

2017 Paris Grand-Slam Kadınlar Judo Şampiyonası Müسابakalarında Kullanılan Tekniklerin Başarı Analizi*

Analysis of Technical Achievements in 2017 Paris Grand-Slam Women's Judo Championship Competitions

Derya CIBIR ZENGİ** ID
Sinan BOZKURT*** ID

Öz

Yapılan bu araştırmanın amacı; “ Kadınlar Judo Şampiyonası” müسابakalarında kullanılan tekniklerin başarı analiziyle ilgili verilerin belirlenmesi ve bu tekniklerin sonucu etkileyen faktörlerin araştırılmasıdır. Bu çalışmanın evreni, elit judocu kadınlardır. Örneklemi 2017 Paris Grand-Slam Judo Şampiyonası'na katılan kadınlar kategorisindeki tüm elit sporculardan oluşmaktadır. Grand slam müسابakaları olimpiyatlar için puan veren, elit sporcuların yarıştığı bir Őampiyonadır. Araştırmanın tipi niceliksel ve retrospektif bir araştırma dır. İstatiksel yöntem ve veri toplama aracı olarak posiscope ve posixplore bilgisayar analiz programı kullanılarak elde edilen veriler tablo ve grafik yöntemi ile sunulmuştur.

Müسابakaların teknik kategorisi bakımından yapılan analizler sonucunda ayakta (nage-waza) yapılan teknikler %82, yerde (katame-waza) yapılan teknikler %18 oranında kullanılmıştır. Müسابakalarda genel olarak yapılan tüm teknikler ve alınan puanlar incelendiğinde ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %57,2 ve yerde (nage-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %85,9 olmuştur. Müسابakalarda ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerle en çok waza-ari puanı, yerde yapılan (katame-waza) tekniklerde en çok ippon puanı alınmıştır.

Çalışmanın analizi sonucunda elde edilen verilerinin, judo müسابakalarının karakteristiğini belirleme ve müسابakaya uygun özel (spesifik) antrenman modelleri oluşturmakta fayda sağlayacağı düşünülmüştür

Anahtar Kelimeler: Judo, teknik, müsabaka analizi, Grand-Slam judo Şampiyonası.

Abstract

The purpose of this research is determining the data related to the success analysis of the techniques used in son “Women's Judo Championships” and investigating the factors affecting the results of this data. The population that is elite female judoist and the sample that is the 2017 Paris Grand-Slam Judo Championship which are a championship where elite athletes compete and collect points for the Olympics.This study

* Bu çalışma, “Kadınlar Judo Şampiyonası Müsabaka Analizi” isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı 2018.

** Yüksek Lisans öğrencisi, Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, tamuraderya@hotmail.com

*** Doç. Dr., Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, sbozkurt@marmara.edu.tr

consisted of women who participated in the 2017 Paris Grand-Slam Judo Championship. In this research which is a quantitative and retrospective study, pesiscope and pesixplore computer analysis program were used as statistical method and data collection tool. In addition to that results are, presented with, tables and graphs.

As a result of the analysis that made in terms of the technical category of competitions, the techniques performed in the standing (nage-waza) 82%, the techniques performed on the ground (katame-waza) 18%. When all the techniques and scores received in the competitions were examined, the success rate of the nage-waza techniques was 57.2% and the success rate of the techniques performed on the ground (nage-waza) was 85.9%. The most waza-ari score was obtained with the techniques performed on the nage-waza in competitions and the ippon score was obtained the most in the techniques performed on the ground (kateme-waza).

Consequencely, it is thought that the data obtained from the analysis of the study will be useful in determining the characteristics of judo competitions and creating specific training models suitable for the competition.

Keywords: Judoka, Technique, analysis of match, Grand-Slam judo championship

GİRİŞ

Araştırmmanın konusu; judo müsabakalarının analizini yapmaktır. Müsabakalarda elde edilen istatistiksel veriler doğrultusunda neden-sonuç ilişkisi içerisinde yorumlanan maçları analiz etmektir. Ayrıca mücadele eden sporcuların özel teknik ve taktiklerini ortaya koyarak sonuca etki eden faktörleri tespit etmek, eldeki istatistiksel verileri direkt maç sonuçlarıyla kıyaslamak yerine müsabakayı parçalara ayırarak bu parçaların birbirleriyle ve maç sonuçlarıyla bağlantılarını incelemektir. Detaylı analizi yapılan müsabakaların başarı ve başarısızlık durumlarının somut olarak ele alınması, eksik taraflarının telafi edilmesi ve başarılı hareketlerin örnek alınması amaçlanır.

Müsabakalarda örnek teşkil eden elit sporcuların performans profillerinden yola çıkılarak antrenörlerin çeşitli antrenman metotları, teknik ve taktiklerin geliştirilmesine katkı sağlamak amaçlanmıştır. Sporcu ve antrenörlere güncel maç bilgilerini aktararak eğitim süreçlerine verimlilik katmak ve uygun antrenman planları hazırlamaları için materyal sunmak istenmiştir. Ayrıca rakip sporcuların teknik ve taktiksel performanslarının analiz edilerek antrenörlerin çeşitli stratejik planlar geliştirmelerine katkı sağlamak amaçlanmıştır. Türkiye’de ilk defa kullanılan bilgisayarlı analiz programı ile Türk judosuna eğitim ve müsabaka süreci yönünden katkı sağlanması hedeflenmiştir.

Değişen ve gelişen dünya standartları, günlük hayatımızın her alanında uyum sağlayabilmek için insanları güncel bilgi ve araştırma yöntemlerine teşvik etmektedir. Yaşam standartlarını yükseltmek için bilgi ve teknolojiyen faydalanmak insanlara büyük avantajlar sağlamaktadır. Spor alanında yüksek performans göstermek için yapılan tüm çalışmaların yanı sıra güncel olarak analiz tekniğine ilgi artmaktadır. Antrenörler için analiz yapmak, rakibin gücünü hesaplamak, zayıf yönlerinden yararlanmak ve uygun antrenman programları geliştirmek için bir araç olmaktadır. Sporcular için verim düzeyini gösteren performansı etkileyen tüm faktörleri ortaya koyan somut bir ölçüm metodu olarak davranışsal durumları analiz eder. Üst düzey performans gösteren sporcuların motorik ve teknik özellikleri birbirlerine yakinken eşitlik durumunda sonucu etkileyen durumların başında taktiksel yöntemler gelmektedir. Taktiksel durumlar, her spor dalı için özeldir ve önceden çalışılmış,

planlanmış olması gerekmektedir. Analiz yöntemi bu konularda öngörü oluşturmak için tercih edilmektedir (Sönmeyenmakas, 2008).

