi dallo sforzo a cui si è sottoposto;
- – Quando i combattenti stanno per uscire dall'area di combattimento.

127. Un combattente è appena uscito indenne da un attacco (per esempio, di Osaekomi, Shime-waza o Kansetsu-waza), l'arbitro notando l'atleta visibilmente affaticato dovrà:

- – Annunciare Matte;
- – Lasciare continuare il combattimento;
- – Annunciare Sonomama, lasciare che si riprenda e quindi Yoshi.

128. Se l'arbitro dovesse annunciare Matte per palese errore, durante il Ne-waza provocando la separazione dei combattenti, cosa deve fare la terna arbitrale?

- – Rimettere i combattenti nella posizione più simile possibile a quella originale e far riprendere il combattimento;
- – Far riprendere l'incontro dalla posizione in piedi;
- – Far riprendere l'incontro dalla stessa posizione cui risultano separati dopo il Matte.

129. Partendo dal centro, l'atleta rosso mantenendo una spinta costante con braccia flesse fa uscire il bianco dall'area preposta al combattimento. L'arbitro?

- – Darà il Matte e farà riprendere il combattimento dal centro;
- – Darà il Matte e penalizzerà l'atleta bianco per l'uscita;
- – Darà il Matte e penalizzerà l'atleta rosso per la spinta.

130. Ai combattenti è concesso di sedersi durante il combattimento?

- – Soltanto a colui che ha necessità di riposarsi perché sfuggito ad una immobilizzazione;
- – Hanno soltanto facoltà di assumere la posizione di Za-rei;
- – Possono sedersi se l'arbitro li autorizza prevedendo una lunga pausa.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 27 -

131. È in corso il Sonomama e la terna arbitrale al termine della consultazione constata che il combattente già in posizione di svantaggio, ha alterato e quindi migliorato la propria posizione. Come dovranno regolarsi?

- – L'arbitro dovrà annunciare Matte;
- – L'arbitro annuncia Yoshi senza tener conto di quanto constatato;
- – Si riporteranno i combattenti nella posizione più simile possibile a quella originale e l'arbitro farà riprendere il combattimento annunciando Yoshi comminando eventualmente una sanzione.

132. Cosa deve fare l'arbitro se durante lo svolgimento del combattimento, a uno degli atleti gli si slaccia la cintura (Obi)?

- – Annuncerà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta che l'ha persa;
- – Annuncerà Matte e con il gesto appropriato farà rimettere in ordine il JUDOGI;
- – Niente, non è importante se la cintura è slacciata.

133. Cosa deve fare l'arbitro, se un atleta tenta di eseguire uno Shime-waza dalla posizione in piedi e non ottiene nessun risultato evidente?

- – Annuncerà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta che stava eseguendo lo strangolamento;
- – Darà il Matte e farà riprendere l'incontro annunciando Hajime;
- – Non darà nessun segnale e lascia continuare il combattimento.

134. All'annuncio del Matte, i combattenti nella posizione di Tachi-waza dovranno:

- – Lasciare i Kumi-kata e portarsi immediatamente nella posizione di partenza;
- – Lasciare i Kumi-kata, rassettare il proprio JUDOGI senza sciogliere la cintura e portarsi immediatamente nella posizione di partenza;
- – Lasciare i Kumi-kata ed attendere sul posto istruzioni da parte dell'arbitro.

135. L'arbitro annuncerà Matte al fine di fermare momentaneamente l'incontro quando:

- – Entrambi i combattenti vanno fuori dall'area di combattimento senza che vi sia in corso un'azione;
- – Uno dei due combattenti sta eseguendo un Sutemi-waza;
- – Uno dei due combattenti sta subendo una tecnica di lancio.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 28 -

136. L'arbitro deve annunciare Sonomama per infliggere una sanzione ad un combattente che trovasi in Ne-waza, in evidente posizione di svantaggio?

- - Solo se la sanzione da infliggere è Hansoku-make;
- - Sì, in ogni caso;
- - No, assolutamente.

137. Qual è l'unico annuncio possibile che l'arbitro può dare, per far riprendere il combattimento dopo aver annunciato Sonomama?

- - Hajime;
- - Yoshi;
- - Toketa.

138. Sonomama può essere applicato solo nel Ne-waza?

- - Sì;
- - No;
- - Anche in Tachi-waza, ma solo in caso di Kansetsu-waza o Shime-waza.

139. È in corso il Sonomama e la terna arbitrale al termine della consultazione constata che il combattente, già in posizione di vantaggio, ha alterato e quindi migliorato la propria posizione. Come dovranno regolarsi?

- - L'arbitro dovrà annunciare Matte e sanzionare l'atleta che era in vantaggio;
- - L'arbitro annuncia Yoshi senza tener conto di quanto constatato;
- - Si riporteranno i combattenti nella posizione più simile possibile a quella originale e l'arbitro farà riprendere il combattimento con l'annuncio Yoshi comminando eventualmente una sanzione.

140. Se durante il Ne-waza un combattente appare infortunato, l'arbitro può annunciare Sonomama?

- - No;
- - Sì, se lo ritiene necessario;
- - Solo se lo chiede il medico.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 29 -

141. Qual è l'unico annuncio che deve dare l'arbitro al suono acustico del fine del tempo di combattimento?

- - Matte;
- - Soremade;
- - Hajime.

142. L'arbitro dovrà annunciare Soremade prima o dopo che infligga la sanzione di Hansoku-make ad un combattente per una trasgressione commessa in Ne-waza nel periodo di Sonomama?

- - Prima;
- - In tal caso Soremade non si annuncia;
- - Dopo.

143. Procedura esatta a fine combattimento:

- - Assegnazione vittoria, saluto, passo indietro ed uscita;
- - Passo indietro, assegnazione vittoria, saluto ed uscita;
- - Assegnazione vittoria, passo indietro, saluto ed uscita.

144. Se per errore l'arbitro assegnasse la vittoria del combattimento all'atleta sbagliato ed i 2 arbitri addetti al Care System non si accorgessero dell'errore. Sarà possibile modificare tale errata decisione?

- - No, mai;
- - Sì, fino a 10 minuti oltre il termine dell'incontro interessato; anche se la terna e gli atleti hanno lasciato l'area di competizione;
- - Solo su segnalazione del tecnico dell'atleta vincente entro la durata della manifestazione.

145. Può l'arbitro cambiare la sua decisione dopo aver lasciato l'area di combattimento?

- - L'arbitro può sempre cambiare la sua decisione;
- - Il regolamento non lo consente;
- - Sì, se d'accordo con i giudici.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 30 -

146. Durante un'azione di Shime-waza un'atleta della categoria cadetti perde conoscenza, può continuare la competizione, se ripescato?

- - Sì, se sta combattendo in un girone all'italiana;
- - Sì, sempre;
- - No, mai.

147. Possono verificarsi le condizioni per le quali l'arbitro annuncia Ippon per uno Shime-waza in atto malgrado Uke non abbia battuto la resa, né, abbia dichiarato Maitta?

