

Ciência Atual

Revista Científica
Multidisciplinar das
Faculdades São José

2019

Volume 13 | Nº1



FACULDADES
SÃO JOSÉ

ISSN 2317-1499

Daniel Sousa da Silva

Licenciado em Ciências Biológicas
Especialista em Esportes Aquáticos
Estudante do 6º Período de Educação Física na Faculdade São José

Cátia Malachias Silva

Mestre em Ciências da Atividade Física
Especialista em Psicomotricidade
Docente da Faculdade São José e Faculdade e Faculdade Bezerra de Araújo

Diogenes Leandro de Oliveira

Mestre em Ciências do Desporto
Docente da Faculdade São José e Faculdade UNICBE

RESUMO

O Jiu-Jitsu brasileiro é uma arte marcial milenar de origem japonesa que se utiliza basicamente de golpes de alavancas, torções e pressões e possui o intuito de dominar ou finalizar o oponente. Sua técnica está sempre em evolução, com uma infinidade de movimentos e posições diferentes. O lutador de Jiu-jitsu não precisa ter uma grande força física, embora seja admitida com bom uso. É a luta para um oponente mais fraco vencer o mais forte. Dessa maneira a “Arte Suave” (Tradução do Jiu-jitsu), aos poucos, foi encantando cada vez mais a população brasileira, se estabelecendo e fazendo parte da cultura popular. Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais as lutas devem fazer parte das aulas de Educação Física escolar, sendo assim o jiu-jitsu poderá estar integrado a esse processo de aprendizagem. Os alunos aprendem na prática a competir com honestidade e humildade, reconhecem os erros e acertos, aprendem a cair, levantar e recomeçar além de trabalhar as funções psicomotoras. Com isso, o objetivo do presente estudo foi discutir a inserção do jiu-jitsu brasileiro como um possível conteúdo das aulas de Educação Física escolar. O trabalho utiliza uma metodologia de revisão bibliográfica.

PALAVRAS-CHAVE: jiu jitsu brasileiro, lutas, artes marciais, escola

ABSTRACT

Brazilian Jiu-Jitsu is an ancient martial art of Japanese origin that is basically used for leverage, twisting and pressure and is intended to dominate or finish the opponent. His technique is always evolving, with a multitude of different movements and positions. The Jiu-jitsu fighter need not have great physical strength, although it is well-accepted. It is the struggle for a weaker opponent to beat the strongest. In this way the “Art Suave” (Translation of Jiu-jitsu), gradually, was enchanting more and more the Brazilian population, establishing itself and being part of the popular culture. According to the National Curricular Parameters the struggles should be part of the School Physical Education classes, so that jiu-jitsu could be integrated into this learning process. Students learn in practice to compete with honesty and humility, recognize mistakes and successes, learn to fall, get up and start over, and work on psychomotor functions. Thus, the objective of the present study was to discuss the insertion of Brazilian jiu-jitsu as a possible content of the School Physical Education classes. The work uses a bibliographic review methodology.

KEY WORDS: Brazilian jiu jitsu, fights, martial arts, school

INTRODUÇÃO

É sabido que a prática de esportes, artes marciais e atividades extraclasses prazerosas aumentam o desempenho escolar dos alunos (TWEMLOW et. al., 2008), pois promovem a identidade social e grupal, desenvolvem a segurança e a autoconfiança (TRUSZ, DELL'AGLIO, 2010).

A partir do Decreto no 69.450, de 1971, a Educação Física passou a ser considerada como a atividade que, por seus meios, processos e técnicas, desenvolvem e aprimoram forças físicas, morais, cívicas, psíquicas e sociais do educando. (BRASIL, 1998, p.21)

Segundo os PCNs a Educação Física tem uma história de pelo menos um século e meio no mundo ocidental moderno. Possui uma tradição e um saber-fazer ligados ao jogo, ao esporte, à luta, à dança e à ginástica, e, a partir deles, tem buscado a formulação de um recorte epistemológico próprio (BRASIL, 1998, p.28), e o Jiu-Jitsu, pertence ao conteúdo de Lutas, como está organizado no PCN.

Da mesma forma que os demais Conteúdos Estruturantes, as lutas devem fazer parte do contexto escolar, pois se constituem das mais variadas formas de conhecimento da cultura humana, historicamente produzidas e repletas de simbologias. Ao abordar esse conteúdo, deve-se valorizar conhecimentos que permitam identificar valores culturais, conforme o tempo e o lugar onde as lutas foram ou são praticadas (PARANÁ, 2008, p. 68).

Existem inúmeras variedades de esportes de lutas que podem ser exploradas dentro do âmbito escolar, principalmente se tiver uma grande identidade nacional, como é o caso do jiu-jitsu. As lutas podem ser utilizadas na Educação Física Escolar até mesmo como forma de complementação das outras modalidades esportivas regulares, tornando as aulas mais dinâmicas e interessantes.

