



Правила Контактного джиу-джитсу

1. Общие положения.

1.1. Контактное джиу-джитсу – динамичный стиль соревнований по джиу-джитсу, в котором используется практически весь арсенал техник джиу-джитсу: удары руками и ногами, в том числе коленями и локтями, прямые удары в голову, удары по ногам и рукам; броски и сведения в партер; болевые и удушающие приемы в стойке и в партере.

1.2. Цель поединка состоит в том, чтобы победить противника нокаутом (техническим нокаутом), двумя нокдаунами, сабмишеном (болевым или удушающим приемом) или по решению **судей**, основанном на доминирование одного спортсмена над другим.

1.3. Соревнования проводятся по двум версиям правил:

А) Правила 2023 года «Без ударов в голову» (HIF: **Head Impact Free**), представляют собой безопасный переход от файтинг-систем JJIF (**Jiu-jitsu International federation**) (бои) к полноконтактным боям.

Б) Правила полноконтактного джиу-джитсу «КОНТАКТ-ДЖИУ-ДЖИТСУ 2017 AIMAG эволюция» (AIMAG: **Asian Indoor Martial Arts Games**) предназначены только для опытных и взрослых спортсменов, так как включают возможность нокаута ударом в голову.

2. Участники соревнований по контактному джиу-джитсу, категории.

2.1. В соревнованиях по Контактному джиу-джитсу принимают взрослые, хорошо подготовленные спортсмены в возрасте старше 18 лет, имеющие достаточный опыт выступления по другим дисциплинам джиу-джитсу (бои, борьба лежа, ката парное).

2.2. Допускается выступление спортсменов имеющих достаточный опыт выступления (не менее 3-х лет) в схожих видах единоборств (боевое самбо, ММА, кикбоксинг, тайский бокс и другие подобные виды).

2.3. Спортсмены старше 16 лет могут выступать по Правилам HIF (без ударов в голову).

2.4. Применяются весовые категории, определенные в Спортивном кодексе JJIF (см вес категории бои/борьба лежа).

3. Соревновательная форма.

Все участники должны быть одеты в сертифицированное JJIF ГИ чистое, в хорошем состоянии белого цвета в соответствии со Спортивным кодексом JJIF, пояса красного или синего цвета.

Участники должны носить красную и синюю защитную экипировку, одобренную JJIF.

Судьи по контролю за формой должны убедиться, что все участники одеты в необходимую форму и защитное снаряжение, прежде чем войти в зону соревнований.



Запрещается наносить на кожу какие-либо вещества, заклеивать руки и запястья, использовать бинты, повязки или любые защитные материалы без разрешения официального врача соревнований.



Без ударов в голову (HIF)



С ударами в голову (AIMAG)

3.1. Обязательное защитное снаряжение Контакт джиу-джитсу с ударами в голову (AIMAG): а) капа для защиты зубов и десен - **обязательно**; б) защита паха мягкая чашка (для мужчин)- **обязательно**; в) защита груди (для женщин)- **обязательно/по желанию**; г) защита голени и подъёма стопы увеличенной толщины - **обязательно**; д) перчатки контактные 6-8 унций, с открытыми пальцами и ладонью на эластичной липучке без шнуровок - **обязательно**; е) шлем защитный для головы - **обязательно**. Цвет защиты головы, рук и ног синего или красного цвета должен соответствовать цвету пояса.



А)



Б)



В)



3.2 Обязательное и дополнительное защитное снаряжение Контактного джиу-джитсу без ударов в голову (НІF): а) защита голени и подъёма стопы увеличенной толщины – **обязательно**; б) перчатки контактные 4 унции, с открытыми пальцами и ладонью на эластичной липучке без шнуровок – **обязательно**; в) защита паха мягкая чашка (для мужчин)- **обязательно**; г) защита груди (для женщин)- **обязательно/по желанию**; д) капа для защиты зубов и десен – **дополнительно/ по желанию**.



Примечание:

На этапе тестовых соревнований оргкомитет может допустить различные цвета Ги и снаряжения. Участники соревнований в ходе поединка должны носить красные и синие пояса.

4. Судейская форма.

