



REGULAMENTO

2025

GRADUAÇÃO

1° A 5° DAN

Registro documental
Regulamento nº 015/2025
Atualizado em 21/03/2025
Homologado em 11/12/2019
Vigência: ano de 2025
Versão I



FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



REGULAMENTO

A promoção de grau (Dan) de Faixa Preta de Judô é competência exclusiva da Confederação Brasileira de Judô que, por delegação específica, autoriza a Federação Paulista de Judô (FPJUDÔ) realizar o Exame de Graduação, até o 5º (quinto) Dan, aos candidatos registrados por entidades filiadas e vinculadas.

A FPJUDÔ realizará o Exame de Graduação anualmente em conformidade com calendário do ano vigente. Será divulgado, tempestivamente, o *outline* contendo as informações sobre os prazos, local e formulários necessários para a inscrição no Exame de Graduação.

DA INSCRIÇÃO

Artigo 1º - Poderão ser inscritos os candidatos, devidamente registrados na Federação Paulista de Judô, em plenas condições físicas, através de entidade filiada e vinculadas, com suas obrigações estatutárias atualizadas. Observando idade mínima e carência na faixa anterior, conforme REGULAMENTO PARA EXAME E OUTORGA DE FAIXAS E GRAUS da CBJ.

Parágrafo único: é obrigatório o registro na plataforma Zempo da CBJ, em conformidade à resolução CBJ nº 01/2025.

Artigo 2º - O candidato deverá montar seu histórico da prática de Judô e entregar em sua Delegacia Regional para avaliação, no período indicado no *outline* do Exame de Graduação. O histórico deverá conter:

- a-)** Ficha de inscrição devidamente preenchida e assinada pelo candidato e professor responsável atestando que o candidato possui idoneidade moral e que se responsabiliza por ele;
- b-)** Histórico Competitivo devidamente preenchido e assinado pelo candidato.
Anexar cópia simples dos certificados (caso houver);





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



- c-) Histórico de Atividades Gerais devidamente preenchido e assinado pelo candidato. Anexar cópia simples da carteirinha com as atividades e assinatura do coordenador da Federação Paulista de Judô responsável;
- d-) Históricos dos Módulos com cópia simples dos Certificados dos Módulos;
- e-) Pedido de isenção de apresentação do *Kata* no Exame de Graduação, se houver, com cópia simples do certificado. Os critérios para isenção ver seção específica no presente Regulamento;
- f-) Candidatos com necessidades especiais (física, visual e auditiva) devem juntar à sua inscrição o respectivo LAUDO MÉDICO e preencher a solicitação a indicação de banca especial para o seu exame de graduação.

Artigo 3º - No ato da inscrição o candidato deverá efetuar o pagamento correspondente à taxa de análise de currículo, ver tabela de custas da FPJUDÔ vigente.

§1º. O candidato deverá estar quite com suas anuidades de acordo com a tabela abaixo:

CANDIDATOS PARA:	ANOS QUITES					
SHODAN	2025	2024	2023	2022		
NIDAN	2025	2024	2023	2022	2021	
SANDAN	2025	2024	2023	2022	2021	2020
YONDAN	2025	2024	2023	2022	2021	2020
GODAN	2025	2024	2023	2022	2021	2020

Artigo 4º - A inscrição do candidato será deferida quando cumpridos os seguintes quesitos:

- a-) Preenchimento correto dos formulários;
- b-) Veracidade dos documentos anexados;





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



c-) Ter completado a pontuação mínima exigida nos quesitos:

1. Atividades Gerais;
2. Atividades Competitivas;
3. Módulos obrigatórios.

Obs. As pontuações são consideradas válidas durante o período de carência do ZEMPO, estipulado para cada candidato. Por exemplo, candidatos ao grau de *Sho Dan* possuem um período de carência de dois anos, durante o qual todas as atividades realizadas podem ser incluídas no currículo, para o exame de 2025 as pontuações serão consideradas de acordo com a carência da normativa anterior, ou seja 2 anos para shodan e assim por diante.

d-) Ter completado a idade mínima e cumprido o período da carência exigida, a partir da data de registro da graduação atual na FPJUDÔ, de acordo com o REGULAMENTO PARA EXAME E OUTORGA DE FAIXAS E GRAUS da Confederação Brasileira de Judô;

e-) Parecer favorável do Delegado Regional ou Dirigente designado para esta função;

f-) Parecer favorável da Secretaria da FPJUDÔ;

g-) Parecer favorável da Comissão de Graduação da FPJUDÔ;

h-) Parecer favorável da CBJ.

i-) Estar com suas anuidades com a FPJUDÔ quites e os recolhidas as taxas referentes ao exame de graduação.

