

INFLUENȚA NOULUI REGULAMENT COMPETIȚIONAL ASUPRA PREGĂTIRII TEHNOCO-TACTICE A JUDOCANILOR DE PE RFORMANȚĂ

Polevaia-Secăreanu Angela, Răcila Ana, Cotorcea Anatol,
Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Chișinău, Republica Moldova

Abstract: *In the given article the authors present the study results on the influence of the new regulation on the technical and tactical preparation of high class judoka. By the contribution of the video analysis and sociological investigation there were highlighted the technical and tactical actions in judo which have become more complicated, more spectacular and more technical. It was established the rating of the most predominant technical and tactical actions with the help of which were achieved victories at national and international championships.*

Key words: judo, technical and tactical training, competition.

Introducere. În sportul contemporan, progresul măiestriei tehnice este imposibil fără optimizarea structurii și conținutului întregului proces de antrenament [4]. De aceea, perfecționarea continuă a abilităților speciale ale judocanilor moldoveni solicită o instruire continuă, care trebuie să fie orientată și desfășurată pe baza liniei metodice de practicare a judoului, în concordanță cu sarcinile și cerințele complexe ale dezvoltării acestui sport pe plan mondial și în strânsă legătură cu activitatea competițională [1, 2, 3, 7].

Măiestria tehnico-tactică a judocanilor presupune perfecționarea cu precădere a tuturor acțiunilor tehnice, formarea unor deprinderi și abilități în concordanță cu calitățile motrice specifice judoului [5, 6]. Campionii mondiali și olimpici din ultimii ani au demonstrat că fără o cunoaștere temeinică a elementelor de bază ale tehnicii, fără un studiu detaliat al acțiunilor tehnico-tactice nu se pot obține succese performante. Tehnica judoului trebuie analizată în contextul unității executării procedeelelor, ca o activitate unitară a judoka, ca o îmbinare a activității sale moral-volitivă și fizice în condiții dificile ale competiției [6]. Cele menționate determină necesitatea căutării intensive a combinării optimale a mijloacelor de antrenament și competiționale în timpul pregătirii judocanilor de performanță [3].

Lucrarea este realizată cu **scopul** de a studia eficacitatea influenței noului regulament asupra pregătirii tehnico-tactice a judocanilor de performanță. În legătură cu aceasta, a fost determinat *obiectivul cercetării* noastre care constă în studierea problemei privind influența schimbărilor din regulament asupra pregătirii tehnico-tactice a judocanilor de performanță.

Metodologia și organizarea cercetării. Pentru evaluarea problemei propuse spre cercetare în prezenta lucrare, a fost efectuat un studiu sociologic de către experții din judo înainte de Campionatul European, care a fost planificat în or. Montpellier. Sportivi celebri, antrenorii și jurnaliștii din diferite țări ale lumii și-au împărtășit opiniile privind influența noului regulament asupra pregătirii tehnico-tactice a judocanilor de performanță. Totodată, a fost desfășurată anchetarea sociologică prin intermediul căreia au fost intervievați 50 de antrenori-profesori și sportivi autohtoni cu privire la experiența practică de pregătirea a sportivilor judoka de performanță.

Prin metoda video au fost prelucrate datele căpătate în urma unei analize a Campionatelor European și Mondial, ediția 2014, luând în considerație evoluția schimbărilor tehnicii și tacticii pe parcursul acestei datorate unor modificări în regulamentul competițiilor.

Rezultate și discuție. Studiu asupra sondajului sociologic desfășurat de către jurnaliștii din portalul de Internet «100 Percent Judo» [8], care a prezentat un rezultat de opinii ale sportivilor de înaltă performanță (5 sportivi de înaltă performanță: Ivonne Bonish (Germania), campioană olimpică Grecia - 2004 în categoria de greutate pînă la 57 kg.; Antoine Valois-

Fortier (Canada), premiant de bronz JO-2012 în categoria de greutate pînă la 81 kg.; Ole Bischof (Germania), campion olimpic Beijing-2008 și premiant de argint Londra-2012 în categoria de greutate pînă la 81 kg.; Priscilla Gneto (Franța), medaliată cu bronz la JO-2012 în categoria de greutate pînă la 52 kg, Matt D'Aquino (Australia), participant JO-2008 în categoria de greutate pînă la 66 kg. și 6 specialiști din domeniul de judo - antrenori, redactori-șefi ai portalurilor de internet Judoinside.com, Alljudo.net și fotografi din portalul Judophotos.fotograf.de, HajimeJudo.com.

