

**Wiesław Błach, Wojciech J.
Cynarski, Artur Litwiniuk**

**Analiza działań startowych młodych
zawodników judo na przykładzie
walk w Mistrzostwach Świata
Juniorów**

Idō - Ruch dla Kultury : rocznik naukowy : [filozofia, nauka, tradycje wschodu,
kultura, zdrowie, edukacja] 4, 195-201

2004

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Wiesław Błach jest doktorem nauk o kulturze fizycznej, adiunktem w Katedrze Metodyki Dyscyplin Sportowych AWF we Wrocławiu, trenerem kadry olimpijskiej judo mężczyzn. Posiada 6 dan judo¹, w której to sztuce walki i dyscyplinie sportowej uzyskał tytuł mistrza Europy w 1987 r., a także brązowy medal mistrzostw świata z roku 1985, dwukrotnie brązowe medale mistrzostw Europy (1986, 1990), akademickie wicemistrzostwo świata (1982), ośmiokrotnie tytuł mistrza Polski (w latach 1982–1992). Ćwiczy także taekwondo. Drugi z autorów – dr W. J. Cynarski – jest także trenem judo (1 dan PZJ), przy czym specjalizuje się w starojapońskim *yōshin-ryū jūjutsu*, ewolucyjnym *jūdō-dō idō* i jūjutsu sportowym (posiadając w w/w. stopnie 5 dan). Z kolei dr Artur Litwiniuk jest zaawansowanym adeptem karate, taekwondo i aikidō. Cała trójka prowadzi wspólne badania, czego pierwszymi efektami są zamieszczone niżej artykuły.

Jak wskazał recenzent, pierwszy z artykułów jest pracą analityczną, pozwalającą na ujawnienie aktualnych tendencji rozwojowych judo w grupie wiekowej 17–19 lat. Dotyczy działań techniczno-taktycznych zawodników. Drugi natomiast – jest informacją o funkcjonowaniu IJF, co stanowi przykład instytucjonalizacji tego olimpijskiego sportu.



Na zdjęciu po lewej – dr W. Błach i dr A. Litwiniuk, Rzeszów 2003. Fot. W. Bajorek

WIESŁAW BŁACH¹, WOJCIECH J. CYNARSKI², ARTUR LITWINIUK³

¹AWF Wrocław, ²Uniwersytet Rzeszowski, ³ZWWF Biała Podlaska

Analiza działań startowych młodych zawodników judo na przykładzie walk w Mistrzostwach Świata Juniorów

Słowa kluczowe: teoria walki sportowej, judo, działania startowe

Mistrzostwa Świata Juniorów w judo są imprezą rozgrywaną co dwa lata. Dlatego też jest to jedyny przegląd tego, co dzieje się w młodzieżowym judo na świecie w okresie 24 miesięcy, pozwalający dokonać analizy techniczno-taktycznych działań zawodników i w ten sposób ujawnić aktualne tendencje rozwojowe dyscypliny w tej grupie wiekowej. Analiza zastosowanych rodzajów elementów technicznych, ich ilości, liczby punktów przyznanych za dany element jak i suma punktów za poszczególne ataki skuteczne pozwalają na racjonalną ocenę walki sportowej, a wnioski wynikające z tej oceny mogą być wykorzystane w optymalizacji procesu treningowego [Sterkowicz, Błach 2000; Sikorski 1985].

Celem pracy jest analiza i dokonanie charakterystyki techniczno-taktycznej współczesnej walki judo na przykładzie działalności startowej najlepszych zawodników na świecie w grupie juniorów.

Material i metoda badań

Badaniami objęto przebieg 291 walk stoczonych podczas Mistrzostw Świata Juniorów w 2002 roku w Korei Południowej. Analizie poddano działania techniczno-taktyczne 224 zawodników w wieku 17–19 lat. Materiału do analizy dostarczyła dokumentacja sporządzona komputerowo i udostępniona przez organizatora zawodów. Analizowano następujące parametry walki:

¹ W tekście przyjęto angielską (międzynarodową) pisownię 'judo'. Właściwie (jap.): jūdō. Również inne japońskie terminy podano w transkrypcji angielskiej.

liczba i rodzaj skutecznie zastosowanych elementów technicznych,
 liczba i rodzaj wszystkich przyznawanych punktów,
 liczba i rodzaj punktów którymi wygrano walki,
 liczba i rodzaj przyznanych kar.