Parágrafo único - O candidato que estiver cumprindo pena de punição ou indiciado pelo Tribunal de Justiça Desportiva de qualquer órgão relacionado com a modalidade esportiva Judô, terá sua inscrição indeferida.

Artigo 5º - Dados divergentes, pendências, formulários preenchidos incorretamente, ou qualquer irregularidade a Secretaria da FPJUDÔ contatará o candidato.





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



PONTUAÇÃO – ATIVIDADES GERAIS

Artigo 6º - A avaliação das ATIVIDADES GERAIS refere-se à iniciativa e desempenho do candidato em atuações de interesse no desenvolvimento do Judô, em nível regional, estadual e nacional. As pontuações necessárias são distintas para cada graduação, descritas na seção referente à graduação no presente dispositivo. Essa avaliação será feita através da atribuição de pontos às seguintes atividades.

- a) Arbitragem;
- b) Oficiais Técnicos;
- c) Outros;

§1º - Para a atuação, o candidato deverá obrigatoriamente cumprir as determinações abaixo:

- i. Realizar o módulo do ano vigente;
- ii. Avisar previamente o coordenador regional o interesse em atuar no evento, salvo recebimento de convocação;
- iii. Em eventos de nível estadual não será permitido ao atleta competir e atuar como Oficial Técnico/Árbitro no mesmo evento, salvo autorização do coordenador responsável;
- iv. Porte da carteira de identificação do atleta expedida pela da FPJUDÔ (ano vigente) e passaporte para anotação da pontuação.

Parágrafo único - Para a atuação como árbitro ou oficial técnico é obrigatória a realização prévia do Módulo correspondente a função e a inscrição no devido quadro.

Artigo 7º - A pontuação será atribuída de acordo com a natureza do evento:

- a) Eventos Oficiais: 40 (quarenta) pontos para árbitros e 30 (trinta) pontos para oficiais técnicos por dia. São considerados eventos oficiais todos os eventos organizados pela FPJUDÔ, ex.: Copa São Paulo Divisão Especial, Campeonato Paulista, Torneio Beneméritos do Judô do Brasil etc.;





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



- b) Eventos online oficiais organizados pela F.P. JUDO, ou pelas delegacias: 30 pontos por evento, limitado a 3 eventos por candidato;
- c) Eventos Amistosos realizados e organizados pelas delegacias regionais: 30 (trinta) pontos;
- d) Eventos Amistosos: 15 (quinze) pontos;
- e) Colaboradores em Delegacias Regionais: 30 pontos para os colaboradores das delegacias regionais por evento, ex. tesoureiros, *uke* em módulos e outros. Algumas funções poderão ser analisadas pela comissão se serão validadas.

Artigo 8º - A pontuação em eventos oficiais deverá ser igual ou superior 70% (setenta por cento) da pontuação total. A validade da pontuação é igual a carência mínima exigida para a graduação desejada.

Artigo 9º - Para a participação em eventos da Delegacia Regional do candidato obrigatoriamente deverá contatar previamente o Coordenador Regional (da Delegacia Regional do candidato) responsável para a devida autorização para compor o quadro do evento.

PONTUAÇÃO – ATIVIDADE COMPETITIVA

Artigo 10º - O requisito referente a Atividade Competitiva visa avaliar as experiências adquiridas pelo candidato em eventos competitivos. Para adquirir pontuação nesse requisito, será levado em consideração o nível do evento e a atuação do candidato, conforme o disposto na tabela abaixo:

EVENTO	1º COLOCADO	2º COLOCADO	3º COLOCADO	PARTICIPAÇÃO
CAMPEONATOS INTERNACIONAIS OFICIAIS	90 PONTOS	80 PONTOS	70 PONTOS	40 PONTOS
CAMPEONATO BRASILEIRO	80 PONTOS	70 PONTOS	60 PONTOS	30 PONTOS
CAMPEONATO BRASILEIRO REGIONAL	70 PONTOS	60 PONTOS	50 PONTOS	20 PONTOS
MEETING NACIONAL SUB18 E SUB21	70 PONTOS	60 PONTOS	50 PONTOS	20 PONTOS
SELETIVA NACIONAL	70 PONTOS	60 PONTOS	50 PONTOS	20 PONTOS





