

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

HENRIQUE MARQUES MENDONÇA

**REFLEXÕES SOBRE A PRÁTICA
DO JUDÔ NA EDUCAÇÃO
INFANTIL**

Campinas
2006

9/2/06



HENRIQUE MARQUES MENDONÇA

**REFLEXÕES SOBRE A PRÁTICA
DO JUDÔ NA EDUCAÇÃO
INFANTIL**

Trabalho de Conclusão de Curso
(Graduação) apresentado à Faculdade de
Educação Física da Universidade
Estadual de Campinas para obtenção do
título de Licenciado em Educação Física.

Orientadora: Elaine Prodócimo

Campinas
2006

EXEMPLAR 113
BIB/FEF, 18.12.2006
OK

UNIDADE	FEF	1166
N.º CHAMADA:	100	UNICAMP
	M523r	
V		Ex.
TOMBO BBL	3229	
PROJ		
-REC	1400	<input checked="" type="checkbox"/>
DATA	13/03/07	
N.º OPD	406008	
	200210355	

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA BIBLIOTECA FEF – UNICAMP

M523r Mendonça, Henrique Marques.
Reflexões sobre a prática do judô na educação infantil / Henrique
Marques Mendonça. – Campinas, SP: [s.n], 2006.

Orientador: Elaine Prodócimo.
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Faculdade de
Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.

1. Educação física. 2. Educação infantil. 3. Judô. 4. Ensino elementar
– Currículos – Brasil. I. Prodócimo, Elaine. II. Universidade Estadual de
Campinas, Faculdade de Educação Física. III. Título.

asm/fef

HENRIQUE MARQUES MENDONÇA

REFLEXÕES SOBRE A PRÁTICA DO JUDÔ NA EDUCAÇÃO INFANTIL

Este exemplar corresponde à redação final do Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) defendido por Henrique Marques Mendonça e aprovado pela Comissão julgadora em: 23/11/2006.



Elaine Prodócimo
Orientadora

José Júlio Gavião de Almeida
Banca Examinadora

Dedicatória

À minha querida e iluminada família, pois é o meu alicerce: linda mãezinha Rosina Coutinho de Mendonça, forte papai José Manuel Marques de Mendonça e fiéis e batalhadores irmãos amados Elaine e Eduardo. Todos juntos, com seu imenso carinho e incentivo, me deram as forças necessárias para acreditar cada vez mais na beleza da vida.

Agradecimentos

Primeiramente agradeço a Deus pela existência, por estar vivo e capaz de aprender, podendo conquistar mais essa etapa na minha caminhada. Caminhada essa, que pode ser dura e pesada, e que se faz necessário que seja levada com determinação e muito Amor. Isso, nós aprendemos em nossas relações, em que se dão as simples trocas que se transformam em aprendizados para a vida.

Viver é aprender, é AMAR, é sorrir, é chorar, é brincar, é ajudar, é compreender, é acreditar, e para isso, precisamos dos AMORES que estão presentes em nossas relações: AMOR de família, AMOR de amigos, AMOR de namorada, AMOR dos mestres e professores, AMOR de alunos e AMOR da energia maior que nos guia e nos fortalece. Sem esses AMORES, não estaria aqui escrevendo essas palavras, sem eles nada faria sentido. Sou muito grato a todos hoje e sempre!!!

Ao meu papai amado que sempre acredita e deposita todas as suas fichas em mim.

A minha doce mãezinha que muito me compreende e me completa.

Aos meus irmãos queridos, Elaine e Eduardo, seres iluminados que muito me ensinam.

Aos cunhados, Giu e Fernanda, por fazerem meus irmãos felizes.

A tia Ruth e ao tio Jú, pessoas fantásticas que muito me ajudaram e ainda me ajudam.

Aos meus amigos de antes, agora e sempre, com os quais construímos um algo inesquecível: TURMA BÁSICO – FITO 2.

Ao meu amigo do peito, Laércio, com quem muito aprendi e aprendo, tanto em relação a magia das artes marciais quanto no valor da verdadeira amizade.

Aos primeiros amigos com quem morei na B10 – Place: Fabi, Luis, Manu e Naza e os com quem morei no segundo ano de república: Cidão, Luizinho e Will.

Ao meu amigão Leonardo, que sempre me ajudou com seu jeito alegre e contagiante de ser.

Ao amigo Fabiano, que muito se preocupa e contribui para o entendimento do processo educativo.

Ao Dirceu, amigo, companheiro e BRINKELUDO!!!

A Mariana, pela atenção e ajuda com livros e idéias.

Aos amigos queridos da melhor turma da FEF de todos os tempos: 02 Noturno.

Aos amigos felizes do grupo de animadores ESFÉRA LÚDICA do Alphaville Campinas Clube: Débora, Karina, Andreza, Kizzy, Cinthia, Carol, Thomaz, Will, Pintor e Lara. Nunca esquecerei tudo o que fizemos juntos, levarei comigo tudo o que vocês me doaram.

Aos companheiros de trabalho da Fórmula Academia, com os quais também descubro o prazer de ensinar e aprender com as crianças, em especial, Luciana, Livia e Fabiano.

Ao Grupo de Estudo de Atividade Motora Adaptada da Unicamp (GEAMA), pelas amizades e aprendizados conquistados.

A minha PQNA, namorada e amiga, que com o seu jeito carinhoso, sincero e meigo, me mostra o doce sabor da vida, me completando em todos os aspectos, me deixando muito feliz por fazer parte da minha vida. Carol, obrigado por existir!!!

A todas as professoras, direções, funcionários e pais de todas as escolas que passei ou que ainda faço parte do corpo docente, que me dão a oportunidade de estar pertinho dos meus alunos queridos: “Chocolate”, “Favo de Mel”, “Elefantinho Azul”, “14 Bis”, “Alfabeto”, “Pica Pau”, “Creche Santo Antônio”, “Nosso Mundo”, “Ana’s Park”, “CENE”, “Barão de Teffé”, “CERA”, “Toca do Coelho”, “Sossego da Mamãe” e “Colégio Farroupilha”.

Aos professores de antigamente.

Aos professores de agora, em especial, Nana, Jocimar, Lino, Adilson, Robertão, e Mara Patricia.

A minha querida orientadora, Elaine Prodócimo, pessoa iluminada que mostra sempre presteza e carinho nas suas atitudes. Professora cujas palavras e exemplo de competência acadêmica, profissional e pessoal servem de inspiração.

Ao professor José Júlio Gavião, o homem pássaro, que muito contribuiu e contribui para a minha formação acadêmica e pessoal. Professor que nunca se cansa de nos ensinar o verdadeiro valor do sorriso e da brincadeira, e o prazer de se fazer o que gosta com muito afincado e AMOR.

Aos meus professores e mestres Arlans Maia e Givanildo Santana, que me iniciaram no fascinante mundo das artes marciais, sempre com muito carinho, respeito e dedicação.

Aos meus alunos grandes de Jiu Jitsu do Projeto de Extensão da FEF, que sempre me apoiaram e incentivaram a dar aula.

Aos meus alunos pequeninos, que são a minha fonte de inspiração. Alguns mesmo usando fralda, não deixam de colocar o quimono e pular no meu colo; o sorriso no rostinho de cada um explica o meu prazer de estar com eles. Uma coisa eu sei: tudo o que busco ensinar, aprendo em dobro com esses “anjinhos peraltas”.

Aqui não se encerra, mas se inicia a minha trajetória acadêmica cheia de sonhos e ideais.