Din Figura 1. observăm că schimbarea regulamentului competițional în judo se răsfrînge asupra pregătirii tehnico-tactice a sportivilor-judocani, deoarece majoritatea din respondenții-sportivi consideră că judo-ul a devenit mai complicat (80%). Totodată, specialiștii din portalurile informaționale și antrenorii loturilor naționale consideră că judoul a devenit mai spectaculos și mai tehnic.

„Judo trebuie să continue să se adapteze, menținându-și rădăcinile și valorile tradiționale” – a declarat președintele Federației Internaționale de Judo, dl. Marius Vizer, atunci când a explicat de ce este nevoie de anumite schimbări.

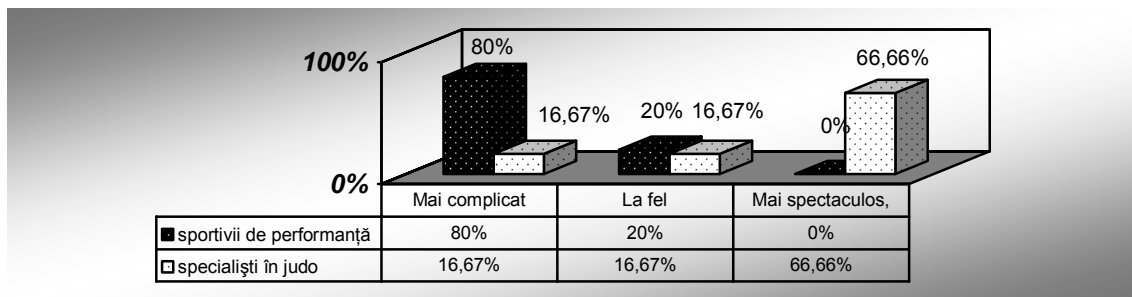


Figura 1. Noile reguli au făcut judoul mai simplu sau mai complicat?

Luînd în considerație divergențele dintre opiniile sportivilor de înaltă performanță și cele ale specialiștilor din judo (Figura 1), a fost interesant de analizat problema adaptării judoului autohton la noile modificări ale regulamentului internațional elaborat de FIJ.

Studiind rezultatele anchetelor sociologice, am observat că majoritatea respondenților autohtoni (54%) au continuat să se perfecționeze în judo, adaptându-și tehnicile la noile cerințe, 26% de respondenți au început să practice alte genuri de luptă din cauza neadaptării la noile cerințe ale regulamentului, arsenalul lor tehnic fiind bazat pe procedeele cu priza mai jos de centură. Totodată, un număr destul de mare de respondenți (20%) au remarcat că au abandonat sportul fiindcă arsenalul de procedee pe care îl aveau era bazat mai mult pe tehnica de picior și poziție joasă (Figura 2).

Comitetul Tehnic European WJF a fost constituit la inițiativa președintelui WJF pentru Europa, dr. P Högländ, cu misiunea de a pune propune unele idei comune și de a introduce în mod oficial regulile concursului de WJF care sunt în conformitate cu misiunea sa. Prezentul document prezintă cu succes un out bine gândit și un set detaliat de reguli de concurs, care susțin toate valorile și conceptele tradiționale Kodokan Judo, așa cum sunt percepute de către fondatorul său Dr. Jigoro Kano.

Analizând rezultatele prezentate în Figura 3, putem constata că 58% din intervievați au indicat că noile schimbări regulamentare vor contribui la popularizarea judoului în masă, 15% din chestionați sunt de părerea că aceste modificări vor duce la stagnarea judoului, iar 27% s-au regăsit în varianta de răspuns precum că judoul va deveni mai spectaculos și mult mai dinamic.

