

CENTRO UNIVERSITÁRIO BRASILEIRO - UNIBRA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA
BACHARELADO

ESMERALDO HELENO DA SILVA
JEAN HENRIQUE GOUVEIA SILVA DE BARROS
HENRIQUE HERMÍNIO DE OLIVEIRA

**OS BENEFÍCIOS DO JUDÔ NA INTERAÇÃO SOCIAL
DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES**

RECIFE/2022

ESMERALDO HELENO DA SILVA
JEAN HENRIQUE GOUVEIA SILVA DE BARROS
HENRIQUE HERMÍNIO DE OLIVEIRA

OS BENEFÍCIOS DO JUDÔ NA INTERAÇÃO SOCIAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Projeto apresentado ao Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, como requisito final para obtenção do título de bacharelado em Educação Física.

Professor Orientador: Dr. Edilson Laurentino dos Santos

RECIFE/2022

Ficha catalográfica elaborada pela
bibliotecária: Dayane Apolinário, CRB4- 1745.

S586b Silva, Esmeraldo Heleno da
Os benefícios do judô na interação social de crianças e adolescentes /
Esmeraldo Heleno da Silva, Jean Henrique Gouveia Silva de Barros,
Henrique Hermínio de Oliveira. Recife: O Autor, 2022.

26 p.

Orientador(a): Dr. Edilson Laurentino dos Santos.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Centro Universitário
Brasileiro – UNIBRA. Bacharelado em Educação Física, 2022.

Inclui Referências.

1. Benefícios. 2. Judô. 3. Interação social. I. Barros, Jean Henrique
Gouveia Silva de. II. Oliveira, Henrique Hermínio de. III. Centro
Universitário Brasileiro - UNIBRA. IV. Título.

CDU: 796

Dedicamos esse trabalho a nossos pais.

“Somente se aproxima de perfeição quem a procura com constância, sabedoria e sobre tudo muita humildade...”
(Jigoro Kano)

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	07
2 REFERENCIALTEÓRICO.....	09
2.1 Benefícios para o corpo e a mente.....	10
2.2 Treinamento que leva ao comportamento ético.....	12
2.3 Socialização dos praticantes.....	13
3 DELINEAMENTO METODOLÓGICO.....	14
4 RESULTADOS.....	15
4.1 Benefícios do Judô no desenvolvimento em crianças e adolescentes praticantes.....	15
4.2 Compreendendo o processo de interação social entre crianças e adolescentes praticantes do judô.....	17
4.3 Mecanismos dos princípios fundamentais e características da luta judô se relacionam no processo de socialização.....	20
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	22
6 REFERÊNCIAS.....	23
7 AGRADECIMENTOS.....	26

OS BENEFÍCIOS DO JUDÔ NA INTERAÇÃO SOCIAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Esmeraldo Heleno Da Silva
Jean Henrique Gouveia Silva De Barros
Henrique Hermínio de Oliveira
Edilson Laurentino dos Santos¹

Resumo: Este trabalho apresenta os resultados de várias pesquisas relacionadas ao respectivo tema, sobre os benefícios do judô na interação social de crianças e adolescentes. Tem seu foco voltado principalmente nos benefícios que o esporte agrega aos seus praticantes, e que vem conquistando cada vez mais adeptos, objetivando o melhor aproveitamento das experiências e vivências de cada envolvido e seus conhecimentos adquiridos. Com isso, o respectivo projeto visa apresentar os benefícios que o judô traz aos seus praticantes e como seus princípios fundamentais e suas características contribuem para o desenvolvimento social de crianças e adolescentes, através de aulas e suas vivências dentro do grupo, e como seu respeito mútuo e a cooperação entre seus praticantes ajudam na interação social. As informações descritas são baseadas em livros e artigos científicos. As observações desta pesquisa apontam que a pratica do esporte conseguem desenvolver um melhor relacionamento entre seus praticantes e em sociedade como um todo.

Palavras-chave: Benefícios. Judô. Interação social.

1 INTRODUÇÃO

Algumas atividades esportivas buscam desenvolver tanto o físico, mental e social de seus praticantes. Entre as modalidades esportivas, pode-se destacar o judô, considerado um esporte educativo por excelência, que permite à criança expressar-se plenamente no contexto lúdico, canalizando sua energia e reforçando seu caráter (NUNES, 2004).

Modalidade esportiva, conhecida como arte marcial, o judô atua positivamente no comportamento social de crianças e adolescentes, pois sua criação ocorreu por meio de fundamentos teóricos e filosóficos, ou seja, baseado no respeito mútuo.

¹ Doutor em Educação pela UFPE (2022); Mestre em Educação pela UFPE (2012). Licenciatura Plena em Educação Física pela UFPE (2009). Membro Pesquisador do Laboratório de Gestão de Políticas Públicas de Saúde, Esportes e Lazer - UFPE (LABGESPP/UFPE); Membro Colaborador do Projeto de Extensão EDUCAÇÃO FÍSICA DA GENTE (Núcleo de Educação Física e Ciências do Esporte - CAV/UFPE); Membro Pesquisador do Centro de Desenvolvimento de Pesquisas em Políticas de Esporte e de Lazer - REDE CEDES - MINISTÉRIO DO ESPORTE. Professor Universitário do Centro Universitário Brasileiro - UNIBRA. Professor da UNIBRA. E-mail: edilson.santos@grupounibra.com

Desta forma, crianças e adolescentes praticantes desta arte aprendem que sem o concorrente não tem como aperfeiçoar-se.

