

A PRÁTICA DA ARTE MARCIAL COM CRIANÇAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA COM ENSINO DE JIU-JITSU NO CAMPUS CAMPINA GRANDE

**Camila Aquino Leite
Amanda Rocha Santos
Ana Karolina Silva Santos
Victor Hugo Alexandre Nascimento
Washington Nascimento Silva
Adenilson Targino Araújo Júnior**

RESUMO

O jiu-jitsu é uma arte marcial oriental que tem suas raízes ligadas aos preceitos religiosos e contém uma gama de dogmas essenciais para a formação de um cidadão de bem. Tais características contribuíram para a idealização de um projeto que apresentasse e ensinasse o Jiu-Jitsu às crianças da comunidade do bairro do Dinamérica e filhos dos funcionários do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB), *Campus* Campina Grande. Assim, o objetivo deste artigo é relatar as experiências dos discentes envolvidos neste projeto de extensão para prática da arte marcial com crianças. As aulas de Jiu-Jitsu ministradas às crianças foram realizadas na sala de artes marciais do campus. Contou com a participação de seis discentes do ensino médio integrado aos cursos técnicos de mineração e petróleo e gás em conjunto com um discente do curso superior de construção de edifícios e o professor de educação física ministrante das aulas de artes marciais da disciplina de Educação Física Escolar do *Campus* Campina Grande. Antes do início das aulas foram realizadas reuniões que tiveram como pauta o método lúdico de ensino às crianças, os conteúdos a serem abordados, assim como o planejamento das aulas. As experiências adquiridas na produção e realização do projeto foram de suma importância, pois proporcionaram aos discentes o contato com a dinâmica presente em aulas de artes marciais, e não como expectadores, mas como participantes ativos de todo o processo. Sendo assim, o presente relatório expôs as vivências com situações lúdicas aliadas ao desenvolvimento das aulas visando o aprendizado dos infantis.

Palavras-chave: Educação física escolar. Arte marcial. Jiu-Jitsu.

1 INTRODUÇÃO

O jiu-jitsu é uma arte marcial oriental que tem suas raízes ligadas aos monges budistas, que utilizavam-se dessa técnica de luta para se proteger de possíveis ataques de mercenários e ladrões, já que a mesma não desrespeita seus preceitos religiosos (GRACIE, 2006). Além da defesa pessoal o jiu-jitsu também contém uma gama de dogmas essenciais para a formação de um cidadão de bem, como o respeito, a honra, sagacidade, inteligência, entre outros (COMPANY, 2017).

Tais características presentes nesta arte marcial contribuíram para a idealização de um projeto que apresentasse e ensinasse o Jiu-Jitsu às crianças da comunidade do bairro do Dinamérica da Cidade de Campina Grande e filhos dos funcionários do IFPB, Campus Campina Grande. Vale salientar que a prática da arte marcial em questão não está limitada tão somente ao condicionamento físico, também está diretamente vinculada à saúde, expressão corporal e como aliada a saúde mental, pois a atividade trabalha corpo e mente, tendo em vista suas técnicas e filosofia (RUFFONI, 2004).

O projeto representou um novo patamar de conhecimento e responsabilidades para os discentes que fazem parte da equipe que ministram as aulas. Proporcionando-lhes a experiências de ministrar aulas, planejá-las e adaptá-las às necessidades momentâneas das crianças. Contribuindo para socialização e desenvolvimento de todos os extensionistas. Além de que essa relação ambígua de aluno/professor demonstra as dificuldades e prazeres da vida de um pedagogo aos discentes do ensino médio e superior e contribui aprimorando as relações interpessoais.

