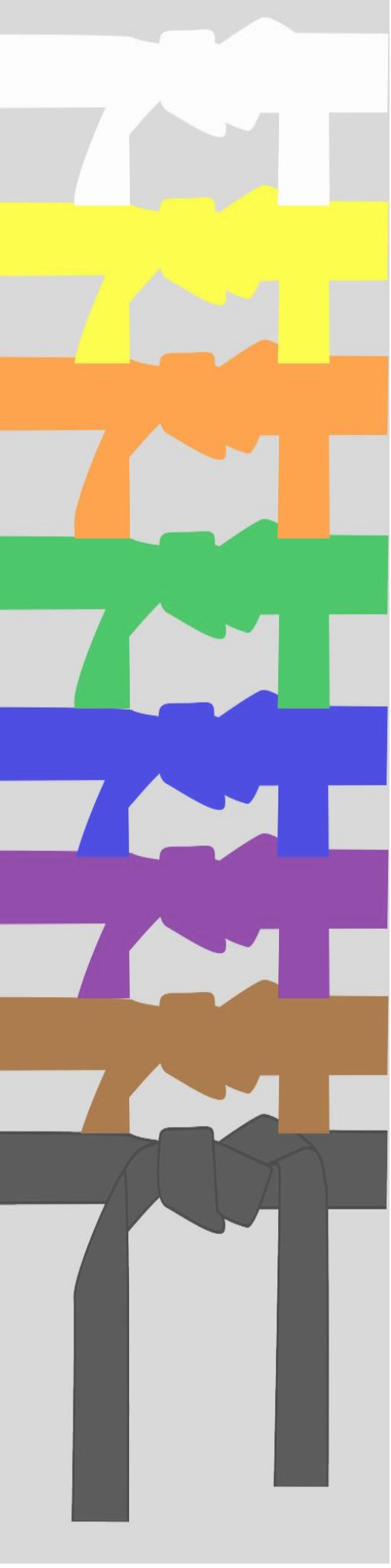


# F E M E K A

Federación Mexicana de Karate y Artes Marciales Afines A.C.

2021 - 2024

# Ciclo Competitivo de Talentos Deportivos

# FEMEKA 2021

**#NOBAJEMOSLAGUARDIA**

**Gambatte Kudassai**

**(Esfuerzate al máximo y lo conseguirás)**

## 1. MENSAJE DEL PRESIDENTE

**Estimada Comunidad de Karate**

*Apreciables Presidentes de Asociaciones Estatales y Entidades Deportivas, Maestros de Dojo, comunidad de Karate en México en General.*

*2021 – Será un año de grandes retos para nosotros, no bajaremos la guardia, adaptarnos a las circunstancias provocadas por la pandemia hasta en tanto podamos regresar a una nueva normalidad, será una prioridad.*

*La Federación Mexicana de Karate dará inicio con actividades encaminadas a incentivar la participación de nuestros practicantes con un nuevo enfoque que nos permita mantener el desarrollo de nuestra disciplina, incluso desde casa.*

*Por tal motivo da inicio el Programa Nacional de talentos deportivos para conformar nuestra reserva nacional 2021, la cual contará con atención prioritaria que permita el crecimiento de nuestro deporte y practica de nuestra disciplina.*

*Les deseo el mayor de los éxitos en este nuevo proyecto que junto con todas las Asociaciones de los Estados de la República Mexicana y el Consejo Directivo de esta Federación, lo llevaremos a cabo con toda la "Actitud Femeka", juntos por un karate más unido y de alto nivel en México y el mundo.*

*Saludos fraternales.*

**LIC. SAMANTHA DESCIDERIO OLVERA**
**PRESIDENTE DE LA FEMEKA.**

# ANEXO TÉCNICO

**Ciclo Competitivo de Talentos Deportivos**

**FEMEKA-MÉXICO 2021**

## 2. INTRODUCCIÓN

El objetivo de este plan de desarrollo es estimular la participación de nuestros futuros campeones en las diferentes modalidades de competencia reglamentadas por WKF, atendiendo a las múltiples expresiones del karate de todo el país, conformando competencias por modalidades que permitan crear una visoría desde las Comisiones Técnicas de todas las Asociaciones Estatales y la Comisión Técnica Nacional de Grados Kyu de nuestra Federación, que detecten los futuros talentos para estar en condiciones de desarrolarlos hasta alcanzar su máximo potencial.

