

**Wiesław Błach, Juliusz
Migasiewicz, Tomasz Hajdrych,
Wojciech J. Cynarski**

**Rodzaje podejmowanych działań
techniczno-taktycznych w judo na
przykładzie walk w Pucharze Świata
seniorów i juniorów**

Idō - Ruch dla Kultury : rocznik naukowy : [filozofia, nauka, tradycje wschodu,
kultura, zdrowie, edukacja] 6, 169-175

2006

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.

Rodzaje podejmowanych działań techniczno-taktycznych w judo¹ na przykładzie walk w Pucharze Świata seniorów i juniorów / Possibilities of technical and tactical acting in judo shown on example of fight at junior and adult world cup

Słowa kluczowe: judo, element techniczny, taktyka walki

Celem pracy jest porównanie sposobów rozwiązywania walk przez seniorów i juniorów w turniejach międzynarodowych. Materiału do analizy dostarczyła dokumentacja sporządzona komputerowo i udostępniona przez organizatorów zawodów Pucharu Świata juniorów – 2004 i seniorów – 2005. Z przeprowadzonej analizy walk wynika, że wzrasta dynamika walki judo zarówno wśród juniorów jak i seniorów. Przejawem tego jest: większość walk zakończona przed czasem, niewielka ilość akcji skutecznych w parterze oraz znacząca ilość kar przyznanych przez sędziów za pasywność.

Osiągnięcie sukcesu w sporcie w dzisiejszych czasach jest na ogół efektem długotrwałej i żmudnej pracy treningowej zawodnika oraz umiejętności i wiedzy trenera. Coraz bardziej wyrównany poziom sportowy zawodników czołówki światowej sprawia, iż odniesienie zwycięstwa jest coraz trudniejsze.

W każdej dyscyplinie sportu o sukcesie decyduje skuteczność wykonywanych działań, która zależy od przygotowania fizycznego, wyszkolenia techniczno-taktycznego, przygotowania psychicznego. W judo u zawodników reprezentujących najwyższy poziom sportowy rozstrzygające znaczenie ma stopień opanowania określonej liczby technik i umiejętności ich zastosowania w walce. Dlatego też nieodzownym elementem pracy trenera powinna być obserwacja zawodników w czasie pojedynków oraz rejestracja i analiza ich działań [Jończyk, Zieniawa 1998].

Według Maśleja [1999] rejestracja i analiza wyników sportowych jest konieczna w każdej dyscyplinie sportu, gdyż daje możliwość oceny postępów, stabilizacji lub regresu w rozwoju zawodników. Pozwala także ustalić wartość sportowca w warunkach współzawodnictwa, czyli kontrolować przyrost umiejętności taktycznych i stopniowe osiąganie formy sportowej.

Można znaleźć wiele publikacji na temat obserwacji, rejestracji i analizy działań startowych zawodników w sportach walki [Adam i in. 2005; Kalina 2000; Laskowski i in. 2004; Litwiniuk, Bujak 2004]. Metody obserwacji stają się coraz bardziej precyzyjne, stosuje się najnowocześniejszy sprzęt i urządzenia, korzysta się z najnowszych technologii i rozwiązań w celu uzyskania dokładnego zapisu przebiegu rywalizacji. Zebrane tą drogą materiały, informacje dotyczące działań startowych są wnikliwie analizowane. W zależności od charakteru i specyfiki dyscypliny sportowej rozpatrywane są różne elementy walki. W judo rejestracja i analiza walk turniejowych jest podstawową informacją o aktualnych tendencjach. Podczas bezpośredniej rywalizacji z przeciwnikiem ujawniają się błędy w wyszkoleniu zawodnika. Stąd też jej analiza, zarówno ze względu na strukturę czasową jak i rzeczową, pozwala na sformułowanie wniosków dotyczących szkolenia. Systematycznie prowadzone obserwacje zawodów dają możliwość szybkiej reakcji na ujawniające się tendencje szkoleniowe a jednocześnie pomagają w lepszym przygotowaniu zawodnika do kolejnych startów.