Imerso neste ambiente, este artigo tem por objetivo relatar as experiências dos discentes envolvidos no projeto de extensão para prática da arte marcial com crianças. De forma a expor as relações interpessoais decorrentes das aulas e os aspectos positivos e negativos que circundam esta prática. Tendo como hipótese que a participação em ações desta natureza engradece e contribui para a formação acadêmica e humana dos alunos bolsistas e voluntários.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

O relato de experiência de tal projeto é de grande relevância para o meio acadêmico, pois ainda é diminuta a porcentagem de artigos e outros trabalhos que

relatem o jiu-jitsu no ambiente escolar. A partir da análise de 117 artigos publicados entre 1997 a 2011 que tratavam do tema artes marciais e esportes de combate, Antunes *et al.* (2017), constatou que apenas 20 artigos se enquadraram como estudos pedagógicos e destes somente 55% apresentam preocupações na área escolar. Portanto, torna-se evidente o déficit informacional com relação ao tema. Portanto, este relato de experiência contribui para a expansão da ciência da educação física pela busca novos métodos lúdicos de treinamentos e de instruções pedagógicas para ser aplicada com crianças e em específico para a arte marcial Jiu-Jitsu.

O Jiu-Jitsu, ou “arte suave” (DRAEGER, 1973) proporciona uma vivência lúdica e um novo conhecimento a respeito das lutas que fazem parte da cultura corporal do movimento humano, por isso devem ser incentivadas desde a infância. Desde os primórdios da civilização a prática da luta sempre foi constante na vida do ser humano, não só para a sua sobrevivência, mas também como atividade física de lazer e competição (VILLAMÓN, 1999). Sabe-se que esta arte marcial brotou de diversas formas de lutas orientais primitivas e sistematizadas com características de ataque e defesa, desenvolvido a partir do Bu Jutsu (artes guerreiras), e que foi praticada pelos monges budistas, guerreiros japoneses e samurais (BORGES, 2011).

Quanto à utilização das artes marciais no ambiente escolar como crianças observa-se que a literatura ainda apresenta poucos estudos que abordam esta temática. Conforme Smith (2009), promover a práticas de lutas é uma excelente oportunidade para aproximar a escola ao aluno, já que, as crianças constantemente brincam de luta no recreio. Ou seja, sabe-se que as artes marciais tratam de uma excelente ferramenta para ajuda no controle de comportamentos agressivos e violentos das crianças (VERTONGHEN; THEEBOOM, 2010). Por fim, o trabalho com esta modalidade é muito positiva dada o seu valor histórico, social e cultural, além de desenvolver os aspectos motores (tônus muscular, equilíbrio e coordenação) cognitivos (raciocínio, formulação de estratégias e atenção) e afetivos e sociais (socialização, respeito e a determinação) (FERREIRA, 2006).

3 METODOLOGIA

As aulas de Jiu-Jitsu ministrada às crianças foram realizadas na sala de artes marciais do campus, onde se encontravam os tatames. Também foram utilizados quimonos, que foram adquiridos com o dinheiro encaminhado para o projeto.

O projeto teve a participação de seis discentes do ensino médio integrado aos cursos técnicos de mineração e petróleo e gás em conjunto com um discente do curso superior de construção de edifícios e o professor de educação física ministrante das aulas de artes marciais da disciplina de Educação Física Escolar do campus Campina Grande.

Antes do início das aulas houve uma série de passos que foram realizados pelos discentes, com orientação do professor. A começar com a inserção destes discente no projeto após um diálogo com o professor, em seguida houveram uma série de reuniões acerca dos métodos de divulgação do projeto, que foi feito através de cartazes espalhados pela instituição e visitas aos funcionários do campus e escolas próximas. As reuniões ainda propunham a interação entre os membros da equipe, que apresentava e discutia ideias para a resolução dos impasses que surgiam ao decorrer da trajetória do projeto, tal fato findou na troca de experiências entre os indivíduos. Contudo, houve desistência de alguns discentes do ensino médio, restando apenas quatro representantes.

Após essa etapa ser cumprida, as reuniões tiveram como pauta a maneira lúdica de se ensinar às crianças, os conteúdos a serem abordados nas aulas, assim como o planejamento das primeiras aulas, o que incluía brincadeiras e jogos para facilitar o aprendizado dos petizes. Logo após, deu-se início o processo de inscrição das crianças que receberam quimonos e começaram as aulas. Houveram as apresentações dos alunos, dos professores e da arte marcial em si. As aulas apresentaram primeiramente os movimentos mais simples, que formam a base para se entender as técnicas mais complexas, e seguem aumentando o nível de dificuldade acompanhando a evolução das crianças e dos discentes envolvidos.