Судейская форма должна соответствовать Правилам JJIF для судей. Дополнительно для Мэт-рефери латексные (хирургические) одноразовые перчатки черного, телесного, белого цвета. [Рекомендуется](#)





5. Продолжительность поединка, медицинское время

5.1 Продолжительность поединка

Продолжительность поединка для взрослых спортсменов составляет три (3) минуты.

Если после 3 минут поединка участники соревнований равны во всех областях, то Мат-рефери добавляет одну (1) минуту дополнительного времени для определения победителя.

Важно, чтобы между двумя последовательными поединками участнику соревнования было предоставлено время для восстановления минимум 15 минут.

Отсчет времени начинается сразу после объявления Мат-Рефери команды «Файт».

Время останавливается только тогда, когда Мат-рефери объявляет команду «Стоп» (в случае травмы, повреждения Ги или в ряде других возможных ситуаций).

Во всех остальных случаях время поединка продолжается.

5.2 Медицинское время.

Участник соревнований имеет право на медицинскую помощь во время поединка длительностью не более 2 минут.

Если любому участнику соревнований потребуется более двух (2) минут медицинского времени, он проигрывает поединок, поскольку считается, что он больше не может продолжать поединок по медицинским причинам.

6. Взвешивание

Взвешивание всех участников соревнований должно проводиться в соответствии со Спортивным кодексом JJIF.



Весовые категории контактного джиу-джитсу соответствуют дисциплинам JJIF файтинг систем (бои) и неваза (борьба лежа).

7. Правила поединка.

7.1 Позиции участников поединка

- Положение стоя – это позиция участника поединка, когда он касается зоны соревнований только ногами (стоит на ногах).



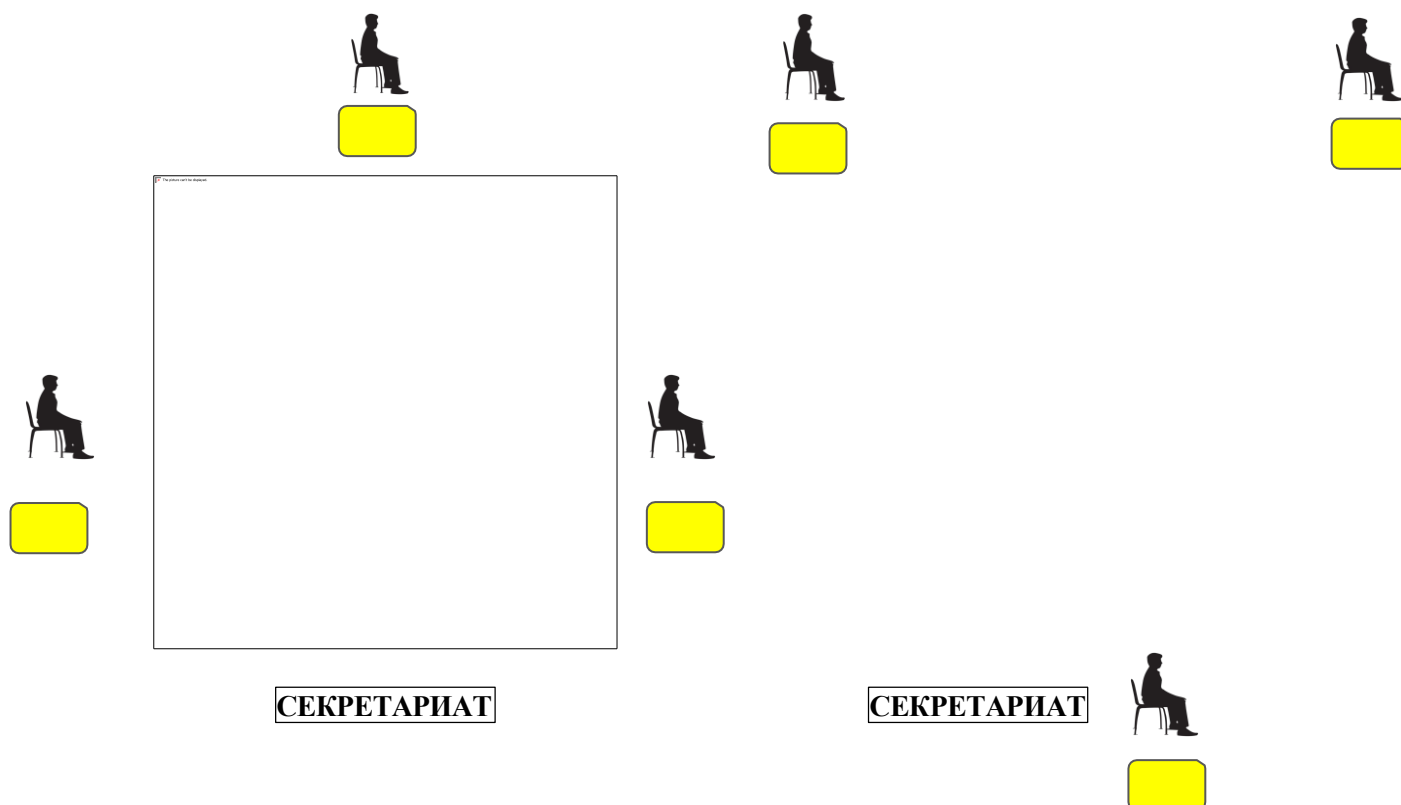
- Положение партера – это позиция участника поединка, когда он касается зоны соревнований любой частью своего тела, помимо ног.