Segundo Thomas (2000) o Jiu-jitsu é um esporte intelectualizado devido sua complexidade e considerada a luta mais abrangente que existe, pois além de apresentar uma grande variedade de técnicas, ainda apresenta uma complexidade em relação às valências físicas, pois necessita de todas elas ao mesmo tempo e em todos os momentos da luta.

No âmbito da escola, segundo os PCNs, a Educação Física escolar deve dar oportunidades a todos os alunos para que desenvolvam suas potencialidades, de forma democrática e não seletiva, visando seu aprimoramento como seres humanos (BRASIL, 1998, p.29). O Jiu-Jitsu pode apresentar melhora significativa em autocontrole, equilíbrio, coordenação motora, entre outras habilidades.

Rosário e Darido (2005) dizem que o objetivo da Educação Física Escolar é o corpo em movimento e nessa perspectiva, o aluno tem a possibilidade de aprender sobre o mundo em que está inserido a partir de vivência proporcionada contextualizadamente durante estas aulas.

Dentro do universo de produções da cultura corporal de movimento, algumas foram incorporadas pela Educação Física como objetos de ação e reflexão: os jogos e brincadeiras, os esportes, as danças, as ginásticas e as lutas, que têm em comum a representação corporal de diversos aspectos da cultura humana. São atividades que ressignificam a cultura corporal humana e o fazem utilizando ora uma intenção mais próxima do caráter lúdico, ora mais próxima do pragmatismo e da objetividade. (BRASIL, 1998, p.28)

Gonçalves Junior e Drigo (2001), afirmam que historicamente a Educação Física no Brasil sempre teve estreita ligação com o ambiente escolar já que até 1987 só se formavam licenciados. Porém, mesmo no ambiente escolar, era (e continua sendo) raro o professor de Educação Física que, além dos costumeiros esportes coletivos de quadra, apresentasse também aos educandos algum conteúdo relacionado às lutas/ artes marciais.

As lutas são disputas em que os oponentes devem ser subjugados, com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço, na combinação de ações de ataque e defesa (BRASIL, 1998). Dessa forma, faz-se necessário aos professores de Educação Física Escolar, saber e ensinar a diferença entre lutas e brigas para seus alunos, independente da modalidade.

É fundamental também que se faça uma clara distinção entre os objetivos da Educação Física escolar e os objetivos do esporte, da dança, da ginástica e da luta profissionais. Embora sejam uma fonte de informações, não podem transformar-se em meta a ser almejada pela escola, como se fossem fins em si mesmos. (BRASIL, 1998, p.29)

As artes marciais que vieram do oriente são práticas corporais que trazem valores éticos e morais aos seres humanos (STEVENS, 2007).

Portanto, entende-se a Educação Física como uma área de conhecimento da cultura corporal de movimento e a Educação Física escolar como uma disciplina que introduz e integra o aluno na cultura corporal de movimento, formando o cidadão que vai produzi-la, reproduzi-la e transformá-la, instrumentalizando-o para usufruir dos jogos, dos esportes, das danças, das lutas e das ginásticas em benefício do exercício crítico da cidadania e da melhoria da qualidade de vida (BRASIL, 1998, p.29).

A prática do jiu-jitsu pode proporcionar uma melhor qualidade de vida aos alunos. Sua definição é muito ampla, mas Rufino Netto (1994) considera qualidade de vida boa ou excelente aquela que ofereça um mínimo de condições para que os indivíduos nela inseridos possam desenvolver o máximo de suas potencialidades, sejam estas: viver, sentir ou amar, trabalhar, produzindo bens e serviços, fazendo ciência ou artes.

A inatividade física é um fator de risco importante relacionado com o sobrepeso e a obesidade e com alterações nos níveis de pressão arterial e frequência cardíaca, assim como consumo de bebidas alcoólicas, tabagismo e uma dieta com alto teor de gordura. Diante disso, conclui-se que a atividade física está diretamente ligada à qualidade de vida (Ferreira, Bonfim, Brito, Fonseca, Paz, & Araujo, 2017).

O jiu-jitsu é um esporte que necessita de força física e mental, exige bastante concentração e persistência. O aluno precisa movimentar pernas e braços ao mesmo tempo, algumas posições exigem um desenvolvimento motor apurado, além de trabalhar, também, o lado afetivo, pois os alunos estão mais próximos um do outro (da Silva & Malaquias, 2018).

Com isso, o objetivo do presente estudo foi discutir a inserção do jiu jitsu brasileiro como um possível conteúdo das aulas de Educação Física escolar.

JIU-JITSU BRASILEIRO E SUA ORIGEM

O Jiu-Jitsu é uma modalidade de luta esportiva individual, por meio da qual o atleta deve levar seu adversário ao solo e aplicar torções, estrangulamentos, rotações, chaves nas articulações e imobilizações, a fim de vencer seu oponente por finalização ou por número de pontos (BERNARDINI M. 2009).