- - No, non sono previste tali condizioni;
- - Sì, se l'effetto dello Shime-waza è sufficientemente evidente;
- - Sì, soltanto alla scadenza dei 20 secondi.

148. Qualora la caduta di Uke avvenga con rotolamento sulla parte alta delle spalle e non con l'impatto netto, come verrà valutata la tecnica di lancio?

- - Waza-ari;
- - Ippon;
- - La terna deciderà in base alla velocità ed al controllo.

149. Se un combattente dopo esser stato proiettato cade intenzionalmente in ponte (testa e piede/piedi), l'arbitro dovrà:

- - Assegnare sempre Ippon, per scoraggiare tale pratica;
- - Waza-ari;
- - Sanzionare l'atleta caduto con Shido.

150. Nel caso che un combattente venga penalizzato con Hansoku-make, all'altro verrà assegnato:

- - Ippon;
- - Waza-ari;
- - Yuko.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 31 -

151. L'arbitro annuncerà Ippon quando:

- – Un combattente viene proiettato con controllo, forza e velocità;
- – Un combattente viene proiettato ampiamente sul dorso con notevole forza e velocità;
- – Un combattente viene proiettato con controllo, ampiamente sul dorso con notevole forza e velocità.

152. Se un concorrente si aggiudica un secondo Waza-ari nel corso di un combattimento, l'arbitro dovrà annunciare?

- – Waza-ari;
- – Waza-ari-awasete-ippou;
- – Direttamente Ippon.

153. Come si deve comportare l'arbitro che durante una tecnica di Shime-waza, sente "Maitta" da parte di un'atleta?

- – Niente, continuano a combattere;
- – Annuncia Ippon;
- – Da Matte e fa riprendere il combattimento.

154. Come si deve comportare l'arbitro, se un'atleta durante un Osaekomi-waza batte con il piede 3-4 volte sul tatami?

- – Niente, si aspetta il suono della campana;
- – Da Matte e fa riprendere il combattimento in piedi;
- – Annuncia Ippon.

155. Durante un'azione di Shime-waza un'atleta della categoria juniores perde conoscenza, può continuare la competizione, se ripescato?

- – Sì, sempre;
- – No, mai;
- – Solo se sta combattendo in un girone all'italiana.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 32 -

156. Quando un combattente viene proiettato ampiamente sul dorso, con notevole forza, velocità e controllo, l'arbitro dovrà annunciare:

- – Waza-ari;
- – Niente se uno dei giudici non è d'accordo;
- – Ippon.

157. Un'atleta della categoria Cadetti che perde conoscenza in seguito a uno Shime-waza:

- – Non potrà più combattere per tutta la giornata;
- – Non potrà più combattere nella medesima gara;
- – Potrà combattere nuovamente in caso di ripescaggio.

158. Nel caso in cui i due combattenti ottengano l'Ippon contemporaneamente, l'arbitro dovrà:

- – Annunciare Hiki-wake e dare la vittoria a chi era già in vantaggio;
- – Annunciare Hiki-wake e fare iniziare un nuovo combattimento con la regola del Golden Score;
- – Annunciare Hiki-wake e fare iniziare un nuovo combattimento.

159. Quando entrambi i combattenti cadono simultaneamente e sia l'arbitro che gli arbitri addetti al Care System non sono in grado di decidere quale tecnica abbia prevalso:

- – Verranno assegnati entrambi i punteggi a seconda delle relative cadute;
- – Verrà valutata la caduta col punteggio più alto;
- – Non verrà assegnato alcun punteggio.

160. Per ottenere Ippon, quanti secondi di Osaekomi occorrono?

- – 20;
- – 15;
- – 30.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 33 -

161. Quale decisione adotterà l'arbitro in seguito a caduta simultanea dei combattenti per attacchi eseguiti contemporaneamente?

- - Prenderà in esame la caduta che maggiormente ha interessato il dorso;
- - Eseguirà il gesto non valido;
- - Non farà alcun gesto e nulla prenderà in esame.

162. L'atleta rosso attacca in O-uchi-gari, il bianco contrattacca con Ura-nage. Come si comporterà la terna arbitrale?

- - Valuterà l'attacco del bianco;
- - Valuterà l'attacco del rosso;
- - Avrà subito l'attacco l'atleta che per primo atterra sul proprio corpo.

163. Cosa dovrà annunciare l'arbitro se un atleta già in vantaggio di un Waza-ari riesca a controllare il suo avversario per 10 secondi a terra?

- - Ippon;
- - Waza-ari-awasete-ippun;
- - Waza-ari Ippon.

164. Nella categoria Cadetti si possono eseguire tecniche di Reverse Seoi-nage?

- - Sì;
- - No;
- - No, in aggiunta l'arbitro assegnerà anche un Shido.

165. In caso di attacco-contrattacco, la tecnica dovrà essere valutata?

- - Sì, se rispetta i requisiti per una valutazione;
- - Sarà considerato attacco simultaneo;
- - Al massimo Waza-ari.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 34 -

166. Come deve essere valutata da parte dell'arbitro, la situazione in cui, la caduta di Uke avviene con rotolamento sulle anche e non con impatto netto sul dorso?

- ☐ - Ippon per rotolamento;
- ☐ - Yuko;
- ☐ - Waza-ari.

167. Nelle categorie esordienti a quanto corrisponde un Osaekomi di 15 secondi?

- ☐ - Yuko;
- ☐ - Ippon;
- ☐ - Waza-ari.

168. Quale punteggio deve assegnare l'arbitro ad una proiezione tipo De-ashi Harai che, seppur con poco controllo proietta il suo avversario con forza, velocità e largamente sul dorso?

- ☐ - Waza-ari;
- ☐ - Ippon;
- ☐ - Kinza.

169. La caduta sul sedere e su un gomito come sarà valutata?

- ☐ - Yuko;
- ☐ - Waza-ari;
- ☐ - Ippon.

170. Che punteggio deve assegnare un arbitro quando un combattente mantiene l'altro in Osaekomi senza che questi riesca a liberarsi per 10-19 secondi?

- ☐ - Non assegnerà punteggio;
- ☐ - Waza-ari;
- ☐ - Ippon.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 35 -

171. Quale punteggio assegnerà l'arbitro ad una proiezione eseguita con controllo, forza e velocità per cui Uke cade sul fianco del corpo con la testa e le spalle "verso il dietro"?

- -Waza-ari;
- - Ippon;
- - Yuko.

172. Se il bianco ha conseguito n°1 Waza-ari ed è stato sanzionato con Shido 1, ed il rosso ha conseguito n°2 Waza-ari ed è stato sanzionato con Shido 2, quale giudizio si darà?

- - Bianco;
- - Rosso;
- - Golden Score.

173. Qualora un combattente si aggiudichi un secondo waza-ari nel corso del combattimento cosa annuncerà l'arbitro?

- - Soltanto Waza-ari;
- - Soltanto Ippon;
- - Waza-ari-awasete-ippon.