O judô é muito mais do que o mero aprendizado e aplicação de técnicas de combate, sendo considerada uma técnica de educação física, intelectual e moral. Tendo sua própria cultura, sistemas, herança, costumes e tradições. Além disso, os princípios da gentileza são levados das esteiras de prática para a vida da maioria dos alunos, em suas interações com seus amigos, familiares, colegas de trabalho e até estranhos (DE PAULA et al., 2021).

O surgimento do judô ocorreu no Japão, no século XIX, sendo criado pelo Mestre Jigoro Kano. Assim sendo, passou a ser conhecido e popular após a Segunda Guerra Mundial, passando a ser conhecido mundialmente (NUNES; RUBIO, 2012).

Desde que foi criado, além de buscar aperfeiçoar a técnica, sempre teve seu objetivo voltado à educação da mente e do corpo, ligando aos princípios éticos, morais e filosóficos. Pode-se dizer que, o judô é muito mais que aprendizado e aplicação de técnicas de combate, pois tem sua própria cultura, herança, sistemas, costumes e tradições.

O judô, assim como outras atividades de luta, trabalha com os componentes éticos ao colocar numa posição central o respeito às pessoas e aos locais de prática. Desenvolve uma cultura que favorece o domínio de si mesmo, uma vez que procura criar meios de controlar os comportamentos impulsivos e a violência (HOKINO & CASAL, 2001).

Segundo Freire e Soares (2000), além de garantir o desenvolvimento educacional físico e de cooperação entre os colegas, o esporte proporciona desafios físicos e mentais e contribui para o desenvolvimento social, promovendo a identidade social e grupal.

As atitudes antissociais e os comportamentos considerados prejudiciais em crianças e adolescentes, sempre foi uma questão de reflexão seja no âmbito social ou familiar. Atitudes e comportamentos negativos podem interferir na socialização destas pessoas. Observa-se que a origem deste problema pode estar relacionada a déficits de comportamentos socialmente competentes e se não forem trabalhados enquanto está em formação, podem repercutir na vida adulta dela (LONGAREZI, 2003).

Para aprofundar as nossas reflexões sobre o objeto pesquisado por nós, faremos a seguinte pergunta: Qual a influência do judô na interação social de crianças e adolescentes? Para tentarmos responder a forma adequada e satisfatória a esta questão, definimos como objetivo geral da nossa pesquisa **identificar os benefícios do judô na interação social de crianças e adolescentes**. Para darmos suporte ao objetivo geral, os específicos são: 1. Verificar quais os benefícios no desenvolvimento em crianças e adolescentes praticantes do judô; 2. Compreender como se dá o processo de interação social entre crianças e adolescentes praticantes do judô; 3. Analisar como o mecanismo dos princípios fundamentais e características da luta judô se relacionam no processo de socialização.

Esta pesquisa visa contribuir para melhor interação de crianças e adolescentes no convívio social. De acordo com Martines (2009), quando se fala em risco social este se refere às crianças/jovens que dispõe de pouco ou não dispõe de acesso aos serviços de habitação, saúde, alimentação, educação, lazer, etc., e que convive diariamente com a presença das drogas, da violência, da marginalidade e da exploração, seja na rua ou na própria casa.

Com a massificação do esporte, haverá a redução da ociosidade da criança e do adolescente, levando educação, saúde e cidadania, além da oportunidade de formar atletas e melhorar a qualidade de vida.

Desta forma, este estudo procura discutir teoricamente a relação que se pode estabelecer entre a prática do judô e o desenvolvimento social de crianças e adolescentes. Para isso, serão levantadas questões referentes ao desenvolvimento, suas fases e estágios, relacionando com situações de aulas de judô.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

O referencial teórico desse trabalho é composto por três tópicos específicos referentes à temática apresentada para melhor compreensão das colocações apresentadas por seus autores, sobre os benefícios para o corpo e a mente, o judô vai além de uma arte marcial, proporcionando o bem-estar físico e mental como cita (TRUSZ, 2018), no treinamento do dia a dia, os princípios filosóficos do judô, vai influenciar no comportamento ético de seus praticantes citados por (SANTOS, 2005), e por fim como a socialização está presente entre seus praticantes através do esporte.

2.1. Benefícios para o Corpo e a Mente

O Judô é uma arte marcial criada por Jigoro Kano no ano de 1882. Kano criou a sua arte marcial a partir de uma série de adaptações do antigo ju-jitsu, praticado no Japão, em seu período feudal. Kano (2008) nos traz que o ju-jitsu, também conhecido como Taijutsu ou Yawara, era um conjunto de técnicas de ataque e defesa que permitiam arremessar, bater, estrangular, chutar, imobilizar e apunhalar o adversário.

Técnicas como estas há muito tempo já eram conhecidas e praticadas devido ao período de guerra pelo qual o país passou, mas somente após a metade do século XVI é que elas passaram a ser ensinadas de forma sistematizada por mestres de diversas escolas.

