

## Análises dos golpes de atletas de karatê no campeonato paranaense de kumitê (luta)

### Analysis of strikes of karate athletes at the parana state kumite championship (fight)

Arcício Martins da Silva Júnior  
Mario Molari

\* Universidade Norte do Paraná (UNOPAR).

#### Resumo

O kumitê é uma modalidade dentro do karatê que representa a luta entre dois adversários, que utilizam técnicas de ataque e defesa com os membros superiores (braços) e inferiores (pernas). O objetivo desta pesquisa foi analisar o número de golpes utilizados com os membros superiores (braços) e com os membros inferiores (pernas) e a porcentagem da eficiência dos golpes desferidos. Participaram da amostra 08 atletas do sexo masculino do grupo "A" (nível superior de competidores), com idade entre 21 e 29 anos, sendo a média de idade 25,5, que participaram do 32º Campeonato Paranaense de Karatê. Por meio de uma ficha de anotações, foi feita a observação de uma fita de vídeo gravada das lutas executadas neste campeonato. Baseado nos resultados pôde-se concluir que os golpes com os membros superiores (braços) que foram mais utilizados e tiveram maior eficácia foram a Técnica Gyaku-zuki com 55% de eficiência e a Técnica Mawashi-gueri com 42%, pois segundo a percepção dos autores, os golpes em destaque surgem em consequência de uma carga maior de treinamento sobre os mesmos.

**Palavras-chave:** Karatê. kumitê. Golpes membros superiores. Golpes membros inferiores.

#### Abstract

*Kumite is a modality of the karate that represents the fight between opponents which uses the techniques of attack and defence with the upper limbs (arms) and lower limbs (legs). The goal of this research was to analyze the number of strikes with the upper limbs (arms) and with the lower limbs (legs) and the efficiency percentage of the strikes delivered. The sample was composed by eight male athletes of group A (high level competitors) aged between 21 and 29, average age 25,5 who participated in the 32<sup>nd</sup> Parana State Karate Championship. The observation of a videotape of the fights of this championship was made using a notes sheet. The results showed that the strikes with the upper limbs (arms) which were more used and more efficient were the Gyaku-zuki and the Mawashi-gueri with 55% and 42% of efficiency respectively. According to the authors' perception the highlighted strikes come as a consequence of more intense training on them.*

**Keywords:** Karate. Kumite. Strikes with upper limbs. Strikes with lower limbs.

## 1 Introdução

O karatê teve sua origem no Oriente e foi desenvolvido como arte marcial de combate. A palavra karatê deriva do japonês e significa "mão vazia", que implica "vazia de qualquer má intenção". Hoje em dia o karatê é uma forma de luta sem armas, como o kumitê que usa os pés e as mãos como instrumentos naturais de ataque e auto-defesa, sendo esta arte marcial, uma das mais populares do mundo (SMIT, 2003).

Segundo D'Elia (2000), o karatê foi introduzido no Brasil em meados de 1908 junto com a vinda dos imigrantes japoneses. De acordo com relatos da história estes imigrantes se estabeleceram no interior de São Paulo e na capital. Desta forma, o estado de São Paulo tornou-se o pioneiro desta arte.

Após alguns anos, mais precisamente em 1956, o professor Mitsuke Harada montou a primeira academia

de karatê, na capital paulista. E com isso abriu caminhos para que outros professores fizessem o mesmo, como no caso do Mestre Juichi Sagara que abriu uma academia também em São Paulo e os mestres Yasutaka e Sadamu Uriu na cidade do Rio de Janeiro. Nos anos seguintes o mestre Higashino se instalou na cidade de Brasília e o mestre Eisuku Oishi na Bahia (D'ELIA, 2000).