174. L'arbitro annuncerà Waza-ari quando:

- - Un combattente, proietta con controllo l'avversario su di un lato del corpo;
- - Un combattente con controllo proietta il suo avversario e questi cade sulla pancia;
- - Un combattente proietta con controllo l'avversario ampiamente sul dorso, con notevole forza e velocità.

175. Come verrà considerata una proiezione con controllo, forza e velocità che provoca all'avversario una caduta con rotolamento lungo il fianco?

- - Ippon;
- - Waza-ari;
- - Non verrà considerata.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 36 -

176. Come deve essere valutata una caduta sui glutei e sui gomiti, anche se non si arriva a toccare completamente con la schiena?

- - Sempre Ippon per scoraggiare codesto pericoloso comportamento;
- - Sempre Waza-ari per scoraggiare codesto pericoloso comportamento;
- - Yuko.

177. Se un combattente dopo esser stato proiettato cade intenzionalmente in ponte (testa e piede) l'arbitro dovrà:

- - Assegnare sempre Ippon per scoraggiare tale pratica;
- - Waza-ari;
- - Sanzionare l'atleta caduto.

178. Una tecnica di Tomoe-nage leggermente interrotta durante la proiezione, ma che rispetti i criteri di (largamente sul dorso con forza e velocità) come dovrà essere valutata?

- - Al massimo Waza-ari;
- - Sempre Ippon;
- - Come un passaggio di lotta a terra.

179. Quando un combattente proietta con controllo l'avversario e questi cade su di un fianco con tutto il corpo rispetto al tatami, l'arbitro dovrà assegnare:

- - Waza-ari;
- - Yuko;
- - Ippon.

180. Che punteggio deve assegnare un arbitro quando una combattente "cadetta" mantiene l'avversaria in Osaekomi-waza senza che riesca a liberarsi per 10 secondi?

- - Yuko;
- - Waza-ari;
- - Ippon.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 37 -

181. Quando è che l'arbitro dovrà annunciare il Yuko?

- Quando l'atleta proiettato cade sulla pancia;
- Quando l'atleta proiettato cade sulle ginocchia;
- Quando l'atleta proiettato cade sul sedere.

182. Quando l'arbitro deve annunciare Yuko?

- Quando l'atleta atterra sul fianco o quasi sul fianco con l'asse delle spalle con un angolo di circa 90°;
- Quando l'arbitro annuncia Toketa dopo un Osaekomi di 14 secondi;
- Quando l'atleta cade in ponte.

183. Quando l'arbitro deve annunciare un punteggio tecnico pari al Yuko?

- Quando l'atleta proiettato atterra sul fianco e sul gomito con l'asse delle spalle ad un angolo di circa 90°;
- Quando Uke cade attraverso un rolling sulla diagonale spalla destra, gluteo sinistro;
- Quando Uke fa un atterraggio incompleto sul dorso con l'asse delle spalle maggiore di 90° rispetto al tatami.

184. Cosa deve annunciare l'arbitro se l'atleta atterra sulla parte alta del dorso?

- Waza-ari;
- Yuko;
- Nessun punteggio.

185. Cosa dovrà annunciare l'arbitro per un Osaekomi-waza della durata di 7 secondi?

- Ippon;
- Waza-ari se nella categoria Esordienti;
- Yuko.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 38 -

186. Cosa dovrà annunciare l'arbitro se un atleta impatta sul tatami con la spalla?

- Waza-ari;
- Yuko;
- Ippon.

187. Cosa dovrà annunciare l'arbitro se Uke atterra sul fianco o quasi sul fianco, ma la pancia tocca il tatami?

- Waza-ari;
- Yuko;
- Nessun punteggio.

188. Quale punteggio assegna l'arbitro ad un atterraggio in cui entrambe le ginocchia toccano la materassina e il corpo di Uke è quasi sul fianco?

- Nessun punteggio;
- Yuko;
- Kinza.

189. Quale punteggio tecnico assegna l'arbitro per un atterraggio sulla parte alta del dorso?

- Yuko;
- Waza-ari;
- Nessun punteggio.

190. Quanti Yuko bisogna ottenere per fare un punteggio tecnico equivalente al Waza-ari?

- 10 Yuko;
- 5 Yuko;
- Nessun numero di Yuko equivale al Waza-ari.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 39 -

191. L'arbitro annuncerà Osaekomi quando:

- – Tori proietta Uke;
- – Un concorrente avrà il suo corpo in Kesa, Shio o posizione di Ura, cioè simile alle tecniche Kesa-gatame, Kami-shio-gatame o Ura-gatame;
- – Quando i 2 concorrenti stanno per uscire dall'area di competizione.

192. Nelle situazioni in cui il dorso di Uke non è più in contatto col tappeto (es.: posizione "a ponte"), ma Tori mantiene il controllo, l'Osaekomi:

- – Continuerà;
- – Avrà termine;
- – Verrà presa una decisione con il criterio maggioranza dei tre.

193. Nella posizione consolidata di Yoko-sankaku si ravvisa il presupposto regolamentare per l'annuncio di Osaekomi?

- – Sì, quando Uke viene controllato al suolo e Tori assume la posizione col corpo parzialmente sopra di lui;
- – No, non si ravvisano le regolamentari condizioni per l'annuncio dell'Osaekomi;
- – Dipende dalla durata del controllo.

194. L'Osaekomi annunciato simultaneamente al suono della campana può essere considerato valido?

- – No, perché l'incontro è finito;
- – Sì;
- – È a giudizio dell'arbitro.

195. Con Osaekomi annunciato l'arbitro ravvisa gli estremi di una sanzione minore, per trasgressione commessa dal sottostante. Quale decisione adotterà?

- – Annuncerà Sonomama e infliggerà la sanzione;
- – Può infliggere direttamente la sanzione senza arrestare l'incontro;
- – Annuncerà Matte ed infliggerà la sanzione.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 40 -

196. Con l'immobilizzazione di Ura-gatame:

- - Verrà assegnato sempre Osaekomi;
- - Verrà assegnato Osaekomi solo se chi è sopra gira il proprio petto verso quello dell'avversario;
- - Verrà assegnato Osaekomi se l'arbitro riterrà che l'atleta sopra, sia in grado di rialzarsi liberamente.

197. Se un combattente che sta controllando il suo avversario con un Osaekomi-waza, senza perdere il controllo cambia immobilizzazione, l'arbitro:

- - Farà continuare fino allo scadere del tempo già iniziato o alla liberazione;
- - Darà Toketa e riassegnerà un nuovo Osaekomi;
- - Darà Toketa, Matte e farà riprendere il combattimento in Tachi-waza.

198. Durante un Osaekomi, il combattente sopra (in posizione di vantaggio) commette un'infrazione:

- - L'arbitro annuncerà Sonomama, impartirà la sanzione dovuta e farà riprendere con Yoshi;
- - L'arbitro infliggerà la sanzione dovuta senza sospendere il combattimento;
- - L'arbitro annuncerà Matte, farà rialzare i combattenti, infliggerà la sanzione dovuta e qualsiasi punteggio derivante dall'Osaekomi, farà poi riprendere il combattimento dalla posizione eretta.

