

KARATÊ-DO SHORIN RYU SHINSHUKAN COMO PRÁTICA CULTURAL E DESPORTIVA ATRAVÉS DE UM PROJETO DE EXTENSÃO

KARATÊ-DO SHORIN RYU SHINSHUKAN PRACTICE AS CULTURAL AND SPORTS THROUGH A PROJECT SCOPE: an experience report

Geísio Lima Vieira; Wagner José Pereira da Silva; Adenilson Targino de Araújo Júnior; Patrícia Gomes Galdino; Paula Falcão Carvalho Porto de Freitas

IFPB, Câmpus Campina Grande, geisioifpb_cg@hotmail.com; Colégio GEO, João Pessoa, tigrebrancowagner@hotmail.com; IFPB, Câmpus Campina Grande, adenilson.araujo@ifpb.edu.br; IFPB, Câmpus Campina Grande, patricia_ifpbcg@yahoo.com.br; IFPB, Câmpus Campina Grande, paulamedicina@bol.com.br

RESUMO: O objetivo deste artigo é fazer um relato de experiências vivenciadas no IFPB — Câmpus Campina Grande através da realização do projeto de extensão “Ação educativa através do esporte: promovendo a formação moral, o bem estar e a qualidade de vida através da prática do Karatê-do Shorin Ryu Shinshukan II”, que tem como objetivo principal trabalhar a formação moral, o bem-estar e qualidade de vida através da prática desportiva. As ações desenvolvidas no projeto tiveram a preocupação de contemplar saberes teóricos e práticos presentes no Karatê-do Shorin Ryu Shinshukan dentro do ambiente educacional, através de metodologias participativas. Ao final, conclui-se que a aplicação do projeto possibilitou a construção de novos olhares para o contexto escolar a partir da prática desportiva diversificada.

PALAVRAS-CHAVE: experiência, formação, prática desportiva, karatê-do.

ABSTRACT: The purpose of this article is to give an account of experiences as IFPB - Câmpus Campina Grande - through the extension project "Educational action through sport: promoting moral education, well being and life quality through the practice of Karate-do Shorin Ryu Shinshukan ", which aims at exercising the moral education, well being and life quality through sports. The activities developed in the project assembled theoretical and practical knowledge Karate-do Shorin Ryu Shinshukan within the educational environment through participatory methodologies. At the end, we concluded that implementing the project enabled the construction of new ways of viewing the school context from diverse sports.

KEYWORDS: experience, formation, sports practice, karate-do.

Introdução

O Karatê-do (em japonês: 空手道, significa: “caminho da mão vazia”) Shorin-Ryu (em japonês: 松林流, significa: “pequeno bosque”) consiste em uma modalidade de arte marcial japonesa que teve sua origem na ilha de Okinawa; apresenta-se inicialmente como reflexo de padrões tradicionais de saudação, hierarquia e comportamento respeitoso baseados principalmente no lema do Dojo-kun (doutrina educacional do Karatê-do) inspirado na filosofia do Bushido ou “caminho do guerreiro” (código de ética e conduta do Samurai); sob outro aspecto, o Karatê-do apresenta-se como uma modalidade desportiva que procura fortalecer o corpo através de exercícios anaeróbicos, contemplando as práticas competitivas (confederações, federações, associações, ligas e torneios).

Procurando levar em consideração tanto os aspectos tradicionais da prática do Karatê-do como o aspecto desportivo, foi apresentado à comunidade acadêmica do Câmpus Campina Grande do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba (IFPB) o projeto de extensão: “Ação educativa através do esporte: promovendo a formação moral, o bem estar e qualidade de vida através da prática do Karatê-do Shorin Ryu Shinshukan II”, fundamentado no karatê tradicional ensinado pelo Grão-Mestre Yoshihide Shinzato (10º Dan). Esse projeto teve como objetivo principal trabalhar a formação moral, o bem estar e a qualidade de vida através da prática desportiva.