Kano (2008) nos traz que naquela época, cada mestre apresentava a sua arte como um conjunto de várias técnicas. Ninguém percebia o princípio único que existia por trás do ju-jitsu. Kano, quando percebia diferenças nas formas de ensino das técnicas de um professor e outro, em geral se sentia perdido, sem saber qual era a correta.

Isso o levou a procurar um princípio que delineasse o ju-jitsu, um princípio que fosse aplicado sempre que se atacasse o oponente. Após um abrangente estudo sobre o assunto, percebeu um princípio único que unia tudo: era necessário fazer o uso mais eficiente possível das energias mental e física.

Com esse princípio em mente, estudou novamente todos os métodos de ataque e defesa que havia aprendido, mantendo apenas aqueles que estivessem de acordo e os substituiu por técnicas em que o princípio estava corretamente aplicado. Ao conjunto de todas as técnicas resultantes chamou então de Judô, para distinguir essa arte de sua predecessora.

Ele acreditava que, utilizando as qualidades do antigo ju-jitsu e retirando dele aquilo que considerava defeitos, seria possível criar um novo método com utilidade educacional para a juventude (NUNES, 2014).

Trusz (2018) cita que o judô vai, além disso, buscando proporcionar o bem-estar físico e mental dos praticantes, utilizando todo o conhecimento de ataque e defesa acumulado pelos especialistas do ju-jitsu, mas metodicamente organizado num sistema único e baseados num princípio único.

Chyu (apud DIMARE, 2015, p.29) indica que as artes marciais podem ser empregadas de forma não competitiva, e sim para a promoção à saúde de seus praticantes, pois incluem sessões de treinos com simples execuções, além de haver pouca necessidade de uso de equipamentos, o que implica em baixos custos financeiros e com altos ganhos relacionados à saúde.

Segundo Santos (2014), com a prática do judô o aluno é ensinado ao máximo a utilizar a energia mental e física da maneira mais eficaz possível, o princípio então, não é visto como proveitoso apenas na prática da arte marcial, mais sim em todas as situações e circunstâncias da vida.

Outro ensinamento que pode ser citado como objetivo do judô e um dos mais importantes de Jigoro Kano para os alunos é o uso eficiente da energia, a prosperidade e benefícios mútuos (KANO, 2008).

Acredita-se que com a prática do Judô o aluno desenvolve o respeito mútuo e aprende que sem o adversário, que também é seu colega, não tem como se aperfeiçoar. Ou seja, o aluno não consegue adquirir maiores experiências de treino realizando tal prática sozinho(a), precisa se aperfeiçoar com a ajuda do colega, que também precisa de um companheiro para se aperfeiçoar, é um trabalho mútuo, em conjunto.

Aprende também a respeitar cada momento da aula e cada pessoa presente naquela aula de judô, inclusive o professor, também chamado de “sensei”, que possui todo e maior conhecimento na aula, com objetivo de expandir aquele respeito, além daquela prática, e levá-lo para outro lugar que o aluno permanecerá presente.

O respeito e a disciplina, segundo Santos (2014), são primordiais para o aprendizado e treinamento do judô. São estas conotações que devem ser passadas para os iniciantes e praticantes, ou seja, mostrar o quanto a prática racional do judô pode ser útil no dia-a-dia. Ainda Santos (2014), afirma que, uma vez que os objetivos das aulas foram traçados, o professor deve se preocupar de como vai alcançar estes objetivos e transmitir o conhecimento aos alunos.

A avaliação da aptidão física de crianças e adolescentes se torna um importante instrumento na observação da sua própria evolução. A partir disso, podemos ter melhores condições de fazer um planejamento nos programas de judô e avaliar as interferências e benefícios da prática sistemática da modalidade, dando

maiores subsídios na elaboração de programas de treinamento de crianças e adolescentes.

2.2. Treinamento que leva ao comportamento ético

Jigoro Kano criou duas máximas e nove princípios importantes que os alunos devem ter conhecimento nas aulas para conseguir levá-los para seu dia a dia. As máximas são chamadas de Seiryoku Zenyo (máxima eficácia com menor uso de energia) e Jita Kyoei (prosperidade e benefícios mútuos), em seguida vemos os princípios, que são, conforme o Quadro 1:

Quadro 1. Nove princípios que compõe o espírito do judô (SANTOS, 2005).

1. Conhecer-se é dominar-se e dominar-se é triunfar;
2. Quem teme perder já está vencido;
3. Somente se aproxima da perfeição quem procura com constância, sabedoria e, sobretudo, humildade.
4. Quando verificares que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso na aprendizagem;
5. Nunca te orgulhes de haver vencido um adversário. Ao que venceste hoje, poderá derrotar-te amanhã. A única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância;
6. O judoca não se aperfeiçoa para lutar, luta para se aperfeiçoar;
7. O judoca é que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes;
8. Saber cada dia um pouco mais, utilizando o saber para o bem, este é o caminho do verdadeiro judoca;
9. Praticar o judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como 8 educar o corpo a obedecer com justeza. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência.