W judo wielu autorów dokonywało obserwacji analizy walki podczas zawodów sportowych [Adam i in. 2005; Błach 2005; Błach i in. 2003; 2004; Jonczyk, Zieniawa 1998; Laskowski i in. 2002, 2004; Sterkowicz 2001].

Imprezy sportowe o najwyższej randze, jak Puchary Świata, gdzie spotykają się najlepsi zawodnicy w danej dyscyplinie, stanowią doskonałą okazję do realizacji różnego rodzaju badań i analiz związanych z walką sportową. Zawody tej rangi dostarczają szeregu cennych informacji.

¹ W artykule pominięto oznaczenie długich głosek w transkrypcji japońskich słów.

Uzyskany tą drogą materiał pozwala ujawniać kierunki rozwoju myśli taktycznej, oceniać skuteczność określonych rozwiązań technicznych lub analizować wybrane parametry walki. Analiza działań techniczno-taktycznych zawodników młodych (juniorów) i seniorów pozwala na porównanie sposobów rozwiązywania pojedynków a przez to uchwycenie tendencji rozwojowych w judo.

Celem pracy jest porównanie sposobów rozwiązywania walk przez seniorów i juniorów w turniejach międzynarodowych.

Materiał i metody badań

Materiału do analizy dostarczyła dokumentacja sporządzona komputerowo i udostępniona przez organizatorów. Międzynarodowego Turnieju Judo Juniorów (Cetniewo 2004) oraz Pucharu Świata Seniorów (Warszawa 2005).

W turnieju juniorów analizowano przebieg 266 walk, w turnieju seniorów – 230 walk. Obserwowano działania techniczno – taktyczne 192 uczestników z 22 państw startujących w M. T. J. Juniorów oraz 166 zawodników z 25 krajów w Pucharze Świata Seniorów.

Analiza struktury rzeczowej walki obejmowała rodzaj i ilość efektywnie stosowanych ataków w stojące [ataki wykonywane zarówno w postawie wertykalnej i horyzontalnej (rzuty poświęcenia)] i w parterze [ataki tylko w pozycji horyzontalnej], przy czym uwzględniono klasyfikację Instytutu Badań Judo Kodokan oraz procentowy udział poszczególnych elementów technicznych odnoszony do liczby wszystkich ataków.

Porównano także ilość zdobywanych punktów: *ippon*, *waza-ari*, *yuko*, *koka* oraz ilość kar za przekraczanie przepisów: *shido*, *hansoku-make*.

Następnie zestawiono uzyskane wyniki charakteryzujące zmagania sportowe w M.T.J. Juniorów i w P.Ś. Seniorów w poszczególnych kategoriach wagowych oraz dokonano porównania.

W badaniach posłużono się wybranymi podstawowymi kryteriami opisowymi walki przyjętymi za Kaliną (2002):

- punkty uzyskane przez daną stronę
- zastosowany środek walk,
- przyznane zawodnikom kary i rodzaj naruszenia przepisów.

W pracy przyjęto, że „działania techniczne skuteczne” (techniki wykonywane skutecznie) – to efektywne, dające pozytywne wyniki; tu: wykonane tak, aby spowodować upadek przeciwnika na plecy lub bok i w konsekwencji ocenione na punkty przez sędziów.