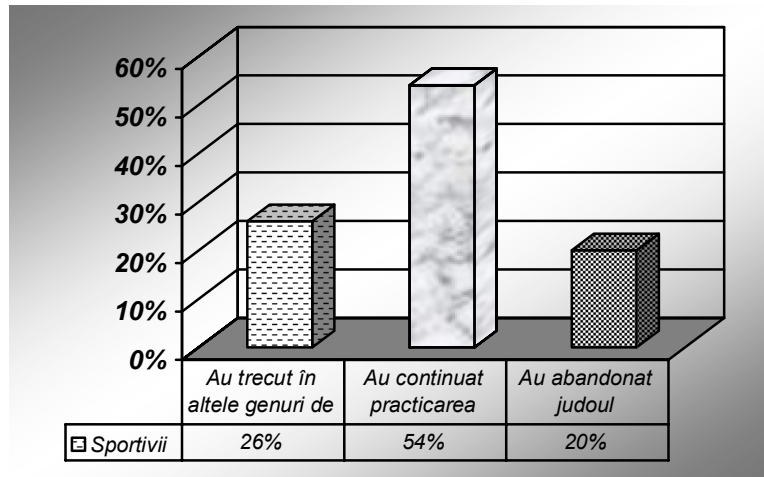


Figura 2. Influența modificărilor din regulament asupra sportivilor de performanță ai R.M.

În continuare, ne-am propus să aflăm opiniile respondenților privind adaptarea sportivilor la noile modificări ale regulamentului internațional de judo. Majoritatea sportivilor (46%) au indicat că s-au adaptat „repede”. Probabil, mai ușor s-au adaptat la modificările noi acei sportivi al căror arsenal tehnic nu era bazat pe procedeele cu priza mai jos de centură. Au întâlnit dificultăți și s-au adaptat destul de încet la noile modificări 38% de sportivi, din motivul că aceștia se bazează mai mult pe tehnica de picior. Și 16% din cei intervievați nici până în prezent nu s-au adaptat la noile schimbări ale regulamentului internațional de judo.

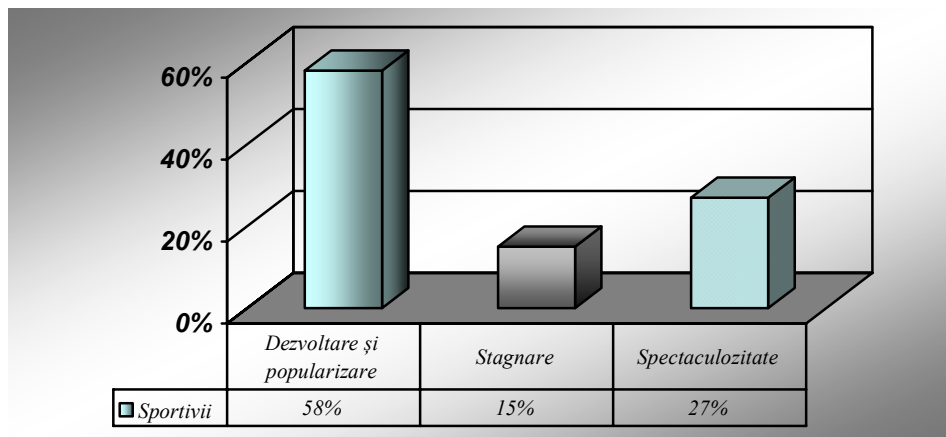


Figura 3. Dezvoltarea judoului în urma modificărilor

Pentru o analiză mai amplă, vom prezenta materialele video de la campionatele European, Mondial și Național al Republicii Moldova la judo, ediția 2014.

Analiza înregistrărilor video a permis să studiem detaliat cele mai frecvente acțiuni tehnice în picioare (NAGE-WAZA), în urma modificărilor regulamentului internațional (FIJ) prin prisma adaptării judocanilor la noile cerințe ale regulamentului (Figura 4).

În Figura 4 este prezentat ratingul acțiunilor tehnico-tactice predominante datorită cărora s-au obținut victoriile la meciurile prin învingere prin Ippon. Așadar, la campionatele European și Mondial domină mai mult victoriile obținute prin Ippon, în comparație cu campionatul Național, deoarece calitatea pregătirii sportivilor la aceste mari campionate diferă de cea a sportivilor care participă la Campionatul Național.