199. Durante un Osaekomi il combattente in svantaggio con le proprie gambe riesce ad imprigionare una gamba dell'avversario:

- - L'arbitro dà il Matte e fa rialzare gli atleti;
- - L'arbitro dà il Matte, il vantaggio acquisito in base al tempo di Osaekomi e fa rialzare gli atleti;
- - L'arbitro dà il Toketa, l'eventuale Matte ed il vantaggio acquisito col tempo di Osaekomi.

200. Con l'Osaekomi annunciata, l'arbitro ravvisa gli estremi di uno Shido, dà il Matte fa rialzare gli atleti ed infligge la sanzione?

- - La procedura non è corretta;
- - La sanzione viene inflitta all'atleta controllato;
- - La sanzione viene inflitta all'atleta che stava effettuando il controllo.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 41 -

201. Cosa prevede il regolamento arbitrale, se un coach si allontana dalla propria postazione prima dell'assegnazione della vittoria?

- - Se è la prima volta niente;
- - Sarà richiamato verbalmente;
- - Sarà richiamato con l'esposizione del cartellino giallo.

202. Un coach, dalla postazione assegnatagli può parlare:

- - Tra Hajime e Matte;
- - Tra Osaekomi e Toketa;
- - Tra Matte e Hajime.

203. Un tecnico, può presentarsi nella postazione assegnatagli in JUDO GI?

- - No;
- - Solo se il JUDO GI ha il logo della società di appartenenza;
- - Sì, essendo il JUDO GI una divisa del Judo.

204. Come si deve comportare l'arbitro se a seguire un'atleta durante il combattimento, si presenta un tecnico con le infradito?

- - Impedirà al tecnico di prendere posto nella postazione;
- - Se, se ne accorge a combattimento iniziato, assegnerà Shido all'atleta;
- - Lo lascerà stare. Gli infradito non sono contro lo Spirito del Judo.

205. Come si dovrà comportare l'arbitro se un coach si presenta a seguire l'atleta con i pantaloni corti?

- - Se sono pantaloni col logo della società, lo lascerà in postazione;
- - Allontanerà il coach;
- - Se è troppo caldo, è un abbigliamento tollerato.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 42 -

206. Se un combattente dopo essere stato proiettato cade volontariamente in ponte (testa e piedi) cosa dovrà assegnare l'arbitro come punteggio?

- – Hansoku-make all'atleta che cade in ponte;
 - – Sempre Ippon per scoraggiare una simile azione;
 - – Il giusto vantaggio che l'azione merita in base all'arrivo dell'atleta proiettato sul tatami.
-

207. È possibile all'arbitro infliggere una penalità per degli atti gravi commessi dai combattenti dopo il segnale che indica la fine del combattimento?

- – Sì, in ogni caso;
 - – No, perché il combattimento è terminato;
 - – Sì, in circostanze del tutto eccezionali se la decisione non è stata ancora data.
-

208. Come si deve comportare l'arbitro, se un atleta esegue Kibisu-gaeshi?

- – Darà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta;
 - – Darà Matte e farà riprendere il combattimento;
 - – Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegneranno Hansoku-make.
-

209. Come si deve comportare l'arbitro, se un atleta esegue una leva articolare alla spalla?

- – Darà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta che l'ha eseguita;
 - – Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegnerà Hansoku-make;
 - – Darà Matte e farà riprendere il combattimento dalla posizione iniziale.
-

210. L'arbitro come deve comportarsi se un'atleta nella posizione di Ne-waza esegue un Ashi-garami?

- – Darà l'Osaekomi;
 - – Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegnerà Hansoku-make;
 - – Darà Matte e farà riprendere l'incontro con Hajime dalla posizione eretta.
-

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 43 -

211. Cosa prevede il regolamento arbitrale, se un'atleta falcia dall'interno la gamba di appoggio dell'avversario mentre questi sta eseguendo Hane-goshi?

- - Niente;
- - Dare il punteggio che ha ottenuto da questa azione;
- - Dare il Matte e dopo un consulto della terna arbitrale penalizzare l'atleta con Hansoku-make.

212. Il regolamento arbitrale, a combattimento iniziato, cosa prevede che faccia l'arbitro se un atleta insulta il proprio avversario?

- - Dare Matte e penalizzare con Shido l'atleta;
- - Dare Matte e penalizzare con Hansoku-make l'atleta;
- - Dare Matte e dopo un consulto con i giudici assegnare Hansoku-make.

213. Il regolamento arbitrale prevede qualcosa se dopo il Soremade, ma prima che l'arbitro assegni la vittoria, un'atleta fa dei gesti sgarbati (tipo ombrello) al suo avversario?

- - No, non è previsto niente nel regolamento;
- - L'incontro è già concluso e l'arbitro deve assegnare la vittoria a chi ha terminato il combattimento in vantaggio;
- - Dopo un consulto con i giudici sarà assegnato Hansoku-make all'atleta.

214. Come si deve comportare la terna arbitrale se un atleta esegue un blocco (con la propria mano) al di sopra della cintura?

- - Darà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta;
- - Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegnare Hansoku-make;
- - Niente e lascerà proseguire l'azione.

215. Come si deve comportare l'arbitro, se prima di dare il segnale di Hajime, si accorge che un atleta con apparecchio dentale è sprovvisto di paradenti?

- - Lo penalizzerà con Shido e inizierà l'incontro;
- - Dopo un consulto con i giudici assegnerà Hansoku-make all'atleta;
- - Non dirà nulla e darà inizio al combattimento.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 44 -

216. Come si dovrà comportare la terna arbitrale se a combattimento inoltrato, l'arbitro si accorge che una atleta donna porta un braccialetto in cotone legato all'altezza della caviglia?

- - Darà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta;
- - Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegnerà Hansoku-make;
- - Dirà all'atleta di toglierselo e riprenderà il combattimento.

217. Come si dovrà comportare la terna arbitrale se un atleta che sta eseguendo dalla posizione in piedi un Waki-gatame si getta direttamente sul tatami?

- - Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegnerà Hansoku-make;
- - Darà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta;
- - Lascerà proseguire l'azione in Ne-waza.

218. A combattimento iniziato ad un atleta esce il cellulare dalla casacca del Judogi, come si dovrà comportare l'arbitro?

- - Lo sanziona con Hansoku-Make;
- - Lo sanziona con Shido;
- - Impone di toglierlo e fa proseguire il combattimento.

219. Come si dovrà comportare l'arbitro, se l'atleta bianco controlla dalla posizione in piedi le braccia dell'atleta blu, che ha un ginocchio a contatto con il tatami?

- - Lascerà continuare l'azione perché è da considerarsi come un'azione transitoria;
- - Matte e Shido per l'atleta blu;
- - Matte.