Wyniki

Na podstawie analizy wyników ustalono, że w turnieju juniorów najczęściej skutecznie wykonywaną techniką był rzut *kuchiki-taoshi*. Rzut ten zastosowano 54 razy, co stanowi 13% wszystkich akcji technicznych. Drugą lokatę w tej klasyfikacji zajął popularny rzut *ippon-seoinage*, który wykonano 41 razy, co stanowi 9,9% wszystkich skutecznych zastosowań. Jak wynika z danych przedstawionych w tabeli 2, sędziowie najczęściej przyznawali punkty za rzut z grupy *ashi waza – uchimata*, którą zastosowano 27 razy, co stanowi 6,6% wszystkich punktowanych ataków. Z elementów technicznych stosowanych w parterze przeważały trzymania: *yoko-shihogatame* (9) i *kuzure-kesa-gatame* (8). Najrzadziej podczas turnieju seniorów korzystano z elementów z grupy *shime-waza* (techniki duszeń). Skutecznie stosowane techniki w parterze stanowiły jedynie 9% wszystkich elementów technicznych, co w porównaniu z technikami w stojące (91%) jest bardzo małą wartością.

Tabela 1. Zestawienie liczbowe i procentowe skutecznie zastosowanych elementów technicznych w Turnieju Juniorów „Cetniewo 2004”

Table 1. Number and percentage of effective technical elements at the judo world cup in junior category

Lp.	Element techniczny	n	%
1.	Kuchiki-taoshi	54	13,0
2.	Ippon-seoi-nage	41	9,9
3.	Uchimata	25	6,0
4.	Kata-guruma	20	4,8
5.	Kouchi-gari	20	4,8
6.	Ouchi-gari	20	4,8
7.	Tomoe-nage	18	4,3
8.	Kosoto-gari	15	3,6
9.	Harai-goshi	13	3,1
10.	Osoto-gari	13	3,1
11.	Sukui-nage	12	2,9
12.	O-guruma	12	2,9
13.	Morote-gari	9	2,2
14.	U.h.-juji-gatame	9	2,2
15.	Seoi-nage	8	1,9
16.	Sasae-tsurikomi-ashi	8	1,9
17.	Soto-makikomi	8	1,9
18.	Tate-shiho-gatame	8	1,9
19.	Obitori-gaeshi	6	1,4
20.	Tai-otoshi	6	1,4
21.	O-goshi	6	1,4
22.	Ura-nage	6	1,4
23.	Uchi-mata-makikomi	6	1,4
24.	Yoko-shiho-gatame	6	1,4
25.	Sode-tsurikomi-goshi	4	1,0
26.	Ushiro-goshi	4	1,0
27.	De-ashi-barai	4	1,0
28.	Ude-garami	4	1,0
29.	Kouchi-gaeshi	3	0,7
30.	Kouchi-makikomi	3	0,7
31.	Uchi-mata-sukasi	2	0,5
32.	Tsurikomi-goshi	2	0,5
33.	Harai-goshi-gaeshi	2	0,5
34.	Harai-makikomi	2	0,5
35.	U.h.-ashi-gatame	2	0,5
36.	Seoi-otoshi	1	0,2
37.	Hane-goshi	1	0,2
38.	Koshi-guruma	1	0,2
39.	Osoto-gaeshi	1	0,2
40.	Ouchi-gaeshi	1	0,2
41.	Kata-gatame	1	0,2
42.	Okuri-eri-jime	1	0,2
43.	U.h.-te-gatame	1	0,2

Legenda:

n – ilość skutecznych

% – procent skutecznych zastosowań

Key: n – number of effective attacks

% – percentage of effective uses

Tabela 2. Zestawienie liczbowe i procentowe skutecznie zastosowanych elementów technicznych w Turnieju Seniorów „Warszawa 2005”

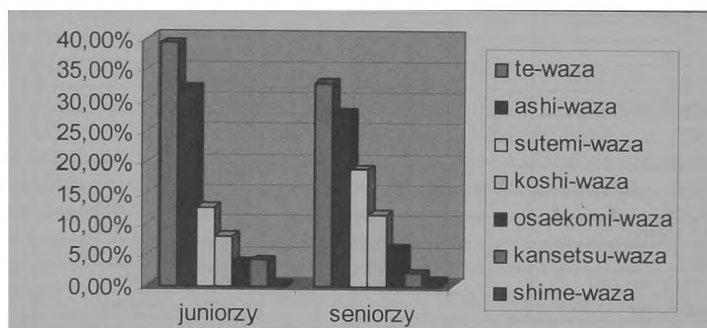
Table 2. Number and percentage of effective technical elements at the judo world cup in adult category