7.2 Ход поединка

Мат-рефери должен находиться в центре рабочей зоны, руководить поединком и следить за тем, чтобы спортсмены вели поединок по правилам.

Судьи находятся на стульях для подсчета техник, активностей и внесения их в судейские записки. [Ниже представлены возможные варианты расположения судей.](#)



Когда Мат-рефери объявляет предупреждение, наказание или дисквалификацию, данный участник поединка должен сделать поклон/[жест приветствия](#) в его сторону в знак согласия.



Мат-рефери объявляет предупреждение/наказание, а спортсмен поклоном/**жестом приветствия** выражает согласие с принятым решением

Если одному участнику поединка необходимо покинуть рабочую зону, чтобы получить медицинскую помощь (для медицинской помощи и наблюдения), оставшийся участник соревнований, остается на своей позиции и отворачивается от центра рабочей зоны. В это время данному участнику соревнований не разрешается разговаривать со своим тренером. Его тренер может дать ему совет, но между участником соревнований и тренером не может быть никакого диалога.

Мат-рефери вызывает спортсменов на татами. Участники соревнований начинают поединок, стоя лицом друг к другу в центре рабочей зоны, на расстоянии примерно двух (2) метров друг от друга. Участник соревнований с красным поясом, красными перчатками и красными защитами для голеней и подъёмов стоп находится справа от Мат-рефери. По знаку Мат-рефери участники соревнований делают **приветствие**, стоя, сначала Мат-рефери, а затем друг другу, разрешено пожатие рук.



ПРИВЕТСТВИЕ СУДЬИ ПРИВЕТСТВИЕ ДРУГ-ДРУГА ПОЖМИТЕ РУКИ

После того, как Мат-рефери объявит команду «Файт», поединок начнется в стойке. Отсчет времени поединка останавливается только тогда, когда Мат-рефери объявляет в сторону столу секретариата «**Стоп**». Во всех остальных случаях время продолжает идти.



ФАЙТ



СТОП

Пока участники соревнований активны, они могут переходить из положения стоя в положение партера и обратно. Когда они неактивны, Мат-рефери своим решением возобновляет поединок в положении стоя в центре рабочей зоны. Предупреждение за пассивность делается участнику соревнований, блокирующему ход поединка.

В конце поединка Мат-рефери жестом подзывает обоих участников соревнований к себе в центре рабочей зоны (если это возможно), объявляется результат поединка, после чего оба участника соревнований должны сделать поклон/**приветствие** друг другу, а затем сделать поклон/**приветствие** Мат-рефери.

7.3 РЕЗУЛЬТАТ И ОЦЕНКА ПОЕДИНКА

Поединок оканчивается в случае, когда один из участников соревнований побеждает одним из следующих способов:

1. Технический нокаут (*англ. TKO*)
2. Сабмишен (победа болевым или удушающим приемом)
3. Активное доминирование
4. Решение **судей**
5. Дисквалификация посредством наказания
6. Травма или решение врача

7.3.1.1. Технический нокаут (*англ. TKO*) по версии AIMAG с ударами в голову:

Технический нокаут как Нокаут (*англ. KO*): спортсмен попадает в нокдаун (сбит с ног) и не может восстановиться в течение 5 секунд.