2016 Rio Olimpiyatlarında finale çıkan bay ve bayan judocularının müsabaka analizleri incelendiğinde yapılan yarışmalardaki tüm hareketler eğitmenler için yeterli miktarda bilgi içerdiği görülmüştür. Olimpiyat sporcularında yapılan analiz sonuçlarından yola çıkarak, müsabakalara uygun antrenman programları geliştirmek için müsabaka içindeki her durumun dikkatli bir şekilde incelenmesi gerektiğini göstermektedir (Boguszewski, 2016).

2014 ve 2015 Dünya Şampiyonası boyunca judocularının teknik ve taktik etkinlikleri araştırılarak 2016 Olimpiyat Oyunları için öngörülerde bulunulmuştur. Elde edilen veriler sayesinde özel antrenman programları geliştirmenin Olimpiyat Oyunları için başarı sağlayacağı düşünölmüştür. Müsabakalarda somut olarak elde edilen bilgiler, sporcu ve eğitmenlerin farkındalığını artırmaktadır (Adam, Klimowicz, ve Pujşzo 2016).

2012 Londra Olimpiyat Oyunlarında Rus judocularının teknik-taktik özellikleri incelenip rakiplerine göre analizleri yapılmıştır. Bu çalışmada amaç Rus judosunun başarı kıstasları hakkında bilgi sahibi olmak ve antrenmanları en uygun hale getirmektir. 2012 Olimpiyat oyunlarına İtalyan eğitmen ile hazırlanan Rus Milli Takımı için başarılı olmalarında bütün ilim yollarını etkili kullanmalarının faydası olduğunu belirtilmiştir. Bu aynı zamanda eğitmenler için müsabaka analizi yapmak yarışma içerisinde daha doğru yönlendirme yapma olanağı sunmaktadır (Adam 2013).

2010 Dünya Judo Şampiyonası, bireysel antrenman programı geliştirmek için teknik ve taktiksel yönden değerlendirilmiştir. Antrenman planlaması yaparken bireysel antrenman yöntemine, genel hazırlık evresine ve teknik bakımından çeşitliliğe önem vermenin avantaj sağlayacağı ve bu çalışmaların başarı yolunu açacağı belirtilmiştir (Adam ve Smaruj 2013).

2008 Pekin Olimpiyat Oyunlarında yarışan erkek sporcularının maç analizleri yapıldığında; maç analiz tekniği kullanımı, Sporcuların maç içerisinde hızlı ve akılcı değerlendirme yapabilmelerine ve öngörüde bulunabilme kabiliyeti kazanmalarına yardımcı olduğu söylenmiştir (Witkowski, Mařliński, ve Kotwica 2012).

2012 Londra Olimpiyat Oyunlarında +100 kg sporcularının ayakta atış pozisyonlarına göre yapılan ataklar derinlemesine incelenmiştir. Tekniklerde daha yaratıcı taktiksel çözümler kullanması için atakların yönü ve zamanlama analizlerinin yapılması antrenmanların temelini oluşturabilmektedir. Müsabakalarda elde edilen istatistiksel bilgiler doğrultusunda yüklenme süresi ve dinlenme aralıkları, müsabaka zamanlamasına uygun kondisyon antrenmanları geliştirmeye de yardımcı olmaktadır (Ryszard ve Marek 2014).

2010 Dünya Şampiyonasında hafif sıklet bayanlar üzerinde zamanlama analizi yapılmıştır. Elde edilen veriler antrenman planlamalarının içinde dinlenme ve çalışma zamanlarının ayarlanması, sporcuların dayanıklılıklarının geliştirilmesinde etkili bir veri olarak kullanılabileceği öngörülmüştür.

Ayrıca daha aktif ataklar yapmanın, başarılı olmak için etkin bir taktik uygulaması olduğu, çıkarılan sonuçlar arasında yer almaktadır (Challis 2015).

Günümüzde her geçen gün popülerliği artan judo sporunun, değişen hakem kurallarının tekniklere ve maç sonuçlarına yansıttığı etkiler 2016 yılında Japon judo şampiyonalarında analiz edilmiştir. Yapılan ataklarda artışın olması izleyiciler için judoyu daha heyecan verici, istekli ve çekici kılmıştır. Sonuç olarak yapılan yeni değişiklikler pozitif etki göstermektedir (Miyake, Sato, ve Yokoyama 2016).

Müsabakalarda yapılan analizlerden yola çıkılarak judocuların bireysel profil eksikleri fark edilip bunun üzerine bireysel analiz çalışmaları da yapılmıştır. Waldemar Legien'in bireysel teknik taktikte ayırt edici özelliği; rakibini aldatabilmesi, çok yönlü olup vücudunu sağlı-sollu kullanabilmesi ve rakibe dört ana yönde atak yapabilmesidir (Adam, Smaruj, ve Laskowski 2014).

Judocularda teknik taktiklerin bireysel faktörlere göre nasıl değişebildiği ve elit sporcuların rol model olma özelliğini ortaya koymak adına yapılan bir diğer araştırma, Polonyalı ilk şampiyon Judocu Joanna Majdan'ın müsabaka analizleri olmuştur. Bireysel analizi yapılan sporcuların elde edilen sonuçları ile judocular için genelleme yapılamayacağı, ancak örnek alınabileceği belirtilmektedir (Adam ve Majdan 2011).

