



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

FUNDAMENTOS

Judo es un término japonés que significa "camino de la flexibilidad, de la suavidad o camino apacible". Fue creado por el doctor Jigoro Kano a fines del siglo XIX, sobre la base de los métodos de autodefensa orientales de los samuráis, que combinó el estilo y las técnicas del jujitsu para crear la nueva disciplina. Kano, cuando tenía veinte años, fundó el primer kodokan (escuela de judo) en 1882, en Shitaya. Se convirtió en un maestro distinguido y estableció la filosofía oriental del judo que sostiene que debe hacerse un entrenamiento mental y físico para conseguir que la mente y el cuerpo estén en un estado de armonía y equilibrio, concepto fundamental en la mayoría de las artes marciales. Introdujo el principio de tskuri-komi.

En 1890, el judo estaba ya arraigado en Japón y se hizo rápidamente popular. Las autoridades Educativas de Japón lo adoptaron como deporte oficial y la policía lo incluyó en sus programas de entrenamiento.

En 1905, la policía de París lo incorporó en sus programas de entrenamiento y en 1918, se estableció el primer club de Judo de Europa, fue el Budokway, en Londres, fundado por Gunji Kozumi (1885-1965).

En 1926 se realizó el primer encuentro internacional entre el Budokway y la selección alemana y en 1930 se celebraron los primeros campeonatos de Japón. En 1949 se fundó la Asociación Británica de Judo y la Unión Europea de Judo. En 1951 se creó la International Judo Federation.

En 1956 se realizaron los primeros campeonatos del mundo en Tokio, y desde 1965 se han celebrado cada dos años.

Desde 1964 es considerado deporte olímpico, en los Juegos Olímpicos de Tokio, se añadió al programa, inicialmente en tres categorías de peso. A partir de 1980 se comenzó a realizar los campeonatos femeninos.

En la actualidad el judo es un deporte internacional que cuenta con más de 10 millones de personas que lo practican en todo el mundo.

El principio del judo se centra en conseguir la máxima eficacia con el mínimo esfuerzo.

Las categorías en judo se dividen en grados Kyu (alumno) y Dan (maestro). El grado más alto posible es el décimo segundo Dan, conseguido solamente por Jigoro Kano, su creador y el único Shihan (doctor).



Legislatura de la Provincia de Río Negro

El más alto grado alcanzado posteriormente es el cinturón rojo, conseguido por sólo trece hombres de 10° Dan. Los colores del cinturón para los grados del Dan son: 1° al 5° Dan, negro; 6° al 8° Dan, rojo y blanco; 9° al 11° Dan, rojo; y 12° Dan, blanco.

Las categorías masculinas están divididas en 10 niveles, por el peso del judoka, en tramos de peso desde más de 95 kg a menos de 60 kg. Las femeninas presentan 7 niveles, desde más de 72 kg a menos de 48 kg de peso. En las pruebas olímpicas y campeonatos del mundo ha existido siempre una gran superioridad japonesa en las categorías masculinas, en cambio entre las mujeres, han sobresalido las británicas, las latinoamericanas y españolas.

La capacidad de sufrimiento es una característica de todos los judokas; y deben tener además de buena condición física, gran flexibilidad, velocidad, rapidez de movimientos, poder de anticipación, y aprovechamiento de la fuerza del contrario para desequilibrarlo.

Los judokas (2) se enfrentan sobre un tatami o área de competición. Se trata de una superficie blanda que amortigua notablemente los posibles golpes y caídas bruscas.

Una característica de todos los que practican el judo es el autocontrol personal, y el respeto al contrario y el reglamento. Como en la mayoría de los deportes orientales de lucha, la deportividad está por encima de todo.

En nuestro país tenemos grandes exponentes de este deporte, que se destacan en el mundo, como es el caso de nuestra última medallista olímpica Paula Pareto, (medalla de bronce en Beijín y oro en Odesur 2010), Diego Rosatti, Lorena Briceño y Alejandro Claro (medallas de oro en los juegos Odesur Medellín 2010) y muchos más que mantienen en alto la representación argentina en esta disciplina. De nuestra Provincia podemos destacar los ganadores rionegrinos en los juegos de la Araucanía, Romina Aqueveque, Florencia Pérez y Maximiliano Nieves y Federico Andreu.

El último título para nuestra provincia lo logró la judoca sanantoniense Shirley Rocío Morón que se coronó campeona nacional en Infantiles "A" en el torneo argentino disputado en Rosario Santa Fe y clasificó para el Sudamericano a realizarse en Uruguay.

Cabe destacar que en 2008 había obtenido medalla de bronce en el torneo nacional que se realizó en Formosa y en 2009 obtuvo el primer puesto en el nacional de San Juan y repitió en estos dos años el primer puesto en el



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

Torneo Internacional "Abierto de los Lagos" desarrollado en San Carlos de Bariloche.

El deporte en todas sus disciplinas enriquece al ser humano, afianzando sus cualidades físicas, desarrollando sus potencialidades motoras, ayudando al enriquecimiento del individuo en sociedad y aportando salud y por lo tanto mayor calidad de vida. Esto se potencia si se lo practica regularmente y desde temprana edad, pues aporta al desarrollo del cuerpo y mente del individuo.

El Estado desde sus organismos específicos, impulsa, apoya y fomenta las actividades deportivas, y esto fortalece a las organizaciones civiles dedicadas al desarrollo de las diferentes disciplinas.

Consideramos que desde el Poder Legislativo no podemos estar ausentes, y de hecho regularmente nuestra Legislatura contribuye al fortalecimiento de diferentes prácticas deportivas con su colaboración.

Hoy, como en otras oportunidades, volvemos a tener destacados atletas a nivel nacional y es nuestro deseo brindar reconocimiento al esfuerzo y dedicación, para que se reflejen como ejemplo para nuestros jóvenes.

Por ello:

Autora: Mará Inés Maza.



*Legislatura de la Provincia
de Río Negro*

**LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO
D E C L A R A**

Artículo 1°.- Su beneplácito y reconocimiento a la atleta rionegrina, oriunda de San Antonio Oeste, Shirley Rocío Morón que se coronó campeona nacional en Infantiles "A" en el Torneo Argentino de Judo disputado en Rosario, Santa Fe, y clasificó para disputar el Campeonato Sudamericano de Judo a realizarse en la Republica Oriental del Uruguay.

Artículo 2°.- De forma.