A história do jiu-jitsu é muito antiga e controversa, devido à falta de documentos oficiais e dados científicos que comprovem a sua verdadeira origem. Existem muitas teorias, uma das mais aceitas atribui-se ao príncipe Siddhartha Gautama, considerado como criador do Budismo. A história diz que alguns monges, seguidores dos ensinamentos Budistas, percorriam perigosos trajetos pelo interior da Índia tendo que se defender contra assaltos de bandidos que infestavam os caminhos, sem o uso de armas, de modo a não ir contra a moral de sua religião. Assim nasceu o Jiu-jitsu, com o espírito de defesa que é a sua essência (GRACIEMAG, 1994).

O Jiu-Jitsu não teve uma origem única, como a maioria das artes marciais, juntamente com o Budismo, percorreu vários países orientais atingindo toda a China. Após finalmente chegar ao Japão, tomou grandes proporções, sendo cultuado e muito desenvolvido, tornando-se a partir da segunda metade do século XVI a mais importante arte marcial japonesa, emigrando em seguida para o Ocidente (GRACIEMAG, 1994).

Segundo Souza e Souza (2005), com os conhecimentos baseados do corpo humano e da física os budistas começaram a organizar técnicas de defesa pessoal, baseados na compreensão de alguns movimentos do corpo como: flexão, torções, imobilização, força, equilíbrio e centro da gravidade.

Por volta de 1880, o jovem Jigoro Kano, professor de Educação Física e Jiu-Jitsu, desenvolveu o Kodokan Judô, um sistema de autodefesa fundamentado em leis de dinâmica, ação e reação, com base nas explicações científicas dos golpes. Dessa forma, selecionando e classificando as melhores técnicas dos vários sistemas de Jiu-jitsu, chegou-se à arte suave (GRACIEMAG, 1994).

Eterno defensor das técnicas de defesa pessoal do Jiu-Jitsu, Maeda embarcou para os Estados Unidos em 1904, em companhia de outros professores da escola de Jigoro Kano. À época, graças aos laços políticos e econômicos entre Japão e EUA, as técnicas japonesas encontravam grandes e notórios admiradores em solo americano. Em 1903, por exemplo, o presidente Theodore Roosevelt tomara aulas com o japonês Yoshiaki Yamashita. Nos EUA, o ágil japonês começou a colecionar milhares de combates e adversários tombados pelo caminho, em países como a Inglaterra, Bélgica e Espanha, onde sua postura nobre fez nascer o apelido que o consagrou, Conde Koma. De volta à América, o lutador fez diversas apresentações e desafios em países como El Salvador, Costa Rica, Honduras, Panamá, Colômbia, Equador, Peru, Chile e Argentina. Em julho de 1914, o valente japonês de 1,64m e 68kg, segundo consta, desembarcaria no Brasil para fincar raízes e mudar a história do esporte (GRACIEMAG, 1994).

Segundo Da Costa 2006, ao chegar ao Brasil, Maeda possuía graduação de faixa preta sexto da, aceitando desafios de qualquer modalidade de luta. Decidiu prolongar sua estadia e ajudar um grupo de japoneses que queria fundar uma colônia no norte do Brasil, em Belém do Pará, já que naquela época não eram bem vindos aos EUA. Um diplomata brasileiro ajudou os japoneses com terras e gado. O diplomata era Gastão Gracie, filho de James Gracie, escocês que chegou ao Brasil em 1870, estabelecendo-se como banqueiro no Rio de Janeiro. Gastão se fixou em Belém, como importador de minério por ter se casado com Cislane Pessoa, jovem da sociedade local. Tiveram cinco filhos, Carlos, Oswaldo, Gastão Filho, George e Hélio. Maeda ficou muito grato e tornou-se amigo de Gastão e passou a ensinar Jiu-Jitsu aos seus filhos. Segundo relatos de Carlson Gracie, filho de Carlos, era crime de lesa-pátria japonesa ensinar Jiu-Jitsu para estrangeiros. Porém, esta limitação não impediu que Conde Koma extraísse o melhor de si no seu empenho em formar lutadores da família Gracie: uma relação que deu origem ao Jiu-Jitsu brasileiro.

Certo dia, Koma encarou o desafio de um capoeirista conhecido como "Pé de Bola", de cerca de 1,90m e quase cem quilos. Maeda não se fez de rogado e ainda deixou o ousado rival portar uma faca na luta. O japonês desarmou-o, derrubou e finalizou o brasileiro. Conde Koma, como se tornou tradição entre os professores de Jiu-Jitsu, também lançava desafios para rivais famosos do boxe. Foi o que fez com o afamado boxeador americano Jack Johnson, que jamais aceitou a luta (GRACIEMAG, 1994).