O karatê tem como características utilizar 50% dos membros superiores e 50% dos membros inferiores. Os seus principais movimentos de ataque e defesa são produzidos por meio dos: punhos, braços, antebraço, dorso do punho, dedos, pés, bola do pé, peito do pé, pontas dos artelhos, calcanhar, cotovelos, joelhos, cabeçadas e outras partes; de modo que não é exagero dizer que todo o corpo torna-se uma arma (FUNAKOSHI, 1988).

O kumite representa a luta, o combate, ou seja, o encontro entre dois adversários, que nesta ocasião podem colocar em prática as técnicas fundamentais aprendidas durante os treinamentos, dando a estas técnicas significados concretos, como espírito de lealdade, aplicando-se ainda, os princípios espirituais que estão na base do karatê (LUBES, 1991).

O kumitê requer força física. A prática dessa modalidade, no entanto, além de aumentar a força física, aumenta a força espiritual, influenciando o autocontrole. Contudo, não deve ser uma simples série de golpes de ataque e defesa, mas de performances pré-definidas para garantir que as técnicas, sejam executadas com compreensão e precisão (SMIT, 2003).

A área de competição precisa ser lisa e estar livre de obstáculos, sendo um quadrado formado por peças de tatame, com a medida de 8 X 8 (medida desde a parte exterior), com dois metros adicionais em todo perímetro como zona de segurança, sendo que o metro interno da área de competição deve ser de cor diferente do resto do tatame. Estes dois metros de zona de segurança devem estar livres de qualquer obstáculo. A plataforma elevada tem que ter uma dimensão mínima de doze metros cada lado, incluindo tanto a superfície de competição, como a zona de segurança.

Para o posicionamento dos competidores é necessário que se coloque duas linhas paralelas, de um metro de comprimento cada uma, em um ângulo reto com a linha do árbitro, situada a um metro e meio do centro da área de competição.

Para o posicionamento do árbitro deve-se colocar uma linha de meio a dois metros do centro da área de competição. Os árbitros auxiliares se sentarão na área de segurança, um de frente para o árbitro central, e dois atrás de cada competidor, deslocados a um metro do árbitro central, olhando entre si. Cada um estará equipado com uma bandeira azul e outra vermelha.

O árbitro fiscal senta-se a uma mesa, fora da área de segurança, atrás e a esquerda do árbitro central. Estando equipado com uma bandeira vermelha ou outro sinal, e um apito. O supervisor da pontuação deve sentar-se à mesa oficial correspondente, entre o apontador e o cronometrista (WKF, 2003).

A duração do combate de kumitê é de três minutos para a categoria adulta masculino, tanto no individual quanto em equipe, e de dois minutos para adulto feminino. O tempo do combate começa a ser contado quando o árbitro sinaliza para o início do combate até quando ele diz: "YAME" (Parar). O cronometrista toca o gongo claramente indicando quando faltam 30 segundos para o término do tempo (WKF, 2003).

Concede-se pontuação quando se realiza uma técnica em uma zona pontuável, de acordo com os seguintes fatores:

- a) Boa forma;
- b) Atitude desportiva;
- c) Aplicação vigorosa, zanchin;
- d) Tempo apropriado;
- e) Distancia correta.

De acordo com (WKF, 2003) as pontuações são classificadas da seguinte forma:

- a) IPPON (1 ponto);
- b) NIHON (2 pontos);
- c) SANBON (3 pontos).

Os pontos atribuídos como IPPON são para qualquer golpe de punho (Tsuki) sobre qualquer das sete zonas pontuáveis, excluindo a parte traseira e zona posterior da cabeça e pescoço. Os NIHON são Chutes Chudan, define-se como: do abdômen, peito, zona traseira (costas) e zona lateral, socos aplicados nas costas do oponente, incluindo a parte de trás da cabeça e pescoço.

Combinações de técnicas de punho e golpes (Tsuki e Uchi) pontuam separadamente e são realizadas em quaisquer das sete zonas pontuáveis. Toda técnica pontuável é realizada depois que o competidor, de forma legal, tenha provocado a perda do equilíbrio de seu oponente no momento de marcar o ponto (WKF, 2003)

SANBON são Chutes Jodan, que se definem como: rosto, cabeça e pescoço. Caracterizam-se por qualquer técnica pontuável realizados depois de arremessar, dar uma varredura de perna ou derrubar o oponente de forma legal (WKF, 2003).