Com o conhecimento da existência de tais princípios descritos acima, notamos que o judô vai além de um estilo de arte marcial, é um estilo de luta que tem uma filosofia a ser seguido que não tem como único e objetivo final vencer o

adversário ou uma simples prática mecânica e sistemática de movimentos, tendo como objetivo contribuir para o desenvolvimento do praticante e fazer com que ele contribua com o próximo dentro da sociedade em que está inserido.

2.3. Socialização os praticantes

A Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO), braço das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura, indica que a prática de esportes é importante para o desenvolvimento de crianças e jovens, uma vez que as características de integração física e social promovem valores de amizade, participação, respeito mútuo e esforço para melhorar.

Para a UNESCO (2013) o esporte atua como instrumento de formação integral dos indivíduos e, conseqüentemente, possibilita o desenvolvimento da convivência social, a construção de valores, a promoção da saúde e o aprimoramento da consciência crítica e da cidadania.

A prática de esportes pode trazer também benefícios no desempenho escolar dos alunos, na medida em que, através dos princípios e exercícios motores, desperta o sentido de participação, respeito e concentração, essenciais para o sucesso do processo ensino-aprendizagem (UNESCO, 2013).

Entre as modalidades esportivas, destacamos o judô, considerado um esporte educativo por excelência, que permite à criança expressar-se plenamente no contexto lúdico, canalizando sua energia e reforçando seu caráter (NUNES, 2013).

Por meio de técnicas de autodefesa, o aluno aprimora o equilíbrio corporal, aprende a utilizar-se da disciplina e do respeito nas ações e reações, desenvolve a segurança e a autoconfiança. Aprende, ainda, a lidar com suas limitações e a controlar suas emoções. Além de ser uma atividade de relaxamento e de prazer, o judô é uma prática esportiva que desenvolve no aluno a concentração e a possibilidade de analisar e conviver com situações de sucesso e fracasso (VILLAMÓN; BROUSSE, 2002).

O judô pode ser destacado como um esporte que possibilita o relacionamento saudável com outras pessoas, utilizando o jogo e a luta como um integrador dinâmico.

3. DELINEAMENTO METODOLÓGICO

O presente estudo foi elaborado através de Pesquisas Bibliográficas, que segundo Gil (2002), a pesquisa bibliográfica se desenvolve a partir de materiais já elaborados, como artigos científicos, revistas eletrônicas, livros e etc., fazendo-se necessário analisar as informações para descobrir incoerências utilizando fontes diversas, e utilizando com cautela para obter uma pesquisa bibliográfica com qualidade, tendo a vantagem de permitir ao investigador utilizar uma ampla quantidade de dados, baseando-se diretamente das fontes encontradas.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados eletrônicos SCIELO, acessadas através do site de busca Google Acadêmico, tendo um caráter exploratório e descritivo com base nos dados dos artigos científicos, dando continuidade às buscas em outras fontes de pesquisas. Foram utilizados os seguintes descritores: Benefícios, Judô e Interação social onde foram utilizados, os operadores lógicos AND, OR para auxiliar os descritores e os demais termos utilizados para localização dos artigos.

Após a análise do material bibliográfico foram utilizados os artigos de maior relevância que atenderem aos seguintes critérios de inclusão: artigos publicados no período de 2010 até 2021, da língua portuguesa. Os critérios de exclusão foram artigos que não estiverem dentro do recorte temporal e não tiverem relação direta com o tema pesquisado.

A etapa de coleta de dados foi realizada em três níveis, sendo eles: 1. Leitura exploratória do material selecionado (leitura rápida que objetiva verificar se as obras consultadas são de interesse do trabalho); 2. Leitura seletiva e sistemática (leitura mais aprofundada das partes que realmente interessam) e 3. Registros das informações extraídas das fontes em instrumento específico. Em seguida, foi realizada uma leitura analítica com a finalidade de ordenar e resumir as informações contidas nas fontes, de forma que as etapas possibilitem a obtenção de respostas ao problema de pesquisa.

4. RESULTADOS

4.1 Benefícios do Judô no desenvolvimento em crianças e adolescentes praticantes

A agressividade e a violência são fatores que se apresentam cada vez mais na nossa sociedade, podendo resultar em outros problemas como ansiedade, dificuldade de socialização e vergonha. A Ansiedade pode ser definida como um estado vindo do emocional que tem como componente mais importante à apreensão e o receio (COSTA, 2004 apud ROSAMILHA, 1971). A prática do judô auxilia no controle de emoções e reduz tais problemas sociais, fazendo uso de princípios e filosofias que abrangem esta arte.

A prática de esportes, destacando as artes marciais, atua de maneira positiva no desenvolvimento de seus praticantes. O judô, por sua vez foi criado em bases teóricas e filosóficas, com uma crença baseada no respeito mútuo, onde o aluno deve aprender que sem o adversário, que também é seu colega, não tem como se aperfeiçoar (KANO, 2008). Além disso, segundo Santos (2014), com a prática do judô o aluno deve ser ensinado ao máximo a utilizar a energia mental e física. Assim, o judô pode ser usado como um meio de enfrentamento da violência.

Diante dos aspectos apresentados, o judô pode trazer inúmeros benefícios para seus praticantes, a exemplo o amadurecimento dos alunos e reflexões que o judô traz, através de conteúdos teóricos e filosóficos.

