

Tekvon-do ITF sporta veida raksturojums un īpatnības

Tekvon-do ITF sporta veida raksturojums

Tekvon-do (no angļu valodas Taekwon-do) ir korejiešu nacionālā cīņas māksla, ko 1955.gada 11.aprīlī izveidoja, kā arī sistematizēja un pilnveidoja, ģenerālis Čoi Hong Hi. Raksturīgākā tekvon-do īpatnība ir tā, ka tajā tiek aktīvi izmantotas rokas un kājas. Vārds "tekvon-do" sastāv no trim vārdiem: "te" – kāja, "kvon" – dūre (roka) un "do" – ceļš, tekvon-do ceļš uz meistarību (rokas un kājas ceļš).



Vadošā un koordinējošā organizācija pasaules mērogā ir Starptautiskā Tekvon-do federācija (angliskais nosaukums – International Taekwon-do federation jeb ITF) nodibināta 1966.gada 22.martā.

Tekvon-do ITF sporta veida atšķirīgās īpatnības

Sportisti sacensībās tiek iedalīti atkarībā no to dzimuma, vecuma, kā arī meistarības pakāpes (tiek izmantota jostu sistēma). Tekvon-do ITF aktivitātēs tiek izmantota tradicionālās uniformas (sastāv no īpaša ITF standarta jakas, biksēm un jostas) -2 veidu uniformas priekš sportistiem, krāsainajām un melnajām jostām, kā arī viena veida uniforma priekš instruktoriem.

Pēc nozīmīguma tekvon-do ITF starptautiskās sacensības iedalās 3 galvenajās grupās:

- Pasaules čempionāti (visaugstākā ranga sacensības)- sastāv no pieaugušo (18-34 gadus veci), junioru (14-17 gadus veci) un veterānu (35 gadi un vecāki) tekvon-do pasaules čempionātiem. Pasaules čempionāts notiek reizi divos gados. Junioru tekvon-do pasaules čempionāti tiek aizvadīti kopā ar veterānu tekvon-do pasaules čempionātiem;
- Kontinentālie čempionāti (Eiropas, Āzijas, Pan-Amerikas, Āfrikas un Okeānijas)– notiek reizi gadā un apvieno sacensības katrā vecuma grupā (kadeti: 11-13 gadus veci; juniori: 14-17 gadus veci; pieaugušie: 18-34 gadus veci un veterāni: 35 gadi un vecāki).
- Pasaules kausa izcīnās notiek reizi divos gados, un tie ir paredzēti starp pasaules čempionātu gadiem.
- Kontinentālie kausi; starptautiskie "A klases" turnīri un citas starptautiskās sacensības.

Sacensību programma iedalās 2 grupās:

- Individuālās sacīkstes (4 disciplīnas):
 - tehniskie vingrinājumu kompleksi (*Tul*) –visas vecuma grupas;
 - divcīņas sacīkstes (*Masogi*) – visas vecuma grupas;
 - speciālā tehnika (*Tuk-Gi*) – juniori un pieaugušie;
 - spēka laušana (*Kek-Pa*) – pieaugušie un veterāni līdz 44.

- Komandu sacīkstes (5 disciplīnas):
 - tehniskie vingrinājumu kompleksi (*Tul*) – visas vecuma grupas;
 - divcīņas sacīkstes (*Masogi*) – visas vecuma grupas;
 - speciālā tehnika (*Tuk-Gi*) – juniori un pieaugušie;
 - spēka laušana (*Kek-Pa*) – pieaugušie un veterāni;
 - paš aizsardzība (*Hosin-Sul*) – juniori un pieaugušie.

Divcīņas (*Masogi*) raksturojums:

Sacensības notiek vadoties pēc svara kategorijām. Junioriem tiek noteiktas 7 svara kategorijas; pieaugušajiem – 8 svara kategorijas un veterāniem – 8 svara kategorijas.

Divcīņa notiek laukumā 9x9m un norisinās 2 raundus ar 1 pārtraukumu. Cīņas laikā tiek izmantota tekvon-do ITF tehnika. Atļauti vieglā kontakta sitienu ar rokām un kājām, gan pa korpusu, gan arī pa galvu, kā arī tiek izmantoti aizsardzības elementi.

Tiesāšanas procesā piedalās: 1 žūrijas priekšsēdētājs, 1–2 žūrijas locekļi, 1 laukuma tiesnesis (referee) un 4 stūra tiesneši (arbitri). Vērtēšana notiek izmantojot ballu sistēmu.

Divcīņas (*Masogi*) sacensību ekipējums:

- Ķivere (ar slēgtu galvas augšdaļu);
- Cimdi (var tikt imantoti 2 veidu cimdi – saskaņā ar sacensību nolikumu);
- Kāju aizsargi;
- Apakšstilba aizsargi;
- Cirkšņa aizsargs (vīriešiem);
- Krūšu protektors (sievietēm);
- Zobu aizsargs.