Las diferentes etapas de este **ciclo competitivo** (Estatal-Regional-Nacional) reunirán a todos los exponentes de Karate de México en campeonatos de escala y calidad sin precedentes en estos tiempo de pandemia.

El Ciclo Competitivo de Talentos Deportivos, FEMEKA- MÉXICO 2021, esta dirigido a:

- ✓ Grados kyu (Cintas de color)
- ✓ Cintas negras (Primera participación en competencia FEMEKA)
- ✓ Parakarate.

Este proyecto formará parte del proceso de **DESARROLLO NACIONAL DE GRADOS KYU 2021** (cintas de color) y cintas negras **que sea su primera participación en FEMEKA**, en las categorías infantil, juvenil y adultos de FEMEKA.

Los primeros lugares de la etapa Nacional conformarán las Selecciones Nacionales de Talentos Deportivos de FEMEKA rumbo al evento internacional programado: Training camps, torneos internacionales de intercambio con otro país que se programen para el mes de noviembre de 2021 (presencial si la pandemia lo permite, virtual si aún no es posible).

Adicionalmente la FEMEKA realizará de la mano de las Asociaciones Estatales de Karate y maestros de Dojo un adecuado seguimiento en la preparación de los participantes a través de las Comisiones Técnicas Estatales y Nacional, así como de sus disciplinarios (Fisiatra, nutricionista, metodólogo, psicólogo del deporte, etcétera).

## 3. INFORMACIÓN DEL EVENTO

Este Ciclo Competitivo se realizará en un formato híbrido, es decir, de manera VIRTUAL en todas o algunas de sus etapas (a través de la plataforma digital FEMEKA) en caso de ser necesario, atendiendo a las disposiciones sanitarias de nuestras autoridades federales y locales para hacer frente a la pandemia que hoy nos aqueja de manera global, o de manera PRESENCIAL en alguna o todas las etapas si los semáforos y medidas de salud lo permiten.

### CALENDARIO DE PARTICIPACIÓN Y ETAPAS

| MES | ETAPAS | ORGANIZADOR |
|---|---|---|
| Febrero | Estatal | Asociación Estatal |
| Marzo | | |
| Abril | Regional | FEMEKA |
| Mayo | | |
| Junio | Nacional | FEMEKA |

**Nota**: Lugar, fecha y formato (virtual o presencial) de los eventos estatales se realizará de acuerdo a la Convocatoria que se expida por parte de las Asociaciones Estatales en su primera etapa.

## 4. SELECCIONES NACIONALES DE TALENTOS DEPORTIVOS

### GRADOS KYU

Como parte del plan de desarrollo de la FEMEKA durante este 2021, a través de un serial competitivo permanente se conformarán al final del año las siguientes **SELECCIONES NACIONALES DE KARATE 2021:**

| NO. | TIPO DE SELECCIÓN | GRADOS |
|---|---|---|
| **1.-** | SELECCIÓN B<br>(1ra Reserva Nacional Deportiva) | Cinta negra “Principiante” y café de su organización<br>(shodan ho, 1, 2 y 3 kyu) |
| **2.-** | SELECCIÓN C<br>(2da Reserva Nacional Deportiva) | Cinta morada o equivalente de su organización (5 y 4 kyu) |
| **3.-** | SELECCIÓN DE TALENTOS NACIONALES FEMEKA | Cinta verde o equivalente de su organización (6 y 7 kyu) |
| **4.-** | SELECCIÓN DE PROMESAS NACIONALES FEMEKA | Cinta blanca y amarilla de su organización (10, 9 y 8 kyu) |

## 5. SISTEMA DE CLASIFICACIÓN

Número de competidores que tendrán la oportunidad de avanzar a la siguiente etapa:

| NO | CAMPEONATOS | AUTORIDAD RESPONSABLE | COMPETIDORES CLASIFICADOS POR CATEGORÍA |
|---|---|---|---|
| 1 | Selectivo Estatal | Asociación Estatal | 12 Competidores |
| 2 | Selectivo Regional | FEMEKA | 8 Competidores |
| 3 | Selectivo Nacional | FEMEKA | 4 Competidores |

- En cada una de las etapas serán elaboradas y publicadas las memorias técnicas correspondientes de cada Campeonato.