## 2 Procedimento de Coleta e Análise dos Dados

Este estudo relata uma pesquisa de campo, que de acordo com Marconi e Lakatos (2001), trata-se de uma pesquisa realizada por meio de observações e que utiliza os sentidos na obtenção de determinados aspectos da realidade. Ou seja, não consiste apenas em ver e ouvir, mas também examinar os fatos ou fenômenos que deseja estudar.

Participaram deste estudo 08 atletas de sexo masculino, do grupo A (nível superior de competidores), com média de idade de 25,5 anos  $\pm$  2,77, categoria adulta de Karatê – Kumitê (luta), filiados a Federação Paranaense de Karatê, que competiram no 32º Campeonato Paranaense de Karatê.

O instrumento de pesquisa utilizado neste estudo foi uma ficha de anotações feita a partir de observações de fita de vídeo, da filmagem das lutas que foram executadas no 32º Campeonato de Karatê – Kumite (Luta).

A amostra para coleta de dados foi feita pela seleção de 08 atletas, faixa preta do grupo A (nível superior de competidores), da categoria adulta de Karatê – Kumite luta), de forma aleatória, no 32º Campeonato Paranaense de Karatê, realizado na cidade de Londrina, no Ginásio de Esportes Moringão, no dia 27 de novembro de 2004.

Os dados obtidos por meio da totalização dos golpes executados com os membros superiores (braços) e os membros inferiores (pernas), foram analisados pelo software Excel 5.0.

## 3 Resultados e Discussão

O estudo mostrou que às técnicas executadas com os membros superiores foram: *oi zuki*, *gyaku zuki*, *kizami zuki* e *uraken* no qual foi relatado o baixo percentual de acertos das mesmas.

A técnica *oi zuki* é executada por meio de um passo a frente com a impulsão do corpo todo e o alvo visado pode ser na altura do rosto e do peito. Os atletas A,

B, D, E, F, G e H desferiram uma única vez esta técnica. Todos tiveram um aproveitamento de 100%. O atleta C teve um percentual de 12, 5% de acerto, mas com um número maior de execuções desta técnica (oito vezes) (Tabela 1).

A técnica *gyaku zuki* é bastante utilizada nos campeonatos por sua eficiência e também por ser muito praticada e treinada nas academias. O atleta A aplicou quatorze vezes esta técnica, tendo um aproveitamento de 30%. O atleta B teve 100% de aproveitamento. Os atletas C e H desferiram quatro vezes esta técnica, mas apenas o atleta H teve aproveitamento no valor de 100%. O atleta D teve 60% de aproveitamento e o F 65%. O atleta E aplicou cinco vezes esta técnica e

teve 80% de aproveitamento e o atleta G teve 100% de aproveitamento (Tabela 1).

A técnica *kizami zuki* é muito utilizada em lutas, porém tem um perfil de maior dificuldade de execução, por não ser tão treinada nas acadêmicas. Notou-se a pouca execução da mesma. Apenas o atleta A e C aplicaram esta técnica, sendo que destes apenas o atleta C teve 30% de aproveitamento (Tabela 1).

A técnica *Uraken* é mais delicada por exigir do praticante do karatê maior domínio de habilidade motora como no caso da agilidade e deslocamento. Sendo assim, observou-se que apenas o atleta C aplicou a técnica, uma única vez, mas não teve aproveitamento (Tabela 1).