Em 1920 Os ensinamentos de Koma foram aperfeiçoados por Carlos, surgindo novas técnicas sem fugir dos fundamentos da luta, transformando-a numa espécie de xadrez humano, com base em alavancas na qual um homem fraco poderia derrotar um homem forte. Carlos ensinou a Hélio Gracie toda a sua técnica, que devido a seu físico franzino, fazia jus aos princípios passados por seu irmão. Hélio transformou o Jiu-Jitsu dando-lhe uma forma mais agressiva, e é considerado o criador efetivo do "Gracie Jiu-Jitsu ou Brazilian Jiu-Jitsu". No final da década a família Gracie mudou-se para o Rio de Janeiro e, em 1930, Carlos Gracie, com 28 anos abriu a primeira academia de Jiu-Jitsu daquela cidade, no Bairro do Flamengo. Entre os anos 1930 e 1950, Hélio Gracie derrotou todos os adversários que surgiram como desafiantes, especialmente mestres de outras modalidades de lutas (DA COSTA, 2006).

Hélio Gracie tornou-se, rapidamente, o destaque entre os irmãos, pelas inovações técnicas que promoveu como instrutor e pelo espírito indomável que não combinava com o porte franzino. Em consonância com as táticas de Conde Koma, os Gracie continuaram, no Rio de Janeiro, os desafios a capoeiristas, estivadores e valentões de todas as origens e tamanhos. Se em pé tais brutamontes botavam medo, no chão viravam presa fácil para os botes e estrangulamentos que os capturavam como mágica (GRACIEMAG, 1994).

Além dos desafios, os campeonatos entre praticantes, com regras exclusivas do Jiu-Jitsu, se fortaleciam, abastecidos por dezenas de academias diferentes. Nos anos 1960, quando Carlson Gracie já pegara o bastão de seu tio Hélio como linha de frente do clã no vale-tudo, um passo importante foi dado para a consolidação do Jiu-Jitsu esportivo. Em 1967, a Federação de Jiu-Jitsu da Guanabara, no Rio de Janeiro, foi criada, sob autorização da Confederação Nacional de Desportos do país. Entre as regras ainda primitivas, manobras como queda, montada de frente com dois joelhos no chão e pegada pelas costas rendiam um ponto ao competidor. A duração dos combates na categoria adulta era de cinco minutos, com prorrogação de três. O Jiu-Jitsu ganhava oficialmente tempo e pontuações (GRACIEMAG, 1994).

O presidente da Federação era Hélio Gracie, e o presidente do Conselho Consultivo era Carlos. Seu primogênito, Carlson, era o diretor do departamento técnico. O primeiro vice técnico era Oswaldo Fadda e o segundo, Orlando Barradas – ambos professores de Jiu-Jitsu. João Alberto Barreto, notável aluno dos Gracie, foi nomeado diretor do departamento de ensino, que tinha como vice-diretor um irmão de Carlson, Robson Gracie – todos hoje grandes mestres da arte (GRACIEMAG, 1994).

Nos anos 1990, a arte teve um novo boom. Em duas frentes: criado por Rorion Gracie em 1993, o Ultimate Fighting Championship deu o pontapé inicial (no queixo) no esporte midiático conhecido hoje como MMA. A partir do ídolo Royce Gracie, e com o suor derramado por irmãos e primos aparentemente invencíveis como Rickson, Renzo, Ralph, Royler, Ryan, Carley e companhia, o Jiu-Jitsu como arma de defesa pessoal estava consagrado (GRACIEMAG, 1994).

Em outra frente, Carlos Gracie Jr. seguiu a obra do pai na organização dos campeonatos e no fortalecimento da arte como esporte regulado. Estava criada, assim, em 1994, a Federação Internacional de Jiu-Jitsu, assim como a Confederação Brasileira de Jiu-Jitsu, filiada ao Comitê Olímpico Brasileiro, que hoje promovem torneios para mais de 3 mil atletas de mais de 50 países, como o Campeonato Mundial, realizado anualmente desde 1996 (GRACIEMAG, 1994).

O jiu-jitsu é uma técnica de defesa pessoal que, com um mínimo de esforço, permite ao mais fraco defender-se e derrotar o adversário mais forte, utilizando a própria força do mesmo, estando em constante transformação. A cada dia adaptam-se posições e movimentos surgindo novas técnicas de defesa e ataque que se somam ao repertório quase infinito dessa prática corporal, sem perder sua essência.

JIU-JITSU NA ESCOLA

As lutas e artes marciais estão cada vez mais presentes na atualidade por meio da mídia, dos próprios praticantes, entre outros meios de informação. Devido a essa importância e grande presença das lutas e artes marciais na atualidade, se torna necessário seu estudo e a discussão dessa manifestação cultural de forma organizada e sistematizada dentro da escola. (COSTA e GOMES, 2010, p.1).