Apreciando os aspectos culturais da cultura japonesa o karatê é praticado para o fortalecimento do corpo e da mente: começa pelo kata (formas) e etiqueta (comportamento) onde o praticante segue um caminho ou modo de vida, como explica o mestre de karatê Kanazawa (2010):

A tentativa de aprender tal arte sem abraçar o caminho que implica, sem tentar adquirir boas maneiras e etiqueta, pode resultar no desenvolvimento de um caráter desprovido de riqueza. É por esta razão que o mestre Gichin Funakoshi, considerado o pai do karatê moderno, a princípio colocou o sufixo dô para formar a palavra karatê-do. (KANAZAWA, 2010, p. 18)

O treino de Karatê-do exige flexibilidade do pensar e muita capacidade criativa, pois não é prática apenas de exercícios físicos para fortalecimento do corpo, mas também de formação moral, escolha de um caminho de vida, ensinada pelo conjunto de regras do Dojo-kun:

Primeiro, Esforçar-se para a formação do caráter! HITOTSU! JINKAKU KANSEI NI TSUTOMURU KOTO!
一、人格完成に努むること; Primeiro, Fidelidade para com o verdadeiro caminho da razão! HITOTSU! MAKOTO NO MICHIO MAMORU KOTO! 一、誠の道を守ること; Primeiro, Criar o intuito do esforço! HITOTSU! DORYOKU NO SEISHIN O YASHINAU KOTO!
一、努力の精神を養うこと; Primeiro, Respeito acima de tudo! HITOTSU! REIGI O OMONZURU KOTO! 一、礼儀を重んずること; Primeiro, Conter o espírito de agressão! HITOTSU! KEKKI NO YU O IMASHIMURU KOTO! 一、血気の勇を戒むること. (DOJO-KUN, 2013)

O termo primeiro (hitotsu), que inicia todas as frases do Dojo-kun, significa que todos os preceitos são importantes e devem ser exercidos igualmente pelo karateca, constituindo conceitos importantes na formação pessoal do indivíduo e na sua cidadania. Esses ensinamentos são usados para desenvolver a conduta do karateca e sua relação com o mundo, no sentido de obter harmonia com a natureza.

Nesse contexto, surgiu a preocupação de oferecer à comunidade do câmpus uma atividade desportiva que pudesse contemplar a formação do indivíduo como um todo. A ideia do projeto de Karatê-do foi apresentada ao Sen-sei Wagner Pereira (3º Dan), que, na ocasião, fez algumas considerações sobre a proposta. Em seguida, o projeto foi colocado em prática, após anuência do Kyoshi Luiz Rodolfo Ortiz (8º Dan).

O projeto Karatê-do foi apresentado como atividade de extensão em duas etapas, sendo a primeira em 2011 (PROBEXT 2011, Edital 05/2011), cujas ações foram desenvolvidas a partir de 2012, e a segunda em 2013 (PROBEXT 2013, Edital 032/2013), executada no mesmo ano.

Na realização do projeto nos anos 2012 e 2013, foram contemplados saberes teóricos e práticos, tais como o conhecimento da história e dos princípios que regem a conduta do praticante do Karatê-do Shorin Ryu Shinshukan; a atividade desportiva, compreendendo técnicas de defesa pessoal e autocontrole que possam ser usadas para melhoria da qualidade de vida; a participação em eventos de competição realizados por associações, federações e confederações desportivas de Karatê-do ligadas à CBK (Confederação Brasileira de Karatê), à USKB (União Shorin Ryu Karatê-do Brasil) e à IUSKF (International Union Shorin Ryu Karatê-do Federation).