Технический нокаут как 2 Нокдауна (*англ. KD*): Нокдаун — эффективная техника, заставляющая соперника прекратить поединок. Когда противник опускается на колени после разрешенной ударной техники или другой сильной атаки, заставляющей его опуститься на колени. Нокдаун также считается, когда противник не может контратаковать и получает слишком много ударов кулаками, и Мат- рефери вынужден остановить поединок.

Спортсмен, проигравший поединок техническим нокаутом **НЕ может** участвовать в следующем поединке.



7.3.1.2. Технический нокаут (англ. TKO) по версии IJF без ударов в голову:

Технический нокаут:

Когда противник опускается на колени после удара в область печени, удара ногой в солнечное сплетение, лоу-кика или другой сильной атаки, заставляющей его опуститься на колени.

Когда противник не может контратаковать и получает слишком много ударов, и Матрефери вынужден остановить поединок. Боец, проигравший поединок техническим нокаутом **Может** участвовать в следующем поединке.

7.3.2. САБМИШЕН.

Сабмишен болевым или удушающим приемом: участник соревнований, находящийся под воздействием болевого приема или удушающего приема, подает сигнал о сдаче (хлопает ладонью или произносит сигнал о своей сдаче) или теряет сознание.

***Примечание.** Участник соревнований, потерявший сознание, снимается с оставшейся части соревнований.*

Выход из зоны соревнований при реальной угрозе болевого приема также считается сабмишеном (за исключением технически правильных уходов из-под атаки).

7.3.3. АКТИВНОЕ ДОМИНИРОВАНИЕ

Победа в случае, когда противник не может продолжать или уклоняется от поединка:

- уход с татами (не в состоянии стоять на татами);
- пассивность;
- затягивание поединка.

Примечание:

За исключением выхода за пределы татами в результате примененной техники противника. Умышленное приведение соревновательной формы в беспорядок, снятие или выбрасывание любой части защитного снаряжения или соревновательной формы, развязывание пояса или попытка привести соревновательную форму в порядок без специального разрешения Матрефери.

Участник, уклоняющийся от поединка, будет наказан:

1. Первый раз получит Предупреждение.
2. Второй раз получит Пенальти (минус один балл).
3. Третье нарушение приведет к объявлению победителем соперника.

**Пункт 2 подразумевает вычет балла от итоговой оценки, принятой по системе 10:9*

7.3.4. ПОБЕДА ПО РЕШЕНИЮ СУДЕЙ.

Трое судей учитывают каждый эффективный бросок или сведение в партер, каждый эффективный удар рукой или ногой и каждую попытку сабмишена, **перевороты, проходы защиты и иные техники контроля и доминирования**. Самый активный спортсмен одержит победу в конце поединка. Решение будет принято по системе 10:9.



7.3.5. ПОБЕДА ПО ПЕНАЛЬТИ: См 7.5 и 7.6

7.3.6. ПОБЕДА ПО МЕДИЦИНСКИМ ПОКАЗАНИЯМ СОПЕРНИКА

- В случае, если время оказания медицинской помощи превышает допустимое совокупное время в 2 минуты на поединок. Противник будет объявлен победителем.
- Решение официального врача остановить поединок.

Примечание:

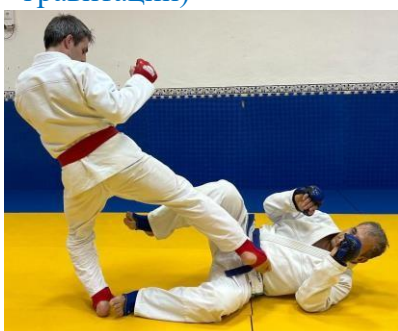
Травмированный в этом поединке спортсмен, снимается с оставшейся части соревнований.

7.4. ЗАПРЕЩЕННЫЕ ДЕЙСТВИЯ.

7.4.1. Удары по половым органам, паховой и анальной области, позвоночнику, жизненно важным органам, теменной области (затылку), **удары против естественного сгиба суставов.**



7.4.2. Удары ногами и коленями из положения партера / из положения с колена (пинаться лежа), **удары в прыжке по лежащему (использование гравитации)**



7.4.3. Удары головой.