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



COPA SÃO PAULO	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
COPA SÃO PAULO VETERANOS E KATA	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
CAMPEONATO PAULISTA FASE FINAL	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
CAMPEONATO PAULISTA DE VETERANOS E KATA	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
OPEN PAULISTA	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
OPEN PAULISTA DE VETERANOS E KATA	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
CAMPEONATO PAULISTA ABERTO POR FAIXAS	50 PONTOS	40 PONTOS	30 PONTOS	10 PONTOS
CAMPEONATO PAULISTA INTER-REGIONAL	30 PONTOS	20 PONTOS	10 PONTOS	5 PONTOS
JOGOS ABERTOS DO INTERIOR DE SÃO PAULO	30 PONTOS	20 PONTOS	10 PONTOS	5 PONTOS
JOGOS REGIONAIS (SÃO PAULO)				5 PONTOS
TORNEIO AMISTOSO (CHANCELADO PELA FPJ)				5 PONTOS
TORNEIO BENEMÉRITOS DO BRASIL				

Parágrafo 1º - A participação em eventos amistosos, contará 05 (cinco) pontos, independentemente, da classificação e o máximo de pontos somados não poderá ser superior a 30% (trinta por cento) da pontuação mínima exigida para o candidato. Serão validados os eventos chancelados pela Federação Internacional de Judô, Confederação Pan-americana de Judô, Confederação Brasileira de Judô e Federação Paulista de Judô. Os eventos não listados na tabela estarão sujeitos à análise da Comissão Técnica da Federação Paulista de Judô;

Parágrafo 2º - As pontuações obtidas em eventos em que o candidato obtenha mais de uma colocação será considerada somente a maior pontuação. Ex. Paulista de *Kata* candidato campeão no masculino e vice no misto, será validada somente a pontuação de campeão;

Artigo 11º - O candidato com idade igual ou superior à 30 (trinta) anos em 2025 poderá escolher a divisão de Competidor ou Não Competidor.

a-) Competidor: terá que realizar todos os módulos obrigatórios, bem como cumprir as pontuações mínimas exigidas em Atividades Gerais e em Atividades Competitiva.

b-) Não Competidor: terá que realizar todos os módulos obrigatórios, e cumprir a pontuação mínima exigida em Atividades Gerais, conforme tabela.





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



Parágrafo único: Independente da divisão para os candidatos ao 3º dan e acima, haverá pontuação de Ensino e Difusão.

	COMPETIDOR		NÃO COMPETIDOR	
	GRADUAÇÃO	ATIVIDADE GERAL	ATIVIDADE COMPETITIVA	
SHODAN	240 PONTOS	25 PONTOS	300 PONTOS	
NIDAN	390 PONTOS	50 PONTOS	450 PONTOS	
SANDAN	600 PONTOS	100 PONTOS	750 PONTOS	120 PONTOS
YONDAN	600 PONTOS	100 PONTOS	750 PONTOS	200 PONTOS
GODAN	600 PONTOS	100 PONTOS	750 PONTOS	200 PONTOS

PONTUAÇÃO – ENSINO E DIFUSÃO

ENSINO E DIFUSÃO	
EVENTO	PONTUAÇÃO
MINISTRAR MÓDULOS DA FPJUDÔ	90 PONTOS/EVENTO
ARTIGO PUBLICADO EM REVISTA CIENTÍFICA	70 PONTOS
ORIENTAÇÃO TÉCNICO-PEDAGÓGICA (INSTRUTOR)	70 PONTOS/ANO
ATUAÇÃO COMO TÉCNICO EM EVENTOS ESTADUAIS	30 PONTOS/EVENTO
ATUAÇÃO COMO TÉCNICO REPRESENTANDO A ASSOCIAÇÃO EM EVENTOS NACIONAIS	90 PONTOS/EVENTO
ATUAÇÃO COMO TÉCNICO CONVOCADO PELA FPJUDÔ EM EVENTOS NACIONAIS	90 PONTOS/EVENTO

Parágrafo único: Formados no *Keisei no Michi* tem a pontuação contemplada.





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



PONTUAÇÃO - MÓDULOS

Artigo 12º - Objetiva fornecer ao candidato subsídios teóricos e práticos necessários para seu desenvolvimento no Judô. Os módulos obrigatórios estarão descritos na seção referente à graduação pretendida.