Considerando os saberes teóricos e práticos, o Dojo, isto é, o local de treinamento do Karatê-do, tem um papel importante enquanto ambiente de socialização corporal e cultural, no qual os alunos podem dialogar e problematizar suas vivências do contexto escolar a partir da prática desportiva diversificada apresentada nas ações do projeto, evidenciando um momento para conhecer melhor os envolvidos no processo, como afirma Vago (1999):

[...] pode ser também tempo e lugar de investigação e problematização da história de alunos e alunas encarnados e presentes na escola, que revela o conhecimento sobre as práticas corporais da cultura. (VAGO, 1999, p. 44)

Sob este aspecto, o presente trabalho concorda com Vago (1999) quando este aponta a importância da atividade desportiva diversificada como espaço de socialização, respeitados a cultura dos participantes e seus “[...] saberes de experiência feitos” (FREIRE, 1996). A leitura das falas dos envolvidos na prática da arte marcial possibilita identificar, em situações diversas, a disposição e a atitude do karateca em relação aos amigos e ao professor. Essa percepção permite ao professor realizar intervenções, quando necessário, apropriando-se dos ensinamentos descritos no Dojo-kun.

No conjunto, o projeto teve a preocupação de utilizar os espaços de intervenção para que os participantes percebessem o outro — com suas particularidades e experiências adquiridas — como indivíduo no mundo, e conhecessem ao outro e a si mesmos.

Nesse aspecto, o Karatê-do procura ultrapassar o mecanicismo do ensino da atividade física, em analogia a causalidade mecânica, preocupando-se com a formação do indivíduo para a cidadania. Uma atividade desportiva que vai além discurso do corpo objeto cartesiano para o do corpo próprio merleau-pontyano (MERLEAU-PONTY, 2011, p. 108), ou seja, a ideia do movimento do corpo transcendendo o movimento mecânico; corpo que transcende quando se expressa e fala, quando fala através dos movimentos e expressões do corpo.

Dessa forma, Karatê-do não é apenas receber e processar informações, mas deixar o espírito captar a essência que está presente nos ensinamentos, como lembra Gichin Funakoshi (2000), pai do karatê moderno:

Você pode treinar por muito, muito tempo, mas se você apenas move os pés e as mãos e pula pra lá e pra cá como um fantoche, aprender karatê não será algo muito diferente de aprender a dançar. Você nunca terá atingido o coração da arte; não terá conseguido captar a quintessência do karatê-do. (FUNAKOSHI, 2000, p. 114-115)

Assim, com ênfase nos ensinamentos tradicionais, a prática contínua do karatê, estilo Shorin Ryu Shinshukan, associada à prática desportiva constrói um espírito desenvolvido num corpo forte — através do aprimoramento do respeito, da responsabilidade, do estoicismo, da paciência e da sociabilidade —, aumenta a capacidade de concentração e o desempenho dos alunos em sala de aula, além de proporcionar um ambiente sociável para dialogar. A sociedade precisa de educação e, notadamente, de valores de referência que a guiem, que estimulem o respeito pelo outro e o cumprimento das regras.

Metodologia

O método aplicado ao presente trabalho é o método de projetos ou pedagogia de projetos— proposto inicialmente por William Kilpatrick, baseado nas ideias de John Dewey —, discutida por diferentes autores: Santomé e Hernández na Espanha, Jolibert na França, Monique Deheinzelin e Miguel Arroyo no Brasil, entre outros (SAVIANI, 2007).

O objetivo do método de projetos é propiciar um ambiente que possa contribuir para a aprendizagem e o fortalecimento do indivíduo, ou seja, para a sua ação propositiva, visto que tal método ressalta a experiência do educando no processo, visando criar um ambiente favorável à pesquisa e à extensão, como afirma Piletti (1991):

Proporcionar ao aluno uma situação autêntica de vivência e experiência; estimular o pensamento criativo; desenvolver a capacidade de observação para melhor utilizar informações e instrumentos; valorizar a necessidade de cooperação; dar oportunidade ao aluno para que comprove suas ideias, por meio da aplicação da mesma; estimular a iniciativa, a autoconfiança e o senso de responsabilidade. (PILETTI, 1991, p. 118-119)

Já o tipo de pesquisa adotado no projeto foi a pesquisa-ação, por unificar a pesquisa à ação ou prática. Nesse tipo de pesquisa, o pesquisador interage com o processo, intervindo nas ações desenvolvidas com o propósito de alcançar os objetivos definidos.