Em virtude disso, um questionário foi elaborado abordando o assunto, no que se refere aos benefícios proporcionados pela prática do judô. Segundo De Paula (2021), um professor que atua e ministra aulas de judô há 37 anos, desde 1982, foi questionado a cerca do assunto. Foram feitos questionamentos relevantes para com o entrevistado. Segundo ele: “O judô tem vários objetivos como: somar a força física do judoca; desenvolver técnicas de defesa de pessoas; estimular o respeito à hierarquia e a sociedade e incentivar a formação de atletas e outros”.

Outros questionamentos foram realizados acerca das atividades que são realizadas com os alunos durante a prática de judô. Segundo o professor, relacionado aos objetivos das atividades realizadas, incluem preparar judoca para o

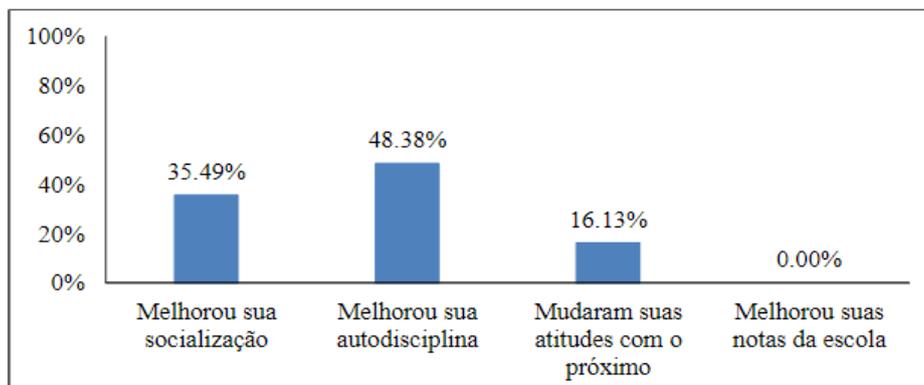
treinamento, preparação do corpo humano, desenvolvimento do autocontrole, domínio do próprio corpo e desenvolvimento das atividades motoras, além de trabalhar a socialização.

Ao final do questionamento, foi perguntado ao professor quais os principais benefícios do judô para crianças e adolescentes. Segundo ele são:

- Socialização dos alunos;
- Estimular a paciência e autocontrole;
- Respeitar os indivíduos no tatame e socialmente;
- Conscientizar a necessidade da higiene física, mental e social;
- Aumentar a capacidade de analisar a realidade;
- Formar atletas e homens saudáveis;
- Preparar o aluno a ser útil a sociedade como bons trabalhadores;
- Aprender a amar Deus e ao Brasil.

Ciente disso, foram avaliados pelos pais de crianças e adolescentes, quanto aos benefícios gerados pela prática do judô. Em sua maioria, consideram que a prática a esta arte trouxe uma melhor autodisciplina para seus filhos, com 48,38% na avaliação. Com 35,49% os pais consideraram que o judô trouxe uma melhora na socialização e outros 16,13% avaliaram que as crianças/adolescentes mudaram sua atitude com o próximo (figura 6).

Figura 6. Quais os benefícios o judô trouxe para o seu filho?



Fonte: Acervos dos autores (2019).

4.2 Compreendendo o processo de interação social entre crianças e adolescentes praticantes do judô

O judô, por sua origem requer concentração e equilíbrio, assim usando mínimo de força e máximo de eficiência, ao treinar o judô é necessário que o aluno esteja atento aos movimentos, e isso se reflete fora dos tatames (ABELHA, 2014). E, é fora dos tatames onde vem a principal conquista de um sensei quando não estamos falando de competição.

O intelecto da criança, do jovem e mesmo do adulto, segundo Virgílio (1986, p.64) desenvolve-se com o estudo, com a convivência diária, com os bons exemplos e também com as práticas diárias dos esportes. O sensei ensina, corrige, aconselha e ajuda os seus alunos para que eles progridam e tornem-se homens de bem, úteis à família, à sociedade e à prática. O professor pode e deve complementar sua educação, já que a prática do nosso esporte leva comprovadamente à correção de distorções do caráter das pessoas que o praticam, levam à moderação e, conforme o caso, ao incentivo de atividades.

Bonfante (2015) resume o judô como elevação de uma simples técnica a um princípio de viver, onde os mesmos, apesar de não relatados verbalmente, se fazem atuais diretamente nos movimentos durante o exercício de sua prática. Constituindo que o praticante deve tomar consciência clara dos princípios que o norteiam. Através das práticas do judô como confrontante da violência ministrada dentro da cultura corporal, traz a possibilidade dos estudantes experimentarem sua personalidade através de estilos. Sendo eles: irreverente, ousado, retraído, agressivo, entre outros. Deste modo, o domínio sobre os seus próprios movimentos induz construir a especificidade gestual dos estudantes (CARTAXO, 2011).

