



ANÁLISE DA FORÇA DE PREENSÃO MANUAL NA EXECUÇÃO DO GOLPE DE JUDÔ SASAE TSURIKOMI ASHI

Lucas Fernando Nunes* - lfnunes00@gmail.com

Orientador Prof. Dr. Eduardo Yoshinori Nagata* - eynagata@gmail.com

*Escola Superior de Cruzeiro

O Judô é um esporte muito praticado no mundo todo, sendo uma modalidade que exige boa condição física para melhor desempenho. Para a execução dos golpes é necessária a coordenação das ações dos membros superiores e inferiores, assim como a força exercida pelos membros deve ser sincronizada para atingir eficiência no gesto motor. Na luta de Judô, o tempo todo acontecem disputas de pegada, onde quem realiza a melhor pegada no judogui (kimono) adversário tem mais chances de conseguir êxito na execução de uma técnica perfeita e vencer o combate. O presente estudo teve por objetivo analisar a força de prensão manual na execução do golpe de Judô chamado Sasae Tsurikomi Ashi. Participaram da pesquisa 7 sujeitos com dominância lateral direita, sendo todos com mais de cinco anos de experiência na modalidade e que não apresentavam nenhum tipo de patologia que comprometesse o resultado da pesquisa. Foram utilizados equipamentos de avaliação de desempenho para mensurar a força de prensão manual nas mãos direita e esquerda. Foram posicionadas duas células de cargas nos 2 pontos de contatos do uke (pessoa que recebe o golpe) sendo uma célula na gola esquerda e outra na manga direita do kimono adaptado, onde o tori (pessoa que aplica o golpe) executa a pegada para a realização do golpe. A técnica foi realizada na seguinte forma: os atletas ficaram de frente um para o outro no local pré-estabelecido pelos pesquisadores (no centro do tatame), local onde as 2 câmeras estavam posicionadas para registrar a movimentação da realização do golpe. A técnica foi aplicada apoiando o pé direito a frente do pé esquerdo do uke (quem recebe o golpe) e a região plantar do pé esquerdo do tori (quem aplica o golpe), apoia-se na parte anterior da perna direita do uke. A pegada terá um papel fundamental no movimento da projeção, a mão direita faz pegada no eri (gola) e a mão esquerda no sodê (manga) fazendo uma rotação de tronco para projetar o uke no solo. Os sujeitos realizaram 2 séries de 10 repetições do Sasae Tsurikomi Ashi somente com a execução do golpe sem a projeção. Verificou-se a partir dos dados captados pelas células de carga que houve diferença significativa entre os valores obtidos de cada sujeito. Foi observada média correlação linear entre os valores de pico da força da célula de manga e de gola, que pode ser explicado pelo sincronismo temporal e ritmo que é empregado pelas duas mãos. A utilização da célula de carga tem o intuito de suprir a necessidade de verificar de forma mais prática as características de desempenho, captando em tempo real os sinais de força contribuindo para avanços no treinamento dos atletas.