A partir da proposta de trabalho, buscou-se, num primeiro momento, dialogar com a comunidade com a intenção de identificar se o projeto de Karatê-do teria uma aceitação positiva, estabelecendo uma forma de interação com a comunidade. Após a leitura positiva dessa interação, o projeto foi inscrito no PROEXT 2011 (Edital 05/2011) e, após a aprovação do projeto no referido edital, foram afixados cartazes para divulgar as inscrições.

O processo de inscrição para o projeto foi dividido em duas etapas. A primeira etapa consistiu em: preenchimento do formulário de inscrição, conforme modelo criado especificamente para esse projeto; apresentação, no caso de alunos do IFPB, de declaração emitida pela Coordenação de Controle Acadêmico, informando que o discente está regularmente matriculado, acompanhada do horário individual e do histórico escolar; apresentação do Termo de Autorização dos pais ou

responsáveis para participar das atividades do projeto, conforme modelo criado; e apresentação do Atestado de Bons Antecedentes, para os maiores de 18 anos. Já a segunda etapa compreendeu a avaliação cardíaca (por meio de eletrocardiograma) e biométrica pela médica Paula Falcão, do Câmpus Campina Grande. Concluídos os exames, foi publicada uma relação com os nomes dos inscritos aptos a participar das atividades de Karatê-do. O mesmo procedimento foi realizado no ano seguinte (PROEXT 2013, Edital 032/2013), com a continuação do projeto, para os novos inscritos, como também para os veteranos, com vistas à atualização de seus exames médicos.

Com a divulgação dos resultados, começaram as atividades de treinamento propriamente ditas, com exercícios anaeróbicos para condicionamento físico e treinamento das técnicas básicas de karatê. Os meses iniciais foram de adaptação e conhecimento teórico da arte marcial. Quando os alunos já estavam com o domínio dos saberes básicos, começaram a participar de seminários de aperfeiçoamento de técnicas na Associação de Karatê-do Tigre Branco Shorin Ryu Shinshukan, na cidade de João Pessoa, e nas vindas do Sen-sei Wagner Pereira a Campina Grande para acompanhar as atividades e ministrar aulas de kumite (luta, combate, treinamento onde se aplicam as técnicas de defesa e ataque), shiai kumite (combate simulado sem adversário), kihon (técnicas básicas, fundamentos), katas (forma de treino, com ou sem parceiro, com sequências de técnicas predeterminadas representando o estilo), bunkai (estudo das técnicas e aplicações de kata) e exame de faixas, isto é, graduação no Karatê-do, que depende do desempenho e do tempo de prática da arte marcial por cada participante.

Além das técnicas de mãos vazias, os alunos do projeto praticaram o kobudo, que é a modalidade de luta com acessórios de defesa e ataque como o Bo (bastão que mede 1,83 m) e o Nunchaku (composto por dois pedaços de madeira, cilíndricos ou octogonais, com 35 cm de comprimento cada pedaço de madeira, presos por uma corda ou corrente).

Os alunos do projeto também tiveram a oportunidade de participar do campeonato de karatê realizado no Colégio Geo, no bairro dos Bancários, em João Pessoa-PB, obtendo resultados superiores ao esperado. Dentre as ações do projeto, foram feitas atividades de campo no Parque Zoobotânico Arruda Câmara, em João Pessoa; visita às academias Athletic e Corpo e Harmonia, em João Pessoa; e, por último, participação no I Seminário de Karatê-do e Kobudo Shinshukan, realizado no Ginásio do SESC, em João Pessoa, no mês de janeiro de 2014, com os mestres Luiz Rodolfo Ortiz (8º Dan) e Gilberto Israel (7º Dan), da USKB/IUSKF.