GEREÇ ve YÖNTEM

Evren ve Örneklem

11/12 Şubat 2017 tarihlerinde Fransa'da yapılan Paris Grand-Slam Judo Şampiyonası'na 61 ülkeden büyükler kategorisinin de toplam 409 sporcu katılmıştır. Kadınlar kategorisine toplam 7 sıklitte (48, 52, 57, 63, 70, 78, +78) 150 sporcu katılmış ve 181 adet müsabaka yapılmıştır. Araştırmanın evrenini; elit kadın judo sporcuları ve örneklemini müsabakaya katılan büyükler kategorisindeki tüm elit kadın sporcuların müsabakaları oluşturmaktadır. Müsabakalara 48 kg kategorisinde 25 bayan, 52 kg 24 bayan, 57 kg 23 bayan, 63 kg 23 bayan, 70 kg 21 bayan, 78 kg 14 bayan ve +78 kg 23 bayan sporcu katılmıştır. 2017 Grand Slam Paris Şampiyonası müsabaka analizleri retrospektif bir çalışma olarak planlanmıştır. Araştırmanın tipi niceliksel (quantitative) ve retrospektif bir araştırmadır.

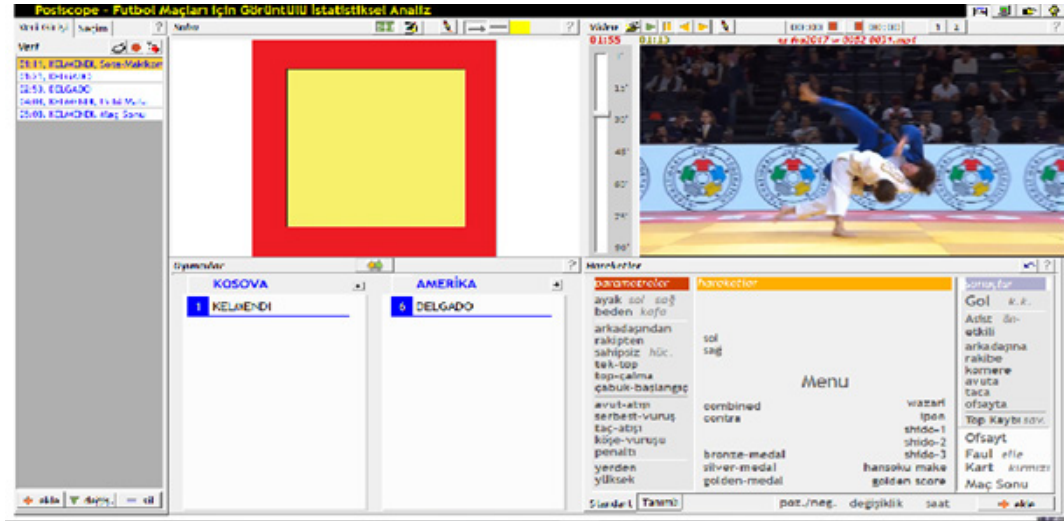
Veri Toplama Araçları

Paris Grand-Slam Judo Şampiyonasının videoları Dünya Judo Federasyonu'nu (İJF) resmi internet sitesinden bilgisayara indirilerek hard diske kaydedilmiştir. Videoların kullanımı için gerekli izinler Türkiye Judo Federasyonu aracılığıyla İJF Medya Departmanından alınmıştır. Posiscope bilgisayarlı analiz programına müsabakaların video bilgileri girildikten sonra meydana gelen tüm durumlar izlenerek işlenmiştir, daha sonra bu programın uzantısı olan posixplore kullanılarak analiz edilmiştir. Posiscope analiz programı, Türkiye'de ilk defa judo branşında kullanılan bir analiz yöntemi olmuştur.

Araştırmada istatistiksel yöntem olarak, posiscope analiz programından elde edilen bilimsel veriler Microsoft Excel programına aktarılarak kayıt altına alınmıştır. Değerlendirme kısmında posiscope programının uzantısı olan posixplore kullanılmıştır. Posixplore elde edilen verileri farklı birçok parametrede filtre ve birleştirme yapma olanağı sunarak, değerleri sayı ve yüzde olarak kaydetmektedir. Araştırmada kullanılacak olan değişkenler belirleyici istatistikler frekanslar tablo ve grafik yöntemleri ile sunulmuştur.

Posiscope-Posixplore

Video destekli istatistiksel ölçüm ve analiz sistemidir. Müsabakalar içindeki sporcu, takım ve müsabakaların performanslarını ölçerek değerlendirme yapmaya imkân sunar. Kaydedilen videolar içinde meydana gelen pozisyonlar işaretlenir, önceden belirlenen parametre ve kriterlere göre seçilerek istatistik tablolar, grafik ve video klipler oluşturulur. Sporcu, yer, zaman ve hareket (teknik) kaydedilir ve farklı müsabakaları da bir araya getirerek daha kapsamlı analiz yapma imkânı sunar. Posiscope hareketin başlangıç ve bitiş zamanlarını hareketin ismini hareketin yapıldığı bölgeyi ve başarı durumlarını kaydeder ve farklı pozisyonların sonuca olan etkilerini, hareketler arasındaki iz düşümlerini filtreler. Posiscope mantıksal çıkarımlarla destekleyerek tablo ve grafik oluşturmaya yardımcı olur. Elde edilen veriler Microsoft Excel programına kaydedilerek araştırmacılar için ayrıntılı analiz yapma olanağı sağlar (Resim 1). Programın bir uzantısı olan posixplore sayesinde ayrıntılı analiz daha kısa zamanda kolaylıkla yapılmasını sağlar. Judo sporuna özel; bölüm, teknik, puan, ceza, ülke, sıklık, sporcu ve sonuç gibi filtreler kullanır. Posixplore elde edilen verileri farklı birçok parametrede filtreler ve birleştirme yapma olanağı sunarak, değerleri sayı ve yüzde olarak karşılaştırma yapmaktadır (Resim 2). Program bütün spor branşları için kullanılabilir esneklikte, spor dalına özel değiştirilebilir, geliştirilebilir ve uyarlanabilir özelliktedir. <http://www.posiscope.com> (Erişim Tarihi: 18/11/2018).



Resim 1. Posiscope analiz programının ekran görüntüsü.