MENDONÇA, Henrique Marques. **Reflexões Sobre a Prática do Judô na Educação Infantil**. 2006. 97f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

RESUMO

O Judô não deve ser compreendido apenas por meio dos seus gestos técnicos e esportivos. É uma arte marcial, em que encontramos suas verdadeiras essências, representadas pelos princípios e filosofias que as sustentam, e que as tornam extremamente cativantes, para quem passa a conhecê-las mais profundamente. O Judô, originalmente, respeita os valores e as exigências que provêm do campo educativo e pode constituir, na atualidade, um meio significativo dentro do campo das pedagogias corporais. Seu interesse pelo educativo, converte o Judô em uma atividade que serve de meio para a formação das pessoas. O objetivo através desse estudo é refletir sobre o Judô como uma prática possível dentro da Educação Infantil e que respeite as necessidades da criança nessa faixa etária bem como os objetivos educacionais propostos neste espaço. Para tanto foi feito um estudo a partir de material bibliográfico e de uma experiência pessoal de ensino, a fim de também contribuir para uma ampliação dos estudos e discussões do Judô como prática pedagógica. O presente trabalho adotou uma metodologia exploratória utilizando-se de levantamento bibliográfico sobre os aspectos históricos do Judô, tratando do seu surgimento e os ideais propostos pelo seu criador, mestre Jigoro Kano, e também a respeito do Judô e a sua prática propriamente dita, trazendo características específicas dessa arte marcial. Ainda no levantamento bibliográfico, foi realizado um estudo sobre a Educação Física Infantil baseado no Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil e em autores que a compreendem a partir de uma abordagem cultural. Por fim, trago reflexões de minha própria prática como professor de Judô na Educação Infantil, dialogando com as discussões anteriores e levantando pontos importantes para a compreensão da mesma. Este trabalho também visa enfatizar a importância da formação em Educação Física para o professor que trabalha com o Judô escolar, acreditando que tal formação o auxiliará nas adaptações que devem ser feitas no programa de aulas para as crianças da Educação Infantil, respeitando as suas características e interesses. O que torna viável a inserção do Judô na Educação Infantil, dentro da abordagem aqui exposta e defendida. Visa também propor discussões e reflexões sobre as metodologias utilizadas pelos professores, otimizando inquietações quanto à postura e conduta em relação aos seus objetivos, os quais devem preocupar-se em proporcionar aos praticantes de Judô um desenvolvimento globalizado e não apenas físico-técnico, transformando-os não necessariamente em grandes campeões, mas em verdadeiros indivíduos.

Palavras-Chaves: Educação Física; Educação infantil; Judô; Ensino elementar-Curriculos-Brasil.

MENDONÇA, Henrique Marques. **Reflexions about Judo Practice in the Children Education.** 2006. 97f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

ABSTRACT

Judo should not be understood solely by means of its technical and sporting movements. It is a martial art, the true essence of which we find represented by the principles and philosophies that support it and that make it extremely captivating to those who get to know it more deeply. Judo originally respects the values and demands of the educational field and can constitute, at present, a meaningful means within body pedagogy. The interest of judo in education converts it into an activity that is a means to people's formation. The objective of such a study is to reflect upon judo as a feasible practice within children education, which respects the child's needs in this age bracket as well as the educational objectives proposed in this field. As such, a study was made from bibliographical material and personal teaching experience in order to contribute to a widening of the study and the discussions about judo as a pedagogical practice. The present work adopted an exploratory methodology using bibliographical research of the historical aspects of judo, dealing with its appearance and the ideals proposed by its creator, Master Jigoro Kano, and also with respect to judo and its practice *per se*, raising specific characteristics of such a martial art. Still within its bibliographical research, a study was conducted about Physical Education for Children based on National Curricular Reference for Children Education (Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil) and about authors who understand it through a cultural approach. Finally, I introduce some reflection of my own practice as a judo instructor at kindergarten, reflecting upon previous discussions and raising important points for the understanding of such a martial art. Such work is also aimed to emphasize the importance of Physical Education formation for teachers who work with judo at school, believing that such formation will help them with the adaptations to be made in class planning for children in Children Education, respecting their characteristics and interests, which make judo insertion viable in Children Education within the approach exposed and defended herein. It also aims to propose some discussion and reflection on the methodologies used by teachers, optimizing their position and behaviour towards their goals, which should be concerned to provide those who practice judo with globalized development rather than physical-technical development, turning them not necessarily into outstanding champions, but into real individuals.

Keywords: Physical Education; Children education; Judo; Elementary school; Brazilian-school-curriculum.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 -	Jigoro Kano.....	20
Figura 2 -	Templo de Eishosi berço do Judô do Instituto Kodokan e Jigoro Kano aos 22 anos.....	22
Figura 3 -	Instituto Kodokan.....	24
Figura 4 -	Mestre Jigoro Kano.....	25
Figura 5 -	Conde Koma imobiliza adversário em combate em Manaus.....	29
Figura 6 -	Considerações sobre o CM e o Kuzushi.....	43
Figura 7 -	Happo-no-kuzushi.....	44
Figura 8 -	Estrutura do RCNEI.....	52
Figura 9 -	Dojô.....	64
Figura 10 -	Judogui.....	65
Figura 11 -	Saudação.....	68
Figura 12 -	Graduação.....	70
Figura 13 -	Amortecimento.....	72
Figura 14 -	Projeção.....	74
Figura 15 -	O-soto-gari.....	74
Figura 16 -	O-uchi-gari.....	75
Figura 17 -	Ko-uchi-gari.....	75
Figura 18 -	Gênero.....	77
Figura 19 -	Aula aberta.....	79
Figura 20 -	Espacialização versus Iniciação.....	80
Figura 21 -	Atividades motivadoras gerais e a parte inicial.....	83
Figura 22 -	Deslocamentos pelo tatame.....	84
Figura 23 -	Atividades cooperativas.....	85
Figura 24 -	Atividades motivadoras específicas e a parte principal.....	88
Figura 25 -	Atividades motivadoras gerais e a parte final.....	89
Figura 26 -	A ludicidade no Judô.....	91

LISTA DE QUADROS

Quadro 1 -	Graus kyu e as cores das faixas.....	33
Quadro 2 -	Graus dan e as cores das faixas.....	33
Quadro 3 -	Gokiô.....	39
Quadro 4 -	Algumas técnicas de Ne-waza.....	41

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

ACEAJ	Associação Cultural e Esportiva Amigos do Japão
CBJ	Confederação Brasileira de Judô
CM	Centro de massa
FEF	Faculdade de Educação Física
FPJ	Federação Paulista de Judô
MEC	Ministério da Educação e Cultura
NEPEF/UFSC	Núcleo de Estudos Pedagógicos em Educação Física/ Universidade Federal de Santa Catarina
RCNEI	Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil
SME	Secretaria Municipal de Educação
UNICAMP	Universidade Estadual de Campinas

SUMÁRIO

Introdução.....	13
Metodologia.....	16
Capítulo 1: Aspectos Históricos do Judô.....	17
1.1 Decadência e Renascimento do Jiu-Jitsu.....	17
1.2 Mestre Jigoro Kano e o Surgimento do Judô.....	19
1.3 O Espírito do Judô.....	25
1.4 A Chegada do Judô no Brasil.....	28
Capítulo 2: O Judô e sua Prática.....	32
2.1 Judogui.....	32
2.2 Graduação.....	32
2.3 Rei Ho (Saudações).....	34
2.4 Shissei (Postura).....	35
2.5 Kumi-Kata (Formas de pegadas no judogui).....	35
2.6 Shintai (Formas de andar e deslocamento do corpo).....	36
2.7 Ukemi-no-Waza (Técnicas de amortecimento/queda e rolamento).....	36
2.8 Técnicas do Judô	37
2.8.1 Nage-waza (Técnicas de arremesso) e Gokiô.....	38
2.8.2 Treinamento (Exercícios Básicos).....	39
2.8.3 Ne-waza (Técnicas de domínio no solo).....	40
2.9 Fases da projeção.....	41
2.9.1 Kuzushi.....	42
2.9.2 Tsukuri.....	44
2.9.3 Kake.....	45
2.10 Shiai (Luta; Competição).....	45
2.11 Pontuação e Penalizações.....	46
2.12 Katas.....	47
Capítulo 3: A Educação Física e a Educação Infantil.....	50
3.1 Estrutura do Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil.....	50
3.2 Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil e a Educação Física.....	54