Relato das experiências

Em 2012, iniciamos o projeto (PROEXT 2011, Edital 05/2011) com 39 inscritos, dentre os quais 25 foram selecionados após análise do rendimento escolar e da documentação e aprovação nos exames médico e físico. Destes 25 alunos selecionados, 2 eram servidores efetivos do câmpus e 1 era da comunidade.

Iniciamos as atividades com aulas expositivas, seminários, painéis, filmes, documentários e discussões dialógicas em torno de temas e/ou textos acerca da História do Karatê-do. Nessa fase, tivemos a preocupação de ensinar as técnicas básicas do Karatê-do, ao tempo que trabalhamos o condicionamento físico com o objetivo de preparar os praticantes para técnicas mais avançadas.

O treinamento contínuo dos alunos no projeto fez com que 11 alunos se destacassem, progredindo nas graduações de faixas, na participação em seminários de aperfeiçoamento de técnicas e, em especial, no I Campeonato Interno de Karatê-do Shinzato e Ortiz, realizado em novembro de 2012 no Colégio Geo, unidade sul, em João Pessoa.

Foto 1. I Campeonato Interno de Karatê-do Shinzato e Ortiz

Fonte: Arquivo do Projeto, 2012

A participação no campeonato rendeu várias medalhas de ouro, prata e bronze dentro do estilo Shorin Ryu Shinshukan Karatê-do, colocando-nos no 2º lugar do ranking paraibano nas categorias juvenil feminino kumite e kata, e no 3º lugar do ranking paraibano na categoria juvenil masculino kata.

Na edição do projeto em 2013 (PROBEXT 2013, Edital 032/2013), foram abertas novas inscrições, seguindo os mesmos procedimentos anteriores. Dessa vez tivemos a participação de mais 5 inscritos da comunidade, 1 servidor e 8 alunos do câmpus.

Em 2013, tivemos a oportunidade de participar de algumas atividades como a aula de campo realizada no Parque Zoobotânico Arruda Câmara, na cidade de João Pessoa, no mês de agosto, com a presença de vários alunos de outras academias de Karatê-do Shorin Ryu Shinshukan (academias Athletic, Corpo e Harmonia, Projeto Sol Nascente — Santa Rita, alunos do Geo Tambaú e do Geo Sul), o que, na prática, possibilitou conhecer novas pessoas e vivenciar um ambiente natural e descontraído.

Foto 2. Aula ao ar livre no Parque Zoobotânico Arruda Câmara

Fonte: Arquivo do Projeto, 2013.

A participação dos alunos na aula de campo foi marcante, pois além das atividades físicas que fizemos (aula de karatê), também aproveitamos para conhecer o trabalho realizado no parque, sua importância para o meio ambiente e para a sociedade. Dialogamos sobre as regras de comportamento do Dojo-kun e sobre como alguns dos seus princípios, trabalhados de forma consciente, podem contribuir para a preservação da natureza.

Já no mês de outubro, a equipe do projeto — juntamente com alguns convidados da Associação de Karatê-do Tigre Branco Shorin Ryu Shinshukan e com a presença do Sen-sei Wagner Pereira (3º Dan) — participou da SNACT (Semana Nacional de Ciência e Tecnologia), no Câmpus Campina Grande, com demonstrações de kihon, kata, kobudo e defesa pessoal.

Foto 3. Apresentação do projeto na SNACT no Auditório do IFPB/CG

A apresentação de Karatê-do durante a SNACT teve repercussão dentro do meio acadêmico devido à sistemática das demonstrações, com movimentos rítmicos, precisos, executados com Kime (expressão de energia física e mental no movimento executado,) durante as demonstrações de ataque e defesa, e pela sincronização na execução das técnicas de kobudo, isto é, dos kata de Bo, Nunchaku e, em especial, de Sai, realizada pelos Sen-sei Wagner Pereira (3º Dan) e Ingrid Nóbrega (1º Dan).