Lp.	Element techniczny	n	%
1.	Uchimata	27	6,6
2.	Seoi-nage	26	6,4
3.	Kuchiki-taoshi	25	6,1
4.	Kata-guruma	22	5,4
5.	Ouchi-gari	20	4,9
6.	Tsuri-goshi	16	3,9
7.	Ura-nage	16	3,9
8.	Kosoto-gari	15	3,7
9.	Kata-otoshi	14	3,4
10.	Kouchi-gari	13	3,2
11.	Osoto-gari	12	2,9
12.	Obitori-gaeshi	10	2,4
13.	Uchi-mata-makikomi	9	2,2
14.	Yoko-shiho-gatame	9	2,2
15.	Sode-tsurikomi-goshi	8	2,0
16.	Osoto-makikomi	8	2,0
17.	Kuzure-kesa-gatame	8	2,0
18.	Tai-otoshi	7	1,7
19.	Harai-goshi	7	1,7
20.	Kouchi-makikomi	7	1,7
21.	Morote-gari	6	1,5
22.	Sukui-nage	6	1,5
23.	O-goshi	6	1,5
24.	Sumi-gaeshi	6	1,5
25.	Soto-makikomi	6	1,5
26.	Tate-shiho-gatame	6	1,5
27.	Uchi-mata-sukasi	5	1,2
28.	Kibisu-gaeshi	4	1,0
29.	Koshi-guruma	4	1,0
30.	De-ashi-barai	4	1,0
31.	Sasae-tsurikomi-ashi	4	1,0
32.	U.h.-ude-gatame	4	1,0
33.	Ippon-seoi-nage	3	0,7
34.	Kouchi-gaeshi	3	0,7
35.	Seoi-otoshi	3	0,7
36.	Ouchi-gaeshi	3	0,7
37.	Tomoe-nage	3	0,7
38.	Obi-otoshi	2	0,5
39.	Harai-makikomi	2	0,5
40.	Yoko-gake	2	0,5
41.	Hadaka-jime	2	0,5
42.	Ude-garami	2	0,5
43.	U.h.-te-gatame	2	0,5
44.	Sumi-otoshi	1	0,2
45.	Ushiro-goshi	1	0,2
46.	Harai-goshi-gaeshi	1	0,2
47.	Kosoto-gake	1	0,2
48.	O-guruma	1	0,2
49.	Okuri-ashi-barai	1	0,2
50.	Osoto-gaeshi	1	0,2
51.	Osoto-otoshi	1	0,2
52.	Tawara-gaeshi	1	0,2
53.	Yoko-wakare	1	0,2
54.	Kata-te-jime	1	0,2

Tabela 3. Procentowe zestawienie poszczególnych grup elementów technicznych wykonanych skutecznie w Międzynarodowym Turnieju Juniorów oraz w Pucharze Świata Seniorów

Table 3. Percentage of groups of technical elements performed effectively at the judo world cup in junior and adult categories

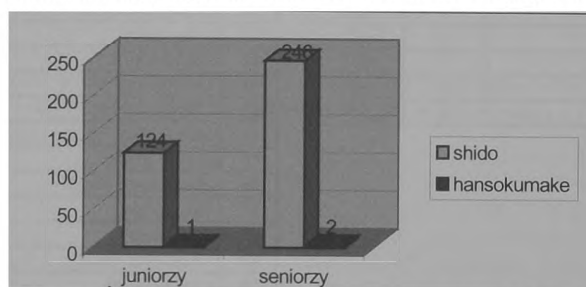
Grupa elementów technicznych	Te-waza	Ashi-waza	Sutemi-waza	Koshi-waza	Osaekomi-waza	Kansetsu-waza	Shime-waza
Juniorzy	39,30%	31,90%	12,60%	8,00%	3,80%	4,10%	0,30%
Seniorzy	32,80%	28,00%	18,80%	11,40%	6,10%	2,10%	0,80%