3.3 A Educação Física na Educação Infantil.....	58
Capítulo 4: Educação Infantil e Judô: Refletindo uma Prática.....	62
4.1 Dojô e o judô escolar.....	63
4.2 Judogui e o judô escolar.....	64
4.3 Pegadas no jugogui e o judô escolar.....	66
4.4 Saudações/postura e o judô escolar.....	66
4.5 Graduação e o judô escolar.....	69
4.6 Rolamentos/amortecimentos e o judô escolar.....	71
4.7 Projeções e o judô escolar.....	73
4.8 Imobilizações e o judô escolar.....	75
4.9 Gênero e o judô escolar.....	76
4.10 Competição e o judô escolar.....	77
4.11 Especialização Precoce e o judô escolar.....	80
4.12 Aulas e o judô escolar.....	81
Considerações Finais.....	93
Referências Bibliográficas.....	95

Introdução

Por ser praticante de Jiu Jitsu/Judô há alguns anos, logo que entrei na Faculdade de Educação Física da UNICAMP e comecei a estudar as várias “pedagogias do esporte/movimento” e matérias da licenciatura, despertou em mim um enorme interesse em atuar em escolas, como professor de lutas. Ao longo desses anos de graduação, conheci várias áreas em que o profissional de educação física pode atuar, mas a que mais me motivou foi a educação física escolar. Ainda na graduação, comecei a dar aulas de Judô para a Educação Infantil (4 a 6 anos de idade). A única experiência que carregava comigo até então, era dar aulas de Jiu Jitsu em academia para todas as idades.

Artes marciais são aqui entendidas como uma representação de um mundo que fascina, que vai muito além de seus aspectos técnicos ou esportivos. Nelas encontramos as suas verdadeiras essências, representadas pelos princípios e filosofias que as sustentam, e que as tornam extremamente cativantes, para quem passa a conhecê-las mais profundamente.

Essas artes marciais são muito importantes em virtude da disciplina, individual e coletiva, de conceitos e qualidades que fazem parte do universo dessas lutas, como por exemplo: Auto-conhecimento; Desenvolvimento harmônico do ser; Disciplina; Auto controle; Respeito por si, Respeito pelos outros; Honradez; Virtude; Reflexo; Flexibilidade; Tranquilidade; entre outros tantos que enriquecem a formação humana.

Muito mais que uma arte de defesa, o Judô é uma atividade que procura despertar na criança o equilíbrio físico e emocional, a auto-estima e principalmente conscientizá-la de que a violência deve ser evitada no meio em que vive, perante a sociedade, entre seus amigos e familiares.

A reflexão sobre os benefícios que a prática dessas artes marciais proporciona às crianças, passou a ser constante em minha mente, e também, principalmente, sobre questões pedagógicas e metodológicas que revelassem estratégias de ensino adequadas para o seu desenvolvimento no ambiente escolar.

Inserido dentro desse contexto, como professor de Judô em diversas escolas de Educação Infantil, deparei-me com muitas dificuldades, dúvidas e inquietações, como por

exemplo: O Judô é adequado para essa faixa etária? Como e de que forma devo adaptar o Judô como esporte para uma prática pedagógica e lúdica no âmbito escolar sem priorizar os valores competitivos e mesmo a ênfase técnica na execução dos movimentos? Como ensinar “luta” para essa faixa etária? Existem sustentações teóricas relacionadas ao Judô e a Educação Infantil em que possa me apoiar?

Com todas essas perguntas e na tentativa de buscar esclarecimentos percebi que esse assunto é ainda pouco aprofundado e discutido no âmbito acadêmico. Poucos são os trabalhos científicos apresentados dentro da temática do Judô relacionados à Educação Infantil, que possam ajudar os profissionais que atuam nessa área.

Como o Judô é apresentado na Educação Infantil e como ele é trabalhado pedagogicamente na escola para essa faixa etária, já que a busca por essa modalidade é muito grande, são também preocupações desse trabalho.

Atualmente, muitas escolas de Educação Infantil, principalmente as particulares, estão agregando em seus planejamentos aulas extras, dentre as quais o Judô aparece com grande destaque.

Sendo assim, surge outra questão: Os profissionais que irão atuar nessa área possuem a devida capacitação, estão preparados para atender e entender as necessidades das crianças?

Na minha experiência, pude observar diversas situações negativas em relação a vivência do Judô na Educação Infantil, que levam muitas pessoas a terem um posicionamento contrário a sua presença nesse espaço.

Uma delas é que alguns profissionais da área não levam muito em conta a necessidade de se entender a criança enquanto ser único e ao mesmo tempo múltiplo, cheio de limitações, desejos e necessidades globais. Outra é o fato da postura pedagógica da escola, relacionando o tratamento que ela oferece para essa prática, que muitas vezes se limita apenas à venda de mais um produto, com o aumento da clientela, sem se preocupar com os objetivos educacionais e com os benefícios reais que essa vivência pode oferecer à criança ou até com os prejuízos quando não trabalhados adequadamente.

A atuação desses profissionais visando a competição como elemento norteador da prática dentro do ambiente escolar, é mais um ponto negativo constatado, além da forma como

é ministrado e também como é colocado pela Confederação e Federações de Judô para essas categorias.

Penso aqui a Educação Física como uma área do conhecimento que através de seus saberes já constituídos fornece as ferramentas capazes de auxiliar no esclarecimento das questões aqui expostas.

O objetivo desse estudo é refletir sobre o Judô como uma prática possível dentro da Educação Infantil que respeite as necessidades da criança nessa faixa etária bem como os objetivos educacionais propostos neste espaço, a partir de material bibliográfico e de uma experiência pessoal de ensino, a fim de também contribuir para uma ampliação dos estudos e discussões do Judô enquanto prática pedagógica.

Metodologia

O tipo de procedimento metodológico escolhido para a realização deste trabalho classifica-se como pesquisa exploratória. Segundo Santos (2002 p. 26-27):

Explorar é tipicamente a primeira aproximação de um tema e visa criar maior familiaridade em relação a um fato ou fenômeno. Quase sempre se busca essa familiaridade pela prospecção de materiais que possam informar ao pesquisador a real importância do problema, o estágio que se encontram as informações já disponíveis a respeito do assunto, e até mesmo revelar ao pesquisador novas fontes de informações.

A pesquisa se realizou com base em bibliografias a respeito de aspectos históricos do Judô, da sua prática propriamente dita. Realizou-se ainda, um levantamento bibliográfico sobre a Educação Física Infantil, no qual foi utilizado o Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil e autores que tratam a Educação Física Infantil dentro de uma abordagem cultural.

Descrição do estudo:

- Estudo teórico e levantamento bibliográfico sobre o Judô (história e sua prática), em livros, monografias de conclusão de curso, artigos e sites;
- Estudo teórico e levantamento bibliográfico sobre a Educação Física e Educação Infantil, em livros, dissertações, teses e documentos, como o RCNEI e as Diretrizes Curriculares para a Educação Física no Ensino Fundamental e na Educação Infantil da Rede Municipal de Florianópolis;
- Descrição e reflexão da minha própria prática dentro do ensino do Judô alinhada a proposta teórica abordada.