## 6. PERÍODO DE INSCRIPCIÓN Y COSTOS DE COMPETENCIA

### PERÍODO DE INSCRIPCIONES

| | |
|---|---|
| **ESTATAL** | Los que establezca cada Asociación |
| **REGIONAL** | 01 de marzo al 15 de mayo |
| **NACIONAL** | 15 de abril al 30 de mayo |

Para poder inscribirse en este **proceso:** Para los Grados kyu (Cintas de color) NO es obligatorio, tener cubierto el ReNaDe FEMEKA (membresía individual de afiliación 2021), sin embargo si llegará a conformar la SELECCIÓN NACIONAL deberá obtenerlo para estar en posibilidad de representar a México en el Evento Internacional programado.

Es obligatorio para los Cintas Negras (primera participación en FEMEKA) tener cubierto el ReNaDe FEMEKA 2021 y tener oportunidad de ser parte de las preselecciones nacionales rumbo a los compromisos internacionales 2021.

### COSTOS DE COMPETENCIA

| | |
|---|---|
| **ESTATAL** | El acordado por cada Asociación |
| **REGIONAL** | $ 450.00 |
| **NACIONAL** | |

## 7. MODALIDADES Y CRITERIOS DE EVALUACIÓN

| MODALIDADES | CRITERIOS DE EVALUACIÓN |
|---|---|
| Kata WKF -FEMEKA | **1. Nivel Técnico**<br>1. Posiciones<br>2. Técnicas<br>3. Movimientos de transición<br>4. Timing<br>5. Control<br>6. Concentración (KIME)<br>7. Conformidad (con el Kata): Utilizar los movimientos reales que se realizan en el Kata. (caso de Bunkai) Máximo 5 minutos<br><br>**2. Nivel Atlético**<br>1. Fuerza<br>2. Rapidez<br>3. Equilibrio |
| Kata: Libre (Todos los estilos) | |
| Kata en parejas (2) y Bunkai (aplicación de la kata). Puede ser Mixto, pero de la misma categoría | |
| Kumite | 1. Buena forma<br>2. Actitud deportiva<br>3. Aplicación vigorosa<br>4. Concentración (ZANSHIN)<br>5. Buen timing<br>6. Distancia correcta |
| **ESTA MODALIDAD ES RECREATIVA-LÚDICA**<br><br>Competencia de exhibición: | **Creativa** (Libre) ejemplo: Integración de musicalización, elementos acrobáticos y técnicas propias del arte marcial<br><br>1. Creatividad<br>2. Integración de elementos técnicos<br>3. Dificultad de la acrobacia |
| | **Técnica De Rompimiento De Tabla:**<br><br>Brazo o pierna.- rompimiento en movimiento dinámico creativo<br>1. Posición de inicio<br>2. Ejecución de la técnica<br>3. Concentración (KIME)<br>4. Creatividad y complejidad |

*Se publicará anexo de cada modalidad

## 8. CATEGORÍAS

| CATEGORÍA | GRADOS | CINTAS |
|---|---|---|
| Principiantes | 10º, 9º, 8º Kyu | Blancas y amarillas o equivalente (El color homologado de su organización) |
| Novatos | 7º y 6º Kyu | Naranja, principiante y avanzada o equivalente (El color homologado de su organización) |
| Intermedios | 5º y 4º Kyu | Verdes, moradas o equivalente (El color homologado de su organización) |
| Avanzados | 3º, 2º, 1º Kyu | Cafés y negras principiantes |

| GRADOS KYU | | |
|---|---|---|
| EDAD | CATEGORÍA | RAMA |
| Hasta 5 años | Principiantes, Novatos, Intermedios y Avanzados | Mixto |
| 6-7 años | | Femenil/Varonil |
| 8-9 años | | |
| 10-11 años | | |
| 12-13 años | | |
| 14-15 años | | |
| 16-17 años | | |
| Up 18 | | |

| PARAKARATE | | | |
|---|---|---|---|
| KATA | | | |
| EDAD | CATEGORÍA | RAMA | MODALIDAD |
| 5-10 años | Principiantes<br>Novatos<br>Intermedios<br>Avanzados | Mixto | - Silla de rueda y/o Amputación<br>- Ciegos y débiles visuales<br>- Parálisis cerebral<br>- Sordos<br>- Especiales (Síndrome de Down) |
| 11-15 años | | | |
| 16-20 años | | | |
| 21-35 años | | | |
| UP 35 años | | | |

# 9. MECANISMOS DE INSCRIPCIÓN

## ETAPA ESTATAL

La etapa estatal será de acuerdo a la convocatoria emitida por su asociación.

## ETAPA REGIONAL Y NACIONAL

Derivado a que la inscripción en el sistema FEMEKA la realiza cada uno de lo atletas, esta quedara sujeta a la autorización del presidente de asociación, de acuerdo a su memoria técnica oficial de la etapa estatal.