Ryc.1 Procentowe zestawienie poszczególnych grup elementów technicznych wykonanych skutecznie w Międzynarodowym Turnieju Juniorów oraz Pucharze Świata Seniorów

Fig. 1 Percentage of groups of technical elements performed effectively at the judo World Cup in junior and adult categories

Wyniki analizy danych zamieszczonych na ryc. 1 dostarczają informacji dotyczącej najskuteczniejszych grup technik. Zarówno w turnieju seniorów, jak i juniorów najczęściej razy punkty przyznano za rzuty wykonane rękami – *te-waza* (juniorzy 39,3%, seniorzy 32,8%). Rzuty nożne znalazły się na drugiej pozycji pod względem częstości skutecznych zastosowań. Udział technik z grupy *ashi-waza* wyniósł 31,9% w ogólnej liczbie ataków w turnieju juniorów oraz 28% w zawodach seniorów. Rzuty poświęcenia odegrały ważną rolę podczas rozwiązywania walk przez seniorów i stanowiły 18,8% efektywnych akcji technicznych. Juniorzy również z powodzeniem stosowali techniki z grupy *sutemi-waza*, a ich udział w ogólnej liczbie wszystkich ataków wyniósł 12,6%. Najmniejsza efektywność cechowała techniki biodrowe, które stanowiły 8% ataków w turnieju juniorów oraz 11,4% wszystkich pomyślnie zakończonych akcji w zawodach seniorów. Zaobserwowano niską skuteczność zastosowanych chwytów w parterze (*katame-waza*), które stanowiły 8,2% (juniorzy) i 9% (seniorzy). Seniorzy częściej stosowali techniki trzymań *osae-komi-waza* (6,1%) natomiast juniorzy – techniki dźwigni *kansetsu-waza* (4,1%). Charakterystyczna w obu turniejach jest niska skuteczność ataków w grupie *shime-waza*.



Ryc. 2 Graficzne zestawienie kar przyznanych przez sędziów za niestosowanie się do przepisów walki w Międzynarodowym Turnieju Juniorów (n = 166) w oraz Pucharze Świata Seniorów (n = 166)

Fig. 2 Penalties given by the judges for not acting according to the rules of fighting at the judo World Cup in junior and adult categories

Wyniki odczytane z ryc. 2 wskazują na wyraźną przewagę kar przyznanych w turnieju seniorów w stosunku do turnieju młodszych zawodników. Mniejsza ich ilość wśród juniorów w porównaniu z seniorami może wskazywać na to, że juniorzy prowadzą walkę bardziej „otwartą”, tzn. są bardziej nastawieni na działania ofensywne, a przez to są rzadziej karani za brak aktywności czy pasywną postawę. Nie jest wykluczone, że większa liczba kar w walkach seniorów spowodowana jest świadomymi taktycznymi działaniami starszych zawodników, mającymi na celu spowodowanie ukarania przez sędziów przeciwnika, a poprzez to osiągnięcie przewagi punktowej.

Dyskusja

W wyniku przeprowadzonej analizy walk stoczonych podczas Międzynarodowego Turnieju Judo Juniorów oraz Pucharu Świata Seniorów, uwzględniającej ilość i rodzaj zastosowanych elementów, zdobywanych punktów oraz przyznanych kar, można scharakteryzować sposoby rozwiązywania działań techniczno-taktycznych przez obydwie badane grupy.