**Tabela 1.** Tabela de porcentagem dos golpes que foram considerados - pontos membros superiores.

<u>Atletas</u>	<u>Oi-zuki</u>	<u>Uraken</u>	<u>Gyaku-zuki</u>	<u>Kizame-zuki</u>
<u>A</u>	100%	0%	30%	0%
<u>B</u>	100%	0%	100%	0%
<u>C</u>	12,50%	0%	0%	30%
<u>D</u>	100%	0%	60%	0%
<u>E</u>	100%	0%	80%	0%
<u>F</u>	100%	0%	65%	0%
<u>G</u>	100%	0%	100%	0%
<u>H</u>	100%	0%	100%	0%

**Tabela 2.** Número de pontos e não pontos com os membros superiores.

<u>Atletas</u>	<u>Golpes c/ os braços</u>		<u>Nº Total de Golpes</u>
	<u>(Pontos)</u>	<u>(não Pontos)</u>	
Atleta A	5	11	16
Atleta B	2	0	2
Atleta C	2	14	16
Atleta D	6	4	10
Atleta E	5	1	6
Atleta F	7	3	10
Atleta G	3	0	3
Atleta H	5	0	5
$\Sigma$	<b>35</b>	<b>33</b>	<b>68</b>
<b>MÉDIA</b>	<b>4,37</b>	<b>4,12</b>	<b>8,5</b>
<b>DP</b>	<b>1,85 ±</b>	<b>5,43 ±</b>	<b>5,45 ±</b>

A Tabela 2 descreve o número de golpes aplicados com os membros superiores pelos atletas e quantidade de golpes que marcaram ou não pontos. O atleta A e C tiveram o maior número de golpes aplicados (16), contudo houve grande diferença na marcação de pontos. O atleta A pontuou em 5 golpes, enquanto o atleta C pontuou somente em 2 golpes. O menor número de golpes foi executado pelo atleta B, contudo ele marcou pontos nos dois golpes executados.

As técnicas utilizadas nesta pesquisa que envolveu os membros inferiores foram: *mawashi-gueri*, *mãe-gueri*, *ushiro-gueri* e *kakto-gueri*. Estão descritas abaixo o aproveitamento nas lutas realizadas.

A técnica *mawashi-gueri* é eficiente em lutas de campeonatos pois pode ser executada com a perna anterior e posterior.

Os atletas A, E e G desferiram três vezes esta técnica, sendo que destes, os atletas A e E tiveram 30% de aproveitamento e o atleta G teve 70%. O atleta B aplicou sete vezes esta técnica e teve um aproveitamento de 60%. O atleta C aplicou treze vezes esta técnica e aproveitou 30%. No caso dos atletas D e H, o primeiro teve um aproveitamento de 50% e o segundo 100% (Tabela 3).

A técnica *mae-gueri* é um chute frontal com extrema eficiência utilizada com sucesso, porém em campeonatos não tem bom aproveitamento.

Os atletas C, D e E aplicaram está técnica, sendo que destes apenas o atleta D e E tiveram 100% de aproveitamento (Tabela 3).

A técnica *ushiro-gueri* é um chute giratório executado quando o praticante de karatê está de costas, que pode ser utilizada com ambas as pernas, mas, que exige do praticante de karatê muito destreza, equilíbrio e deslocamento. Desta maneira essa técnica não tem bom aproveitamento em lutas.

Os atletas A, B e H desferiram a técnica *ushiro-*

*guer*, mas destes apenas o atleta H teve 30% de aproveitamento (Tabela 3).

A técnica *kakto-gueri* é muito pouco utilizada em lutas de campeonatos pois exige do praticante de karatê extrema habilidade motora e experiência.

Os atletas B, C e H aplicaram uma única vez a técnica *kakto-gueri* não tendo nenhum aproveitamento. Os Atletas D e G aplicaram duas vezes esta técnica e o primeiro teve 100% de acerto e o segundo 50% (Tabela 3).