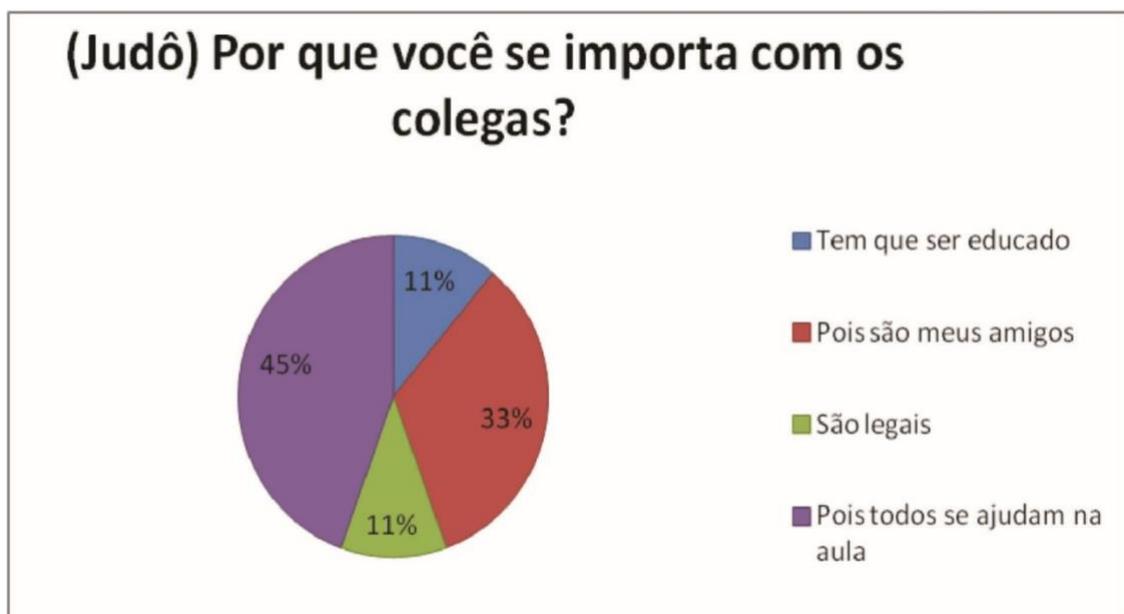
A boa relação desenvolvida entre crianças e adolescentes com as pessoas que as rodeiam está diretamente relacionada à filosofia passada para os alunos sobre autocontrole emocional e à necessidade de fazer um ambiente bom de conviver e viver em harmonia e benefícios mútuos (KANO, 2009).

Portanto, é necessário que um verdadeiro judoca:

Aprenda esperar no momento certo para agir, aprenda que o importante não é vencer o oponente, mas sim a si próprio, aprenda que o judô deve ser praticado como benéfico para toda a sua vida e não apenas para um período desta, aprenda a respeitar a si e aos outros, aprenda a ser solidário, aprenda a preservar tudo e todos, enfim, aprenda a ser um judoca de essência para que cada dia aprenda um pouco mais para utilizar esse saber para o bem. (SANTOS 2006, p. 118)

Num estudo realizado por Marcilio (2018) a diferença dos aspectos sociais e comportamentais de crianças e adolescentes entre um grupo praticantes do judô e outro não praticante são claramente identificados. Todos os alunos que praticam judô afirmaram que se importam com o colega de aula e do grupo que não pratica 94% afirmou que se importa e 6% afirmou que não. Sequencialmente foi perguntado o porquê da importância com o colega e as respostas estão nas figuras 10 (Grupo judô) e figura 11 (Grupo Educação Física). Dos alunos que praticam judô, 45% afirmaram que se importam com o colega, pois todos tem que se ajudar na aula, 33% se importam, pois todos são amigos, 11% pois são legais e 11% pois deve ser educado, independentemente da situação. Já os alunos da Educação Física relataram algumas respostas diferentes, sendo que 22% falaram que se importam, pois gostam de ajudar o colega, 17% porque estudam juntos, 11% não tem motivo, 6% afirmaram que apenas se importam com os amigos, mas com os outros não e 5% responderam que ninguém se importa com ninguém, ninguém mexe com ninguém, dentro outras respostas que podem ser analisadas na figura 10 a seguir:

Figura 10. Percepção dos alunos sobre a importancia do colega



Fonte: Arthur Marcilio (2015)

Figura 11. Percepção dos alunos sobre a importância do colega



Fonte: Arthur Marcilio (2015)

4.3 Mecanismos dos princípios fundamentais e características da luta judô se relacionam no processo de socialização.

O desenvolvimento das habilidades sociais tem início no nascimento e se torna progressivamente mais elaborado ao longo da vida, dependendo da qualidade da interação do indivíduo com seu ambiente. O ambiente familiar constitui o núcleo inicial para a aprendizagem dessas habilidades, pois, desde pequena, a criança aprende por meio da observação, de instruções e regras estabelecidas pelos pais e, também, das consequências de seus comportamentos (DEL PRETTE; DEL PRETTE, 2010b). Na medida em que a criança cresce e se insere em mais sistemas sociais como a escola, ela passa a ser exposta a mais situações que requerem mais habilidades sociais para lidar com as experiências do mundo.

O saber cumprimentar, seguir regras e instruções, aguardar a vez de falar, apresentar-se ao grupo são algumas das habilidades que compõem o conjunto das habilidades de civilidade e que podemos visualizar no dia a dia de uma aula de judô. Estas habilidades podem ser entendidas como as regras mínimas de relacionamento aceitas ou valorizadas em determinados contextos sociais. O conhecimento das regras de um determinado grupo é requisito essencial para que o indivíduo se insira e participe efetivamente desse grupo (DEL PRETTE, 2011).