Parágrafo único: A validade dos módulos será equivalente ao período de carência de carência de cada candidato. No entanto, os candidatos que desejarem atuar como Árbitros ou Oficiais Técnicos deverão obrigatoriamente ter concluído os respectivos módulos no ano vigente.

MÓDULOS	
TIPO DE MÓDULO	PONTUAÇÃO
OFICIAIS TÉCNICOS	30 PONTOS
ARBITRAGEM (MÓDULO / SEMINÁRIO)	30 PONTOS
KATA	70 PONTOS
FUNDAMENTOS TÉCNICO S	70 PONTOS
HISTÓRIA, FILOSOFIA, ÉTICA E TERMINOLOGIA	30 PONTOS





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



EXAME

Artigo 13º - Para candidatos do 1º ao 5º DAN, o Exame de Graduação deverá abranger as seguintes áreas:

- I-) Conhecimento teórico;
- II-) Conhecimento prático.

Parágrafo único: O exame será realizado através de prova escrita e demonstrações práticas, de acordo com a graduação pretendida, sob a responsabilidade de uma Comissão Examinadora, especialmente, nomeada para essa finalidade.

Artigo 14º - O exame teórico será uma prova composta por 20 (vinte) questões de múltipla escolha com uma única alternativa correta. O conteúdo teórico será de acordo com a graduação pretendida, detalhado na seção correspondente da Graduação. Será considerado aprovado, o candidato que obtiver o número de acertos igual ou superior à quantidade mínima exigida de acordo com a graduação pretendida. O exame teórico será aplicado após o Módulo de História, Filosofia e Terminologia. A Relação dos Aprovados no Exame Teórico será divulgada no site da FPJUDÔ.





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



Artigo 15º - O exame prático será realizado de acordo com a programação, submetendo-se o candidato à avaliação por uma Banca Examinadora composta por três Professores qualificados e designados para essa finalidade. O exame prático será composto de:

- a. Demonstração de *Kihon*
- b. Demonstração do Kata;
- c. Demonstração de Fundamentos Técnicos;

§1º - Para o exame prático é de responsabilidade do candidato e sua associação providenciar e treinar o uke, este deverá seguir as seguintes exigências:

- 1) Estar com sua anuidade junto à Federação Paulista de Judô quite, comprovado mediante apresentação da carteirinha (na data do exame);
- 2) Trajar judogi branco;
- 3) Possuir a graduação mínima exigida a saber:
 - a. Candidato para shodan – uke com a graduação mínima roxa;
 - b. Candidato para nidan – uke com a graduação mínima marrom;
 - c. Candidato para sandan ou acima – uke yudan.

§2º - Para a demonstração de *Kihon* será exigida a execução de *ukemi* e *tai sabaki*. Não terá caráter reprovatório para o exame de graduação 2025.

Artigo 16º - A Banca examinadora, para cada técnica, atribuirá uma nota de 0 (zero) à 10 (dez). A nota final será a média aritmética das notas atribuídas, para cada técnica, por cada um dos examinadores. Para ser aprovado o candidato deverá atingir a média mínima para a graduação pretendida.

MÉDIA MÍNIMA POR DAN	
SHODAN	5
NIDAN	6





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



SANDAN	7
YONDAN	7
GODAN	7

REPROVAÇÃO

Artigo 17º - Em caso de reprovação no exame teórico, as provas de reavaliação serão distintas abordando o mesmo conteúdo e realizadas após os Módulos de História, Filosofia e Terminologia, devendo o candidato solicitar via e-mail a reavaliação. No e-mail deverá conter:

- a-) Nome do Candidato;
- b-) Associação;
- c-) Data e Local que realizou o exame;
- d-) Local do Módulo de História, Filosofia e Terminologia que realizará a reavaliação.

Artigo 18º - Em caso de reprovação no Exame Prático será marcada uma data para reavaliação divulgada pela Comissão de Graduação.

RANQUEAMENTO

Artigo 19º - Para o ano de 2025 não haverá a graduação por ranqueamento, os candidatos que tiveram algum tipo de limitação física e necessitarem de uma banca especial deverão enviar junto com a inscrição um laudo detalhado para avaliação da comissão de graduação, o exame será realizado em uma data diferente do exame de graduação.

ISENÇÕES





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



Artigo 20º - Terá direito à isenção da apresentação do *Kata* no exame prático o candidato que:

- a-)** Obter nas competições oficiais de *kata* promovidas pela FPJUDÔ pontuação mínima exigida para a isenção no *kata* correspondente à graduação desejada. Vide seção de cada graduação;
- b-)** Não ter obtido a nota 0 (zero) em qualquer técnica;
- c-)** Preencher e enviar o pedido de isenção no ato da inscrição;
- d-)** Somente o *Tori* estará isento.