Quanto à estrutura metodológica, a aula (total de 90 minutos) começa com um alongamento, 10 minutos, das principais articulações do corpo (pescoço, ombro, cotovelo, punho, quadril, joelho e tornozelo). Após isto, e sempre por meio dos movimentos característicos das lutas, haverá a fase de aquecimento do corpo, num total de 15 minutos. Passadas estas fases tem início a parte técnica e tática específica para o Judô e Jiu-Jitsu, de modo a obedecer a progressão pedagógica de cada aluno, com duração de 60 minutos, sendo os últimos 10 minutos reservados para a volta a calma.

Por fim, uma roda de conversa (5 minutos) entre o professor, alunos bolsista e voluntários e crianças para debaterem sobre os conteúdos abordados e a importância da arte marcial na conduta ética das ações do cotidiano. A saber que, desde do início ao fim da aula a utilização de jogos e brincadeiras e os ensinamentos filosóficos são uma constante.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Este artigo tem como intuito relatar a experiência dos discentes envolvidos nas aulas de Jiu-Jitsu para crianças (até doze anos), no IFPB, *Campus Campina Grande*. As aulas foram realizadas e planejadas com o envolvimento intenso dos discentes, tanto no período pré-projeto quanto em sua consumação. Corroborando com hipótese traçada de que este tipo de experiência trabalha a formação acadêmica e intelectual do estudante de maneira holística, importante para formação de um estudante, visto a conexão com os procedimentos pedagógicos de ensino e a dinâmica educacional que apenas ocorre dentro de sala de aula.

O nervosismo e a ansiedade se fizeram presentes nas primeiras aulas, apesar da presença do professor, que auxiliava os alunos com seus conhecimentos práticos e teóricos, decorrente da sua prática de mais de dez anos da arte marcial. Entretanto, essa apreensão se dissipou com o passar das aulas e o fortalecimento dos laços de confiança com as crianças, além do desenvolvimento dos “discentes” no papel de “professores” na medida que os tais adquiriram familiaridade com a outra face do processo ensino e aprendizagem, desta vez vindo do ângulo de docentes.

As crianças envolvidas no projeto contribuíram para o crescimento dos alunos bolsistas e voluntários, como cidadãos, vez que foram trabalhadas qualidades como a paciência e a capacidade de contornar os problemas habituais para os infantis, como a teimosia, característica dessa idade, e conflitos entre os mesmos. Os discentes foram impelidos a encontrar soluções rápidas para evitar ou encerrar discussões, utilizando, normalmente, da disciplina característica da arte marcial e da ludicidade presente nas brincadeiras desenvolvidas no tatame. O método lúdico, norte desta proposta, transforma o ato de ensinar numa diversão com aprendizado por meio de jogos e brincadeiras que conduzem os alunos a alcançar as metas educacionais.

Houve a utilização da criatividade e improvisação para a adaptação das brincadeiras, às vezes sugeridas pelas próprias crianças, envolvendo nelas as técnicas da arte marcial. Pois, é uma maneira divertida e descontraída para fixar o assunto que foi mostrado, evitando ao máximo tornar a aula cansativa e monótona para as crianças, pois isso faz com que elas percam o interesse na arte marcial. Nas lutas o lúdico produz uma integração de desenvolvimento motor, psicológico e social, sendo assim, um forte aliado à melhora do comportamento da criança, tanto no ambiente escolar, como no convívio social (CORDEIRO; SENA, 2018)

Importante também citar que neste tempo houve o aperfeiçoamento das técnicas dos discentes ao repassá-las inúmeras vezes às crianças ocorreu uma melhor assimilação e progressão na graduação da arte marcial. E que, uma dificuldade encontrada foi o desenvolvimento e adaptação de uma metodologia para conseguir expor o conteúdo às crianças, que tinham idades e capacidade de assimilação, variadas.

5 CONCLUSÕES

Portanto, conclui-se que projetos de extensão que envolvem artes marciais merecem destaque no meio escolar, vez que foram incluídos discentes de forma ativa na realização do projeto. As experiências adquiridas na produção e realização do projeto foram de suma importância, pois proporcionaram aos discentes o contato com a dinâmica presente em aulas de artes marciais, e não como expectadores, mas como participantes ativos de todo o processo. Sendo assim, o presente relatório expôs as vivências com situações lúdicas aliadas ao desenvolvimento das aulas visando o aprendizado dos infantis.