Porém, como aponta Longarezi (2003), a indisciplina é um dos principais obstáculos enfrentados por pais e professores em relação à educação das crianças, sendo relacionada à falta de noções de regras e limites. E esse tipo de comportamento pode se ampliar para atitudes antissociais e comportamentos agressivos negativos e devem ser encarados com seriedade e preocupação, pois é grande a chance de que as repercussões negativas que atitudes e comportamentos desse tipo podem causar no aproveitamento escolar, na socialização e até na formação da personalidade dessas crianças (TRUSZ; DELL'AGLIO, 2010)

E nesta difícil tarefa de educar os filhos, muitos pais recorrem ao auxílio de práticas que contribuam para discipliná-los. E encontram nas chamadas artes marciais uma alternativa que se acredita potencialmente eficaz nessa tarefa. Por isso o judô, cuja origem é uma arte marcial milenar japonesa e que foi estruturada

com bases e princípios filosóficos e pedagógicos (KANO, 2008), se torna uma forte opção neste quesito. Que além de garantir o desenvolvimento educacional físico e de cooperação entre os colegas, o esporte proporciona desafios físicos e mentais, e contribui para o desenvolvimento social, promovendo a identidade social e grupal (FREIRE E SOARES 2000).

Jigoro Kano (2008) fundamentou muito bem a ideia de cada indivíduo utilizar sua energia da melhor forma possível visando o crescimento individual e coletivo, sendo que o crescimento individual só é alcançado a partir do crescimento coletivo. E (SANTOS, 2006) reafirma que o Judô pode ser utilizado como forma de socialização, podendo ser trabalhado por meio de brincadeiras fazendo com que as crianças tenham contato umas com as outras, tendo como objetivo o respeito ao próximo e conservar a participação do colega.

O autocontrole do judô, como em todas as artes marciais, é uma característica marcante. Através de níveis de progressão, pretende-se que o participante aprenda o repertório técnico do judô em associação com os ensinamentos morais e filosóficos (NUNES, 1996; NUNES, 2016). É dessa maneira que entendemos que a prática do judô estimula o aprendizado de habilidades sociais, contribuindo para que a criança desenvolva uma cultura que favoreça o domínio de si mesma, tendo em vista a procura por criar meios de controlar os comportamentos impulsivos e a violência (HOKINO; CASAL, 2001).

Diante disso, um estudo realizado por Gutierrez-Garcia et al. (2018*) com crianças de 4 a 13 anos de idade, mostra pequenas mudanças que os pais observaram nas crianças. Onde afirmam que elas desenvolveram suas habilidades(97,8%), aprenderam a resolver problemas (78,3%), iniciaram conversas sobre treinamento (78,3%), iniciaram exercícios físicos em casa (76,1%), foram capazes de persuadir os outros (69,6%), positivas em relação à atividade física (65,2%), esperaram pelo treinamento (63,0%), melhoraram sua autodisciplina (54,3%), mais entusiasmados com os treinamentos de judô que com outras classes da escola (50,0%), mudaram suas atitudes com o próximo (47,8%) e tiveram mudanças positivas de personalidade (por exemplo, mais gentis, sensíveis e corajosa) (50,0%). Lembrando bem o objetivo final do judô: Aperfeiçoar-se e contribuir com algo de valor para o mundo (JIGORO KANO, 2008).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A inclusão das lutas na vida de crianças e adolescentes contribuiu para sua construção da identidade pessoal e social. A partir das informações coletadas também foi possível verificar que as crianças e os adolescentes não apresentam dificuldade de relacionamento, apenas algumas situações pontuais. Quanto a relação com o desempenho escolar, as crianças melhoraram ou permaneceram, dessa forma entendeu-se que o judô contribuiu positivamente para formação do conhecimento construído na escola.

Com o auxílio de livros e artigos científicos podemos concluir nesta pesquisa que a prática de esportes, a citar a arte marcial judô, vem obtendo resultados positivos, relativos a influência do judô no desenvolvimento afetivo social da criança/adolescente. De modo geral, crianças e adolescentes praticantes de judô apresentaram uma influência positiva da modalidade nos aspectos sociais e comportamentais, no que diz respeito ao controle da agressividade, solidariedade (com colegas e professores) e cooperação.

Por fim, sugere-se que sejam realizados estudos que busquem investigar não somente a influência da prática do judô no comportamento social, mas que sejam propostas estratégias de intervenção nas escolas com o intuito de problematizar e discutir questões de violência e agressividade na sociedade atual.

REFERÊNCIAS

ABELHA, Anelisa Barros. **A prática do judô no contra turno escolar**. Monografia (Graduação em Educação Física) - Universidade de Brasília, 2014. Disponível em: <https://bit.ly/37nxcvs>. Acesso em: 17 de outubro 2022.

Bonfante, Edmu Scaine. **A filosofia do judô como aliado a não violência entre escolares**. 2015. 11 f. Trabalho de conclusão de curso (Educação Física) - Universidade do Extremo Sul Catarinense, Santa Catarina, 2015.