Capítulo 1: Aspectos Históricos do Judô

1.1 DECADÊNCIA E RENASCIMENTO DO JIU-JITSU

Durante o período medieval japonês, do século XIV ao XVIII, aproximadamente, as artes marciais tiveram grande importância por seu uso militarista, apresentando evidente progresso técnico, destacando-se os grandes talentos em todas as formas de luta pela preservação da vida, utilizando-se de armas como sabres, lanças e outros instrumentos, bem com métodos de combates com as mãos nuas. Ao mesmo tempo em que aprimorava o físico para adquirir destreza na arte marcial, o *samurai*¹ desenvolvia formas de dominar seus próprios impulsos e controlar sua vontade, em alto grau, para poder enfrentar as adversidades corajosamente "até a morte". Essa filosofia de vida era a alma das artes marciais e entendiam os *samurais*, que ela só poderia ser atingida através de árduo treinamento para desenvolver o espírito de luta - *Budo* - através da busca da serenidade, da simplicidade e do fortalecimento do caráter, qualidades próprias da doutrina *Zen*². Um código de honra, ética e moral, o *Bushido*, conhecido como via do guerreiro, foi elaborado com forte influência do *Budismo*, alicerçando-se na preservação do caráter máximo, tal como honra, determinação, integridade, espírito de fé, imparcialidade, lealdade e obediência; preconizando uma forma de viver pela conduta de cavalheirismo, respeito, bondade, desprezo pela dor e sofrimento (FPJ, 2006).

Em Kodokan (2006), como uma das formas de arte marcial surgiu o Jiu-Jitsu, que aparecem nas crônicas medievais e até mais antigas, uma dúzia ou talvez mais de nomes diferentes como *Yawara*, *Taijutsu*, *Wajutsu*, *Torite*, *Kogusoku*, *Kempô*, *Hakuda*, *Kumiuchi*, *Rhubaku*, *Koshi-No-Nawari* etc.

¹ O Samurai foi membro da classe de guerreiros japoneses da época feudal.

² *Zen* é o nome japonês de um ramo do Budismo Mahayana, praticado sobretudo na China, Japão, Vietnã e Coreia. Atualmente, o *Zen* é uma das escolas budistas mais conhecidas e de maior expansão no Ocidente (WIKIPEDIA, 2006).

Luta corporal sem uso de armas, não tendo, porém, registro preciso de sua origem. Era um sistema de ataques que envolvia projeções, pancadas, estrangulamentos, cotoveladas, joelhadas e imobilizações do oponente, bem como a defesa contra esses ataques.

Em Virgílio (1994), é interessante, referirmos-nos a história do médico japonês Shirobei Akima que esteve na China aperfeiçoando seus conhecimentos e também estudando o *Wu-Chu*³. Durante uma nevasca, notou ele que o salgueiro, tão logo a neve se acumulava em seus galhos, fletiam-se, suavemente, deixando-a cair ao solo, voltando após à primitiva posição. Cediam, pois ao invés de resistir ao peso esmagador, e assim, mantinham-se íntegras. Já as cerejeira, árvores fortes e troncudas resistiam por muito tempo, mas terminavam com os galhos fendidos ou arrancados do tronco, tão logo a carga se acumulava em demasia. Eis a natureza a ensinar o princípio básico do Jiu-Jitsu assimilado pelo Judô, não resistir ao esforço direto do oponente, mas ceder aparentemente a fim de posteriormente, obter superioridade definitiva.

A partir daí, Akima aperfeiçoou os seus métodos de luta, que se propagaram pelo Japão com o nome de *Yoshin Ryu*, isto é, "Coração de Salgueiro".

Ainda segundo o site da FPJ, a prática do Jiu-Jitsu a partir do século XVI, quando houve uma evolução muito grande da luta, especialmente na região de *Edo* (1603-1868), região que mais tarde seria chamada de Tóquio, transformou-se numa arte complexa, ensinada por mestres de numerosas escolas cujas características eram a especialização dos professores em determinadas técnicas, adotando estilos próprios e secretos, cujos princípios de ensinamento se apoiavam no conhecimento empregado pelos *samurais*. Na suavidade está a força (Ju = suavidade; Jitsu = arte ou prática).

No ano de 1865, o Comodoro Matthew Perry, comandante de uma expedição naval americana, conseguiu fazer com que os japoneses abrissem seus portos ao mundo com o tratado "Comércio, Paz e Amizade". Abrindo seus portos para o ocidente, surgiu na Terra do Sol Nascente, uma tremenda transformação político-social, denominada era *Meiji* ou "Renascença Japonesa", quando foi abolido o sistema feudal.

Nessa dinâmica época de transformações e inovações radicais, os nipônicos ficaram ávidos por modernizar-se e adquirir a cultura ocidental. Tudo aquilo que era tradicional ficou um pouco esquecido, ou melhor, quase que totalmente relegado.

³ Wu-Chu é uma luta chinesa composta de algumas projeções, chaves e atemis, cujo professor foi Pão-Chuan (VIRGÍLIO, 1994, p. 33).

Segundo Calleja (1982), os mestres do Jiu-Jitsu perderam as suas posições oficiais e viram-se forçados a procurar emprego em outros lugares, muitos se voltaram então para a luta e exibição em feiras. E a ordem proibindo o *samurai* de usar espadas em 1871, assinalou um sutil declínio em todas as artes marciais, e o Jiu-Jitsu não foi uma exceção sendo considerado como uma relíquia do passado.

Nota-se nesse mesmo autor que tempos depois surgiu uma onda contrária às inovações radicais. Havia terminado a onda chamada "Febre Ocidental". O Jiu-Jitsu foi colocado na sua posição de arte marcial, tendo o seu valor reconhecido, principalmente pela polícia e pela marinha. Apesar de sua indiscutível eficiência para a defesa pessoal, o antigo Jiu-Jitsu não podia ser considerado um esporte, muito menos ser praticado como tal. Não haviam regras tratadas pedagogicamente e nem mesmo padronizadas.

Os professores ensinavam às crianças os denominados "Golpes Mortais" e os traumatizantes e perigosos "Golpes Baixos". Sendo assim, quase sempre, os alunos menos experientes, machucavam-se seriamente. Valendo-se das suas superioridades físicas, os maiores chegavam a espancar os menores e mais fracos.

Tudo isso fazia com que o Jiu-Jitsu gozasse de uma certa impopularidade, logicamente, entre as pessoas esclarecidas e que possuíssem um pouco de bom senso. O Jiu-Jitsu entrava em outra fase de decadência.

1.2 MESTRE JIGORO KANO E O SURGIMENTO DO JUDÔ

Devemos ao Jigoro Kano, esse indivíduo de espírito empreendedor, fiel aos seus ideais, com perseverança, liderança e inteligência, a criação do Judô, pessoa de fundamental importância, pai incontestado desse nosso esporte.



Figura 1 – Jigoro Kano
Fonte: Bushido, 2006

Em Virgílio (1994), nascido em 28 de outubro 1860, em Mikage, prefeitura de Hyogo no Japão, terceiro filho de Jirosaku Mareshiba Kano, alto funcionário da marinha imperial, seus pais queriam que seguisse a carreira de diplomata ou político, mas Jigoro Kano preferiu o magistério, embora de personalidade marcante, possuía físico franzino, medindo 1,55 metros de estatura e o seu peso, não passava dos 55 kg, o que dificultava o seu ingresso na maioria dos esportes.

Em 1871 com 11 anos de idade foi mandado para Tóquio para estudar o idioma inglês, então indispensável para o progresso em qualquer sentido e que, possibilitou mais tarde tornar-se professor e tradutor dessa língua e ainda montar sua própria escola de inglês em Tóquio, a Kobukan.