220. In ne-waza, si può inserire un piede nel colletto dell'avversario?

- - Sì, per spingere e costringere Uke a lasciare la presa;
- - No, mai;
- - Si può solo per eseguire uno Shime-waza.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 45 -

221. Come si comporterà l'arbitro se un atleta dopo il Matte, per la prima volta, torna al proprio posto senza rimettersi in ordine il JUDOGI?

- - Lo avviserà per la prima e unica volta per tutto il combattimento;
- - Infliggerà Shido all'atleta;
- - Col gesto appropriato, farà sistemare il JUDOGI all'atleta.

222. Come si dovrà comportare l'arbitro, se un atleta esegue un Kata-Guruma come da foto?



- ☐ - Darà Matte e penalizzerà con Shido l'atleta;
- ☐ - Darà Matte e dopo un consulto con i giudici assegnerà Hansoku-make;
- ☐ - Valuterà come cade Uke e darà il punteggio del caso.

223. Con che sanzione sarà punito un combattente che attacca l'avversario in Morote Seoi Nage e lascia le prese durante l'esecuzione della stessa?

- - Shido;
- - Hansoku Make;
- - Nessuna punizione.

224. Nel corso del combattimento l'atleta viene sorpreso ad indossare la cavigliera il cui interno contiene un oggetto duro o metallico. Come dovrà regolarsi la terna?

- - Disporrà esclusivamente la rimozione della cavigliera;
- - Infliggerà la sanzione di Shido;
- - Infliggerà la sanzione di Hansoku-make.

225. Dopo che è stato annunciato Soremade si potrà infliggere una penalità?

- - No assolutamente;
- - Solo se è stato presentato un reclamo;
- - Sì, per qualsiasi atto proibito commesso durante il tempo previsto di combattimento.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 46 -

226. Il tentativo di esecuzione di una tecnica determina l'uscita di Tori dall'area di combattimento per reazione di Uke. Quale provvedimento dovrà adottare l'arbitro?

- – Nessun provvedimento;
- – Matte-Shido per Tori;
- – Matte-Shido per Uke.

227. Qualora un combattente, in posizione di Tachi-waza, blocchi per la seconda volta con una mano, una gamba del suo avversario ai fini di eseguire un Kaeshi-waza, cosa dovrà fare l'Arbitro?

- – Matte-Shido;
- – Lascia continuare;
- – Matte, consulto della terna e Hansoku-make.

228. Quale penalità si dovrà infliggere ad un combattente che nel corso dell'incontro applica Do-Jime sul collo dell'avversario?

- – Shido;
- – Niente solo richiamo verbale;
- – Hansoku-make.

229. A partire da quale penalità l'Arbitro, per assegnarla, avrà l'obbligo di consultarsi con i Giudici?

- – Shido;
- – Hansoku-Make;
- – È solo facoltà dell'Arbitro consultarsi con i Giudici per qualunque penalità.

230. In seguito ad una finzione di attacco effettuata ai limiti della area di combattimento, l'altro combattente esce. Quale provvedimento dovrà adottare l'Arbitro?

- – Matte-Shido per chi esce;
- – Nessun provvedimento;
- – Matte e Shido per finto attacco.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 47 -

231. Nel corso di un combattimento un atleta nella posizione in piedi tiene continuamente le dita dell'avversario intrecciate al fine di impedire l'azione. Cosa farà l'Arbitro?

- – Darà solo Matte;
- – Lascia continuare;
- – Matte-Shido.

232. Se entrambi i contendenti manifestano una chiara intenzione di attaccare, ricercando continuamente un'opportunità, prima di sanzionarli l'arbitro attenderà circa:

- – 40/45 secondi;
- – 30 secondi;
- – 10 secondi.

233. L'applicazione di un Kansetsu-waza al polso di un combattente richiede un apprezzabile intervento medico e il combattimento riprende. Quale provvedimento prevede la norma?

- – La concessione di una breve sospensione e null'altro;
- – Un richiamo ufficiale;
- – L'autorizzazione della terapia e la sanzione di Hansoku-Make all'esecutore.

234. Come si comporta l'arbitro qualora un combattente esegua una tecnica con presa alla casacca al di sotto della cintura per la prima volta?

- – Hansoku-Make;
- – Shido se la casacca è all'esterno della cintura;
- – Lascierà continuare perché è ammesso dal regolamento.

235. È possibile effettuare un attacco diretto con presa alle gambe?

- – Quando chi la esegue sta subendo una presa incrociata;
- – No, mai;
- – Quando chi attacca sta effettuando una presa incrociata.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 48 -

236. Un combattente nella posizione in piedi tiene continuamente l'estremità della manica dell'avversario a scopo difensivo. L'Arbitro dovrà:

- - Dare Matte, riportare gli atleti al centro ed assegnare Shido;
- - Dare Matte e far riprendere il combattimento dal centro;
- - Lasciare continuare, la difesa è ammessa.

237. In quanti gruppi si dividono gli atti proibiti?

- - In 2 gruppi;
- - In 3 gruppi;
- - In 4 gruppi.

238. Se uno dei combattenti esegue Kata Sankaku dalla posizione in piedi, cosa prevede il regolamento arbitrale?

- - L'arbitro dopo un consulto annuncerà Hansoku-Make;
- - Non valuterà il lancio perché il combattente non è caduto sul dorso;
- - Lascerà continuare l'azione perché è tutto regolare.

239. Se uno dei combattenti si tuffa verso il tappeto per primo con la testa in avanti verso il basso, mentre esegue una tecnica come Uchi-mata o Harai-goshi, l'arbitro deve:

- - Annunciare Matte e sanzionare Tori con Hansoku-make, dopo un consulto con i giudici;
- - Annunciare Matte cercando di prevenire il completamento dell'azione e sanzionare Tori con uno Shido;
- - Ritenere valida l'azione e pertanto non interrompere l'incontro.

240. I falsi attacchi, ossia i movimenti che mirano a dare l'impressione di attacchi, ma che chiaramente mostrano il mancato intento di proiettare l'avversario, richiedono sanzioni?

- - L'esecuzione di tale movimento che ostacola la possibilità di attacco all'avversario, esige la sanzione;
- - L'arbitro darà esclusivamente il Matte;
- - Non sono previsti provvedimenti.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS

SETTORE JUDO

Scheda Quiz

- 49 -

241. Nella posizione in piedi un combattente afferra volontariamente il piede o la gamba dell'avversario per la seconda volta, senza tentare alcuna tecnica di lancio; l'Arbitro dovrà?

- – Infliggerà Hansoku-make;
- – Infliggerà Shido;
- – Lasciare continuare senza infliggere sanzioni.

242. Alla fine del combattimento, un atleta si rifiuta di salutare e butta la cintura sul tatami. Il regolamento prevede che l'arbitro?

- – Faccia finta di nulla tanto ormai il combattimento è finito;
- – Assegnerà Hansoku-make all'atleta;
- – Assegnerà Hansoku-make disciplinare e l'atleta verrà tolto dal tabellone di gara.