7.4.4. Запрещенные действия по версии АИМАГ с ударами в голову.

7.4.4.1 Удары по голове спортсмена в положении партера (на земле) запрещены.

7.4.4.2. Удары локтями и коленями по голове запрещены.



7.4.5. Запрещенные действия по версии ИФ без ударов в голову.

7.4.5.1. Все удары по голове запрещены (и в положении стоя и в положении партера)



7.4.5.2. Удары локтями запрещены.

7.5. ДЕЙСТВИЯ ВЛЕКУЩИЕ ДИСКВАЛИФИКАЦИЮ.

- Любое намеренное использование запрещенных приемов приведет к немедленной дисквалификации.
- Когда участник соревнований травмирует соперника каким-либо запрещенным приемом, это означает немедленную дисквалификацию.
- Скручивание пятки как внутрь, так и наружу.
- **Перекрытие колена (knee rearing), боковые/латеральные атаки на колено**





- Любые болевые на позвоночник вообще не разрешаются. Применение болевого приема, когда создается давление на позвоночник, приведет к дисквалификации.

- Не допускается выполнять слэм и броски на голову

Примечание: любые виды слэма запрещены, спортсмен, который поднимает своего оппонента из позиции лежа(гарда) несет ответственность за свой баланс и равновесие.

- Не разрешается наносить умышленные удары ногами по коленям. Умышленный удар по колену приведет к дисквалификации.



- Бросок противника на его голову: втыкание головой, или удар головой о татами, или суплексный бросок, или выполнение броска захватом головы (захват головы обеими руками без захвата руки или формы атакуемого спортсмена/[скручивание шейных позвонков-воздействие на позвоночник](#)).

- Хватать или скручивать пальцы, волосы и уши.

- Царапаться, кусаться, щипаться, шоркать, цеплять любую часть тела.

- Отказ от совершения соревновательных ритуалов, приветствия соперника или неправильного исполнения приветствия.

- Неуважительное, грубое и неэтичное поведение по отношению к сопернику, любому другому участнику, любому судье или зрителю приведет к [дисциплинарной](#) дисквалификации, а также возможно применение иных санкций вне соревнований.

7.6. НАРУШЕНИЯ:

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ → ПЕНАЛЬТИ → ДИСКВАЛИФИКАЦИЯ

- Непреднамеренные запрещенные действия.

- Класть руку на лицо (глаза, нос, рот) противника.





- Отказ подчиняться приказам или командам рефери.

1. Участник, совершивший легкое нарушение первый раз получает **Предупреждение**.
2. За второе нарушение получит **Пенальти (минус один балл)**.
3. За третье нарушение получит **Дисквалификацию**.

Пункт 2 подразумевает вычет балла от итоговой оценки, принятой по системе 10:9

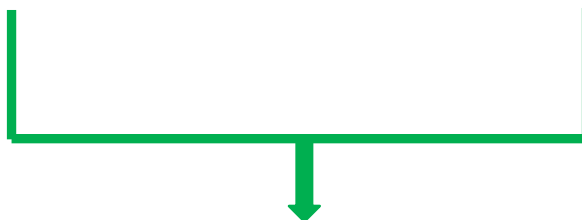
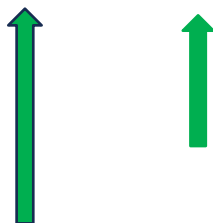
7.7. ЗОНА СОРЕВНОВАНИЙ.

Мат-рефери может вернуть участников соревнований в том же положении на центр татами, когда ему приходится остановить поединок из-за их выхода из зоны соревнований.

Бросок, начавшийся в зоне соревнований, засчитывается, даже если он закончился «за пределами зоны соревнований».

Любая техника, начатая из позиции «за пределами зоны соревнований», не засчитывается.

Сабмишены, болевые и удушающие приемы, начатые в зоне соревнований, разрешены к выполнению и считаются действительными, даже если они завершены за пределами зоны соревнований, при условии, что один из участников соревнований все еще касается поверхности зоны соревнований любой частью его тела.



Зона борьбы + Зона безопасности= Зона соревнований
(внешние татами в комплект не входят)



7.8. ДРУГИЕ СИТУАЦИИ.

Ситуации, не предусмотренные настоящими правилами, будут решаться Судейской комиссией. Эти решения являются окончательными.