Posixplore - Explorer for Posiscope Data

Filtering

Group: All Groups
Country: All Countries
Player: All Players
Match / Round: All Rounds
Period: All Periods
Action: All Actions
Parameter: All Parameters
Result: All Results

Execute Concatenate

Statistics Export

Column: Group

48 Group
52 Round
78ARTI Country
70 Player
63 Action
57 Parameter
78 Result

83 % 10.6

Filtering Export

Group	Round	Country	Player	Action	Parameter	Result
48	1	ÇİN	LI Yanan	O-Uchi-Gari	right	wazari
48	1	ÇİN	LI Yanan			shido-1
48	1	GBS	CESAR, Taciana	Kata-Guruma	left	
48	1	GBS	CESAR, Taciana	O-Uchi-Gari	left	
48	1	ÇİN	LI Yanan			shido-2
48	1	ÇİN	LI Yanan	Match End		
48	1	SIRBİSTAN	NIKOLIC, Milica	Sode-Tusurikomi-Goshi	right	wazari
48	1	SIRBİSTAN	NIKOLIC, Milica	O-Goshi	right	
48	1	SIRBİSTAN	NIKOLIC, Milica	Uchimata-Sukushi	contra_right	
48	1	FRANSA	CLEMENT, Melanie			shido-1
48	1	FRANSA	CLEMENT, Melanie	Uchi-Mata	left	

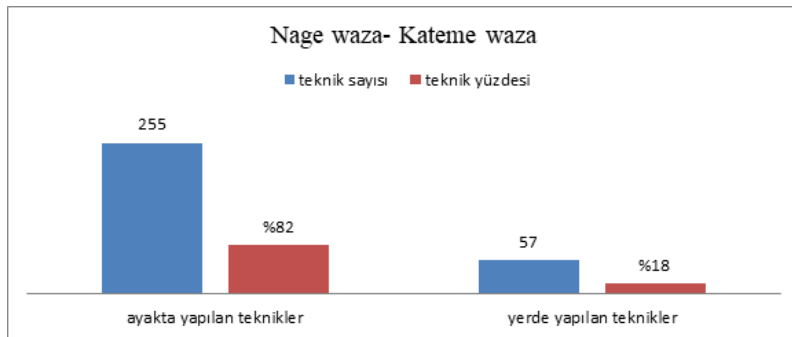
Resim 2. Posixplore analiz programının ekran görüntüsü.

Veri Toplama Analizi

Araştırmada İJF resmi sitesinden indirilen videolar posiscope bilgisayarlı analiz programında tarafından izlenerek tüm veriler kaydedilmiştir. Elde edilen veriler posiscope programının bir uzantısı olan posixplore ile analiz edilmiştir, frekans tablo ve grafik yöntemi ile sunulmuştur.

Bulgular

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) yapılan teknikler ve yerde (katame-waza) yapılan tekniklerden Şekil 1'de belirtilmiştir.



Grafik 1. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) yapılan teknikler ve yerde (katame-waza) yapılan teknik verileri.

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) yapılan teknikler %82 (255) oranında kullanılırken, yerde (katame-waza) yapılan teknikler %18 (57) oranında kullanılmıştır. Ayakta yapılan tekniklerin daha fazla kullanıldığı görülmektedir.

Tablo 1. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) ve yerde (katame-waza) yapılan tekniklerin başarı yüzdesi.

Teknik bölümü	Yapılan teknik sayısı	Alınan puan sayısı	Başarı yüzdesi %
Ayakta	255	146	57,20%
Yerde	57	49	85,90%

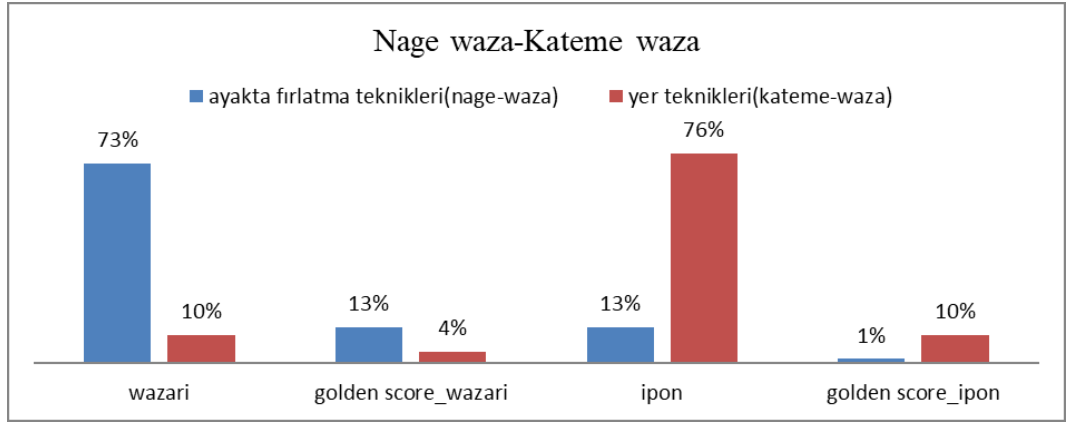
2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %57,2 ve yerde (katame-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %85,9 olmuştur.

Tablo 2. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından yerde (katame-waza) en çok uygulanan teknikler ve başarı oranı.

Teknik ismi	En çok kullanılan	Tekniklerin	Puan alınan	Tekniklerin
	Teknikler	Kullanım Oranı	Teknikler	Başarı Oranı
	Sayı	%	Sayı	%
Yoko-Shiho-Gatame	10	18%	9	90%
Tate-Shiho-Gatame	8	14%	8	100%
Kesa-Gatame	7	12%	5	71%
Kuzure-KamiShiho-Gatame	5	9%	5	100%
Ude-Hishigi-Juji-Gatame	5	9%	3	60%
Okuri-Eri-Jime	4	7%	4	100%
Gyako-Juji-Gatame	3	5%	2	66%
Kuzure-Kesa-Gatame	3	5%	3	100%
Mune-Gatame	3	5%	3	100%
Kata-Gatame	2	4%	1	50%
Sankaku-Jime	2	4%	1	50%
Ushiro-Kosa-Gatame	2	4%	2	100%
Gyaku-Juji-Jime	1	2%	1	100%
Kami-Shiho-Gatame	1	2%	1	100%
Ura-Gatame	1	2%	1	100%

Tablo 3. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) en çok kullanılan teknikler ve başarı oranı.