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



REGULAMENTO ESPECÍFICO DAS GRADUAÇÕES

SHODAN	
CATEGORIA	CONTEÚDO
Carência	Idade mínima: 16 anos Carência na Faixa anterior: 2 anos Carência no Zempo: 2 anos
Pontuação	Atividades Gerais Atividades Competitivas
Módulos	História, Filosofia, Ética e Terminologia do Judô Oficiais Técnicos ou Arbitragem Fundamentos Técnicos Nage no kata
Exame Teórico	Aprovação 50% História do Judô Terminologia do Judô Operações das Funções dos Oficiais Técnicos Divisão Técnica do Judô Conceito de kata Fundamentos Técnicos
Exame Prático	Aprovação 50% de acerto Apresentação dos Ukemi Apresentação dos Tai Sabaki Apresentação do Nage no kata (completo) Apresentação de Fundamentos Técnicos: - Nage Waza - Renraku Henka Waza - Kaeshi Waza - Katame Waza





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



NIDAN	
CATEGORIA	CONTEÚDO
Carência	Idade mínima: 20 anos Carência na Faixa anterior: 4 anos Carência no Zempo: 2 anos
Pontuação	Atividades Gerais Atividades Competitivas
Módulos	História, Filosofia, Ética e Terminologia do Judô Arbitragem ou Oficiais Técnico Fundamentos Técnicos Katame no kata
Exame Teórico	Aprovação 60% História do Judô Terminologia do Judô Arbitragem Divisão Técnica do Judô Conceito de Kata Fundamentos Técnicos
Exame Prático	Aprovação 60% de acerto Apresentação dos Ukemi Apresentação dos Tai Sabaki Apresentação do Katame no Kata (completo) Apresentação de uma série de Nage no Kata (série será sorteada) Apresentação de Fundamentos Técnicos: - Nage Waza - Renraku Henka Waza - Kaeshi Waza - Katame Waza





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



SANDAN

CATEGORIA	CONTEÚDO
Carência	<p>Idade mínima: 25 anos</p> <p>Carência na Faixa anterior: 5 anos</p> <p>Carência no Zempo: 2 anos</p>
Pontuação	<p>Atividades Gerais</p> <p>Atividades Competitivas</p>
Módulos	<p>História, Filosofia, Ética e Terminologia do Judô</p> <p>Oficiais Técnicos ou Arbitragem</p> <p>Fundamentos Técnicos</p> <p>Ju no kata</p>
Exame Teórico	<p>Aprovação 70%</p> <p>História do Judô</p> <p>Terminologia do Judô</p> <p>Arbitragem</p> <p>Divisão Técnica do Judô</p> <p>Conceito de Kata</p> <p>Fundamentos Técnicos</p>
Exame Prático	<p>Aprovação 70% de acerto</p> <p>Apresentação dos Ukemi</p> <p>Apresentação dos Tai Sabaki</p> <p>Apresentação do Ju no Kata (completo)</p> <p>Apresentação de uma série de Katame no Kata (série será sorteada)</p> <p>Apresentação de Fundamentos Técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nage Waza- Renraku Henka Waza- Kaeshi Waza- Katame Waza





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



YONDAN	
CATEGORIA	CONTEÚDO
Carência	<p>Idade mínima: 30 anos</p> <p>Carência na Faixa anterior: 5 anos</p> <p>Carência no Zempo: 2 anos</p>
Pontuação	<p>Atividades Gerais</p> <p>Atividades Competitivas</p>
Módulos	<p>História, Filosofia, Ética e Terminologia do Judô</p> <p>Oficiais Técnicos ou Arbitragem</p> <p>Fundamentos Técnicos</p> <p>Kime no Kata</p>
Exame Teórico	<p>Aprovação 70%</p> <p>História do Judô</p> <p>Terminologia do Judô</p> <p>Arbitragem</p> <p>Divisão Técnica do Judô</p> <p>Conceito de Kata</p> <p>Fundamentos Técnicos</p>
Exame Prático	<p>Aprovação 70% de acerto</p> <p>Apresentação dos Ukemi</p> <p>Apresentação dos Tai Sabaki</p> <p>Apresentação do Kime no Kata (completo)</p> <p>Apresentação de uma série de Ju no Kata (série será sorteada)</p> <p>Apresentação de Fundamentos Técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nage Waza- Renraku Henka Waza- Kaeshi Waza- Katame Waza