CARTAXO, Carlos Alberto. **Jogos de combate: Atividades recreativas e psicomotoras, teoria e prática**. Petrópolis: Vozes, 2011.

De Paula, Dangelo. **Os benefícios do judô como inclusão social**. Disponível em: <http://fug.edu.br/revistas/index.php/VitaetSanitas/article/view/218/229> acesso em: 15/09/2021.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. Habilidades sociais e análise do comportamento: proximidade histórica e atualidades. **Perspectivas em Análise do Comportamento**, v.1, n.2, 2010a, p.38-49.

DEL PRETTE, Z. A. P.; DEL PRETTE, A. **Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática**. 5ª edição. Petrópolis: Editora Vozes, 2011.

DIMARE, Martaliz. **Aptidão física relacionada à saúde e qualidade de vida de praticantes de judô e jiu-jítsu**. Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas, 2015.

Freire, Teresa; Soares, Leôncio. (2000). **O impacto psico-social do envolvimento em atividades de lazer no processo de desenvolvimento adolescente**. Psicologia: Teoria, Investigação e Prática, 1, 23-40.

GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

Hokino, M. H. & Casal, H. M. V. (2001). **A aprendizagem do judô e os níveis de raiva e agressividade**. Buenos Aires, 6(31). Recuperado em 25 de outubro de 2009, da Educación Física y Deportes. Revista Digital. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd31/raiva1.htm>. Acesso em: 15/09/2021

Kano, Jigoro. **Energia mental e física: escritos do fundador do judô**. São Paulo: Pensamentos, 2008.

Longarezi, Andrea Maturano (2003). **Educação moral e limites: princípios norteadores da ação docente**. Revista Profissão Docente, 3(9), 21-31. Uberaba, 2003.

Marcilio, Arthur. **Influencia da pratica do judô nos aspectos comportamentais e sociais em crianças de 8 a 13 Anos**. 2018. 58 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Departamento de Educação Física) - Universidade Federal de Santa Catarina, 2018.

MARCONI, Marina de Andrade; LAKATOS, Eva Maria. **Metodologia do Trabalho Científico**. São Paulo: Atlas, 2001.

MARTINES, Isabel Cristina. **As relações entre as organizações não governamentais e o governo do estado do Paraná no campo esportivo**. 212 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná, Curitiba, 2009.

Nunes, Alexandre Velly. (2004). **Projeto de extensão Bugre Lucena XV edição - iniciação ao judô**. Escola Superior de Educação Física. Universidade Federal do RGS. Recuperado em 10 de setembro de 2009. Disponível em: http://www.esef.ufrgs.br/BugreLucena/01_bugre.php Acesso em: 15 de outubro de 2022.

NUNES, Alexandre Velly; RUBIO, Katia. **As origens do judô brasileiro: a árvore genealógica dos medalhistas olímpicos**. Revista brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v.26, n.4, p.667-78, out./dez. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbefe/v26n4/v26n4a11>>. Acesso em: 20 set. 2022.

NUNES, Alexandre Velly. **Judô caminho das medalhas**. 1ª ed. São Paulo: Kazuá, 2013ª.

NUNES, Alexandre Velly. **Confederação Brasileira de Judô**. Disponível em http://www.cbj.com.br/historia_do_judo/. Acesso em 17 de outubro de 2022.

SANTOS, Saray Giovana. **Judô: Buscando o caminho suave**. Florianópolis: Duplic Gráfica e Editora, 2014, 140 p.

SANTOS, S. G.; FIORESE, U.O.C. **Estudo sobre a aplicação dos princípios judoísticos na aprendizagem do judô**. Revista da Educação Física/UEM, v.1,n.2, p.11-14, 1990.

TRUSZ, Rodrigo Augusto. **A relação entre a prática de judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes na infância: a experiência dos professores do Projeto Bugre Lucena da ESEFID/UFRGS**. Dissertação de Mestrado, Programa de Pós Graduação em Ciências do Movimento da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança - UFRGS, 2018.

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, n.2, p.117-135, dez. 2010.

UNESCO. **Proposta pedagógica de esporte: Brasil Vale Ouro. Brasília:** Fundação Vale, UNESCO, 2013. 45, p.

VILLAMÓN, M.; BROUSSE, M. **El judo como contenido de la educación física escolar.** In: CASTARLENAS, J. L.; MOLINA, J. El judô em la educación física escolar: unidades didáticas. Barcelona: Editorial Hispano Europea, 2002. P. 11-28.

VIRGÍLIO, Stanlei. **A arte do judô. Campinas, SP:** Papirus, 1986. 64, p.

AGRADECIMENTOS

Agradecemos a Deus, por ter nos possibilitado este momento de crescimento e construção do conhecimento pedagógico e enriquecimento do saber. Momentos bons e ruins marcaram nossa trajetória, mas que serviram como aprendizado de vida.

Aos nossos pais, irmãos e familiares por todo apoio prestado durante este período. Agradecemos aos nossos amigos de turma por todas as experiências vividas e por todas as trocas de conhecimentos adquiridos no decorrer desta jornada.

Ao nosso professor e orientador, Dr. Edilson Laurentino, por tornar possível a realização deste trabalho, que mesmo sobrecarregado deu a devida atenção ao projeto, enriquecendo ainda mais com seu conhecimento.