

# III MÓDULO - FJERJ

## KUMI KATA

### Disputa de pegada

Por

CARLOS Eduardo HESPANHA Matt – 6 Dan  
Prof.Ed. Física – Cref- 06263-G / RJ

# SUMÁRIO

- Introdução
- Formas de pegada
- Análise Estatística
- Estratégia
- Prática

# Introdução

## A IMPORTÂNCIA DA DISPUTA DA PEGADA NO JUDÔ – Kumi Kata

O Kumi Kata é uma parte essencial da luta de judô, apesar de haver poucas abordagens científicas nesse tema. Sem a pegada inicial, praticamente não se pode projetar, e sem projeção não existe Judô. O significado de Kumi Kata, obviamente como tudo que é genuinamente do Judô, tem origem num termo da língua japonesa. E sendo a palavra kumi-kata um termo japonês, tem ao meu entendimento, sua tradução mais propícia como “Disputa de Pegada” (Sacripanti, 2011). Em inglês é utilizado como tradução do japonês *grip fighting* (luta de pegada). A tradução literal do japonês seria Kumi (montar ou construir) e Kata (método).

Segundo Nicola Tempesta - 8° Dan, primeiro italiano campeão europeu, que viveu competitivamente nos anos 50 e 60, suas considerações sobre o tema kumi-kata são interessantes, pois não havia em seu tempo tanta preocupação com a pegada, apenas as pegadas tradicionais eram utilizadas, com raríssimas exceções (2011, Sacripanti). Prevalecia majoritariamente a preocupação com o *tokuy waza* de cada atleta, onde essa disputa por pegada tão intensa hoje em dia, que nos faz crer que cada centímetro de manga ou gola a ser dominado, tenha importância na projeção do oponente. Há portanto, na atualidade muitas variáveis em comparação a tempos passados que devem ser consideradas. O fato é que hoje, sem uma estratégia bem estruturada e uma boa pegada no judogui do adversário, pouco se caminha nos *shiais* dos eventos de alto rendimento. Há portanto, muito o que se treinar e estudar sobre outras formas de se segurar o judogui, além das pegadas básicas, que todo judoca deveria treinar e conhecer, sob o risco de sofrer o domínio adversário e ser projetado.

George Mehdi, ex atleta e técnico da seleção brasileira de judô, com vasta experiência adquirida treinando no Japão, dizia que os olhos do judoca são suas mãos. São através delas, e fazia menção às pegadas de ambas as mãos no judogui, que o judoca deveria concentrar suas sensibilidades para dominar, defender-se e atacar.

A importância da pegada de gola (Tsurite) é enfatizada em inúmeras competições infantis em alguns países europeus e no Japão, onde se proíbem as pegadas não ortodoxas, do tipo ushiro-eri em campeonatos regulares.

Segundo Densign Whrite, ex-atleta olímpico britânico e Membro da *British Judo Association*, o domínio da pegada é um componente crítico para qualquer judoca que aspire sucesso na era do judô moderno. Sem essa habilidade bem desenvolvida e entendida no sentido mais profundo, dificilmente um judoca experimentará a emoção e a parte mais excitante do judô, jogar o oponente, sem grande esforço e com graça e beleza. Também é importante que as pessoas responsáveis pelo treinamento do judô, tenham o conhecimento do bom *kumi kata*, especialmente para aqueles que trabalham com crianças pequenas, pois todos sabemos que, uma vez que maus hábitos se estabelecem como resultado de uma má instrução em seu início, poderá ser muito difícil corrigir erros posteriormente (Sacripanti, 2011).



## FORMAS DE PEGADA :

As formas básicas de pegada, ensinadas desde o princípio nas aulas de judô são as de manga e gola, seja de domínio destro ou canhoto. A maioria, quase absoluta, das técnicas de projeção do Judô depende dessas formas de pegada. São elas:

### COM RELAÇÃO A PRÓPRIA MÃO DOMINANTE:

- MIGUI-KUMI (pegada de direita): pegada com a mão direita na gola (ERI) e mão esquerda na manga (SODE), e
- HIDARI-KUMI (pegada de esquerda): pegada com a mão esquerda na gola (ERI) e mão direita na manga (SODE).