Najczęściej skutecznie stosowaną przez juniorów techniką był rzut *kuchiki-taoshi*, należący do grupy technik ręcznych (*te-waza*). Dużą skuteczność stosowania tego rzutu potwierdzają wyniki wcześniejszych obserwacji turniejów międzynarodowych [Sterkowicz 2001; Błach i in. 2003]. Można przypuszczać, że niebawem skuteczne wykonywanie tej techniki wynika z bardzo trudnej obrony przed nią. *Kuchiki-taoshi* (chwyt ręką za nogę przeciwnika) uznawane jest za technikę „bezpieczną” ze względu na trudność wykonania przeciwwataku. W związku z tym zasadne wydaje się być zalecenie dla szkoleniowców, aby tematem zajęć szkoleniowych w okresach doskonalenia działań techniczno-taktycznych były działania obronne przed „chwytaniem” za nogi.

W Pucharze Świata Seniorów 6,6% wszystkich zastosowanych i ocenionych elementów technicznych stanowiła *uchimata*, rzut z grupy rzutów wykonywanych nogami. Wyniki analizy Igrzysk Olimpijskich z Barcelony 1992 i Atlanty 1996 [Płoszaj 1997; Jończyk, Ziemiawa 1998] potwierdzają dominację tego rzutu wśród innych skutecznie wykonywanych sposobów „przezwroćenia” przeciwnika na plecy. Interesujące jest to, że *uchimata*, należąca do technik bardzo efektywnych, widowiskowych, charakteryzuje się dużą skutecznością pomimo wielu znanych sposobów obrony przed nią.

Kolejnym rzutem, który często wykonywano efektywnie było *ippon-seoi-nage* (41 zastosowań wśród juniorów) oraz jego odmiana *seoi-nage* (26 wśród seniorów). Techniki te, należące do grupy technik ręcznych, stosowane skutecznie od wielu lat, wciąż nie tracą popularności wśród wykonujących je zawodników i zajmują czołowe miejsca w klasyfikacjach efektywnych działań technicznych.

Warto także podkreślić, że coraz częściej na turniejach „zaznaczają swoją obecność” rzuty należące do grupy rzutów poświęcenia. W Pucharze Świata Seniorów rzuty poświęcenia stanowiły 18,8% ogólnej liczby rzutów. Najprawdopodobniej skuteczność tych technik jest wynikiem zdynamizowania prowadzenia walk oraz lepszego, wszechstronnego przygotowania zawodników. Walczący zawodnicy coraz częściej stosują techniki, które do tej pory były znane, ale rzadko wykorzystywane w zawodach sportowych. Wykonywanie ich może zaskoczyć przeciwnika, szczególnie wówczas, gdy we wcześniej znanym repertuarze technik atakującego zawodnika tego rodzaju podejmowanych działań nie było można zauważyć. Ponadto rzuty połączone z upadkiem atakującego należą do bardzo efektywnych i poprawiają widowiskowość walk judo.

Pod względem częstości skutecznych zastosowań elementów technicznych na czołowych pozycjach znalazły się rzuty ręczne (juniorzy 39,3%, seniorzy 32,8%). Najmniejsze wartości procentowe osiągnęły rzuty należące do grupy technik biodrowych *koshi-waza* oraz chwyt stosowane w parterze *katame-waza*. Należałoby jednak zaznaczyć, że niska tendencja stosowania *koshi-waza* dotyczy judo mężczyzn. Kobiety zdecydowanie częściej rozstrzygają walki stosując rzuty biodrowe. Jak zauważył Sterkowicz [2001] rodzaj stosowanych technik determinuje dymorfizm płciowy czyli różnice dotyczące budowy ciała, cech sprawnościowych itp.