8. ПРИЛОЖЕНИЯ

8.1. Критерии учета техник

Каждый судья ведет протокол оценок технических действий каждого спортсмена, используя систему 10/9.

Судья делает для себя пометки, учитывая эффективные техники.

- **Эффективные удары** – акцентированные удары, которые наносятся по телу противника или заставляют противника потерять равновесие, также учитывается реакция тела спортсмена на удар;
- **Эффективные броски и тейкдауны**: броски с приземлением на спину/бок/живот, заканчивающиеся в доминирующем положении, а также броски с преимущественным положением, таким как маунт, бэкмаунт, сайдмаунт;

В AIMAG учитываются любые броски и сведения в партер, после которых спортсмен, совершивший бросок не находится под болевым приемом.

- **Эффективные техники борьбы в партере**: техники, которые заставили противника уйти от болевого захвата, удушения. Проходы гарда, свипы/перевороты считаются эффективными приемами, когда завершаются в доминирующей позиции с контролем. Доминирующие позиции контроля (маунт, бэк контрол и т.д)

Примечание:

Удары руками и коленями по татами не засчитываются, поскольку они эффективны только в том случае, если противник отпускает захват, чтобы провести болевой прием или другой прием.



8.2. Протокол учета техник

Протокол учета техник (контактное джиу-джитсу)

Наименование соревнований
Дивизион _____

ФИО (красный)			ФИО (синий)		
Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин	Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин
Удар ногой/ удар рукой			Удар ногой/ удар рукой		
Бросок/сведение в партер			Бросок/сведение в партер		
Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции			Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции		
Попытки сабмишен			Попытки сабмишен		
Наказание			Наказание		
Итог:			Итог:		
Мат Рефери: Судья:					



8.3 Система подсчета 10-9

Оба спортсмена стартуют с 10 очками:

- **10-9** определяет небольшое преимущество в какой-то момент, составляя **10 очков победителю**;
- 10-8 должен отражать большую разницу в уровне возможностей между обоими спортсменами, и бой должен быть досрочно завершен решением судьи в целях защиты спортсмена;
- Счет 10-7 будет полной разницей в счете между обоими спортсменами, при которой у одного из них не будет шансов на равную победу.



8.4. Жесты рефери



Привет-е судье



Привет-е друг другу



Пожмите руки



Файт



Стоп



Медикал-тайм



Пенальти



Дисквалификация



Примеры заполнения протокола оценок

ФИО (красный)			ФИО (синий)		
Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин	Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин
Удар ногой/ удар рукой	///		Удар ногой/ удар рукой	///	
Бросок/сведение в партер	//		Бросок/сведение в партер	/	
Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции	/		Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции	/	
Попытки сабмишен	/		Попытки сабмишен		
Наказание	/		Наказание	/	
Итог:	10		Итог:	9	
Мат Рефери: Судья:					

ФИО (красный)			ФИО (синий)		
Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин	Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин
Удар ногой/ удар рукой	//	//	Удар ногой/ удар рукой	//	/
Бросок/сведение в партер	///	//	Бросок/сведение в партер	//	
Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции	/		Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции		
Попытки сабмишен			Попытки сабмишен		/
Наказание	//		Наказание		
Итог:	9	10	Итог:	9	9
Мат Рефери: Судья:					



ФИО (красный)			ФИО (синий)		
Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин	Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин
Удар ногой/ удар рукой	///		Удар ногой/ удар рукой	//	
Бросок/сведение в партер	/		Бросок/сведение в партер		
Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции			Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции	//	
Попытки сабмишен			Попытки сабмишен	/	
Наказание			Наказание		
Итог:	9		Итог:	10	
Мат Рефери:					
Судья:					

ФИО (красный)			ФИО (синий)		
Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин	Раунд/время	Основной 3 мин	Доп 1 мин
Удар ногой/ удар рукой	//	//	Удар ногой/ удар рукой	//	//
Бросок/сведение в партер	/	/	Бросок/сведение в партер		
Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции		/	Свип/переворот проход гарда Доминирующие позиции	//	/
Попытки сабмишен	/	/	Попытки сабмишен		
Наказание			Наказание		
Итог:	9	10	Итог:	9	9
Мат Рефери:					
Судья:					