Aos 16 anos, decidiu fortalecer o corpo, praticando a ginástica, o remo e o baseball. Mas estes esportes eram muito violentos para sua frágil constituição física. Além disso, nas brigas entre estudantes, Kano era sempre vencido. Ferido na sua qualidade de filho de um *samurai* decidiu estudar o Jiu-Jitsu. Alguns anos depois, já na Universidade cursando a faculdade de letras, lhe foi recomendado um senhor chamado Teinosuke Yagi, que havia sido discípulo de Hachinosuke Fukuda. Jigoro Kano ao encontrá-lo disse que queria aprender Jiu Jitsu e Yagi disse

que não compreendia como um estudante francês queria aprender Jiu-Jitsu e também que não podia ensinar porque não sabia muito Jiu-Jitsu. Mas Yagi ficou muito satisfeito com a solicitação de Jigoro e o levou a Fukuda que foi o seu primeiro mestre (WIKIPEDIA, 2006).

Assim, em 1877, matriculou-se na escola *Tenshin Shinyo Ryu*, sendo discípulo do mestre Hachinosuke Fukuda. Em 1879, com a idade de 82 anos, Fukuda morreu e Kano herdou suas crônicas e arquivos. Tornou-se em seguida aluno do mestre Masatomo Iso, um sexagenário que possuía os segredos de uma escola derivando igualmente do *Tenshin Shinyo Ryu*. Continuando o seu treinamento Jigoro Kano torna-se vice-presidente da escola. Infelizmente, Masatomo Iso, morreu muito cedo e Kano novamente encontrou-se sem professor.

Em Kodokan (2006), Jigoro continuou a treinar intensamente, mas um bom professor lhe era indispensável. Foi então que procurou o mestre Tsunetoshi Iikugo que lhe ensinou a técnica da escola *Kito Ryu*. Como Kano até então só praticara sempre as lutas corpo a corpo, sempre usando roupas normais, a escola de Kito ensinou-lhe o combate com armadura. Pouco a pouco, Kano fez a síntese das diversas escolas criando um sistema próprio de disciplina, continuando, no entanto a treinar com o mestre Iikugo até 1885.

Temos em Calleja (1982), que Jigoro Kano era um esforçado cultor do Jiu-Jitsu. Procurando encontrar explicações científicas aos golpes, baseados em leis de dinâmica, ação e reação, selecionou e classificou as melhores técnicas dos vários sistemas do Jiu-Jitsu, dando ênfase principalmente no ataque aos pontos vitais e nas lutas de solo do estilo *Tenshin-Shinyo-Ryu* e nos golpes de projeção do estilo *Kito-Ryu*. Inseriu princípios básicos como o do equilíbrio, gravidade e sistema de alavancas nas execuções dos movimentos lógicos.

Ainda de acordo com Calleja (1982), Jigoro Kano estabeleceu normas a fim de tornar o aprendizado mais fácil e racional. Idealizou regras para um confronto esportivo, baseado no espírito do *Ippon-Shobu* (luta pelo ponto completo). Procurou demonstrar que o Jiu-Jitsu aprimorado, além de sua utilização para defesa pessoal, poderia oferecer aos praticantes, extraordinárias oportunidades no sentido de serem superadas as próprias limitações do ser humano.

De acordo com Virgílio (1994), em fevereiro de 1882, Jigoro Kano, com 22 anos de idade, inaugura sua primeira escola denominada Kodokan. A escola estava localizada no segundo andar de um templo budista Eishoji de Kita Inaritcho, da seita *Jodô, Zen-budista*, bairro

de Shimoya em Tóquio. O primeiro aluno inscreveu-se em 05 de junho de 1882, chamava-se Tomita.

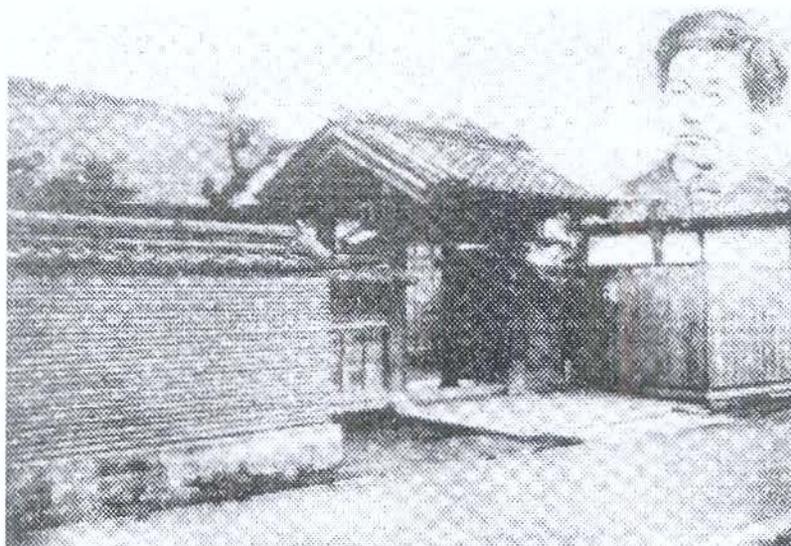


Figura 2 – Templo de Eishosi berço do Judô do Instituto Kodokan e Jigoro Kano aos 22 anos
Fonte: Kodokan, 2006

Em Kodokan (1955 apud PENNA, 2000), depois vieram Shiro Saigo, Yamashita, Yokoyama, Shuiti Nagoaka, Higushi, Arima, Nakajima e Amano Kai. As idades oscilavam entre 15 e 18 anos. Kano albergou-se e ocupou-se deles como se fosse um pai. Foi um período difícil, mas apaixonante, o jovem professor não tinha dinheiro, mas a escola progrediu e em breve tornou-se célebre. Shiro Saigo foi o segundo a ser registrado, tornando-se o grande campeão do Kodokan e um dos maiores judocas de todos os tempos

Segundo Shinohara (1982), os termos que compoem a palavra Judô vão diretamente ao significado que seu criador queria para a sua escola, **Ju** – suavidade e **Dô** – caminho, portanto, Caminho Suave, assim como a constituição da palavra de seu instituto Kodokan onde **Ko** – fraternidade, **Do** – caminho e **Kan** – instituto, então, Instituto do Caminho da Fraternidade. Chamando o seu novo sistema de Judô, ele pretendeu elevar o termo “Jitsu” (Arte ou Prática) para “Do”, ou seja, para caminho ou via, dando a entender que não se tratava apenas de mudança de nomes, mas que o seu novo sistema repousava sobre uma fundamentação filosófica.

A nova arte do mestre tinha duas formas distintas, uma abrangia as técnicas de queda, imobilizações, chaves e estrangulamentos. Essa forma evoluiu para o esporte e a outra parte consistia nas técnicas de golpear com as mãos e os pés, em combinações com agarramentos e chaves para imobilização, inclusive ataques em pontos vitais (*Atemi-Waza*). Essa forma evoluiu para a defesa pessoal (*Goshin-Jutsu*).

Virgílio (1994), nos coloca que Jigoro Kano tentava dar maior expressão à lenda de origem do estilo *Yoshin-Ryu* (Escola do Coração de Salgueiro), esta se baseava no princípio de “ceder para vencer”, como já vimos anteriormente.

Em um combate o praticante tinha como o único objetivo à vitória e no entender de Kano isto era totalmente errado. Uma atividade física deveria servir em primeiro lugar, para a educação global dos praticantes. Os cultores profissionais do Jiu-Jitsu não aceitavam tal concepção, para eles o verdadeiro espírito do Jiu-Jitsu era o *Shin-Ken-Shobu* (vencer ou morrer, lutar até a morte).