Teknik ismi	En çok kullanılan Teknikler		Tekniklerin Kullanım Oranı		Puan alınan Teknikler		Tekniklerin Başarı Oranı	
	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%	Sayı	%
İppon-Seoi-Nage	24	9%	9	37%				
Sode-Tusurikomi-Goshi	24	9%	13	54%				
O-Uchi-Gari	21	8%	12	57%				
Uchi-Mata	18	7%	10	55%				
Harai-Makikomi	12	5%	10	83%				
Ko-Soto-Gari	12	5%	8	66%				
Soto-Makikomi	10	4%	6	60%				
Sumi-Otoshi	10	4%	10	100%				
Morete-Seoi-Nage	9	4%	3	33%				
Ko-Uchi-Gari	8	3%	2	25%				
Kouchi-Makikomi	8	3%	7	87%				
O-Soto-Gari	7	3%	5	71%				
SasaeTusuriKomiAshi	7	3%	2	28%				
Harai-Goshi	6	2%	1	16%				
Kata-Guruma	6	2%	3	50%				
Tai-Otoshi	6	2%	4	66%				
Tani-Otoshi	6	2%	5	83%				
Ko-Soto-Gake	5	2%	4	80%				
Tomoe-Nage	5	2%	4	80%				
Uchimata-Sukushi	5	2%	4	80%				
Ura-Nage	5	2%	2	40%				
Yoko-Guruma	5	2%	1	20%				
Uki-Otoshi	4	2%	2	50%				
Koshi-Guruma	3	1%	2	66%				
O-Goshi	3	1%	1	33%				
O-Soto-Otoshi	3	1%	1	33%				
Sumi-Gaeshi	3	1%	2	66%				
Deashi-Harai	2	1%	1	50%				
Osoto-Makikomi	2	1%	2	100%				
Utusri-Goshi	2	1%	1	50%				
Ashi-Guruma	1	0%	1	100%				
Daki-Wakare	1	0%	1	100%				
Hiza-Guruma	1	0%	0	0%				
O-Gruma	1	0%	1	100%				
O-Soto-Gaeshi	1	0%	1	100%				
Okurishi-Harai	1	0%	1	100%				
Ouchi-Gaeshi	1	0%	0	0%				
Seoi-Otoshi	1	0%	0	0%				
Tsubama-Gaeshi	1	0%	1	100%				
Tusuri-Goshi	1	0%	1	100%				
Tusuri-Komi-Goshi	1	0%	0	0%				
Uchi-Makikomi	1	0%	1	100%				
Uchimata-Gueshi	1	0%	0	0%				
Yoko-Otoshi	1	0%	1	100%				



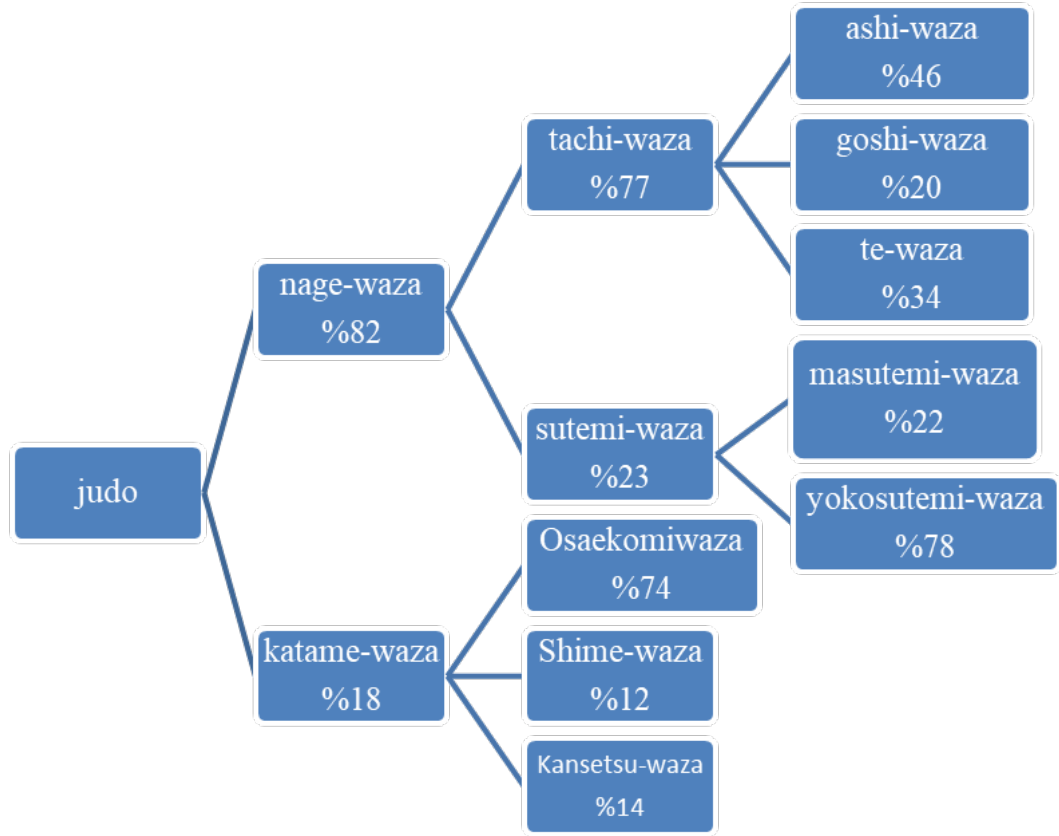
Grafik 2. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) ve yerde (kateme-waza) yapılan teknikler ile alınan tüm puanlar.

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından ayakta (nage-waza) en çok %73 oran ile waza-ari puanı alınırken, yerde (kateme-waza) en çok %76 oran ile ippon puanı alınmıştır.

Tablo 4. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında, sağ ve soldan yapılan tekniklerin sıklığı ve başarı tablosu.

Teknik	Yapılan teknik	Kullanım	Alınan puan	Başarı
	Sayısı	Yüzdesi	sayısı	Yüzdesi
Sol	118	47%	73	61,80%
Sağ	132	53%	79	59,8%

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında, soldan yapılan tekniklerin sıklığı % 47 sol taraf, %53 sağ taraf olduğu görülmüştür. Tekniklerin başarı yüzdesine bakıldığında soldan % 61,8 sağdan yapılan tekniklerin ise % 59,8 dir.