Apesar de estar fundamentada, garantida na proposta dos PCNs e defendida por muitos autores de produções científicas sobre o ambiente escolar, as artes marciais não figuram ainda entre os conteúdos fixos da educação física escolar, na prática (RUFINO e DARIDO, 2011).

O fato social de a modalidade ser aceita na escola é vital para a difusão dela. O ambiente escolar é um local específico de especial aceitação: estar dentro da escola significa ter certo grau diferenciado de respeito, aumento de popularidade, estar acima de "suspeitas", ser aceito pelo corpo acadêmico, etc (CAZETTO, 2009, p.42).

As lutas/artes marciais representam um dos conteúdos que possivelmente encontram maior resistência de utilização nas aulas de educação física escolar. Em função deste contexto, as lutas têm sido pouco exploradas, tanto no que diz respeito às possibilidades de sua aplicação quanto à seleção de seus conteúdos. Assim, é necessário resenificar as lutas/artes marciais para que elas possam contribuir de forma efetiva na construção da Cultura Corporal de Movimento das crianças em idade escolar. (ALENCAR et al, 2015, p.54).

Os professores, que dotados de requisitos básicos (pedagógicos, científicos, éticos), desejam preparar os seus alunos para um mundo em constante evolução, podem, com algum esforço e pesquisa, realizar uma atuação de qualidade, incluindo em seu planejamento escolar, conteúdos de grande valor para a construção de indivíduos autônomos e preparados para o novo mundo (LANÇANOVA, 2007).

Quando se trata de ensinar lutas, não é difícil encontrar pessoas despreparadas e descompromissadas com o real valor que as diferentes modalidades proporcionam a seus praticantes. Utilizando-se de abordagens metodológicas, com manifestações frequentes de autoritarismo, e considerável sujeição a riscos para a saúde, esses profissionais não estão preparados para formar um indivíduo sob a perspectiva da necessidade pedagógica do mesmo (LANÇANOVA, 2007).

Nascimento e Almeida (2007) afirmam que o professor não precisa ser um especialista ou praticante de artes marciais para desenvolver o tema de forma que os alunos tirem proveito para sua aprendizagem, pois estes podem adaptar os conteúdos de forma lúdica, transformando as lutas em uma espécie de jogo (PEREIRA e FERON, 2010). Conforme Arruda e Souza (2014, p.88), o jogo e seu aspecto lúdico é fundamental para desenvolver a luta com as crianças. Por meio das atividades lúdicas e criativas pode-se trabalhar com jogos pré-desportivos, não precisando ser necessariamente o Jiu-Jitsu em si. “Mas elementos implícitos nos jogos [...], como a cambalhota que mais tarde se torna um rolamento do Jiu-Jitsu” (ARRUDA; SOUZA, 2014, p.88).

Os aspectos lúdicos [e criativos] representam uma ação espontânea, de fruição, que interfere sobre e na construção da autonomia, a qual é uma das finalidades da escolarização (PARANÁ, 2008, p.55).

O jiu jitsu é uma ótima ferramenta pedagógica que pode ser utilizada dentro da escola nas aulas de educação física, através dele podemos trabalhar os principais aspectos pedagógicos que são, procedimentais, atitudinais e conceituais, pois na escola não se ensina apenas conceito e fato, mas também habilidades, técnicas, atitudes, normas e valores.

A dimensão conceitual no Jiu Jitsu pode ser trabalhada juntamente com os alunos no aprofundamento do conhecimento das bases teóricas em que se apoia a prática e a importância dos exercícios que devem ser executados antes dos combates para se evitar lesões e acidentes. A dimensão atitudinal pode abranger instruções acerca da eliminação de estereótipos sociais, disposições favoráveis a autoestima e autovalorização, conscientização do Jiu Jitsu como prática desportiva com grandes virtudes formadoras. A dimensão procedimental engloba a aprendizagem dos exercícios da luta em geral e execuções corretas dos mesmos (MORAES, 2013).

Os PCNs abordam sobre a necessidade da reflexão dos grandes problemas da sociedade brasileira (os temas transversais) e o enfoque das dimensões atitudinais e conceituais, indo assim além do fazer (dimensão procedimental). Ou seja, as aulas de Educação Física deixam de ter um enfoque apenas no fazer (que também é importante), mas vão além, incluindo valores e atitudes envolvidos nas práticas da cultura corporal de movimento (DARIDO, 2003).

Um estudo investigou se os professores de Educação Física do ensino fundamental da rede municipal da cidade de Cataguases, Minas Gerais conhecem e ministram o conteúdo lutas em suas aulas. Participaram deste estudo 18 professores de Educação Física que responderam a um questionário fechado contendo 8 questões específicas e concluiu-se que o conteúdo lutas nas aulas de Educação Física, vem encontrando dificuldades no processo ensino-aprendizagem e sendo pouco trabalhado, como nos mostram os resultados. Motivos como falta de estrutura, materiais disponíveis e falta de conhecimentos específicos, dentre outros são mencionados em nossa investigação. Deixando clara a importância de cursos de capacitação da temática “lutas na escola” para os profissionais de Educação Física (Filho, et al., 2014).