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



GODAN	
CATEGORIA	CONTEÚDO
Carência	<p>Idade mínima: 36 anos</p> <p>Carência na Faixa anterior: 6 anos</p> <p>Carência no Zempo: 2 anos</p>
Pontuação	<p>Atividades Gerais</p> <p>Atividades Competitivas</p>
Módulos	<p>História, Filosofia, Ética e Terminologia do Judô</p> <p>Oficiais Técnicos ou Arbitragem</p> <p>Fundamentos Técnicos</p> <p>Kodokan Goshin Jutsu</p>
Exame Teórico	<p>Aprovação 70%</p> <p>História do Judô</p> <p>Terminologia do Judô</p> <p>Arbitragem</p> <p>Divisão Técnica do Judô</p> <p>Conceito de Kata</p> <p>Fundamentos Técnicos</p>
Exame Prático	<p>Aprovação 70% de acerto</p> <p>Apresentação dos Ukemi</p> <p>Apresentação dos Tai Sabaki</p> <p>Apresentação do Kodokan Goshin Jutsu (completo)</p> <p>Apresentação de uma série de Kime no Kata (série será sorteada)</p> <p>Apresentação de Fundamentos Técnicos:</p> <ul style="list-style-type: none">- Nage Waza- Renraku Henka Waza- Kaeshi Waza- Katame Waza





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



DISPOSIÇÕES GERAIS

Artigo 21º - As programações serão divulgadas no site da Federação Paulista de Judô, disponível em www.fpj.com.br.

Artigo 22º - Casos omissos serão decididos pelas Comissão Técnica e Comissão de Graduação da Federação Paulista de Judô.

Artigo 23º - Revogam-se as disposições em contrário.

São Paulo, 21 de março de 2025.

Federação Paulista de Judô





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



ANEXO I - PONTUAÇÃO MÍNIMA PARA AVALIAÇÃO DO CURRÍCULO.

COMPETIDOR

GRADUAÇÃO	SHIAI	MÓDULOS	ATIVIDADES GERAIS	ENSINO E DIFUSÃO	TOTAL
1º DAN	25	200	240	-	465
2º DAN	50	200	390	-	640
3º DAN	100	200	600	120	1020
4º DAN	100	200	600	200	1100
5º DAN	100	200	600	200	1100

NÃO COMPETIDOR

GRADUAÇÃO	MÓDULOS	ATIVIDADES GERAIS	ENSINO E DIFUSÃO	TOTAL
1º DAN	200	300	-	500
2º DAN	200	450	-	650
3º DAN	200	750	120	1070
4º DAN	200	750	200	1150
5º DAN	200	750	200	1150





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



ANEXO II – FUNDAMENTOS TÉCNICOS

NAGE WAZA

TE WAZA			
1	SEOI NAGE	9	SUMI OTOSHI
2	IPPON SEOI NAGE	10	YAMA ARASHI
3	SEOI OTOSHI	11	OBI TORI GAESHI
4	TAI OTOSHI	12	MOROTE GARI
5	KATA GURUMA	13	KUCHIKI TAOSHI
6	SUKUI NAGE	14	KIBISU GAESHI
7	OBI OTOSHI	15	UCHI MATA SUKASHI
8	UKI OTOSHI	16	KO UCHI GAESHI

KOSHI WAZA

1	UKI GOSHI	6	HARAI GOSHI
2	O GOSHI	7	TSURI GOSHI
3	KOSHI GURUMA	8	HANE GOSHI
4	TSURIKOMI GOSHI	9	UTSURI GOSHI
5	SODE TSURIKOMI GOSHI	10	USHIRO GOSHI





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



ASHI WAZA

1	DE ASHI HARAI	12	HARAI TSURIKOMI ASHI
2	HIZA GURUMA	13	O GURUMA
3	SASAE TSURIKOMI ASHI	14	O SOTO GURUMA
4	O SOTO GARI	15	O SOTO OTOSHI
5	O UCHI GARI	16	TSUBAME GAESHI
6	KO SOTO GARI	17	O SOTO GAESHI
7	KO UCHI GARI	18	O UCHI GAESHI
8	OKURI ASHI HARAI	19	HANE GOSHI GAESHI
9	UCHI MATA	20	HARAI GOSHI GAESHI
10	KO SOTO GAKE	21	UCHI MATA GAESHI
11	ASHI GURUMA		

