

Kodex judo

Etika je filosofická disciplína, zabývající se mravními jevy, tedy teorie morálky. Usiluje především vzájemné promítnutí základního stanoviska filosofického směru k základním mravním postojům a problémům lidského života, zejména o posouzení úkonů z hlediska svědomí (dobro a zlo, mravné a nemravné, čestné a nečestné, atd.). Větší část základní etiky je společná všem sportovcům, všem lidem, tedy nejen judistům.

Etika není tedy jen norma platná pro chování v Doju, ale platí v celém chování a jednání judisty. Etická pravidla byla v klasických školách bojového umění shromážděna v podobě příkázání, která byla závazná. Objevovala se v nich i nařízení týkající se stravy, pití nápojů apod. Tato pravidla byla přesně formulována a přísně dodržována. Motivem byla střídmost a zdrženlivost a striktně se vyžadovala úcta ke starším a respekt ke všemu živému.

Etika je prostředek výchovy. Zásady správného chování jsou v Doju vyžadovány od prvního vstupu na tatami. Musí být samozřejmostí, že na trénink přichází všichni závodníci (pro trenéry je to závazné dvojnásob) včas, v čistém kimonu a tak, jak to předepisují pravidla juda. Samozřejmosti je přezouvání, sprchování a další základní hygienické požadavky.

Pozdrav

Pozdrav je v judu určitým symbolem vzdání úcty jeden druhému. Při vstupu do Doja pozdraví judista pozdravem malým. Stejně se zdraví závodníci při soutěži, při tréninku, při oslovení trenéra apod. Pravidlem je, že zdraví vždy nositel nižšího technického stupně. Nejedná se tím o vynucovanou kázeň, ale o projev úcty a vzdání díky trenérovi za jeho práci nebo partnerovi za pomoc k dosažení vlastní mistrovské cesty.

- **ZAREI** - velký pozdrav, slavnostní - provádíme při zahájení a ukončení tréninkové jednotky, cvičení KATA a podobných příležitostech.
- **RITSUREI** - malý pozdrav - provádíme při všech ostatních příležitostech.

Chování v doju

Efektivita přípravy závisí na atmosféře, jaká v Doju panuje. Musí být přátelská radostná a pracovní při naprostém soustředění všech přítomných. Je třeba, aby každý chápal, že i on je povinen k této atmosféře přispět. Týká se to nejen závodníků, ale i trenérů. Závodníci ukázněně plní pokyny, trenéra, nerozptylují se ničím, co s tréninkem nesouvisí, nepřestávají cvičit bez pokynu trenéra. nepostávají na okraji tatami. neopouštějí Dojo bez svolení trenéra apod. Je třeba, aby závodníci plnili cíle při každém cvičení, bojovali v duchu pravidel, byli skromní a ochotni pomoci méně vyspělým závodníkům. Při zranění se závodník domluví s trenérem, zda zcela vynechá trénink, nebo pouze omezí některá cvičení. Musí být samozřejmostí, že se závodník omluví za pozdní příchod na trénink, nebo za nesplnění jiné povinnosti.

Do Doja je zakázáno vstupovat v obuvi, kterou používají judisté venku. Rovněž je zde zakázáno kouřit, jíst, pít a jiným způsobem narušovat platný řád. V některých oddílech mají v Doju zveřejněn „Řád chování v Doju“ kde jsou pravidla zcela jasně formulována, což jistě přispívá k pozitivnímu ovlivňování chování judistů.

Chování judisty

Jak bylo řečeno, etika juda nekončí tím, že opustíme Dojo. Platné formy chování, a to trenéra musí zajímat, je nutné dodržovat i na veřejnosti. Hovoříme - li o tom, že sport pomáhá pozitivně formovat osobnost sportovce, je třeba aby, toto judisté dokazovali i v praktickém životě. Jen tak mohou naplnit jednu z hlavních myšlenek zakladatele juda prof. Jigora Kana: „Vzájemné blaho, všeobecná prospěšnost“.

Zájem trenéra o sportovce ovšem také nekončí odchodem z Doja. Je nutné, aby trenér věděl, jak se jeho svěřenci chovají na veřejnosti, ve škole, nebo v zaměstnání a nebyl k tomu lhostejný. Je třeba si uvědomovat, že výchova sportovce do značné míry ovlivňuje jeho výkonnost, ale i pozdější rozhodování vlastní orientace. Trenér tedy přispívá již v žákovském a zejména dorosteneckém věku, zdali jeho svěřenec na určitém rozhraní dá přednost sportu nebo jiným činnostem. Trenér by si měl uvědomit, že kvalita výchovy závisí na dodržování drobných - někdy podceňovaných pokynů a zásad, jako je přezouvání, zdravení, vlastní skromnost, apod.