As lutas assim como os demais conteúdos da educação física, devem ser abordadas na escola de forma reflexiva, direcionada a propósitos mais abrangentes do que somente desenvolver capacidades e potencialidades físicas (SANTOS et al., 2011).

Del Vecchio e Franchini (2006) mostram que a dificuldade do professor em trabalhar com o ensino de lutas se deve pela deficiência dos cursos de graduação na abordagem do conteúdos “lutas” que muitas vezes se resume em uma só modalidade, como Capoeira ou Judô. Afirmam ainda que, em muitos casos, essas disciplinas são ministradas de forma extracurricular por ex praticantes da modalidade e estão fora do projeto político pedagógico da instituição.

Diante das especificidades histórico-culturais, diferentemente de como muitas vezes é tratado hoje, o conteúdo “lutas” deveria ser apresentado desvinculado ao ensino do esporte na escola (RUFINO E DARIDO, 2011).

Santos et al. (2011) diz que a terminologia artes marciais deveria ser revista quando proposto no ensino escolar, devido a sua origem na mitologia e aponta os Jogos de Oposição como uma metodologia recente capaz de promover o ensino dos esportes de combate, desvinculando do estereótipo de violência e competitividade, concebido previamente, cujo objetivo principal é proporcionar a vivência da corporeidade e o autoconhecimento dos educandos, desmistificando assim o ensino de artes marciais tradicional na escola.

Pouco se discute no meio acadêmico e/ou profissional sobre os benefícios que as artes marciais trazem para os alunos na Educação Física escolar, sejam eles de quaisquer origens, raça, sexo, idade ou classe social (CAZETTO, 2009; JUNIOR e JUNIOR, 2011).

O ensino do jiu jitsu propicia o desenvolvimento físico, cognitivo e intelectual nas aulas de educação física e oferece meios para um trabalho interdisciplinar, constituindo-se em instrumentos de pesquisa de conteúdos de diversas outras disciplinas.

Um dos vários aspectos, dentro das aulas adaptadas para o contexto escolar, que ajudam a alcançar os benefícios almejados é a possibilidade do aluno adquirir uma postura de respeito entre seus colegas e com a sociedade, além de praticar a solidariedade, uma vez que durante as aulas adaptadas um aluno auxilia o outro a melhorar e troca experiências de vida um com o outro (LABBATE, 2011).

JIU-JITSU E A INCLUSÃO SOCIAL

A Educação Física Adaptada “é uma área da Educação Física que tem como objeto de estudo a motricidade humana para as pessoas com necessidades educativas especiais, adequando metodologias de ensino para o atendimento às características de cada portador de deficiência, respeitando suas diferenças individuais” (Duarte e Werner, 1995: 9). Segundo Bueno e Resa (1995), a educação física adaptada para pessoas com deficiência não se diferencia da educação física em seus conteúdos, mas compreende técnicas, métodos e formas de organização que podem ser aplicados ao indivíduo com deficiência.

As artes marciais em geral, quando bem contextualizadas e tematizadas de acordo com as aulas de Educação Física escolar e bem direcionadas, proporcionam todos os benefícios favorecedores do desenvolvimento integral do ser humano (BROWN e JOHNSON, 2000).

Sabe-se que nem todas as escolas e academias estão preparadas para receber o aluno portador de uma deficiência, sendo por motivos físicos ou estruturais, culturais ou por conta de profissionais inexperientes ou despreparados. Como instrumento pedagógico, as artes marciais trazem para a prática as dificuldades motoras e psicológicas dos alunos, convidando-os a imergir num trabalho de autoconstrução, autocrítica, auto superação, tornando-se cada vez mais capazes de solucionar e compreender os próprios problemas e os problemas externos (LANÇANOVA, 2007). De modo que, podemos atribuir valores com intuito de transformar os alunos em cidadãos de caráter e boa índole.

Esquecemos muitas vezes é que as lutas não se resumem apenas a técnicas, elas também ensinam aos seus praticantes a disciplina, valores tais como respeito, cidadania e ainda buscam o autocontrole emocional, o entendimento da história da humanidade, a filosofia que geralmente acompanha sua prática e acima de tudo, o mais importante, que é respeito pelo seu próximo (SANTOS et al., 2011).

CONCLUSÃO

Diante do trabalho acima apresentado, foi possível perceber que o número de pesquisas relacionadas ao ensino das Lutas no âmbito escolar, mais especificamente o jiu-jitsu, é muito pequeno, dado a importância da temática. Deixando clara a necessidade do desenvolvimento do tema, na forma de novas pesquisas de cunho qualitativo e quantitativo visando o encorajamento dos professores de Educação Física na utilização desta ferramenta pedagógica.