MA SUTEMI WAZA

1	TOMOE NAGE	4	TAWARA GAESHI
2	SUMI GAESHI	5	URA NAGE
3	HIKIKOMI GAESHI		

YOKO SUTEMI WAZA

1	YOKO OTOSHI	8	YOKO GURUMA
2	TANI OTOSHI	9	YOKO GAKE
3	HANE MAKIKOMI	10	DAKI WAKARE
4	SOTO MAKIKOMI	11	O SOTO MAKIKOMI
5	UCHI MAKIKOMI	12	UCHI MATA MAKIKOMI
6	Uki waza	13	Harai makikomi
7	Yoko wakare	14	Ko uchi makikomi





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



KATAME WAZA

OSAE KOMI WAZA

1	KESA GATAME	7	TATE SHIHO GATAME
2	KUZURE KESA GATAME	8	KAMI SHIHO GATAME
3	USHIRO KESA GATAME	9	KUZURE KAMI SHIHO GATAME
4	MAKURA KESA GATAME	10	URA GATAME
5	KATA GATAME	11	UKI GATAME
6	YOKO SHIHO GATAME		

SHIME WAZA

1	NAMI JUJI JIME	8	OKURI ERI JIME
2	KATA JUJI JIME	9	KATAHA JIME
3	GYAKU JUJI JIME	10	YOKO SANKAKU JIME
4	TSUKOMI JIME	11	USHIRO SANKAKU JIME
5	SODE GURUMA JIME	12	MAE SANKAKU JIME
6	KATATE JIME	13	RYOTE JIME
7	HADAKA JIME	14	JIGOKU JIME

KANSETSU WAZA

1	UDE GARAMI	6	UDE HISHIGI HIZA GATAME
2	UDE HISHIGI UDE GATAME	7	UDE HISHIGI HARA GATAME
3	UDE HISHIGI JUJI GATAME	8	UDE HISHIGI ASHI GATAME
4	UDE HISHIGI WAKI GATAME	9	UDE HISHIGI TE GATAME
5	UDE HISHIGI SANKAKU GATAME		





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



RENRAKU HENKA WAZA

1	DE ASHI HARAI	SASAE TSURIKOMI ASHI
2	DE ASHI HARAI	O SOTO GARI
3	DE ASHI HARAI	SODE TSURIKOMI GOSHI
4	DE ASHI HARAI	YOKO GAKE
5	HARAI GOSHI	UCHI MATA
6	HARAI GOSHI	O SOTO GARI
7	HIZA GURUMA	DE ASHI HARAI
8	HIZA GURUMA	ASHI GURUMA
9	HIZA GURUMA	SUMI OTOSHI
10	HIZA GURUMA	TAI OTOSHI
11	IPPON SEOI NAGE	KOUCHI MAKIKOMI
12	IPPON SEOI NAGE	UCHI MAKIKOMI
13	KO SOTO GARI	TANI OTOSHI
14	KO UCHI GARI	O UCHI GARI
15	KO UCHI GARI	IPPON SEOI NAGE
16	KOSHI GURUMA	O UCHI GARI
17	KOSHI GURUMA	TSURI GOSHI
18	O SOTO GARI	O SOTO OTOSHI
19	O SOTO GARI	HARAI GOSHI
20	O SOTO GARI	O SOTO GURUMA
21	O SOTO GARI	TANI OTOSHI
22	O SOTO GARI	UCHI MATA
23	O UCHI GARI	HIZA GURUMA
24	O UCHI GARI	TAI OTOSHI
25	O UCHI GARI	O SOTO GARI





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



26	O UCHI GARI	KO UCHI GARI
27	O UCHI GARI	UCHI MATA
28	O UCHI GARI	HARAI TSURIKOMI ASHI
29	SASAE TSURIKOMI ASHI	TAI OTOSHI
30	SASAE TSURIKOMI ASHI	O SOTO GARI
31	SASAE TSURIKOMI ASHI	O UCHI GARI
32	SASAE TSURIKOMI ASHI	UCHI MATA
33	TAI OTOSHI	KO UCHI GARI
34	TAI OTOSHI	SEOI NAGE
35	TSURIKOMI GOSHI	HARAI GOSHI
36	UCHI MATA	KO UCHI GARI
37	UCHI MATA	TAI OTOSHI
38	UCHI MATA	KO SOTO GAKE
39	UCHI MATA	SUMI GAESHI