Chwyty w parterze stanowiły tylko 8,2% wszystkich skutecznie zastosowanych elementów technicznych podczas walk juniorów oraz 9% w turnieju seniorów. Niewielka liczba skutecznych technik odnotowanych w *newaza* może być związana ze zmianą przepisów, które coraz bardziej ograniczają czas walki w parterze. Z drugiej strony tak niewielki procent skuteczności akcji par-

terowych może dowodzić poprawy umiejętności obronnych zawodników. Jak wynika z materiałów dotyczących XX Igrzysk Olimpijskich w Monachium 1972 (wg International Judo Federation, 1996) skuteczność walki w *newaza* była bardzo duża (28%). Od tamtej pory zaszyły jednak widoczne zmiany i obserwuje się malejącą skuteczność w kolejnych turniejach (w Seulu 13,2%, w Barcelonie 12,3%, w Atlancie 9,7%). Coraz rzadziej w turniejach olimpijskich oraz zawodach międzynarodowych rejestruje się skuteczne duszenia (*shime-waza*), co może wskazywać na udoskonalenie obrony przed takim sposobem ataku. Skutecznie zastosowane duszenia stanowiły tylko 0,3% ogólnej liczby ataków w turnieju juniorów oraz 0,8% w zmaganiach seniorów. Podczas trwania Międzynarodowego Turnieju Judo Juniorów odnotowano 140 kar *shido* i 1 *hansoku-make* za niestosowanie się do przepisów walki. Jest to wartość stosunkowo mała w porównaniu do 246 kar *shido* i 2 *hansoku-make* przyznanych seniorom. Duża liczba przyznanych kar w turnieju seniorów może wskazywać na umiejętność taktycznego rozwiązywania walk przez doświadczonych zawodników. Zepchnięcie przeciwnika do defensywy i ograniczenie jego aktywności prowadzi do przyznania punktów przeciwnikowi.

Systematycznie prowadzone analizy, ukazujące rodzaje działań techniczno-taktycznych podejmowane przez zawodników kadr narodowych – reprezentantów swoich państw, są doskonałym materiałem szkoleniowym dla trenerów przygotowujących swoich podopiecznych do rywalizacji na poziomie mistrzowskim. Uzyskane w ten sposób dane umożliwiają efektywne kierowanie procesem treningowym poprzez indywidualizację zadań treningowych. Jak twierdzi Kalina [2002] „nawet na wysokim poziomie mistrzostwa sportowego niejednokrotnie brak jest zgodności pomiędzy rodzajem działań podejmowanych przez zawodnika podczas walk a treścią zadań treningowych”.

Wnioski

Rzuty stanowiły ponad 90% wszystkich efektywnie wykonanych elementów technicznych zarówno przez seniorów jak i juniorów.

Najczęściej efektywnie stosowanym przez juniorów elementem technicznym był rzut wykonywany rękami – *kuchiki-taoshi*, natomiast seniorzy najczęściej stosowali rzut wykonywany nogami – *uchimata*.

Seniorzy częściej niż juniorzy otrzymywali karę *shido* za niestosowanie się do przepisów walki.

BIBLIOGRAFIA

1. Adam M., Laskowski R., Smaruj M. (2005), *Skuteczność startowa zawodników judo w Igrzyskach Olimpijskich w latach 1992–2004*. [w:] Kuder A., Perkowski K., Śledziwski D. [red.], *Proces doskonalenia treningu i walki sportowej*, t. II, AWF, Warszawa, s. 172–175.
2. Błach W., Cynarski W.J., Litwiniuk A. (2004), *Analiza działań startowych młodych zawodników judo na przykładzie walk w Mistrzostwach Świata juniorów*, „Rocznik naukowy – IDO Ruch dla kultury”, t. IV, Rzeszów, s. 195–201.
3. 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.
4. Błach W. (2005), *Judo. Wybrane zagadnienia treningu i walki sportowej*. Biblioteka Trenera. COS. Warszawa.
5. Jonczyk F., Ziemiała R. (1998), *Ocena poziomu sportowego judoków na podstawie skuteczności stosowanych technik*, „Sport Wyczynowy”, 7–8, s. 34–43.
6. Kalina R. M. (2000), *Teoria sportów walki*, Biblioteka Trenera, COS, Warszawa.
7. Kalina R. M. (2002), *Metoda pomiaru dynamiki walki w sportach walki* [w:] Ulatowski T. [red.], *Zastosowanie metod naukowych na potrzeby sportu*, PTNKF, Warszawa, s. 245–256.
8. Laskowski R., Adam M., Smaruj M., Maj A., Wołowicz J. (2002), *Techniczno-taktyczna analiza startów zawodniczek kadry olimpijskiej kobiet w judo w aspekcie przygotowań do Igrzysk olimpijskich Ateny 2004*. „Rocznik Naukowy AWF i S w Gdańsku”, t. XI, s. 315–325.
9. Laskowski R., Smaruj M., Adam M., Maj A. (2004), *Skuteczność techniki judo z uwzględnieniem struktury czasowej na podstawie obserwacji walki sportowej* [w:] Kuder A., perkowski K., Śledziwski D. [red.], *Proces doskonalenia treningu i walki sportowej*, t. I, AWF Warszawa, s. 48–51.
10. Litwiniuk A., Bujak Z. (2004), *Analiza treści walki sportowej kadry polski taekwon-do podczas XVII Mistrzostw Europy*. [w:] red. Kuder A., Perkowski K., Śledziwski D. *Proces doskonalenia treningu i walki sportowej*. Tom I, AWF Warszawa, 51–53.