S-a constatat că acțiunea tehnică *seoi-nage* a ocupat primul loc în ceea ce privește atât

ponderea, cât și eficiența, la campionatul European și Mondial, procedeul cu care s-au realizat 29 de victorii (31%). Pe locul al doilea se află acțiunea tehnico-tactică *uchi-mata*, 19 victorii (20% din totalul meciurilor), și apoi *o-uchi-gari*, prin care s-au obținut 14 victorii (15%).

Referindu-ne la Campionatul Național putem să menționăm faptul că aceste modificări au afectat mult sportivii noștri, mulți dintre ei abandonând judoul din cauza neadaptării la noile cerințe. Totodată aplicarea acțiunilor tehnice preferate de către judocanii autohtoni nu diferă mult de a celor internaționali. În cadrul campionatului național cele mai efective acțiunile tehnico-tactice s-au dovedit *seoi-nage* și *ura-nage* (28%). Pe locul al doilea, după eficacitate, s-a plasat acțiunea tehnico-tactică *o-soto-gari* (23%). Unii sportivi-judocani, spre exemplu, au efectuat acțiunea tehnică *kata-guruma* (aruncarea peste umeri/moara) fără luarea prizei de picior, astfel adaptându-și acest procedeu la noile cerințe. În marea lor majoritate, sportivii de performanță care nu s-au adoptat la noile cerințe, fiindcă tot arsenalul tehnic pe care îl posedau era bazat pe tehnici de picior și poziție joasă. De aceea la campionatul național din 2014 la toate categoriile de greutate au dominat în mare parte seniorii, doar în categoria de pînă la 81kg a rămas același campion. Aceste rezultate se explică prin faptul că sportivilor care au posedat mai bine tehnicile de picior, ce sunt acțiuni motrice deja automatizate, le vine foarte greu să se manifeste la nivelul cel mai înalt.

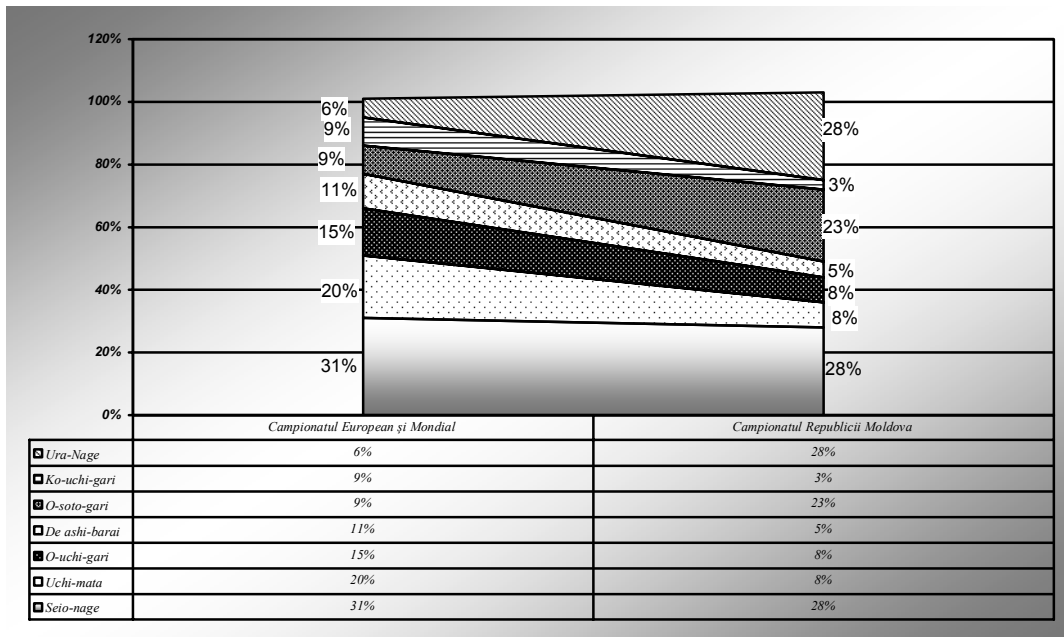


Figura 4. Analiza acțiunilor tehnice preferate la Campionatele European, Mondial și Național, ediția 2014

Atunci când apar modificări în regulamentul de concurs, se produc schimbări și în tactica de abordare a luptelor, unele acțiuni tehnico-tactice își pierd eficiența, altele câștigă în aplicabilitatea, ceea ce duce la apariția variantelor noi de luptă. Dezvoltarea și perfecționarea pregătirii tehnice de luptă duc la înnoirea și schimbarea tacticii, la apariția unor noi metode de îmbunătățire a tehnicii, fapt ce conduce la adaptarea sportivilor la noile cerințe competiționale.