Grafik 3. 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında judo teknik kategorilerinin kullanım yüzdeleri

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında judo teknik bölümlerinden direk ayakta (tachi-waza) yapılan tekniklerde en çok 46% oranında ayak teknikleri (ashi-waza), kendini sırt üstü atark (sutemi-waza) yapılan tekniklerden, en çok 78% oranında yokosutemi-waza (yan üzeri) tekniklerinin kullanıldığı görülmüştür. Yerde yapılan (katame-waza) tekniklerinden en çok %74 oranı ile tutuş teknikleri (osaekomiwaza) olmuştur.

Tartışma

Adam ve arkadaşları (2016) müsabakalarda temel teknik bölümlerine baktıklarında; fırlatma (nage waza) teknikleri %77, yer teknikleri %23 (katame waza) olarak belirtmiştir. Çalışmamızda fırlatma (nage waza) teknikleri %82, yer teknikleri %18 (katame waza) olarak belirlenmiştir.

Çalışmamızda 2017 Grand Slam Paris müsabakalarda genel olarak yapılan tüm teknikler ve alınan puanlar incelendiğinde ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin uygulama oranı %82 ve yerde (katame-waza) yapılan tekniklerin uygulama oranı %18 olmuştur.

Adam ve arkadaşları (2016) müsabakalarda 61 farklı teknik kullanıldığını, müsabakalar boyunca uygulanan en etkili tekniklere baktıklarında; ayak tekniklerinden (ashi waza) uchi mata, el tekniklerinden (te waza) seoi nage olduğunu belirtmiştir.

Sertić ve arkadaşları (2016) Hırvatistan Ulusal Kadınlar Şampiyonasında en çok kullanılan teknikleri O-uchi-gari, Uchimata, Soto-makikomi, Ippon-seoi-nage and Haraigoshi olarak bildirmiştir.

Challis (2017) 2010 ve 2014 yıllarındaki hafif kilo kategorisi kadınlar judo müsabakalarında en çok kullanılan Tachi-waza kategorisini Ashi-waza, en çok kullanılan Tachi-Waza tekniklerini ise Ippon-seoi-nage, Uchimata, Sode-tsuri-komigoshi, O-uchi-gari olarak bildirmiştir.

Adam ve arkadaşları (2013) bir diğer araştırmalarında ayakta uygulanan atış tekniklerinde ise en etkili harai goshi ve tani otoshi en çok uygulanan teknikler ise kouchi gari, deashi harai ve tai otoshi olarak bildirilmiştir.

Adam ve arkadaşları (2016) ve Sterkowich (1998) ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin uygulama sıklığına göre kategori sıralamasını Ashi-waza, Te-waza ve Koshi-waza olarak belirtmişlerdir.

Çalışmamızda 2017 Grand Slam Paris müsabakalarında 62 farklı teknik kullanıldığı belirlenmiştir. 2017 Grand Slam Paris müsabakaları ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin uygulama oranı Ashi-waza (%46) daha sonra sırasıyla Te-waza (%34) ve Koshi-waza (%20) olarak tespit edilmiştir. Ayak tekniklerinde (ashi waza) birinci sırada %23 oran ile o uchi gari ikinci sıra da %20 oran ile uchi mata teknikleri kullanılmıştır. El tekniklerinde (te waza) ise ilk sırada %36,4 oran ile seoi nage ikinci sırada %15 oran ile sumi-otoshi tekniklerinin kullanıldığı belirlenmiştir. Çalışma bulgularımız literatür bilgileriyle örtüşmektedir.

Adam (2011) dünya ve olimpiyat madalyaları sahibi kadın judocu Szczepańska'nın ayakta yapılan teknikleri (%88) yerde yapılan tekniklerden (%12) daha fazla uyguladığını, yerde en çok uyguladığı tekniğin Osaekomi-waza (%73,15) daha sonra sırasıyla Kansestu-waza (%26,85) ve Shime-waza (%0) teknikleri olduğunu bildirmektedir.

Adam ve arkadaşları (2016) ve Adam ve arkadaşları (2013) yer tekniklerinden (katame-waza) en etkili tekniğin osaekomi – waza kategorisindeki kuzure kesa gatame tekniği olduğunu bildirmektedirler.

Çalışmamızda 2017 Grand Slam Paris müsabakaları yerde (katame-waza) yapılan tekniklerin uygulama oranı Osaekomi-waza (%74) daha sonra sırasıyla Kansestu-waza (%14) ve Shime-waza (%12) olarak tespit edilmiştir. Yer tekniklerinde en fazla osaekomi waza (%74) kategorisinin ve %23,8 oran ile yoko shiho gatame tekniğinin kullanıldığı, kuzure kesa gatame tekniğinin ise %7,1 oranında kullanıldığı görülmektedir.

Witkowski ve arkadaşları (2012) ile Boguszewski (2010)müsabakaların kazanılmasında ayakta yapılan tekniklerin (Nage-waza) yerde yapılan tekniklerden (Katame-Waza) daha etkili olduğunu belirtmektedir.

2017 müsabakalarda genel olarak yapılan tüm teknikler ve alınan puanlar incelendiğinde ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %57,2 ve yerde (katame-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %85,9 olmuştur.

Challis (2017) yerde yapılan tekniklerle ilgili çalışmaların literatürde ayakta yapılan tekniklere göre daha az yer aldığını, bununla birlikte yerde yapılan tekniklerin özellikle de Osaekomi-waza tekniğinin oldukça verimli olabileceğini bildirmektedir.

Adam ve arkadaşları iki kez Olimpiyat Şampiyonu olan Polonyalı judocu Waldemar Legien teknik ve taktiksel yönden analiz etmiştir. Müsabakalarda 19 farklı tekniği vücudunun sağ (%49.45) ve sol (%50.55) taraflarını eşit ve etkili kullandığını belirtmişlerdir. Adam ve Majdan (2011) Polonyalı ilk şampiyon Judocu Joanna Majdan'ın müsabaka analizlerini yapmıştır. Majdan'ın 22 farklı judo tekniğini hem sağ hem sol yönden uygulayabilmesini başarılı olmasındaki büyük bir etken olduğunu bildirmişlerdir. Bizim yapmış olduğumuz çalışmada sağdan yapılan tekniklerin %53, soldan yapılan tekniklerin ise %47 olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca tekniklerin yön bakımından başarı durumu; soldan yapılan tekniklerin % 61,8 sağdan yapılanların ise %59,8 olduğu görülmüştür. Elit sporcuların başarılı olmalarındaki önemli kriterlerinden biri de teknikleri sağ ve sol yönden yapabilmeleridir. Judo müsabakaların geneline baktığımız zaman bu durumda değişiklik gözlenmemektedir.