## REGISTRO DEL ATLETA

| PASOS A SEGUIR PARA EL REGISTRO DEL ATLETA | |
|---|---|
| **1** | Ingrese a la página de FEMEKA **"femeka.com.mx"** |
| **2** | Dar click en **"inicia sesión"** verificar si su correo electrónico ya se encuentra registrado y, si es el caso, solicitar *recuperar contraseña* para que pueda cambiar sus datos dando click en **"Iniciar sesión".** |
| **3** | Deberá completar su perfil. |
| **4** | Una vez que complete su perfil, dar click en **"inscribirme"** |
| **5** | Seleccione las categorías deseadas y de click en **"registrarme" (este es un preregistro)**. |
| **6** | Espere vía correo electrónico la notificación de la autorización de su registro de parte de su PRESIDENTE DE ASOCIACIÓN, para proceder al pago. (Mientras su registro **no** aparezca como autorizado podrá hacer las modificaciones que necesite, una vez autorizado, ya no podrá modificar su registro). |
| **7** | Una vez que le sea notificada su autorización de registro, ingrese a su perfil para proceder al pago. |
| **8** | Una vez validado su pago, recibirá vía correo electrónico su folio de participación, **el cual deberá mostrar al inicio de sus videos.** |
| **9** | Dependiendo de las categorías donde esté inscrito aparecerá un listado con la opción para subir sus videos, (se deberán grabar con las especificaciones requeridas). |
| **10** | Podrá visualizar su video y de ser el caso cambiarlo, hasta antes del cierre de inscripción. |

## 10. SISTEMA DE COMPETENCIA VIRTUAL

### MODALIDADES:

- ✓ Kata WKF y listado anexo FEMEKA
- ✓ KATA todos estilos (LIBRE)
- ✓ KATA en parejas – BUNKAI

### KATA

| CATEGORÍAS | CANTIDAD DE VIDEOS | OBSERVACIONES |
|---|---|---|
| **Principiante, Novatos e Intermedios**<br><br>(Blancas, Amarillas, Naranjas, Verdes, Moradas o equivalentes) | Cada atleta deberá grabar 2 videos.<br><br>(2 Katas diferentes) | Se deberá subir los videos como a continuación se indica:<br><br>1.- Link de la primera Kata<br>2.- Link de la segunda Kata<br>3.- Link de la primera Kata<br>4.- Link de la segunda Kata<br><br>Lo anterior en virtud de que el sistema te brinda 4 espacios para subir videos (ninguno debe quedar vacío), ya que en caso de que el número de competidores *rebase de 11 a 24 por categoría, (se necesitarán 3 rondas) por lo que se tomará en cuenta la kata de la primera ronda para semifinales y finales, así sucesivamente si se incrementa número de competidores.*<br><br>*En caso de ser cinta blanca podrá grabar 1 sola kata para las 4 rondas correspondientes. (subir mismo link en los cuatro espacios para subir videos).* |
| **Avanzados**<br><br>Cafés o Cintas negras principiantes | Cada atleta deberá grabar 3 videos<br><br>(3 katas diferentes) | Los videos deberán cumplir con las reglas correspondientes y subirlo al sistema FEMEKA.<br><br>Se deberá subir los videos como a continuación se indica:<br><br>1.- Link de la primera Kata<br>2.- Link de la segunda Kata<br>3.- Link de la tercera Kata<br>4.- Link de la segunda Kata |

EJEMPLO DE VIDEO: https://www.youtube.com/watch?v=GpbGSSlv_4Y&feature=emb_logo

## KUMITE

La competencia virtual de kumite se llevará a cabo buscando integrar la mayoría de los gestos técnicos que habitualmente son utilizados en el Kumite real, siendo evaluados bajo los criterios contemplados en el reglamento de la WKF: **buena forma, actitud deportiva, aplicación vigorosa, concentración (ZANSHIN), buen "timing", distancia correcta,** adaptados a las siguientes condiciones:

| REGLAS DE COMPETENCIA | |
|---|---|
| **1** | No habrá oponente. |
| **2** | Los ataques serán dirigidos a un objetivo, un módulo pro NS o podrás utilizar tu imaginación para elaborar o colocar dicho objetivo, el cual deberá tener claramente marcadas o definidas las zonas puntuables chudan y yodan. |
| **3** | Se hará demostración de combinaciones de defensa y ataques de los tres niveles de puntuación (yuko, waza-ari e ippon). |
| **4** | Se deberá grabar un video con la duración máxima indicada para su categoría. |
| **5** | Tres jueces evaluarán el primer video de AKA vs el primer video de AO, así consecutivamente con los siguientes dos videos, ganando el competidor con dos puntos a su favor. |