Em 1898, em uma de suas conferências, Jigoro Kano, assim se pronunciou, palavras do mestre Kano citadas por Calleja (1982, p. 10):

Eu estudei o Jiu-Jitsu não somente porque o achei interessante, mas também, porque compreendi que seria o meio mais eficaz para a educação do físico e do espírito. Porém, era necessário aprimorar o velho Jiu-Jitsu, para torná-lo acessível a todos, modificar seus objetivos que não eram voltados para a educação física ou para a moral, nem muito menos para a cultura intelectual. Quando comecei a ensinar o Jiu-Jitsu ele estava caindo em descrédito. Alguns mestres desta arte ganhavam a vida organizando espetáculos entre seus alunos, através de lutas, cobrando daqueles que quisessem assistir. Outros se prestavam a serem artistas da luta junto com profissionais de sumô. Tais práticas degradantes prostituíam uma arte marcial e isso me era repugnante. Eis a razão de ter evitado o termo Jiu-Jitsu e adotado o do Judô. E para distingui-lo da academia Jikishin Ryu que também empregava o termo Judô denominei a minha escola de Judô Kodokan, apesar de soar um pouco longo.

Lamentavelmente a 04 de maio de 1938, com 77 anos de idade, morre Jigoro Kano de febre amarela, a bordo do transatlântico Hikawa Maru, quando voltava do Cairo, onde havia presidido a Assembléia Geral do Comitê Internacional dos Jogos Olímpicos (VIRGÍLIO, 1994).



Figura 3 – Instituto Kodokan.
Fonte: Judolandia, 2006

Foi pena que Jigoro Kano não tivesse podido assistir em março de 1958 à inauguração do moderníssimo edifício que alberga hoje o Kodokan.

Para além do imenso tapete com 500 tatames, tem mais três salas com 108 tatames e três salas com 54 tatames, contando com cerca de 2.000 m² de áreas praticáveis destinadas a treino de competição, treino de mulheres, crianças, alunos particulares, estrangeiros, etc., com possibilidade de acolher estudantes especiais, assim como os monitores.

Não houve para ele tempo de assistir a Universidade do Judô, mas tinha certeza da sua perpetuação, podemos perceber isso em suas próprias palavras citadas por Calleja (1982, p. 25): "Quando eu morrer, o Judô Kodokan não morrerá comigo, porque muitas coisas virão a ser desenvolvidas se os princípios de minha arte continuarem sendo estudados".

1.3 O ESPÍRITO DO JUDÔ

Segundo Shinohara (1982), os princípios que inspiraram Jigoro Kano quando da idealização do Judô foram:

- I. *Seryoku Zenyô* (Máxima eficiência com mínimo esforço)
- II. *Jita Kyozei* (Prosperidade e benefícios mútuos)
- III. *JU* (Suavidade)



Figura 4 – Mestre Jigoro Kano
Fonte: Judolandia, 2006

O primeiro princípio é ao mesmo tempo a utilização global, racional e utilitária da energia do corpo e do espírito. Jigoro Kano afirmava que este princípio deveria ser aplicado no aprimoramento do corpo, servindo para torná-lo forte, saudável e útil. Podendo ainda ser aplicado para melhorar a nutrição, o vestuário, a habitação, a vida em sociedade, a atividade nos negócios na maneira de viver em geral.

O segundo princípio diz respeito à importância da solidariedade humana para o bem individual e universal. Achava ainda que a idéia do progresso pessoal devia ligar-se a ajuda ao próximo, pois acreditava que a eficiência e o auxílio aos outros criariam não só um atleta melhor como um ser humano mais completo.

O terceiro princípio, *Ju* ou suavidade é o mais diretamente físico, mas que no entender de Jigoro Kano deveria ser levado ao plano intelectual, ceder para vencer. Temos aqui toda a grandeza do Judô, que voltado para o espírito almeja um mundo melhor, mas humano e justo para todos.

O professor Jigoro Kano afirma o seguinte:

Ainda que eu considere o Judô dualisticamente, a prosperidade e benefícios mútuos podem ser vistos como sua finalidade última e a máxima eficiência como meio para atingir esse fim. Essas doutrinas são aplicáveis a todas as condutas do ser humano (SHINOHARA, 1982, p. 1).

Para Virgílio (1994), *Seryoku Zenyô* (o melhor uso da energia) e *Jita Kyoiei* (Prosperidade e benefícios mútuos) são as duas máximas do Judô que sintetizam o ideal e os ensinamentos de Jigoro Kano.

Esse autor (p. 23-25) ainda nos traz os nove princípios que compõem o Espírito do Judô que foram criados pelo mestre Kano:

1) Conhecer-se é dominar-se, dominar-se é triunfar.

Necessidade do homem conhecer a si mesmo, saber quais as qualidades e deficiências que possui, para descobrir suas possibilidades no mundo em que vive enfrentando todas as situações que exigem soluções. Tudo isso para aumentar suas possibilidades de triunfar.

2) Quem teme perder já está vencido.

Quando entramos numa disputa incertos, inseguros ou temerosos, nossas forças se dissociam e enfraquecem, colocando-nos à mercê daquele ou daqueles que buscam com mais garra o triunfo.

3) Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo humildade.

A perfeição é de Deus, somente ele é perfeito. O homem pode e deve, entretanto, tentar sempre se aproximar da perfeição em todas as suas obras e durante toda a sua vida. Estará trabalhando, portanto, para a complementação desse mundo que nos foi dado e pelo qual somos responsáveis.

4) Quando verificares, com tristeza, que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso no aprendizado.

Na medida em que nos aprofundamos no conhecimento de um determinado assunto, vemos que a meta final se distancia e se ramifica em tantas outras opções que somos levados a reconhecer com tristeza que nada ou muito pouco sabemos, e que a meta final não se encontra ao nosso alcance.

5) Nunca te orgulhes de haver vencido a um adversário. O que venceste hoje poderá derrotar-te amanhã. A única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância.

Como antítese da humildade, o orgulho nos torna arrogantes, soberbos e autosuficientes, criando a nossa volta um clima hostil. Nem a própria vitória contra a ignorância justificaria o orgulho, pois o saber deve ser um instrumento de realizações para a coletividade e a ela ser oferecido.

6) O judoca não se aperfeiçoa para lutar, luta para se aperfeiçoar.

Se a vitória fosse a primeira e única meta do judoca em cima do tatame, ele ajudaria a tornar o esporte igual a tantas outras lutas, pobres e sem motivos ou ideais duradouros e úteis.

7) O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes.

A inteligência que deve ter o judoca para compreender aquilo que lhe ensinam, acrescentamos a perseverança e humildade. Um pouco de perseverança possibilitará sempre bom

aprendizado. Humildade porque sem ela podemos achar que somos sábios e do alto da nossa suficiência não desceremos para aprender o que não sabemos.

8) Saber cada dia um pouco mais e usá-lo todos os dias para o bem, esse é o caminho dos verdadeiros judocas.

O homem sempre está aprendendo nos atos da vida, pois ele é um ser dinâmico e evolutivo. Quanto a usar esses conhecimentos para o bem, é uma questão de princípios, inerente ao homem de bem e ao judoca principalmente.

9) Praticar judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como ensinar o corpo a obedecer corretamente. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência.

Quanto mais acumulamos experiência na prática do Judô e nos aprofundamos em sua filosofia mais fascinante ele se torna. Essa progressão educa a mente, nos ensina a pensar com velocidade e exatidão, e ensina o corpo a obedecer com precisão.

Portanto, são esses os nove princípios que marcam os caminhos do progresso e do aprofundamento no conhecimento e prática do Judô. A eles devem os judocas a sua atenção, obediência e zelo.

1.4 A CHEGADA DO JUDÔ NO BRASIL

De acordo com Shinohara (1982), o Judô foi implantado no Brasil por volta de 1908 com o advento da imigração japonesa através do barco *Kasatu Maru*.