Por fim, crê-se que a extensão propôs tanto aos discentes quanto aos infantis o aperfeiçoamento do repertório da cultura corporal dos mesmos, de maneira lúdica e disciplinar. Ademais, espera-se que outros projetos deste cunho sejam estabelecidos não só no IFPB, campus Campina Grande, mas em outras instituições de ensino.

THE PRACTICE OF MARTIAL ART WITH CHILDREN: A REPORT OF EXPERIENCE WITH JIU-JITSU TEACHING AT CAMPUS CAMPINA GRANDE

ABSTRACT

Jiu-jitsu is an oriental martial art that has its roots linked to religious precepts and contains a range of dogmas essential for the formation of a good citizen. These characteristics contributed to the idealization of a project that presented and taught Jiu-Jitsu to the children of the neighborhood community of the Federal Institute of Paraíba, Campina Grande campus. Thus, the objective of this article is to report the experiences of the students involved in this extension project to practice martial art with children. Jiu-Jitsu classes taught to children were held in the campus martial arts room. It counted on the participation of six high school students, one college student and the professor. Before the classes began, meetings were held that had as a guide the ludic method of teaching children, the contents to be addressed, as well as the planning of the classes. The experiences gained in the production and realization of the project were of great importance, since they gave the students the contact with the dynamics present in classes of martial arts, and not as spectators, but as active participants of the whole process. Thus, this report has exposed the experiences with playful situations allied to the development of the classes aimed at the learning of children.

Keywords: School physical education. Martial art. Jiu-jitsu

AGRADECIMENTOS

Os autores participantes da produção do presente artigo agradecem a todo o apoio da coordenação de extensão do IFPB e do Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq).

REFERÊNCIAS

ANTUNES, M. M. et al. Pedagogia das artes marciais e esportes de combate no brasil: um estudo sobre a produção científica nacional. **Arquivos em Movimento**, v. 13, n. 1, p. 64-77, 2017.

BORGES, O. A. Ju Jutsu, Ju Jitsu ou Jiu Jitsu? origens e evolução. **Lecturas, Educación Física y Deportes**, v. 16, n. 156, 2011. Disponível em: < <http://www.efdeportes.com/efd156/ju-jutsu-ju-jitsu-ou-jiu-jitsu.htm> >. Acesso em: 12 jan. 2018.

COMPANY, P. P. A. **Complete course of jiu-jitsu and physical culture (classic reprint)**. Minneapolis, United States: Fb&c Limited, 2017. 132p

CORDEIRO, M. G. O.; SENA, D. C. S. A relação entre a luta e o comportamento de alunos praticantes do judô. **Revista UNI-RN**, v. 16, n. 17, p. 303-327, 2017.

DRAEGER, D. F. **Classical Bu Jutsu**. New York: Weatherhill, 1973.

FERREIRA, H. S. As lutas na educação física escolar. **Revista de Educação Física**, v. 4, n. 135, p. 36-44, nov., 2006.

GRACIE, H. **Gracie Jiu-Jitsu**. Chicago, IL: Black Belt Communications, Incorporated, 2006. 273p.

RUFFONI, R. **Análise metodológica na prática do judô**. 2004. 119p. Mestrado (Programa de Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciência da Motricidade Humana) – Universidade Castelo Branco, Rio de Janeiro, 2004.

SMITH, P. K. **Physical Activity Play: Exercise Play and Rough-and-Tumble**. In: (Ed.). *Children and Play*. Oxford, UK: Wiley-Blackwell, 2009. cap. 6, p.99-123.

VERTONGHEN, J.; THEEBOOM, M. The social-psychological outcomes of martial arts practise among youth: a review. **Journal of Sports Science & Medicine**, v. 9, n. 4, p. 528-537, 2010.

VILLAMÓN, M. **Introducción al judo**. Barcelona: Editorial Hispano Europea S.A, 1999.