243. Qualora l'esecuzione di un Sutemi-waza iniziata all'interno dell'area di competizione dovesse determinare la caduta di Tori, contemporaneamente a quella di Uke, all'esterno dell'area di combattimento, come la si deve considerare?

- – Non valida e sanzionabile;
- – Sì valida;
- – Soltanto non valida.

244. Il combattente bianco al termine dell'incontro risulta penalizzato con n°1 Shido, il rosso risulta penalizzato con n°2 Shido. Come si comporterà l'Arbitro?

- – Assegnerà la vittoria al bianco;
- – Annuncerà il Golden score;
- – Punirà il rosso con Hansoku-make.

245. L'adozione di un comportamento eccessivamente difensivo nel Ne-waza, quale provvedimento comporterà?

- – Nessun provvedimento;
- – La sanzione di Shido;
- – La non combattività.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 50 -

246. Dalla posizione di Tachi-Waza un esordiente "A" esegue una tecnica di Uchi-Mata puntando la testa sul tatami, come si comporterà l'arbitro?

- - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione;
- - Matte;
- - Sanzionerà Tori con Shido e farà riprendere da Tachi-waza.

247. Un esordiente "B" esegue Ippon-seoi-nage a destra partendo con prese a sinistra come si comporterà la terna?

- - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione;
- - Sanzionerà Tori con Shido;
- - Se è la prima volta, ammonirà verbalmente Tori.

248. Nell'esecuzione di uno Seoi-nage eseguito molto basso, un esordiente "A" perde l'equilibrio e finisce la proiezione dalla posizione inginocchiata. Come si comporterà l'arbitro?

- - Se è la prima volta, ammonirà verbalmente Tori;
- - Sanzionerà Tori con Shido;
- - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione.

249. Per eseguire un O-soto-gari, un esordiente "A" si butta col corpo sulla spalla dell'avversario cadendogli addosso. Come si comporterà l'Arbitro?

- - Tutto regolare, O-soto-gari non è una tecnica di sacrificio;
- - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione;
- - Sanzionerà Tori con Shido.

250. Eseguire una presa alla cintura cosa comporta:

- - Nulla se si ha un atteggiamento positivo;
- - Shido sempre;
- - Shido se non si attacca entro venti secondi.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 51 -

251. Rompere le prese senza eseguire nessun attacco comporta:

- – Richiamo verbale;
- – Nulla se vengono subito rifatte;
- – Shido.

252. Nella posizione in piedi, tenere continuamente una sola mano dell'avversario per impedirgli l'azione di attacco comporta:

- – Shido;
- – Nulla se non si blocca anche l'altra;
- – Nulla, una sola mano si può prendere.

253. Nella posizione in piedi, tenere l'estremità della manica (o maniche) dell'avversario comporta:

- – Nulla se si utilizza codesta presa per attaccare;
- – Shido, entrambe le maniche non si possono tenere;
- – Nulla perché le prese sono una per lato e non sulla stessa manica.

254. Un atleta della categoria Junior nell'esecuzione di una tecnica tipo Ko-Uchi-Gari afferra il gonnellino posto al di sotto della cintura, come si dovrà comportare l'arbitro?

- – Annunciare Matte, non concedere l'eventuale vantaggio e penalizzerà l'atleta con Shido;
- – Farà proseguire l'azione perché tutto regolare;
- – Annuncerà Matte e farà riprendere il combattimento dalla posizione eretta.

255. Durante l'esecuzione di Uchi-mata, Tori avvolge la gamba dell'avversario con la propria (in una forma tipo Kawazu-gake). Come si dovrà comportare l'arbitro?

- – Shido;
- – Hansoku-make;
- – Tecnica valutabile.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 52 -

256. Partendo quasi dal centro dell'area di combattimento, l'atleta rosso, con braccia semi flesse, spinge con forza e senza attaccare l'avversario fuori dall'area stessa. L'arbitro dovrà:

- – Sanzionare con Shido l'atleta rosso;
- – Sanzionare con Shido l'atleta bianco;
- – Dare il Matte e far riprendere il combattimento dalla posizione centrale, se l'azione si ripete sanzionare l'atleta bianco.

257. Sciogliere intenzionalmente il nodo della cintura senza il permesso dell'arbitro comporta:

- – Se lo si fa per rassettare il JUDOGI ed è la prima volta, un richiamo verbale;
- – Nulla se viene riannodata in fretta;
- – Sempre Shido.

258. Mancano pochi secondi alla fine, ed alla ripresa del combattimento, l'atleta in vantaggio per un Waza-ari fugge platealmente per non farsi fare le prese. L'arbitro:

- – Lascia scorrere i pochi secondi mancanti senza intervenire;
- – Lo sanziona con Hansoku-make disciplinare;
- – Lo sanziona con Shido.

259. L'atleta rosso, per staccare una presa del bianco, utilizza entrambe le mani. L'arbitro:

- – Se è la prima volta, lascia correre;
- – Sanziona il rosso con Shido, non si può agire con entrambe le mani su una dell'avversario;
- – L'azione è possibile se eseguita con atteggiamento propositivo.

260. Il combattente bianco nella posizione di Tachi-Waza effettua una presa con le dita all'interno della casacca del suo avversario, come si dovrà comportare l'arbitro?

- – Lo penalizzerà con Shido: perché la presa non è consentita dal regolamento;
- – Niente, perché è ammessa dal regolamento per difendersi;
- – Niente se è fatta per attaccare.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 53 -

261. Che tipo di vittoria verrà assegnata per l'assenza dell'avversario?

- – Fusen-gachi;
 - – Kiken-gachi;
 - – Kachi.
-

262. Kiken-gachi si attribuisce per:

- – Vittoria per mancanza atleta avversario;
 - – Vittoria per abbandono;
 - – Vittoria per squalifica.
-

263. Cosa succede ad un combattente che non è al suo posto di partenza dopo tre (3) chiamate ad intervalli di un (1) minuto?

- – Nulla sarà chiamato in un secondo momento;
 - – Perderà l'incontro per Fusen-gachi e sarà eliminato dai tabelloni;
 - – Perderà l'incontro per Kiken-gachi.
-

264. Prima di annunciare Fusen-gachi, l'arbitro dovrà:

- – Assicurarsi di aver ricevuto l'autorizzazione a prendere un simile provvedimento dalla commissione arbitrale;
 - – Chiedere ai tecnici presenti a bordo materassina;
 - – Consultarsi con il medico.
-

265. Se un atleta durante il combattimento dovesse perdere e non ritrovare velocemente una lente a contatto morbida e dichiarare di non poter continuare senza di essa, che tipo di soluzione adotterà l'arbitro?

- – Concederà altro tempo per la ricerca;
 - – Assegnerà la vittoria all'avversario per Kiken-gachi;
 - – Dopo un consulto coi giudici assegnerà la vittoria all'avversario per Kiken-gachi.
-

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 54 -

266. Nel corso di un combattimento viene richiesto l'intervento medico:

- - Si dovrà registrare l'intervento medico;
- - Nessun intervento medico dovrà essere registrato;
- - Qualora il medico decida che il combattente può continuare, verrà registrato un intervento medico.