Alguns profissionais de Educação Física mostram-se resistentes a ideia da inclusão do Jiu-jitsu no âmbito escolar, não sentem confiança para ensinar uma modalidade que não tem domínio pleno, criando certa restrição, pois o novo tende a ser rejeitado de início e os leigos acreditam que a modalidade não contribui com a formação do aluno.

Nesse sentido a capacitação do profissional de Educação Física é um fator importante. A maioria das Graduações explora muito pouco as Lutas em sua grade curricular, de forma que, o profissional deve procurar cursos de capacitação da temática "lutas na escola" ou afins, pois através das estratégias utilizadas poderão adquirir conhecimentos técnicos e lúdicos de como conduzir tais atividades destinadas a seus discentes dentro do conteúdo escolar, não sendo necessário que seja especialista em alguma modalidade específica de luta.

Nascimento e Almeida (2007) afirmam que o professor não precisa ser um especialista ou praticante de artes marciais para desenvolver o tema de forma que os alunos tirem proveito para sua aprendizagem, pois estes podem adaptar os conteúdos de forma lúdica, transformando as lutas em uma espécie de jogo (PEREIRA e FERON, 2010). Partindo deste entendimento, o jiu-jitsu deve ser trabalhado na escola como estratégia metodológica que não vise o lado competitivo do esporte e sim o lado conceitual e atitudinal, deixando o aprimoramento da parte técnica e física para extraclasse, de forma que o aluno vivencie os aspectos corporais da modalidade, respeitando as individualidades e proporcionando prazer.

O professor de Educação Física deverá conhecer a necessidade e possibilidades de cada aluno com que trabalha, tendo ele alguma limitação ou não, cabendo ao profissional promover maneiras de superar as dificuldades e propiciar a aprendizagem dos seus alunos.

Finalizando, o jiu-jitsu pode tranquilamente fazer parte da grade curricular nas aulas de Educação Física escolar buscando estabelecer as dimensões afetivas, cognitivas, motoras e socioculturais dos alunos, e além de ser uma atividade lúdica e prazerosa, traz outras aprendizagens e efeitos atrelados como: defesa pessoal, disciplina, o respeito pelo próximo, à interação e integração social, além da melhora da capacidade pulmonar e cardiovascular, ganho de força, flexibilidade e resistência.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALENCAR, Yllah Oliveira et al. As lutas no ambiente escolar: uma proposta de prática pedagógica. Revista Brasileira de Ciência e Movimento. Taguatinga–DF, v. 23, n. 3, p. 53-63, 2015.
- ARRUDA, P. D. P.; SOUZA, B. J. de. Jiu-Jitsu: Uma Abordagem Metodológica Relacionada à Quebra de Estereótipos. Redfoco. n.1. v1. 2014. Disponível em: <<http://periodicos.uern.br/index.php/redfoco/article/view-File/954/518>> Acesso em: 18 Jun. 2018.
- BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física, 3o e 4o ciclos. Brasília, 1998. v.7.b.
- BUENO, S. T.; RESA, J.A.Z. Educacion Fisica para niños y niñas com necesidades educativas especiales. Malaga : Ediciones Aljibe, 1995.
- COSTA, Amanda Luiza Aceituno da; GOMES, Cássio Joaquim. O ensino de lutas e artes marciais nas aulas de educação física escolar: uma proposta de organização curricular. FIEP Bulletin On-line, Foz do Iguaçu-PR, v. 80, 2010. Disponível em: <<http://www.fiepbulletin.net/index.php/fiepbulletin/article/view/970/1875>>. Acesso em: 09 Nov. 2018.
- CAZETTO, F. F. A influência do Esporte Espetáculo sobre o modelo de competição dos mais jovens no judô. 2009. 209f. Dissertação (Mestrado). Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.
- CAZETTO, Fábio Filier. Lutas e Artes Marciais na Educação Física escolar: a produção científica no CONPEFE 2009. Revista Digital EFDeportes - Buenos Aires - Ano 14 - Nº 138 - Novembro de 2009. Disponível na Internet em: <http://www.efdeportes.com/efd138/lutas-e-artes-marciais-na-educacao-fisicaescolar.htm> Acessado em: 29/08/2018
- DARIDO, S. C. Educação Física na Escola: questões e reflexões. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.
- DA SILVA, D., & MALAQUIAS, C. (2018). A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA NA INFÂNCIA. Ciência Atual , 02-12.
- DEL VECCHIO, F.B.; FRANCHINI, E. Lutas, artes marciais e esportes de combate: Possibilidades, Experiências e Abordagens no currículo da Educação Física. In: Souza NETO, S.; HUNGER, D. Formação profissional em Educação Física: estudos e pesquisas, Rio Claro, Biblioética, 2006.
- DUARTE, E.; WERNER, T. Conhecendo um pouco mais sobre as deficiências. In: Curso de atividade física e desportiva para pessoas portadoras de deficiência: educação à distância. Rio de Janeiro: ABT: UGF, 1995, v. 3.
- FERREIRA, A., BONFIM, A., BRITO, J., FONSECA, B., PAZ, G. A., & ARAUJO, M. (2017). Avaliação da Qualidade de Vida e Incapacidade Funcional Lombar de Estudantes Universitários de Educação Física. Ciência Atual, 9 N.º1, 04-15.
- FILHO, M. M., Simões, M. R., Venturini, G. R., Savóia, R. P., Mattos, D. G., Aidar, F. J., et al. (2014). O ensino de lutas nas aulas de Educação Física Escolar. CINERGIS, 176-181.
- GONÇALVES JUNIOR, L; DRIGO, A. J. A Já Regulamentada Profissão Educação Física e as Artes Marciais. Motriz, Rio Claro, v. 7, n. 2, p.131-132, jul-dez 2001.
- JUNIOR, Sérgio R. Chaves; JUNIOR, Hamilton C. de Lima. Possibilidades das Lutas como Conteúdo nas Educação Física Escolar: O confronto em uma abordagem pedagógica com alunos da 6a série em um colégio estadual do município de Guarapuava-PR. Cadernos de Formação RBCE, p. 69-80, jan. 2011