Wyniki i ich omówienie

Tabela 1. Zestawienie rodzajów i liczby punktów, które decydowały o wyniku walki

Ocena sędziowska	Liczba	Procent
Ippon	166	57,0
Waza-Ari-Aw-Ippon	22	7,6
Waza-Ari	27	9,3
Yuko	29	10,0
Koka	10	3,4
Hansoku-Make	5	1,7
Keikoku	8	2,7
Chui	11	3,8
Shido	7	2,4
Sogo-Gachi	5	1,7
Kiken-Gachi	1	0,3

Źródło: badania własne

Z danych przedstawionych w tabeli 1 wynika, że $\frac{2}{3}$ walk (ippon, sogo-gachi, kiken-gachi, waza-ari-awaseta-ippon) została zakończona przed czasem, tzn. przed upływem regulaminowych 5 minut efektywnego czasu walki. W całych zawodach przyznano tylko pięć bezpośrednich dyskwalifikacji (hansoku-make), po których zawodnik nie może już dalej uczestniczyć w zawodach.

Tabela 2. Zestawienie rodzajów i ilości wszystkich przyznanych punktów

Ocena sędziowska	Liczba	Procent
Ippon	166	19,3
Waza-ari	109	12,7
Yuko	171	19,9
Koka	65	7,6
Hansoku-make	5	0,6
Keikoku	28	3,3
Chui	89	10,4
Shido	226	26,3
Yusei-gachi	0	0

Źródło: badania własne

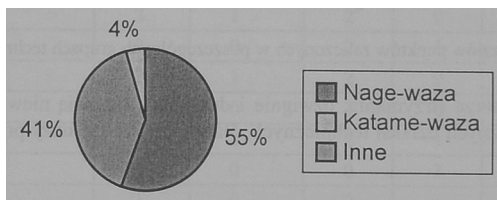
Na podstawie wyników przedstawionych w tabeli 2 można stwierdzić, że kara shido (3 pkt) była najczęściej otrzymywanym ostrzeżeniem (226 razy). Skuteczne wykonane „akcje techniczne” (rzuty, chwyt) najczęściej oceniane były na 10 punktów (ippon). Stanowiły one prawie $\frac{1}{5}$ wszystkich ocen przyznawanych przez sędziów. Najmniej, bo tylko 7,6%, stanowiły oceny sędziowskie na 3 pkt (koka).

Tabela 3. Zestawienie rodzajów i liczby zdobytych punktów w parterze, stojce i inne (np. kary)

Grupa	Ippon	Waza-ari	Yuko	Koka	Suma
Nage-waza	147	101	168	60	476
Inne	5	28	89	227	349
Katame-waza	19	8	3	4	34

Źródło: badania własne

We wszystkich stoczonych walkach wykonano 476 skutecznych rzutów (ocenianych przez sędziów na minimum koka) co stanowi 55,4% wszystkich działań technicznych. Chwyty w parterze wykonano skuteczne tylko 34 razy.



Rys. 1. Procentowy rozkład rodzajów zdobytych punktów: w stojce, parterze oraz innych (kary)

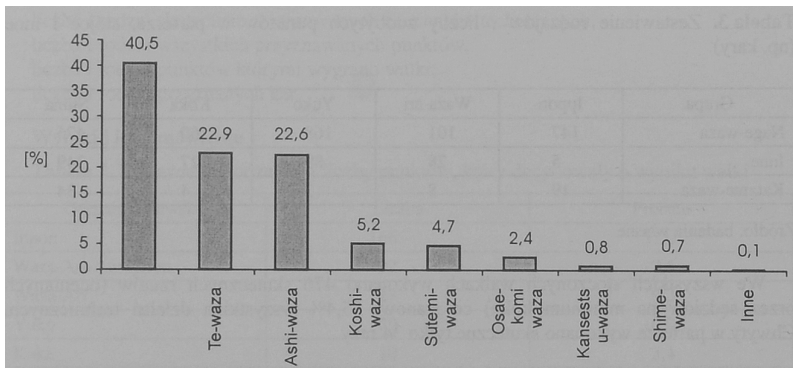
Aż 40,6% wszystkich ocen sędziowskich stanowiły kary za pasywną postawę, nieprawidłowy uchwyt i wyjścia za pole walki. Tylko 4% wszystkich działań technicznych stanowiły chwyty w parterze.

Tabela 4. Zestawienie rodzaju i liczby punktów zaliczonych w poszczególnych grupach elementów techniki, za przyznane kary i inne

Grupa	Ippon	Waza-ari	Yuko	Koka	Suma
Penalty	5	28	89	226	348
Te-waza	54	35	77	31	197
Ashi-waza	58	48	63	25	194
Koshi-waza	19	7	16	3	45
Sutemi-waza	16	11	12	1	40
Osae-komi-waza	6	8	3	4	21
Kansetsu-waza	7	0	0	0	7
Shime-waza	6	0	0	0	6
Inne	0	0	0	1	1

Źródło: badania własne

Rzuty z grupy „ręcznych” były najczęściej skutecznie wykonywane przez uczestników zawodów, bo aż 197 razy. Ze wszystkich grup rzutów najmniejsza ilość razy stosowano rzuty „poświęcenia” (sutemi-waza) – 40. Wśród chwytów w parterze najwięcej skutecznie zastosowano trzymań, a w następnej kolejności dźwigni.