## GRADOS KYU

| CATEGORÍAS | REQUISITOS |
|---|---|
| Principiantes | Grabar 1 video divididos en 3 pausas (una cada 10 segundos). |
| Novatos | Grabar 1 video divididos en 3 pausas (una cada 15 segundos). |
| Intermedios | Grabar 1 video divididos en 3 pausas (una cada 20 segundos). |
| Avanzados | Grabar 1 video divididos en 3 pausas (una cada 30 segundos). |

Realizar kumite libre imaginando que lleva a cabo un kumite real con el objetivo que simulaal oponente, en donde demuestre la variedad de técnicas de defensa y ataque que sería capaz de realizar en un kumite durante los segundos señalados para cada categoría.

1. Presentarse – Decir nombre, Estado al que representa, número de competidor y mostrar su inscripción
2. Saludo de inicio (REI, Ritsu-Rei)

3. Posición de pelea (Kumite no Kamae) y ejecución de diversas técnicas de defensa y ataque, a manera de kumite libre, durante máximo los segundos programados para su categoría.
4. Regresar a posición de Naote (imaginar “Yame”)
5. Posición de pelea (Kumite no Kamae) y ejecución de diversas técnicas de defensa y ataque, a manera de kumite libre, durante los segundos programados para su categoría.
6. Regresar a posición de Naote (imaginar “Yame”)
7. Posición de pelea (Kumite no Kamae) y ejecución de diversas técnicas de defensa y ataque, a manera de kumite libre, durante los segundos programados para su categoría.
8. Regresar a posición de Naote (imaginar “Yame”) Saludo (Rei, Ritsu-Rei)

## 11. REGLAS DE GRABACIÓN

- ✓ Puede grabarse con cualquier tipo de cámara o dispositivo, pero la resolución recomendada es de 1080p (Full HD), y la resolución mínima es de 720p (HD) EN FORMATO MP4, **tamaño menos de 100 MB**
- ✓ El video deberá grabarse sin cortes, sin edición y sin música.
- ✓ En el video solo debe aparecer el atleta, (sin coach)
- ✓ Deberán grabar un video por categoría, con el folio proporcionado para la misma, es decir, si el atleta desea participar en dos categorías diferentes, ejemplo: (junior y senior, KATA); (U21 y senior KATA); (U21 y senior KUMITE), se deberá grabar videos distintos para cada una de ellas, con el folio proporcionado para cada una de las categorías.
- ✓ Si la grabación de video es con dispositivo móvil o tableta debe ir de manera horizontal en formato MP4
- ✓ Cada archivo deberá ser nombrado de la siguiente manera (con qué nombre guardaré mi video):

**Modalidad-Categoría-Cinta-Rama-nombre y primer apellido del atleta - abreviatura del Estado.**

Ejemplo:

**Kata-Principiantes-blanca-Fem-EmaSanchez-AGS-MEX**

**Kumite-Avanzados-Café-Fem-RodrigoGonzalez-SON-MEX**

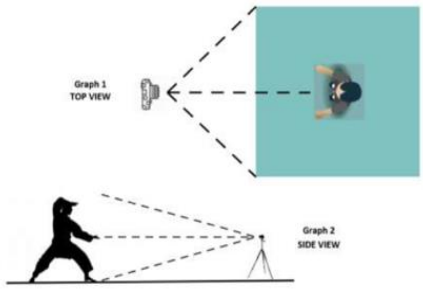
2021 - 2024

# FEMEKA

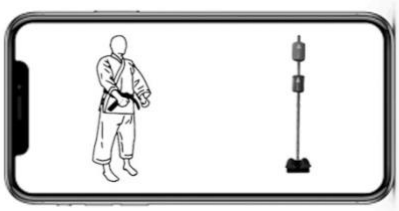
Federación Mexicana de Karate y Artes Marciales Afines A.C.