## COM RELAÇÃO AO LADO DOMINANTE DO ADVERSÁRIO:

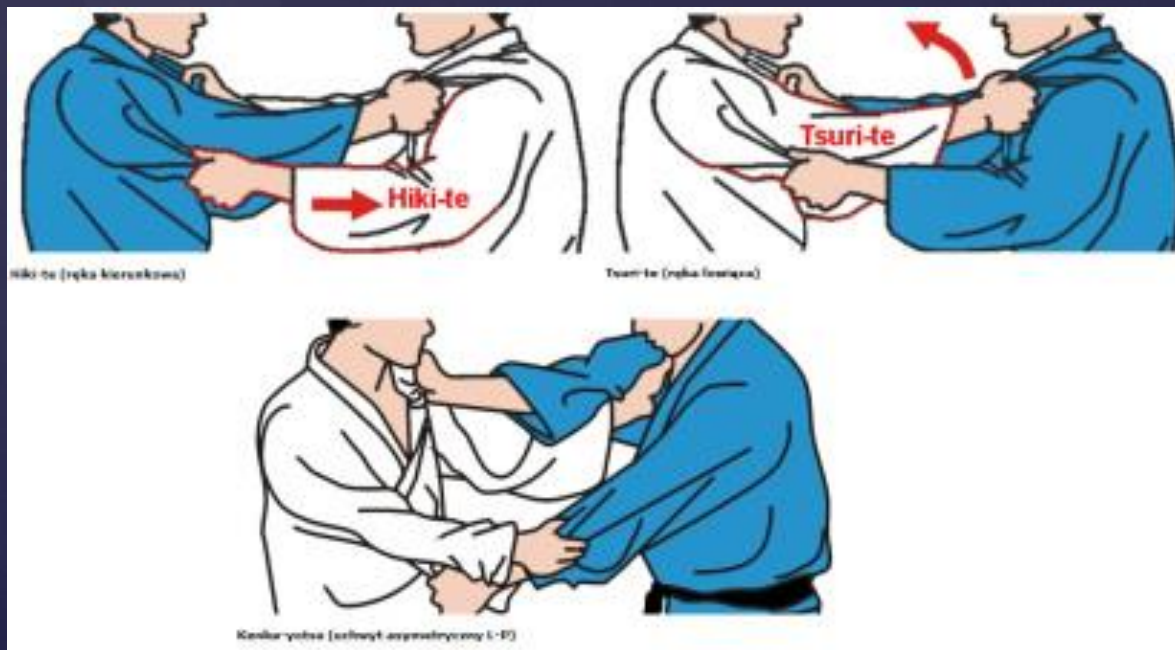
- AYOTSU (pegadas de mesmo lado): Destro contra destro ou canhoto contra canhoto
- KENKA-YOTSU (pegadas de lado oposto): Destro contra canhoto





## COM RELAÇÃO A FUNÇÃO DE CADA MÃO:

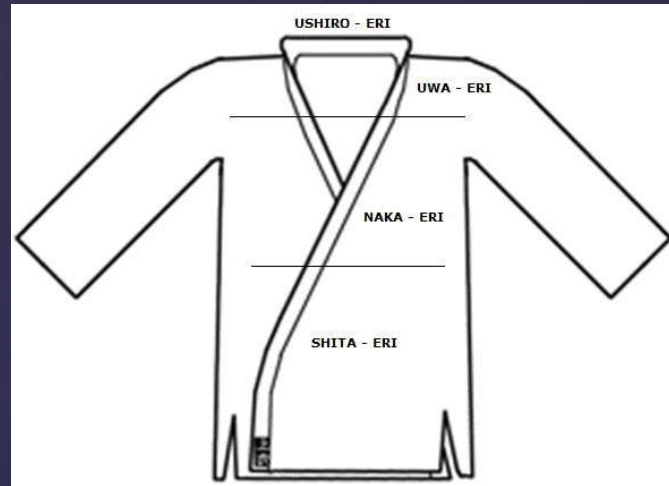
- HIKI-TE (pegadas da puxada): Mão de pegada da manga. Responsável principalmente pelo desequilíbrio e .
- TSURI-TE (pegada da gola): Mão de pegada da gola. Responsável principalmente pelo desequilíbrio e suspensão do oponente.



# COM RELAÇÃO AO SETOR DO JUDOGUI DO Oponente:

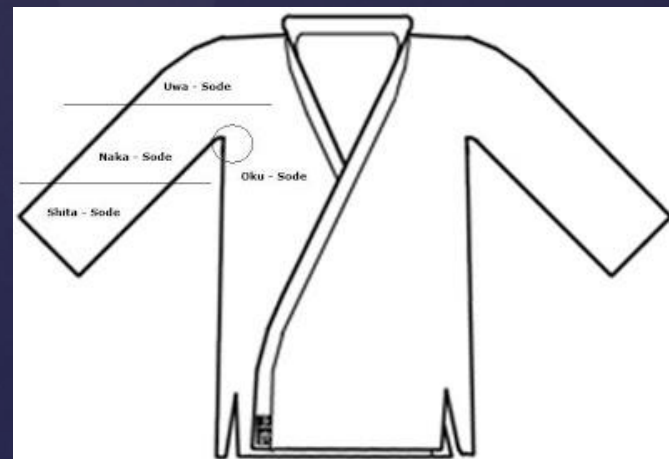
## GOLA (eri)

- Atrás - Ushiro eri
- Alta - Uwa eri
- Media – Naka eri
- Baixa - Shita eri



## MANGA (sode)

- Alta - Uwa sode
- Media – Naka sode
- Baixa - Shita sode
- Cava – Oku-sode



# ANÁLISE ESTATÍSTICA

	Mulheres	Homens	Total	Mulheres	Homens	Total
<i>Gola</i>	106	101	207	55,8%	46,1%	50,6%
<i>Manga</i>	23	29	52	12,1%	13,2%	12,7%
<i>Costas</i>	11	22	33	5,8%	10%	8,1%
<i>Punho</i>	16	55	71	8,4%	25,1%	17,4%
<i>Saia</i>	0	3	3	0%	1,4%	0,7%
<i>Perna</i>	34	9	43	17,9%	4,1%	10,5%
<i>Total</i>	190	219	409	100%	100%	100%

Número e percentual do local da primeira pegada e gênero – Mundial Sênior 2017

Nesse estudo, verificou-se também que a maior concentração do primeiro contato considerado como pegada ficou próximo aos 5 seg do início da luta.

# ESTRATÉGIA



## APLICAÇÃO DO KUMI KATA

- Defensivamente
- Ofensivamente
- Disputa de pegada positiva
- Disputa negativa

# PRÁTICA