Concluzii. În urma analizei rezultatelor obținute, s-a evidențiat că:

- în organizarea procesului de antrenament, majoritatea antrenorilor nu acordă atenție sporită respectării regulamentului internațional elaborat de către Federația Internațională de Judo;

- în organizarea procesului de instruire sunt dominante formele tradiționale, mijloacele și metodele, care deseori nu sunt efective în soluționarea problemelor în condiții moderne.

Referințe bibliografice:

1. Manolachi V. *Codul etic al judocanului*. Chișinău: Editura USEFS, 2013. 32 p.
2. Manolachi V. et. al. *Noi orientări în tehnica și tactica judoului*. În: *Sportul olimpic și sportul pentru toți: materialele congr. intern., Vol. I*. Chișinău: USEFS, 2011. p. 221-224.
3. Nacu O., Polevaia-Secăreanu A., Cotorcea A. *Rolul combinării optime a mijloacelor de antrenament și competiționale din diferite probe de luptă în procesul de pregătire a judocanilor*. În: *Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: materialele conf. șt. intern. studențești*. Chișinău: USEFS, 2013, p. 162-168.
4. Platonov V. N. *Periodizarea antrenamentului sportiv: teoria generală și aplicațiile ei practice*. București: Discobolul, 2015. 607 p.
5. Полевая-Секэрэяну А. К проблеме о формировании рациональной техники двигательных действий в дзюдо. В: *Олимпийский спорт и спорт для всех: между. науч. конгр. 80-річчя НУФВСУ*. Киев, 2010, с. 104.
6. Полевая-Секэрэяну А., Афтимичук О. Е. *Значимость формирования специализированных восприятий для технической подготовки дзюдоистов*. В: *Вісник, Педагогічні науки: за матеріалами міжд. наук.-практ. семінару «Формування фізичної культури особистості в системі неперервної освіти» ЛНУ ім. Т. Шевченка*. Ч. I. 2013, №8, с. 146-155
7. Шулика Ю. А. и др. *Дзюдо. Система и борьба: учебник для СДЮШОР, спортивных фак-тов пед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва*. Ростов на Дону: Феникс, 2006. 800 с.
8. <http://100judo.com>

ANALIZA COMPARATIVĂ A CARACTERISTICILOR BIOMECHANICE ȘI PERFORMANTELOR OBTINUTE ÎN CONCURS LA PARALELE INEGALE

Potop Vladimir,

Universitatea Ecologică din București, România

Boloban Victor,

Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport a Ucrainei, Kiev

Grigore Vasilica,

Universitatea Națională de Educație Fizică și Sport din București, România

Marinescu Susana,

Școala gimnazială "Coresi" din Târgoviște, România

Abstract. *The aim of this paper is to highlight the significance threshold between the kinematic and dynamic characteristics of sports technique key elements and the performances achieved by junior gymnasts in uneven bars events. This scientific approach is part of the ascertaining pedagogical experiment associated to the postdoctoral thesis, at the midway point, in the end of the competitive year 2013. The following research methods have been used for this purpose: bibliographic study of specialized literature, pedagogical observation, video method for biomechanical analysis, method of movement postural orientation, statistical-mathematical and graphical representation methods. In order to make this comparative analysis, following up the biomechanical analysis of the dismounts off uneven bars, we selected the most effective biomechanical indicators of movement execution. The study results show that the comparative analysis of the biomechanical characteristics and the performances achieved by junior gymnasts in uneven bars competition, analysis made by parametric and nonparametric statistic methods, reveal different significance thresholds of the studied indicators and their relationship consistent with the kinematic and dynamic particularities of sports technique key elements.*

Keywords: *biomechanics, comparison, uneven bars, sports technique, performance.*