**Tabela 3.** Golpes que foram considerados - pontos membros superiores.

Atletas	Mawashi-gueri	Mae-gueri	Ushiro-gueri	Kakto-gueri
A	30%	0%	0%	0%
B	60%	0%	100%	100%
C	30%	100%	0%	100%
D	50%	0%	0%	100%
E	30%	100%	0%	0%
F	0%	0%	0%	0%
G	70%	0%	0%	50%
H	100%	0%	30%	0%

**Tabela 4.** Número de pontos e não pontos com os membros inferiores.

Atletas	Golpes c/ as pernas		Nº Total de Golpes
	(Pontos)	(não Pontos)	
A	1	3	4
B	4	6	10
C	4	11	15
D	4	1	5
E	2	2	4
F	0	3	3
G	3	2	5
H	3	3	6
$\Sigma$	21	31	52
<b>MÉDIA</b>	<b>2,62</b>	<b>3,87</b>	<b>6,5</b>
<b>DP</b>	<b>1,50 ±</b>	<b>3,22 ±</b>	<b>4,03 ±</b>

A Tabela 4 descreve a quantidade de golpes aplicados pelos atletas com os membros inferiores. Demonstra que o atleta C foi o que mais executou os golpes, totalizando 15 e o atleta F foi o que menos executou, totalizando 3 golpes, sendo que este atleta não conseguiu marcar nenhum ponto com os membros inferiores.

#### 4 Considerações Finais

Baseados nos resultados obtidos a partir desta pesquisa de campo, a quantidade total dos golpes que foram desferidos pelos atletas com os membros superiores (braços), foi de 68 golpes, sendo que desses, 35 golpes foram considerados pontos e 33 foram considerados não pontos. Em relação aos golpes mais utilizados, a técnica *gyaku-zuki* teve o maior número de gol-

pes desferidos, 48 golpes, sendo que desses 26 foram considerados pontos, tendo a equivalência de 55% de eficiência dos golpes desferidos.

Nos membros inferiores (pernas), verificou-se que dos 52 golpes desferidos 21 foram considerados pontos e 31 foram considerados não pontos. Em relação aos golpes mais utilizados, a técnica *mawashi-gueri* teve maior número de golpes desferidos, 36 golpes, sendo que desses 15 foram considerados pontos, tendo a equivalência de 42% de eficiência dos golpes desferidos.

Diante dos dados coletados e pela percepção dos autores, pode se afirmar que os golpes que foram mais utilizados descendem de um seguimento de treinamento cujas práticas são automaticamente as mais trabalhadas, sendo considerados como golpes de segurança e a probabilidade de se obter a pontuação é maior.

## Agradecimento

Apoio Academia Oguido Dogo.

## Referências

D'ELIA, R. A arte da mão vazia. *Revista Karatê*, São Paulo, 2000.

FUNAKOSHI, G.: *Karatê-do: meu modo de vida*. São Paulo: Cultrix, 1975.

\_\_\_\_\_. *Karatê-do nyumon*. São Paulo: Cultrix, 1988.

LUBES, A.. *Caminho do karatê*. Curitiba: UFPR, 1991.

MOLARI, M. Análise sobre a origem do karatê e os seus primeiros estilos. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DESPORTO E RECREAÇÃO, 18., 2003. Foz do Iguaçu. *Anais...* Foz do Iguaçu: FIEP, 2003.

SMIT, S. *Karatê: guia essencial para dominar a arte*. Malásia: Estampa, 2003.

WKF. *Regulamento de competição Kumitê e Kata*. São Paulo: Confederação Brasileira de Karatê, 2003.

---

### Arcísio Martins da Silva Júnior\*

Graduação em Educação Física pela Universidade Norte do Paraná (UNOPAR).

e-mail: <jr\_negobol@hotmail.com >

### Mario Molari

Especialista em Envelhecimento, Atividade Física e Qualidade de Vida, Docente da Universidade Norte do Paraná (UNOPAR).

e-mail: <mario.molari@unopar.br>

### \*Endereço para correspondência:

Rua Ipê, 91, Vila Nova – CEP 86025-680 Londrina, Paraná, Brasil.

---