Outro momento marcante para alguns alunos do projeto foi a participação no I Seminário de Karatê-do e Kobudo Shorin Ryu Shinshukan, realizado no ginásio do SESC, em João Pessoa, no dia 19 de janeiro de 2014, organizado pela Associação de Karatê-do Tigre Branco Shorin Ryu Shinshukan. O seminário teve a presença dos Kyoshi Luiz Rodolfo Ortiz (8º Dan) e Gilberto Israel (7º Dan), que ministraram aulas de kihon e kobudo.

Considerações finais

O projeto de Karatê-do Shorin Ryu Shinshukan representa a primeira ação institucional, através de um projeto de extensão, de incluir o karatê como atividade educacional transdisciplinar dentro do Câmpus Campina Grande do IFPB, contribuindo para o desenvolvimento pessoal dos praticantes, levando-os a sentir, perceber e apreender o que acontece ao seu redor de forma crítica e a respeitar a si mesmos e aos outros, a ser humildes, sinceros, persistentes e disciplinados, seguindo as regras do Dojo-kun.

Entre outros benefícios, podemos citar que o praticante de Karatê-do procura perceber com coerência seu comportamento e as conseqüências dos seus atos, compreendendo-se como um ser em constante construção, que precisa aprender e apreender todos os dias. Os ensinamentos do Karatê-do estimulam à cidadania, a disciplina, a inclusão social, a autoestima e a valorização da vida como algo inestimável.

O relato aponta bons resultados físicos e disciplinares, pois os alunos desenvolveram habilidades com base nos conhecimentos adquiridos nas aulas teóricas e práticas, de forma que se apropriaram desses saberes para lidar com as adversidades do dia a dia.

Referências

BARTOLO, Paulo. **Karate-do: uma visão multidisciplinar**. São Paulo: Bueno Editora, 2010.

_____. **Karate-Do, História Geral e no Brasil**. São Paulo: Bueno Editora 2011.

DOJO-KUN, **Conjunto de regras**. Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Dojo_kun> acessado em 04 jun/2012.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa**. 31 ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

FUNAKOSHI, Gichin. **Karatê-do – O meu modo de vida**. São Paulo: Editora Cultrix, 2000.

- HISATAKA, Masayuki. **Scientific Karatedo**. Tokio: Japan publications, Incorporated, 1976.
- KANAZAWA, Hirokazu. **Guia Prático do Karatê**. São Paulo: Editora Escala, 2010.
- KUNZ, Elenor. **Educação Física: ensino e mudanças**. Coleção Educação Física, 2 ed. Ijuí: Unijuí Ed. 2001. 208 p.
- MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da percepção**. 2ªed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.
- NAKAYAMA, Masatoshi. **O melhor do Karatê: Visão abrangente-Práticas**. Vol. 1. São Paulo: Editora Cultrix 2010.
- _____. **O melhor do Karatê-do – Fundamentos**. São Paulo: Editora Cultrix, 2001.
- PILETTI, Claudino. **Didática Geral**. São Paulo: Editora Ática, 1991.
- SHINZATO, Yoshihide. **Kobu-do: as armas antigas de Okinawa**. São Paulo: Editora On line, 2011.
- TORRES, José Augusto Maciel. **Karate: a arte das mãos vazias**. São Paulo: editora On line, 2011.
- VAGO, Tarcísio Mauro. **Início e fim do Século XXI: maneira de fazer educação física na escola**. Cadernos Cedes. São Paulo, ano XIX, n. 48, p. 3051, ago. 1999.
- SAVIANI, Dermeval. **História das ideias pedagógicas no Brasil**. Campinas: Autores Associados, 2007.
- SHINZATO, Yoshihide. **Kihon da União Shorin Ryu Karatê-do Brasil**. São Carlos: Suprema, 2004.