Em 1904, Mitsuyo Maeda ao lado de Sanshiro Satake, saiu do Japão. Seguiram então para os Estados Unidos, México, Cuba, Honduras, Costa Rica, Panamá, Colômbia, Equador, Peru (onde conheceram Laku, mestre em Jiu-Jitsu que dava aulas para a polícia peruana), Chile, onde mantiveram contato com outro lutador, Okura, Argentina (foram apresentados a Shimitsu) e Uruguai.

Segundo Virgílio (1994), Mitsuyo Maeda, chega ao Brasil por volta de 1914, como divulgador do Judô e do Jiu-Jitsu.

No site da CBJ (2006), o Conde Koma, como também Mitsuyo Maeda era conhecido, fez sua primeira apresentação no país em Porto Alegre. Partiu para as demonstrações pelos Estados do Rio de Janeiro, São Paulo, Salvador, Recife, São Luís, Belém (em outubro de 1915) e finalmente Manaus. Foi para o estado do Pará que Koma acabou transferindo-se, onde popularizou seus conhecimentos da nobre arte. Outros mestres também faziam exhibições e aceitavam desafios em locais públicos. Mas foi um início difícil para um esporte que viria a se tornar tão difundido.

Ainda nesse mesmo site, a passagem pelas cidades brasileiras foi marcada apenas por rápidas apresentações. A primeira apresentação do grupo japonês em Manaus, intermediado pelo empresário Otávio Pires Júnior, em 20 de dezembro de 1915, aconteceu no teatro Politeama. Foram apresentadas técnicas de torções, defesas de agarrões, chaves de articulação, demonstração com armas japonesas e desafio ao público. Com o sucesso dos espetáculos, os desafios contra os membros da equipe multiplicaram.



Figura 5 – Conde Koma imobiliza adversário em combate em Manaus.
Fonte: Judobrasil, 2006

Costata-se no site Judobrasil (2006), entre os desafiantes, boxeadores como Adolfo Corbiniano, de Barbados, e lutadores de luta livre romana como o árabe Nagib Asef e Severino Sales. Na época Manaus vivia o "boom" da borracha e com isso as lutas eram recheadas de apostas milionárias, feitas pelos barões dos seringais. De quatro a oito de janeiro de 1916, foi realizado o primeiro Campeonato de Jiu-Jitsu Amazonense. O campeão geral foi Satake. Conde Koma não lutou desta vez, ficando apenas com a organização do evento.

No dia seguinte (09/01/1916), o Conde, ao lado de Okura e Shimitsu, embarcou para Liverpool, na Inglaterra, onde permaneceram até 1917. Enquanto a dupla permaneceu no Reino Unido, Satake e Laku seguiram lecionando Jiu-Jitsu japonês aos amazonenses no Atlético Rio Negro. E os mestres orientais continuaram vencendo combates a que eram desafiados. Até que em novembro de 1916, o lutador italiano Alfredi Leconti, empresariado por Gastão Gracie, então sócio no American Circus com os Irmãos Queirolo, chegou a Manaus para mais um desafio. Satake que estava adoentado cedeu seu lugar para Laku, sendo este derrotado por Leconti. Satake, em recuperação, seria o próximo adversário do italiano, mas devido a brigas geradas por ocasião do combate entre Laku e o desafiante, o delegado Bráulio Pinto resolve proibir outras lutas na capital amazonense.

Em 1917, de volta ao Brasil, mais especificamente em Belém, e tendo ao lado sua companheira, a inglesa May Iris Maeda, Conde Koma ingressa no American Circus onde conhece finalmente Gastão Gracie. Em 1920, já com a crise da borracha, é desfeito o American Circus. Com isso, Mitsuo Maeda embarca novamente para a Inglaterra. Em 1922, regressa como agente de imigração, trabalhando pela Companhia Industrial Amazonense e começa a ensinar Judô aos belenenses na Vila Bolonha. No mesmo ano, seu ex-companheiro Satake embarca para a Europa e nunca mais se tem notícias do grande mestre. Conde Koma continuou em Belém, falecendo em julho de 1941. Carlos e Hélio Gracie, filhos de Gastão seguiram atuando no Jiu-Jitsu, modalidade que aprenderam com Koma no circo do pai (JUDOBRASIL, 2006).

De acordo com Virgílio (1994), as escolas Grace prosperaram e espalharam-se por várias capitais, mas sempre dedicando-se mais ao Jiu-Jitsu. Para esse autor, os brasileiros ainda não estavam preparados para um esporte como o Judô, e o Jiu-Jitsu monopolizava as atenções e interesses. Pode-se dizer que por um bom tempo o Judô amparou-se no Jiu-Jitsu, que como estranha arte de defesa pessoal era muito eficiente e fascinante para a época.

Outro fator decisivo citado pelo mesmo autor na escalada do Judô foi a chegada ao país do grupo de nipônicos em 1938. Tinham como líder o professor Ryuzo Ogawa e fundaram a Academia Ogawa, com o objetivo de aprimorar a cultura física, moral e espiritual, em função da organização e difusão do Judô. O esforço que levaram a cabo tinha ideais elevados, objetivando projetar o esporte na preferência dos brasileiros e separá-lo definitivamente do Jiu-Jitsu. Daí por diante disseminaram-se a cultura e os ensinamentos do Mestre Jigoro Kano e em 18 de março de 1969 era fundada a Confederação Brasileira de Judô, sendo reconhecida oficialmente em 22 de fevereiro de 1972, sendo seu presidente até início de 1979 Augusto de Oliveira Cordeiro.

Nota-se ainda em Virgílio (1994, p. 56) que:

Entre os beneméritos do esporte estão muitos brasileiros que se dedicaram ao Judô com idealismo, amor e muito trabalho. Ombro a ombro com os mestres japoneses, levaram adiante os ideais de Jigoro Kano e construíram entre nós um esporte de todas as raças.

Capítulo 2: O Judô e sua Prática

O Judô foi considerado desporto oficial no Japão nos finais do século XIX e a policia nipônica introduziu-o nos seus treinos.

Com milhares de praticantes e federações espalhados pelo mundo, o Judô se tornou um dos esportes mais praticados. Não restringindo seus adeptos a apenas homens, mas estendendo seus ensinamentos para mulheres, crianças e idosos, o Judô teve um aumento significativo no número de adeptos.

Veremos a seguir algumas características dessa arte marcial, como por exemplo, nomenclaturas utilizadas, classificação dos praticantes (graduação), as técnicas, posturas e comportamentos exigidos e as regras como desporto competitivo.

2.1 JUDOGUI

É o uniforme utilizado na prática do Judô, ele deve ser mantido limpo e em bom estado. A primeira coisa que deve-se aprender é como vesti-lo e amarrar a faixa em volta da cintura.

O judogui é composto por três partes:

- 1^a) *Wagui*: casaco
- 2^a) *Shitabaki*: calça
- 3^a) *Obi*: faixa

2.2 GRADUAÇÃO

Os praticantes de Judô são classificados conforme o grau de desenvolvimento de suas habilidades e conhecimento. São classificados em duas graduações, *kyu* e *dan*. Há oito graus de *kyu*, os quais se distinguem pelas cores das faixas:

Quadro 1 – Graus *kyu* e as cores das faixas.

KYU		
8º KYU		Faixa Branca
7º KYU	Shitikiyu	Faixa Cinza
6º KYU	Rokyu	Faixa Azul
5º KYU	Gokyu	Faixa Amarela
4º KYU	Yonkyu	Faixa Laranja
3º KYU	Sankyu	Faixa Verde
2º KYU	Nikiyu	Faixa Roxa
1º KYU	Ikyu	Faixa Marrom

Fonte: Wikipedia, 2006

As graduações de *dan*, ao contrário das de *kyu* avançam de 1º dan (*SHODAN*) para 10º dan (*JUDAN* ou *DYODAN*), o mais alto grau. Estes graus diferenciam-se pelas seguintes cores das faixas:

Quadro 2 – Graus *dan* e as cores das faixas.