LABBATE, Marvin. Attention, Sit, Meditate, Bow, Ready Position: Ritualized Dojo Pattern or Character Training? *Journal of Asian Martial Arts*, Vol. 20, No. 1, 2011.

LANÇANOVA, Jader E.S. *Lutas na Educação Física Escolar: Alternativas Pedagógicas*. 2007, 70p.

MORAES, O. (15 de 05 de 2013). JIU JITSU UM CONTEÚDO VALIOSO PARA O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR. Acesso em 23 de 09 de 2018, disponível em JIU JITSU ESCOLAR: <http://jiujitsuescolar.blogspot.com/2013/05/jiu-jitsu-um-conteudo-valioso-para-o.html>

NASCIMENTO, P.; ALMEIDA, L. A. tematização das lutas na Educação Física Escolar: restrições e possibilidades. *Movimento*, Porto Alegre, v. 13, n. 3, p. 91-110, 2007.

PARANÁ. Diretrizes Curriculares Orientadoras da Educação Básica do Estado do Paraná – Educação Física. 2008. Disponível em: . Acesso em: 10 ago. 2018.

PEREIRA, Cezar A. F.; FERON, Patrick V. As artes marciais nas escolas vistas por diversos ângulos. *Revista Digital EFDeportes - Buenos Aires - Ano 15 - Nº 143 - Abril de 2010*. Disponível na Internet em: <http://www.efdeportes.com/efd143/as-artesmarciais-nas-escolas.htm>. Acessado em: 29/09/2019.

ROSÁRIO, L.F.R.; DARIDO, S.C. A sistematização dos conteúdos da Educação Física na escola: a perspectiva dos professores experientes. *Motriz*, Rio Claro, v.11 n.3 p.167-178, 2005.

RUFINO NETTO A 1994. Qualidade de vida: compromisso histórico da epidemiologia, pp.11-18. In MFL Lima e Costa & RP Sousa (orgs.). *Qualidade de Vida: Compromisso Histórico da Epidemiologia*. Coopmed/ Abrasco, Belo Horizonte.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. A separação dos conteúdos das “lutas” dos “esportes” na Educação Física Escolar: necessidade ou tradição ? *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 14, n. 3, p. 1-17, 2011.

SANTOS, S. L. C. et. al. juegos de opoción: nuevas metodologias para la enseñanza de deportes de combate. *Revista de Ciências del Deporte*, v. 7 (Suppl.), p. 45-62, 2011.

STEVENS, J. Três mestres do Budo: Kano (judô), Funakoshi (karate), Ueshiba (aikido). São Paulo: Cultrix, 2007.
THOMAS, William; Quais as principais valências físicas desenvolvidas, na prática de jiu-jitsu-Trabalho de Graduação; Faculdade de Ciências da saúde; Porto Alegre Novembro, 2000.

TRUSZ, Rodrigo Augusto; DELL'AGLIO, Débora Dalbosco. A prática do judô e o desenvolvimento moral de crianças. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte*, São Paulo, v.3, no 2, julho/dezembro 2010.

TWEMLOW, Stuart W.; BIGGS, Bridget K.; NELSON, Timothy D.; VERNBERG, Eric M.; FONAGY, Peter; TWEMLOW, Stephen W. Effects of Participation in a Martial Arts– Based Antibullying Program in Elementary Schools. *Psychology in the Schools*, Vol. 45(10), 2008.



www.saojose.br | (21) 3107-8600

Av. Santa Cruz, 580 - Realengo - Rio de Janeiro