SONUÇ

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında teknik kategorisi bakımından yapılan analizler sonucunda ayakta (nage-waza) yapılan teknikler %82 (255) oranında kullanılırken, yerde (katame-waza) yapılan teknikler %18 (57) oranında kullanılmıştır. Müsabakalarda genel olarak yapılan tüm teknikler ve alınan puanlar incelendiğinde ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %57,2 ve yerde (nage-waza) yapılan tekniklerin başarı oranı %85,9 olmuştur.

Müsabakalarda ayakta (nage-waza) yapılan tekniklerle daha çok wazari puanı alınmıştır, normal süre zarfında %73 wazari, altın puanda %13 oranında alınırken ippon puanı normal süre zarfında %13, altın puanda ise sadece %1 oranında kullanılmıştır. Yerde yapılan (katame-waza) tekniklerde en çok ippon puanı alınmıştır; normal süre içerisinde ippon %76, altın puanda %10 oranında alınmıştır, wazari puanı ise normal maç süresi içerisinde %10 ve altın puanda %4 oranında alınmıştır. Müsabakalarda daha çok ayakta yapılan (nage-waza) teknikler tercih edildiği için antrenman planlaması yapılırken ayakta (nage-waza) yapılan teknik bölümlerine daha çok yer verilmesinin uygun olabileceği değerlendirilmektedir. Yerde yapılan tekniklerin başarı oranının daha yüksek olması sebebiyle müsabakalarda yerde geçirilen zamanın artırılması ve daha çok teknik denenmesi genel kazanma oranını artırabilir. Antrenman planlanmasında bu bilgilerden yararlanılarak yer çalışmalarının artırılmasının fayda sağlayacağı düşünülmüştür. Sonuç olarak yer çalışmalarının sıklığının az olmasına rağmen müsabaka içindeki önemini fark eden sporcularının daha bilinçli çalışması için yol gösterici olabilir.

Müسابakalarda en çok uygulanan tekniklerle en çok puan alınan teknikler arasındaki farklılıklardan yola çıkarak tekniklerin başarı oranları tespit edilmiştir. Müسابakalarda ayakta (nage-waza) sıklıkla uygulanan ilk beş tekniğe bakıldığında; %9 oranında İppon-Seoi-Nage ve Sode-Tusurikomi-Goshi, %8 oranında O-Uchi-Gari, %7 Uchi-Mata ve %5 Harai-Makikomi olduğu görülmüştür. Müسابakalarda uygulanan her teknik ile sonuca gitmek, puan almak mümkün değildir bu nedenle en çok uygulanan ve en çok puan alınan teknikler arasında farklılıklar olmaktadır. Müسابakalarda ayakta en çok puan alınan ilk beş teknik; Sode-Tusurikomi-Goshi 9%, O-Uchi-Gari 8%, Harai-Makikomi 7%, Sumi-Otoshi 7% ve Uchi-Mata 7% olmuştur. Müسابakalarda sıklıkla kullanılan bu tekniklerin başarı oranlarına baktığımızda İppon-Seoi-Nage tekniği %37 oranında, Sode-Tusurikomi-Goshi tekniği %54, O-Uchi-Gari %57, Uchi-Mata %55 ve Harai-Makikomi %83 oranında başarılı olarak puan kazandırdığı görülmüştür. Sıklıkla uygulanan tekniklerdeki başarı oranının düşük olması etkili olmadığı anlamına gelmemelidir çünkü sadece etkili yapıldığı halde puan alınamayan bu teknikler ceza avantajı sağlamaktadır. Ayrıca puan alınamayan teknik atakların araştırılıp eksik veya hatalı yönlerinin tespit edilmesi sporcu için kendini geliştirme fırsatı sunacaktır.

Yerde (katame-waza) yapılan tekniklerde ise sıralama şöyle olmaktadır; %18 Yoko-Shiho-Gatame, %14 Tate-Shiho-Gatame, %12 Kesa-Gatame, %9 Kuzure-Kami-Shiho-Gatame ve Ude-Hishigi-Juji-Gatame olmuştur. Müسابakalarda en çok puan alınan yer tekniklerinde sıralama Yoko-Shiho-Gatame 18%, Tate-Shiho-Gatame 16%, Kesa-Gatame 10%, Kuzure-Kami-Shiho-Gatame 10% ve Okuri-Eri-Jime 8% olmuştur. Müسابakalarda en çok kullanılan ilk beş tekniğin başarı durumuna baktığımızda Yoko-Shiho-Gatame % 90, Tate-Shiho-Gatame %100, Kesa-Gatame %71, Kuzure-Kami-Shiho-Gatame ve Okuri-Eri-Jime %100 başarılı olarak puan kazandırmışlardır. Müسابakalarda sıklıkla tercih edilen bu tekniklerin kontralarını çok iyi bilmek sporculara avantaj sağlayacaktır, sporcuların özel tekniklerini belirlerken kullanımı fazla olan ve bu teknikleri tercih etmenin kolaylık sağlayacağı düşünülmüştür ancak başarı oranlarından yola çıkarak puan alabilmek için farklı çalışma metotları geliştirilmesi gerektiği görülmüştür. Uygulanan bu tekniklerde puan alınamayan durumların araştırılıp eksik ya da hatalı yönlerinin tespit edilmesi sporcu için kendini geliştirme fırsatı sunabilecektir. Paris Grand Slam müsabakalarında ki sporcuları örnek almak isteyen müsabıklar için, özel teknik çalışmalarına bu teknikleri eklemelerin yarar sağlayacağı görülmüştür.