SPORT IN THE OLYMPIC PROGRAMM

## COMO GRABAR EL VIDEO:

| KATA<br>(TODAS LAS MODALIDADES Y DE EXHIBICIÓN) | |
|---|---|
| La cámara será colocada al centro del área donde el atleta ejecutará su Kata, o en diagonal a 45º en todo momento el atleta deberá estar visible al 100% de cuerpo completo dentro de la pantalla. |  |

.

| KUMITE | |
|---|---|
| La cámara será colocada del lado derecho o izquierdo del competidor, ubicada entre el competidor y el objetivo, en todo momento el atleta y el objetivo deberán estar visible al 100% de cuerpo completo dentro de la pantalla**.** |  |

## KATA Y KUMITE

**Observaciones:**

- ✓ En exteriores, asegúrate que la cámara no esté en contra de la luz del sol.
- ✓ Cuando ubiques la cámara, asegúrate que esté a una distancia adecuada para grabar y el atleta sea visible en todo momento de la ejecución**.**
- ✓ No coloques la cámara en el piso, recomendamos una altura mínima de 80 cm. Si no tienes un tripie, usa una mesa o cualquier otro objeto estable.
- ✓ Puedes pedir ayuda para que alguien te grabe siempre que te enfoque, y que la cámara no tenga demasiados movimientos verticales ni bruscos.

## PROCESO DE GRABACIÓN

| NO | PASOS A SEGUIR PARA GRABAR |
|---|---|
| 1 | Inicia la grabación. |
| 2 | Muestra a la cámara el folio que te proveeremos mediante sistema FEMEKA, para verificar que el día y el momento de grabación es para esta competencia. |
| 3 | Puedes mostrarla impresa, o digitalmente desde cualquier dispositivo (Smartphone, tableta o pantalla) mientras ésta pueda verse fácilmente |
| 4 | Solo el atleta debe decir su nombre, su estado, con voz clara y fuerte, de ser el caso mencionar el nombre de la Kata que se grabará y la ronda a la que va. |
| 5 | KATA O EXHIBICIÓN.- Ejecutar la kata completa, incluyendo todas las formalidades reglamentarias y los protocolos usuales (saludos, anuncios, etc.). |
| 6 | KUMITE.- Realizar las ejecuciones y combinaciones de las técnicas de acuerdo a la categoría. |
| 7 | Detener la grabación. |

**Nota:** En caso de que el video o grabación no cumpla con los requerimientos especificados, no podrán competir.

## SISTEMA DE CALIFICACIÓN

Se calificará previamente al estreno o transmisión de la competencia, vía sistema FEMEKA, donde se encontrarán supervisando: Comisión de Arbitraje, Comisión Técnica, un representante del Consejo Directivo de FEMEKA y un representante de cada Estado.

Las calificaciones y resultados se darán a conocer el día del estreno del Campeonato correspondiente.

## TRANSMISIÓN DEL CAMPEONATO:

Las competencias serán transmitidas en la página oficial de Facebook: @femekaoficial en **ESTRENO,** de acuerdo al programa publicado.

En el estreno se transmitirán por categoría: la gráfica correspondiente, los videos de los competidores, las calificaciones y los resultados previamente obtenidos.

Así mismo posterior al estreno de dicho evento podrás consultar en la página "**femeka.com.mx" –** evento – Campeonato, las gráficas, los videos de competencia, la memoria oficial y el medallero, lo cual quedara de manera permanente en dicha página.

### PUBLICACIÓN DE GRÁFICAS:

Publicado en la página “femeka.com.mx”- eventos – Campeonato, así mismo en la red social de Facebook @femekaoficial.

### PUBLICACIÓN DE PROGRAMA:

Publicado en la página “femeka.com.mx”- eventos – Campeonato, así mismo en la red social de Facebook @femekaoficial. Se establecerán los horarios de participación por categoría.

## 12. DESARROLLO DEL EVENTO

### JUECES

Serán designados por FEMEKA, por medio de la Comisión de Arbitraje Nacional

### UNIFORME Y PROTECCIONES

Los avalados por FEMEKA. Proporcionado por cada deportista.

### PREMIACIÓN

Se premiará a los primeros 4 lugares de cada categoría, rama y división.

### JUNTA PREVIA

Se realizará por cada delegado técnico estatal, regional o nacional según corresponda la etapa, donde se expondrán los puntos detallados de la Convocatoria Nacional FEMEKA. Podrá asistir un delegado por dojo participante para la etapa estatal, para la etapa regional un delegado estatal FEMEKA. Para la etapa nacional un delegado regional FEMEKA.

### PROTESTAS

De elegibilidad y técnica: de acuerdo como lo marque el reglamento de competencia

### TRANSITORIOS

Los aspectos técnicos no previstos, serán resueltos por el Consejo Técnico Nacional.

**CONSEJO DIRECTIVO FEMEKA**
**2021-2024**