Rys. 2. Rozkład rodzajów punktów zaliczonych w poszczególnych grupach technik, kar i innych

Chwyty w parterze (trzymanie, dźwignie i duszenia) stanowią niewielki procent (3,9%) wszystkich skutecznych działań technicznych. Natomiast bardzo duży procent stanowią kary, bo aż 40,5%.

Tabela 5. Rodzaje i liczba punktów zaliczonych przez sędziów za działania techniczno-taktyczne

Rodzaje działań techniczno-taktycznych	Ippon	Waza-ari	Yuko	Koka	Suma	[%]
1	2	3	4	5	6	7
Pasywność	1	21	57	168	247	28,75
Uchi-mata	16	12	15	5	48	5,59
Kata-guruma	15	10	13	3	41	4,77
Postawa defensywna	1	2	12	25	40	4,66
Seoi-nage	10	8	15	5	38	4,42
Morote-gari	5	3	18	10	36	4,19
O-uchi-gari	9	6	11	4	30	3,49
Atak pozorowany	0	5	9	15	29	3,38
Harai-goshi	11	6	10	1	28	3,26
Sukui-nage	11	3	10	2	26	3,03
O-soto-gari	8	5	6	0	19	2,21
Ko-uchi-gari	3	2	6	6	17	1,98
Ippon-seoi-nage	4	3	4	4	15	1,75
Kuchiki-taoshi	3	4	5	1	13	1,51
Uchi-mata-gaeshi	3	6	4	0	13	1,51
Ko-soto-gake	2	2	6	2	12	1,40
Yama-arashi	5	4	2	0	11	1,28
Tsurikomi-goshi	6	1	3	0	10	1,16
Kibisu-gaeshi	0	1	4	5	10	1,16

1	2	3	4	5	6	7
Sumi-gaeshi	4	2	3	1	10	1,16
Unikanie uchwytu	0	0	2	7	9	1,05
O-soto-maki-komi	3	4	2	0	9	1,05
Tai-otoshi	2	2	3	1	8	0,93
Kesa-gatame	1	3	1	2	7	0,81
Wyjście za matę	0	0	3	4	7	0,81
Harai-makikomi	3	2	1	0	6	0,70
Okuri-ashi-barai	1	1	2	2	6	0,70
Sumi-otoshi	3	0	3	0	6	0,70
Yoko-shiho-gatame	3	2	0	1	6	0,70
Juji-gatame	6	0	0	0	6	0,70
Tomoe-nage	2	1	2	0	5	0,58
O-soto-gaeshi	2	0	2	1	5	0,58
O-soto-otoshi	2	1	2	0	5	0,58
Tani-otoshi	1	0	3	0	4	0,47
Sasae-tsurikomi-ashi	0	1	2	1	4	0,47
Ko-soto-gari	1	0	0	3	4	0,47
Ushiro-goshi	1	0	2	1	4	0,47
Okuri-eri-jime	4	0	0	0	4	0,47
O-uchi-gaeshi	2	0	2	0	4	0,47
Ura-nage	3	0	0	0	3	0,35
Uchwyt za nogawkę	0	0	1	2	3	0,35
Yoko-guruma	0	1	2	0	3	0,35
Uchwyt jednostronny	0	0	2	1	3	0,35
Inne	0	0	0	3	3	0,35
Kata-gatame	0	0	1	1	2	0,23
O-soto-guruma	1	1	0	0	2	0,23
Obi-tori-gaeshi	0	1	1	0	2	0,23
Tate-shiho-gatame	0	2	0	0	2	0,23
Harai-goshi-gaeshi	0	1	1	0	2	0,23
Kuzure-yokoshiho-gata	2	0	0	0	2	0,23
Soto-makikomi	0	2	0	0	2	0,23
Uchi-mata-sukashi	1	0	1	0	2	0,23
Uki-waza	2	0	0	0	2	0,23
Uchwyt „pistoletowy”	0	0	2	0	2	0,23
Sode-tsurikomi-goshi	1	0	0	0	1	0,12
Kawazu-Gake	1	0	0	0	1	0,12
Waki-gatame	1	0	0	0	1	0,12
Pętla na twarzy	0	0	1	0	1	0,12
Obi-otoshi	0	0	1	0	1	0,12
Hiki-komi-Gaeshi	1	0	0	0	1	0,12