2017 Grand Slam Paris müsabakalarında uygulanan teknikler yön bakımından incelendiğinde sağdan yapılan teknikler % 53 oranında soldan yapılan tekniklerden % 47 daha fazla kullanıldığı görülmüştür. Müسابakalarda sağ ve soldan yapılan teknikler arasında sayı yönünden baskın bir üstünlük söz konusu değildir ancak yapılan tekniklerin başarı oranlarına bakıldığında sol taraftan yapılan tekniklerin başarı oranı % 61,8 ve sağdan ise % 59,8 olduğu görülmektedir. Müسابakalarda sağdan daha çok teknik yapılmış olmasına rağmen sol yönden yapılan tekniklerde başarılı olma oranının daha fazla olduğu görülmüştür. Müسابakalarda sağ ve sol yönden yapılan teknikler arasında sayı ve başarı yönünden baskın bir üstünlük söz konusu değildir. Böylece judo sporunun karakteristik bir özelliği gözler önüne seriliyor. Judonun anatomisi gereği vücudunu bütün halinde ve simetrik olarak geliştirmesi gerekiyor. Antrenmanlarda sağ ve sol yönden teknik çalışması yapmak müsabakalar için büyük avantaj sağlamaktadır çift taraflı teknik yapabilen sporcuların daha başarılı olduğu bilinmektedir. Çalışmalarda ve müsabakalarda karşılaşılan rakiplerin farklı duruş,

tutuş ve teknik stilleri karşısında başarılı olabilmek adına her iki yönde de çalışmalar yapılması gerekmektedir. Ayrıca çift taraftan teknik yapabilme yeteneği, sporcunun rakibini kandırabilmesi, her pozisyonda tekniğini uygulayabilmesi, kontra ve kombine tekniklerle beklenmedik hamleleri kolaylıkla yapabilmesi, rakibe göre göre pozisyon alabilmesi ve öngörülememesi bağlamında avantaj kazanmasını sağlayabilir.

Sonuç olarak 2017 Grand Slam Paris müsabakalarının analizleri doğrultusunda elde edilen veriler, elit kadın judocular için örnek teşkil edecek yeterli bilgiler içermektedir. Antrenör ve sporcular için elde edilen analizler, maçları okuma ve yönlendirme konusunda taktik sağlamakla birlikte gerekli atak ve kontra atak teknik uygulamada yardımcı olabilir. Sporcular müsabakalarda sıklıkla kullanılan tekniklerin başarı oranlarından yola çıkarak kendi judo karakterlerini oluşturmak için örnek alabilir, rakip sporcuları analiz ederek teknik ve taktiklerini kendi için avantaj haline getirebilirler. Antrenör ve sporcular başarı oranı düşük olan tekniklerin nedenlerini araştırarak çıkarımda bulunabilir. Antrenörler judonun etkin kullanılan tekniklerini göz önüne alarak bilimsel verilere dayalı güncel antrenman metotları geliştirebilir.

KAYNAKLAR

- Adam, Marek, Piotr Klimowicz, and Ryszard Pujszo. (2016) "Judoists' Tactical and Technical Efficiency during the World Championships in 2014 and 2015." *Baltic Journal of Health & Physical Activity* 8(2): 19–28.
- Adam, Marek, and Joanna Majdan. (2011) "A Profile of Joanna Majdan 's Individual Technical-Tactical Preparation." *Baltic Journal of Health and Physical Activity* 3(4): 269–76.
- Adam, Marek, and Mirosław Smaruj. (2013). "The Indices of Technical-Tactical Preparation of the World's Judo Champions in Tokyo 2010 as an Assessment Criterion for Individual Training." *Archives of Budo Science of Martial Arts and Extreme Sports* 9: 33–39. h
- Adam, Marek, Mirosław Smaruj, and Radosław Laskowski. (2014). "A Technical and Tactical Profile of the Double Olympic Judo Champion: A Case Study." *International Journal of Sports Science and Coaching* 9(1): 123–38..
- Adam, Marek, Beata Wolska, Piotr Klimowicz, and Mirosław Smaruj. (2013) "Characteristics of Technical-Tactical Preparation of Russian Men's Judo Representation during the Olympic Games in London in 2012." *Baltic Journal of Health and Physical Activity* 5(4): 249–60.
- Boguszewski, D., 2010. Technical fitness training of judokas – finalists of top world tournaments in the years 2005-2008. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, 2(2), volume 1, pp.109-114.
- Boguszewski, Dariusz. (2016) "Analysis of the Final Fights of the Judo Tournament at Rio 2016 Olympic Games." *Journal of Combat Sports and Martial Arts* 7(2): 63–68.
- Challis, G. D. (2017) A Time-motion Technical and Tactical Analysis of Lightweight Women's Judo. Doctoral Thesis. Anglia Ruskin University.
- Challis, Darren, Adrian Scruton, Michael Cole, and Michael Callan. (2015) "A Time-Motion Analysis of Lightweight Women's Judo in the 2010 World Championships." *International Journal of Sports Science & Coaching* 10(3): 479–86.
- Miyake, Keisuke, Takeru Sato, and Takayuki Yokoyama. (2016) "Effects of the International Judo Federation Refereeing Rules on the Match Results and Points in the All-Japan Judo Championships." *Archives of Budo* 12(0): 133–39.

- Ryszard, Pujszo, and Adam Marek. (2014) "The Course of the Judo Fight in the Heaviest Category (+100kg) Seen From the Perspective of Attacks in the Standing Position, Based on the Games in London 2012." *Ido Movement For Cuture. Journal of Martial Arts Anthropology* 14(1): 63–71.
- Sterkowicz, S. and Maslej, P. (1998). An evaluation of the technical and tactical aspect of judo matches at the senior level. International Judo Coaches Alliance.
- Sönmeymak, A. (2008) "Uefa Şampiyonlar Ligi'nde Atılan Gollerin Analizi." Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi.
- Witkowski, Kazimierz, Jarosław Mařliński, and Tomasz Kotwica. (2012) "Analysis of Fighting Actions of Judo Competitors on the Basis of the Men's Tournament During the 2008 Olympic Games in Beijing." *Journal of Combat Sports and Martial Arts* 3(2): 121–29.

Teşekkür

2017 Paris Grand-Slam Judo Şampiyonası müsabakalarının video görsellerin kullanım iznini veren Uluslararası Judo Federasyonu'na, izin sürecinde koordinasyonu sağlayan Türkiye Judo Federasyonu'na ve Posiscope analiz programının kullanım iznini veren bilgisayar mühendisi Hasan GÖREN' e teşekkür ederiz.