267. Si chiede se l'ennesimo intervento per epistassi recidiva, di cui non è possibile stabilire la responsabilità, richiede la registrazione:

- - No, perché classificato infortunio minore;
- - No, gli interventi medici non vanno registrati;
- - Si chiederà al medico.

268. Da regolamento arbitrale sino a che altezza sono consentite le prese al di sotto della cintura?

- - Sino al livello dell'inguine;
- - sino al livello del ginocchio;
- - Per tutta la lunghezza della gamba.

269. In contemporaneità ad una rapida efficace azione di Kansetsu-waza, Uke sanguina dal naso. Quale decisione adotterà l'Arbitro?

- - Lascerà continuare fino alla conclusione dell'azione in atto;
- - Annuncerà il Sonomama per consentire l'intervento medico;
- - Annuncerà immediatamente Matte.

270. Quale provvedimento impone alla terna arbitrale il trattamento sanitario mediante uso di Spray antidolorifico nel corso di un infortunio, in cui non è possibile stabilire la responsabilità all'infortunio stesso?

- - Nessun provvedimento;
- - La fine del combattimento e la vittoria per l'avversario;
- - Dipende dalla durata del trattamento.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 55 -

271. Quante volte un atleta può autonomamente trattarsi una lesione minore (tipo dito slogato), prima che la terna arbitrale ponga fine al combattimento?

- - 2 volte;
- - 4 volte;
- - Sempre.

272. Se durante una proiezione l'atleta impatta violentemente il tatami con la testa, l'arbitro può chiedere l'intervento del medico?

- - No;
- - Sì, ma l'atleta perderà l'incontro;
- - Sì.

273. Come si dovrà comportare la terna arbitrale, nell'ipotesi in cui, dopo un primo intervento medico, e ricominciato il combattimento, il medico si avvicina a bordo tatami e dice che l'atleta che prima si era infortunato non può continuare?

- - Dopo un consulto porrà fine al combattimento e dichiarerà l'avversario vincitore per Kiken-gachi;
- - Il medico non può assolutamente intervenire se non chiamato dall'arbitro;
- - L'atleta può decidere di continuare anche se il medico non è d'accordo.

274. È possibile riprendere a combattere se il medico non riesce ad arrestare un'emorragia?

- - No, e l'atleta perderà per Kiken-gachi;
- - No, e l'atleta perderà per Fusen-gachi;
- - Sì, dopo una breve attesa.

275. Quante volte è consentito al medico di intervenire sulla stessa ferita sanguinante prima che la terna arbitrale assegni la vittoria per Kiken-gachi?

- - 2 volte;
- - Il medico può intervenire tutte le volte che c'è sanguinamento;
- - 4 volte.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 56 -

276. Durante un'azione di Shime-waza un atleta sviene, può il coach precipitarsi nell'area di competizione?

- - Sì, sempre;
- - Se è per dare soccorso all'atleta lo può fare;
- - No, mai.

277. Cosa succede ad un combattente che viene colto da malore durante una gara e non è in grado di continuare?

- - Perderà l'incontro;
- - Gli verrà dato il tempo di riprendersi;
- - Nulla, l'incontro verrà comunque terminato.

278. Il combattente può chiedere all'arbitro l'intervento del medico?

- - No mai;
- - Sì, ma solo se il medico è d'accordo;
- - Sì, ma in questo caso il combattimento terminerà e vincerà l'avversario.

279. A seguito di una testata fortuita tra i due atleti, uno di essi inizia a perdere sangue dal naso. Come si deve comportare l'arbitro?

- - Darà il Matte, chiamerà il medico per le cure del caso e farà riprendere il combattimento;
- - Farà continuare il combattimento;
- - Darà il Matte e dopo le cure del medico porrà fine al combattimento.

280. Può il medico per ragioni di sicurezza inserire dei tamponi nasali ad un atleta che perde sangue dal naso?

- - No, mai;
- - Sì, se lo reputa opportuno;
- - Sì, ma l'atleta curato perderà l'incontro.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 57 -

281. Si chiede se un combattente infortunato può essere curato fuori dall'area di competizione e poi riprendere il medesimo incontro:

- – In nessun caso;
- – Lo stabilirà il medico con insindacabile parere;
- – Generalmente no, ma se trattasi di una donna l'allontanamento dal tatami può essere autorizzato.

282. In quali casi l'arbitro può chiedere l'intervento del medico?

- – Per un forte impatto degli arti inferiori;
- – Per un forte impatto sulla schiena;
- – Per un forte impatto della testa o della spina dorsale.

283. Come si deve comportare la terna nel caso in cui un combattente vomiti sul tatami?

- – Chiama il medico ed appena possibile si riprende il combattimento;
- – Shido all'atleta che ha vomitato;
- – Assegnare la vittoria per Kiken-gachi all'avversario.

284. Per taluni infortuni l'arbitro può autorizzare l'applicazione di medicazione?

- – Sì per le ferite sanguinanti;
- – No, ciò porrebbe fine al combattimento;
- – È solo il medico a stabilire sul tatami il tipo di intervento.

285. Il parere del medico è determinante se dichiara che un atleta infortunato non è in grado di continuare a combattere?

- – No, se successivamente cambia parere per dichiarazione del combattente;
- – No, se l'allenatore dell'infortunato assume in proprio la responsabilità;
- – Sì è determinante, e in ogni caso l'incontro sarà dichiarato finito.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 58 -

286. Nel corso di una gara individuale, in seguito ad infortunio, un combattente non è in grado di proseguire l'incontro. Alla terna arbitrale rimane impossibile accertarne la responsabilità. Quale giudizio potrà essere dato?

- - Sarà dato Hiki-wake;
 - - Vince l'atleta non infortunato;
 - - Verrà sanzionato l'atleta non infortunato.
-

287. Durante il combattimento l'atleta chiede intervento medico per un dolore al costato. Come si regola la terna arbitrale?

- - Chiamerà il medico e porrà fine all'incontro, assegnando la vittoria all'avversario per Kiken-gachi;
 - - Chiamerà il medico e appena ripresosi l'atleta, l'arbitro darà l'Hajime;
 - - Non è previsto l'intervento medico.
-

288. Nel corso di una gara a squadre, a causa di un infortunio causato dall'avversario, un atleta non è in grado di continuare. Quale giudizio dovrà essere espresso?

- - L'arbitro annuncia Hiki-Wake;
 - - Vince l'atleta non infortunato;
 - - Vince l'atleta infortunato.
-

289. In seguito ad un colpo nello scroto, il medico può fornire aiuto?

- - No;
 - - Sì;
 - - In caso di aiuto, l'atleta perderà l'incontro.
-

290. È importante che il medico sappia dall'Arbitro se il proprio intervento serva ad esaminare oppure curare l'atleta infortunatosi nel corso del combattimento?