1	2	3	4	5	6	7
Deashi-barai	0	1	0	0	1	0,12
Yoko-otoshi	0	1	0	0	1	0,12
Hiza-guruma	0	0	0	1	1	0,12
Uki-otoshi	0	1	0	0	1	0,12
O-goshi	0	0	1	0	1	0,12
Kuzure-kamishiho-gata	0	1	0	0	1	0,12
Hiza-gatame	1	0	0	0	1	0,12
Kuzure-kesa-gatame	0	0	1	0	1	0,12
Rzut z upadkiem na głowę	1	0	0	0	1	0,12
Daki-wakare	0	1	0	0	1	0,12
Zerwanie uchwytu nogą	0	0	0	1	1	0,12
Owijanie judogą i pasem	0	0	0	1	1	0,12
Koshi-guruma	0	0	0	1	1	0,12
Koshi-jime	1	0	0	0	1	0,12
Sankaku-jime	1	0	0	0	1	0,12

Źródło: badania własne

Najczęściej skutecznie wykonanym rzutem był uchi-mata a następnie kata-guruma i seoi-nage. A w parterze trzymanie kesa-gamate i yoko-shiho-gatame, a w dalszej kolejności dźwignia juji-gatame. Bardzo często zawodnicy otrzymywali kary za pasywną postawę w walce, bo aż 40 razy, i za atak pozorowany (29 razy).

Podsumowanie

Stwierdzono, że podobnie jak w mistrzostwach świata seniorów [Błach, Migasiewicz, Maśliński 2003] aż 70% walk zakończyło się przed „czasem”, czyli przed upływem regulaminowych pięciu minut efektywnej walki (bez wliczania przerw). W turniejach przyznano aż 348 kar, co stanowiło 40,5% wszystkich punktowanych działań techniczno-taktycznych [por.: Sterkowicz, Kiejda, Błach 1997; Sterkowicz, Maślej 1999]. Zastosowano natomiast niewielką ilość skutecznych chwytów w parterze, bo tylko 34, co stanowiło zaledwie 4% wszystkich ocen sędziowskich. Może to być spowodowane tendencją w sędziowaniu objawiającą się w przerywaniu po kilkunastu sekundach walki w parterze, gdy zawodnicy wykonują niewielką ilość dynamicznych ruchów. Duża liczba zastosowanych rzutów ręcznych być może jest spowodowana zaczynającym się transferem elementów technicznych pochodzących z innych sportów walki (np. zapasy, sambo) a wprowadzanych przez zawodników z byłych republik radzieckich. Natomiast można przypuszczać, że duża ilość kar przyznanych za pasywną postawę jest spowodowana przez tendencję w sędziowaniu mającą na celu wymuszenie na walczących większej aktywności w walce.

BIBLIOGRAFIA

1. Błach W., Migasiewicz J., Maśliński J. (2003), *Ocena działań startowych uczestników mistrzostw świata w judo*. „Kierunki doskonalenia treningu i walki sportowej”, AWF Warszawa, s. 45–50.
2. IJF Results judo. Korea 2002.
3. Sikorski W. (1985), *Aktualne problemy treningu i walki sportowej judo*, Prace i materiały Instytutu Sportu, Warszawa, nr 5.

4. Sterkowicz S., Błach W. (2000), *Analiza wieku, sposobu zwycięstwa oraz akcji skutecznych podczas olimpijskiego turnieju judo w Sydney 2000*, „Trening sportowy na przełomie wieków”. IX Międzynarodowa Konferencja Naukowo-Metodyczna 27–29.11 2000, COS Spała.
5. Sterkowicz S., Kiejda I., Błach W. (1997), *Charakterystyka sposobów walki judo w Igrzyskach Olimpijskich 1988–1996*, „Trening”, nr 1.
6. Sterkowicz S., Maślaj P. (1999), *Działania techniczno-taktyczne stosowane w walce judo*, „Sport Wyczynowy”, nr 9–10, s. 45–53.

Analysis of the take-off actions of young judo competitors based on the example of fights in the World Junior Championships

Key words: the theory of sport fighting, judo, analysis of take-off actions

The authors present the analysis of take-off actions of judo competitors who participate in the World Juniors Championships. It concerns the kinds of applied technical elements and the ways of resulting the fight. The research was conducted and 224 competitors and 291 fights were taken into consideration. 70 % of the fights finished before the regulation time. The tendency in refereeing has a great influence on the fight tactics and preferred techniques. Thanks to this the combat becomes more spectacular. As a result the throwing techniques dominate and the techniques performed in „ne-waza” less and less frequently decide about the result of the fight.