11. Maślej P. (1999), *Ocena obecnych tendencji w judo na podstawie analizy struktury czasowej i rzeczowej walki* [w:] Sterkowicz S. [red.], *Czynności zawodowe trenera w sportach walki*, Zeszyty Naukowe, 77, s. 89–95.
12. Płoszaj J. (1997), *Ocena porównawcza przygotowania techniczno – taktycznego zawodniczek judo startujących na Igrzyskach Olimpijskich w Barcelonie i Atlancie*, „Rocznik Naukowy AWF w Gdańsku”, t. VI, s. 105–117.
13. Sterkowicz S. (2001), *Zróżnicowanie działalności startowej kobiet i mężczyzn uprawiających judo. Czynności zawodowe trenera i problemy badawcze w sportach walki*, Zeszyty Naukowe nr 83, Kraków, s. 85–99.

Key words: judo, technical element, fighting tactic

SUMMARY

The aim of this research is to compare methods of solving the fight by adults and juniors at international tournaments. Researched material analyzed in this this article was computerized documentation given to the autors by the organizers of world cup in junior – 2004 and adult – 2005 age categories. The analyses of researched fights show that the intensity and dynamics of fights are growing in both groups. It could be proved by the fact that the majority of fights was finished by ippon (before the regular time), the small number of fights by ne-waza technics (low position) and the significant number of penalties given by the judges for passive acting during the fight.

Achieving a success in sport nowadays depends on hard and long-term work of the competitor at the training and the skills and knowlege of their coaches. Today the sport level of world-top competitors is getting closer to each other which makes it more and more difficult to win. In every kind of sport the success depends on efficiency of acting and that depends on physical and psychological preparation, technical and tactical education. For the top-level-judo competitors the most important factor to win a fight is the quality and number of technical elements and knowing how to use them during the fight. Because of that a very important point in coaches' job should be observing their competitors registering and analyzing their acting. The aim of this research is to compare methods of solving the fight by adults and juniors at international tournaments. Researched material analyzed in this this article was computerized documentation given to the autors by the organizers of world cup in junior (Cetniewo 2004) and adult (Warsaw 2005) age categories. At the junior tournament there were 266 fights registered and analized whereas at adult one there were 230. There were technical and tactical elements registered by the observers that were performed by 192 competitors from 22 countries in Cetniewo and 166 cometitors from 25 countries in Warsaw. The result of carried analyses of fights at the junior and adult world cup – including the quality and number of technical elements, achieved points, penalties given – let the autors characterize the methods of solving the fight (technical and tactical) by both categories. The analyses of researched fights show that the intensity and dynamics of fights are growing in both groups. It could be proved by the fact that the majority of fights was finished by ippon (before the regular time), the small number of fights by ne-waza technics (low position) and the sagnificant number of penalties given by the judges for passive acting during the fight.