- - Sì, il medico prima della gara va informato;
 - - No, sul tatami il medico opera come ritiene opportuno;
 - - L'argomento non è contemplato dal regolamento.
-

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 59 -

291. Se si dovesse verificare una situazione non prevista dalle regole arbitrali, come dovrà comportarsi la terna officiante?

- – L'arbitro deciderà in base alla maggioranza dei tre;
- – Il caso verrà discusso con la Commissione Arbitrale e l'arbitro annuncerà la decisione;
- – La terna arbitrale sarà costretta a rivolgersi all'organizzazione.

292. Un esordiente "A" per almeno quanti secondi dovrà tenere l'avversario in Osaekomi per ricevere Waza-ari?

- – 5 secondi;
- – 10 secondi;
- – 15 secondi.

293. Nell'esecuzione di un Tomoe-nage da parte di un esordiente "B", Uke prima di cadere ampiamente sulla schiena, riesce ad interrompere momentaneamente la tecnica, che giudizio dovrà aggiudicare l'arbitro?

- – Se c'è anche controllo, Ippon;
- – Al massimo Waza-ari;
- – Sanzionerà Tori con Shido.

294. Per eseguire un O-uchi-gari, un esordiente "B" sfrutta il peso del proprio corpo e finisce a terra con l'avversario. Come si comporterà l'Arbitro?

- – Sanzionerà Tori con Shido;
- – Darà Matte e farà riprendere il combattimento;
- – Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione.

295. Un esordiente "B" per almeno quanti secondi dovrà tenere l'avversario in Osaekomi per ricevere Ippon?

- – 20 secondi;
- – 25 secondi;
- – 15 secondi.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 60 -

296. Dalla posizione di Tachi-waza un esordiente "B" esegue Reverse Seoi-Nage. Come si comporterà la terna arbitrale?
- - Sanzionerà Tori con Shido e farà riprendere da Tachi-waza;
 - - Non darà nessun punteggio tecnico, ma farà continuare gli atleti a terra;
 - - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione.
-
297. Un esordiente "B" in Ne-Waza esegue una tecnica di Riote-Jime, come dovrà comportarsi l'arbitro?
- - Matte, Shido;
 - - Matte;
 - - Lascerà proseguire l'azione.
-
298. Nell'esecuzione di uno Seoi-nage eseguito molto basso, un esordiente "A" perde l'equilibrio e finisce la proiezione con un ginocchio a terra. Come si comporterà l'arbitro?
- - Se è la prima volta, ammonirà verbalmente Tori;
 - - Sanzionerà Tori con Shido;
 - - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione.
-
299. Un esordiente "A" esegue una tecnica tipo Kubi-Nage bloccando il collo del suo avversario. Come si comporterà l'Arbitro?
- - Tutto regolare, Kubi-Nage non è una tecnica di sacrificio;
 - - Assegnerà il vantaggio in base alla proiezione;
 - - Sanzionerà Tori con Shido.
-
300. Uke nella categoria cadetti può usare la testa per ruotare sul tatami e difendersi da un attacco di Tori?
- - Sì;
 - - No, verrà sanzionato con Shido;
 - - L'arbitro darà Matte e farà riprendere il combattimento.
-

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 61 -

301. Può un atleta prendere i pantaloni all'altezza dei glutei e proiettare il proprio avversario?

- -No, e verrà sanzionato d'arbitro con Shido;
- -Si;
- -Lo può fare solo se esegue una tecnica di Ma o Yoko-Sutemi Waza.

302. Può un atleta uncinare e eseguire una tecnica di Te-Guruma?

- -Si, in tutte le categorie, da esordienti "A" sino a senior;
- -No, e verrà sanzionato con Shido;
- -Si, solo però le categorie Junior e Senior.

303. Può un atleta prendere il gonnellino del proprio avversario ed utilizzarlo come ostruzione nei confronti del proprio avversario?

- -Si, sempre;
- -No;
- -Dipende dalla categoria.

304. Come si deve comportare l'arbitro se un atleta nella posizione di Tachi-Waza esce in maniera volontaria dall'area di combattimento?

- -Matte, Shido;
- -Matte;
- -Niente, questa azione è ammessa dal regolamento.

305. Come si deve comportare l'arbitro se un atleta nella posizione di Ne-Waza esce volontariamente sgattaiolando dall'area di combattimento?

- -Matte, Shido;
- -Matte;
- -Niente, in Ne-Waza questa azione è concessa.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 62 -

306. Come si deve comportare l'arbitro se un atleta applica uno Shime-Waza usando il fondo della casacca?

- -Shido;
- -Hansoku-Make;
- -Niente, lascia proseguire l'azione perché è tutto regolare.

307. Come si deve comportare l'arbitro se Tori attacca direttamente Uke con una presa dell'orso?

- -Shido;
- -Hansoku-Make;
- -Niente, lascia proseguire l'azione perché è tutto regolare.

308. Come si deve comportare l'arbitro se Tori attacca direttamente Uke con una presa dell'orso agganciandosi le due mani?

- -Shido;
- -Hansoku-Make;
- -Niente, lascia proseguire l'azione perché è tutto regolare.

309. Come si deve comportare l'arbitro se Tori attacca non in maniera diretta Uke con una presa dell'orso agganciandosi le due mani?

- -Shido;
- -Hansoku-Make;
- -Niente, lascia proseguire l'azione perché è tutto regolare.

310. Come si deve comportare l'arbitro se un atleta esegue una tecnica di Ude-Gaeshi?

- -Shido;
- -Hansoku-Make;
- -Niente, lascia proseguire l'azione perché è tutto regolare.

SDA DISCIPLINE ORIENTALI UISP APS
SETTORE JUDO
Scheda Quiz
- 63 -

311. Come si deve comportare l'arbitro se un atleta falcia dall'interno la gamba di appoggio dell'avversario quando questi sta applicando Harai-Goshi?

- -Shido;
- -Hansoku-Make;
- -Niente, questa azione è consentita.

312. Come si deve comportare l'arbitro se Tori, in posizione di Tachi-Waza proietta il proprio avversario con una tecnica di Kansetsu-Waza e il rischio di arrecare danno è elevato?

- -Shido;
- -Kinza;
- -Hansoku-Make.

313. Come si deve comportare l'arbitro se Tori nella posizione di Ne-Waza inserisce una presa all'interno dei pantaloni del proprio avversario?

- -Shido;
- -Matte;
- -Lascia proseguire perché l'azione è valida.

314. Come si deve comportare l'arbitro se Tori nella posizione di Ne-Waza inserisce una presa all'interno di una manica della giacca del proprio avversario?

- -Shido;
- -Matte;
- -Lascia proseguire perché l'azione è valida.

315. Come si deve comportare l'arbitro se Uke nella posizione di Ne-Waza inserisce una presa all'interno dei pantaloni del proprio avversario per cercare di ribaltare la situazione?

- -Shido;
- -Matte;
- -Lascia proseguire perché l'azione è valida.