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



KAESHI WAZA

1	DE ASHI HARAI	SASAE TSURI KOMI ASHI
2	DE ASHI HARAI	ASHI GURUMA
3	HARAI GOSHI	SUKUI NAGE
4	HARAI GOSHI	TANI OTOSHI
5	HIZA GURUMA	OKURI ASHI HARAI
6	HIZA GURUMA	HIZA GURUMA
7	HIZA GURUMA	O UCHI GARI
8	HIZA GURUMA	KO SOTO GAKE
9	IPPON SEOI NAGE	UKI WAZA
10	KATA GURUMA	HIKIKOMI GAESHI
11	KO SOTO GAKE	UCHI MATA
12	KO UCHI GARI	DE ASHI HARAI
13	KO UCHI GARI	HIZA GURUMA
14	KO UCHI GARI	HARAI TSURIKOMI ASHI
15	KOSHI GURUMA	TSURI GOSHI
16	O GOSHI	YOKO WAKARE
17	O SOTO GARI	UTSURI GOSHI
18	O SOTO GARI	HARAI GOSHI
19	O SOTO GARI	KO SOTO GAKE
20	O SOTO GARI	UKI OTOSHI
21	O SOTO GARI	USHIRO GOSHI
22	O UCHI GARI	IPPON SEOI NAGE
23	O UCHI GARI	USHIRO GOSHI
24	TAI OTOSHI	KO SOTO GAKE
25	TAI OTOSHI	YOKO GURUMA





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



Anexo III – Kata

NAGE NO KATA		
TACHI WAZA	TE WAZA	UKI OTOSHI SEOI NAGUE KATA GURUMA
	KOSHI WAZA	UKI GOSHI HARAI GOSHI TSURI KOMI GOSHI
	ASHI WAZA	OKURI ASHI HARAI SASSAE TSURI KOMI ASHI UCHI MATA
SUTEMI WAZA	MA SUTEMI WAZA	TOMOE NAGUE URA NAGUE SUMI GAESHI
	YOKO SUTEMI WAZA	YOKO GAKE YOKO GURUMA UKI WAZA





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



KATAME NO KATA

OSAE KOMI WAZA	KESA GATAME KATA GATAME KAMI SHIHO GATAME YOKO SHIHO GATAME KUZURE KAMI SHIHO GATAME
SHIME WAZA	KATA JUJI JIME HADAKA JIME OKURI ERI JIME KATA HA JIME GYAKU JUJI JIME
KANSETSU WAZA	UDE GARAMI UDE HISHIGI JUJI GATAME UDE HISHIGI UDE GATAME UDE HISHIGI HIZA GATAME ASHI GARAMI





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



JU NO KATA	
IKKYO	TSUKIDASHI KATA OSHI RYOTE DORI KATA MAWASHI AGO OSHI
NIKKYO	KIRIOROSHI RYOKATA OSHI NANAME UCHI KATATE DORI KATATE AGE
SANKYO	OBI TORI MUNE OSHI TSUKIAGE UCHIOROSHI RYOGAN TSUKI





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



KIME NO KATA

IDORI	RYOTE DORI TSUKKAKE SURI AGE YOKO UCHI USHIRO DORI TSUKKOMI KIRIKOMI YOKO TSUKI
TACHIAI	RYOTE DORI SODE TORI TSUKKAKE TSUKIAGE SURI AGE YOKO UCHI KEAGE USHIRO DORI TSUKKOMI KIRIKOMI NUKI KAKE KIRIOROSHI





FEDERAÇÃO PAULISTA DE JUDÔ

Rua Airosa Galvão, 45 - São Paulo - 05002-070

Tel. 11 3862-0749 e 11 3875-2565

www.fpj.com.br - fpj@fpj.com.br



KODOKAN GOSHIN JUTSU

TOSHI NO BU

RYOTE DORI
HIDARI ERI DORI
MIGI ERI DORI
KATAUDE DORI
USHIRO ERI DORI
USHIRO JIME
KAKAE DORI
NANAME UCHI
AGO TSUKI
GAMMEN TSUKI
MAE GERI
YOKO GERI

BUKI NO BU

TSUKKAKE
CHOKU ZUKI
NANAME ZUKI
FURIAGE
FURIOROSHI
MOROTE ZUKI
SHOMEN ZUKE
KOSHI GAMAE
HAIMEN ZUKE

