

# Kami-shiho-gatame

Aby technika získala plný počet bodů, musí Tori a Uke dodržet tento přesný postup:

1. **Nástup a poloha:** Tori přistupuje k ležícímu Ukemu v kleku po špičkách (*kyoshi*). Zastaví se u Ukeho hlavy.
2. **Nasazení držení:** Tori podsune obě paže pod rameny Ukeho a pevně uchopí Ukeho pás po obou stranách. Palce směřují dovnitř. Tori položí svůj hrudník na hrudník Ukeho a hlavu skloní nízko k Ukeho břichu nebo hrudníku, aby eliminoval prostor. Toriho nohy jsou roztažené, kolena ohnutá a zapřená o tatami, prsty nohou jsou aktivní (zapřené do podložky).

---

⚠ Podrobný rozbor bodových srážek

Zde jsou konkrétní situace u Kami-shiho-gatame napasované na správné bodové srážky:

● Malá chyba (S) = srážka 1 bod

*Týká se drobných nedokonalostí v detailech, které ale neporušují základní princip držení.*

- **Chyba v úchopu:** Tori nemá palce rukou přesně uvnitř pásu, nebo drží pás příliš daleko od Ukeho boků.
- **Nesprávný pohled/poloha hlavy:** Tori nemá hlavu správně položenou nebo fixovanou u Ukeho těla.
- **Pasivní nohy:** Tori nemá prsty nohou zapřené do tatami (má položené nártý), což snižuje jeho schopnost okamžitě reagovat na pohyb.
- **Mírné zaváhání:** Drobné přerušení plynulosti nebo rytmu při přechodu do kleku.

● Střední chyba (M) = srážka 3 body

*Nastává tehdy, když jeden nebo více prvků techniky nejsou aplikovány správným způsobem, ale princip držení zůstává zachován.*

- **Mezera mezi těly:** Mezi hrudníkem Toriho a Ukeho je viditelný prostor, držení není dostatečně těsné.
- **Špatný sled úniků:** Uke sice provede všechny 3 úniky, ale v nesprávném pořadí (např. začne pokusem o zachycení nohou).
- **Nefunkční úniky:** Úniky Ukeho jsou vyloženě hrané, bez reálné síly, dynamiky a snahy se osvobodit.

- **Špatná distribuce váhy:** Tori drží Ukeho pouze silou paží a netlačí do něj vahou celého trupu.

● Velká chyba (B) = srážka 5 bodů

*Závažné porušení biomechanického principu techniky nebo naprostá ztráta kontroly.*

- **Ztráta kontroly při úniku:** Uke svým pohybem Toriho zcela vychýlí, nadzvedne nebo donutí přerušit držení (Tori neudrží kontrolu).
- **Vynechání úniku:** Uke provede pouze dva pokusy o únik namísto předepsaných tří.
- **Záměna varianty:** Tori provede úchop jako u *Kuzure-kami-shiho-gatame* (např. drží pod jednou paží a kolem krku) namísto čistého a symetrického základního tvaru techniky.