DAN		
1º DAN	Shodan	Faixa Preta
2º DAN	Nidan	Faixa Preta
3º DAN	Sandan	Faixa Preta
4º DAN	Yondan	Faixa Preta
5º DAN	Godan	Faixa Preta
6º DAN	Rokudan	Faixa Vermelha e Branca
7º DAN	Shitchidan	Faixa Vermelha e Branca
8º DAN	Ratchidan	Faixa Vermelha e Branca
9º DAN	Kyodan	Faixa Vermelha
10º DAN	Judan ou Dyodan	Faixa Vermelha

Fonte: Wikipedia, 2006

As promoções tanto para as graduações de *kyu* como para as de *dan* baseiam-se em exames que incidem sobre requisitos tais como: duração de tempo de treino, idade, caráter moral, execução das técnicas especificadas nos regulamentos e comportamento em competições. No caso de promoção de *kyu*, faixa branca a marrom é outorgada pela associação, no caso de promoção as graduações de *dan*, até 3º *dan* são realizadas pela banca examinadora da Liga de Judô do Estado, as outras graduações superiores pela Comissão Nacional de Graus. O sucesso em torneios, campeonatos, por si só não constitui motivo de promoção, é preciso comprovar idoneidade moral e conhecimentos do Judô (Caderno Técnico de Arbitragem F.P.J., 1999).

Em Virgílio (1994), temos: “O Judô não está na faixa, na força ou nas medalhas: está no coração do judoca”

2.3 REI HO (Saudações)

A prática do Judô é regida pela cortesia, respeito e amabilidade. A saudação é o expoente máximo dessas virtudes sociais. Através dela expressamos um respeito profundo aos nossos companheiros. No Judô, há duas formas de expressarmos: *ritsu-rei* (quando em pé) e *za-rei* (posição de joelhos). Efetuamos estas saudações:

- *Ritsu-rei*: deve ser feita na posição vertical e com os calcanhares unidos ao entrar no dojô (local onde se pratica o Judô) bem como ao sair; ao iniciar um treino com um companheiro em pé, assim como ao terminá-lo; quando chegar atrasado e pedir permissão para o professor que está em pé;
- *Za-rei*: deve ser feita sentado sob os calcanhares ao iniciar, bem como ao terminar de cada aula; ao iniciar um treino no solo com o companheiro, bem como ao terminá-lo; quando chegar atrasado e pedir

permissão para o professor que está sentado; em casos especiais, por exemplo, antes e depois dos katas⁴.

2.4 SHISSEI (Postura)

Para Virgílio (1994), o judoca deve ter em mente que ele se apresenta através da sua postura, é por ela que a sua educação, respeito e dignidade são transparecidos. Portanto, seja sentado (*zai*), ajoelhado (*sei-za*), ajoelhado em uma perna só (*kioshi*), agachado (*tyu-goshi*), em posição de sentido (*tyuku-ritsu*) ou em pé (*ritsui*), ele nunca pode ficar, mesmo quando em descanso, numa posição menos respeitosa ou indigna.

Esse mesmo autor, constata que em relação ao combate, temos a posição fundamental que é a *Shizen-tai*, posição natural do judoca para enfrentar o seu adversário, podendo ser frontal (*Shizen-hontai*), modificada para a direita (*Migi-shizentai*), ou para a esquerda (*Hidari-shizentai*). Pode ainda ser transformada em posição de defesa chamada de *Jigo tai* e, neste caso, desde que caracterizada pela flexão de pernas. Pode também ser frontal (*Jigo-hontai*), pela direita (*Migi-jigotai*) ou pela esquerda (*Hidari-jigotai*).

Shissei é a posição base para todos os movimentos. Por isso um *shissei* correto facilita a rapidez e a precisão na aplicação das técnicas.

2.5 KUMI-KATA (Formas de pegadas no judogui)

Nas formas de pegada são utilizadas os diferentes tipos de posturas. Para uma eficiente aplicação das técnicas, o judoca deverá procurar a posição adequada, normal ou momentânea, de acordo com o transcorrer da luta, podendo ser natural ou auto-defesa.

A forma básica é: segurar a lapela⁵ esquerda do judogui com a mão direita na altura do ombro e com a mão esquerda a manga direita na altura do cotovelo.

⁴ Katas são formas determinadas e imutáveis de movimentos numa sequência de apresentação (VIRGÍLIO, 1994).

⁵ Lapela é a parte anterior e superior de um casaco voltada para fora (FERREIRA, 2001, p. 418).

A força empregada deve ser suficiente apenas para manter o oponente seguro, permitindo que a posição de pegada seja trocada de forma rápida e fácil, impedindo que o oponente tire vantagem da situação.

2.6 SHINTAI (Formas de andar e deslocamentos do corpo)

Os movimentos para trás, para frente e para os lados sobre o *dojo*, são chamados de *Shintai*.

Em Vírgilio (1994), o *ayumi-ashi* é a forma natural de andar, igual ao nosso caminhar comum. O *suri-ashi* é um passo mais arrastado, em que o peso do corpo situa-se mais nas pontas dos pés. A forma mais utilizada, quando em confronto com um oponente é chamada de *tsugi-ashi*. Quando um dos pés desloca-se, o outro segue seu movimento sem nunca ultrapassá-lo. Os passos devem ser curtos e os pés nunca devem tocar-se. O movimento pode ser realizado para frente, como para trás, assim como lateralmente ou em diagonal.

O judoca deve andar descontraidamente, mantendo os joelhos e tornozelos flexíveis, sem cruzar os pés. Deslocar-se em todas as direções deslizando os pés, fazendo o contato com o solo com a borda externa da planta dos pés, calcanhares ligeiramente levantados. Acompanhar os passos do oponente, se este empurra faz-se o recuo, se puxar avanço. Se o adversário puxar, não resistir, mover-se com ele. Do mesmo modo não resistir quando empurrado, se resistir o corpo torna-se rígido e perde facilmente o equilíbrio. Movendo-se no mesmo sentido do adversário é mais fácil controlar o corpo dele e desequilibrá-lo.

2.7 UKEMI-NO-WAZA (Técnicas de amortecimento/queda e rolamento)

Sabemos que o equilíbrio é a lei primordial que rege o Judô. Assim quando se perde o equilíbrio estamos sujeitos a queda. E, como é natural, se não soubermos amortecer o

contato do nosso corpo com o solo, estamos sujeitos a nos machucar. Para evitar isso existe o que chamamos *ukemi-no-waza*. Saber cair é a base indiscutível das projeções.

As direções fundamentais para *ukemi* segundo Virgílio (1994), são:

- *Ushiro-ukemi*: Queda para trás;
- *Mae-ukemi*: Queda para frente;
- *Yoko-ukemi*: Queda para o lado;
- *Zempo-kaitem-ukemi*: Rolamento.

2.8 TÉCNICAS DO JUDÔ

O Judô é dividido em dois grupos de técnicas: *Nage-waza* e *Ne-waza*, técnicas de arremesso e técnicas no solo respectivamente. Na aplicação de *waza* (técnicas) *tori* é quem aplica a técnica e *uke* é aquele em que a técnica é aplicada.

Temos em Virgílio (1994):

⇒ *Nage-waza* (técnicas de arremesso):



Tachi-waza (técnicas em pé) → *Te-waza* (técnicas de braço)

→ *Koshi-waza* (técnicas de quadril)

→ *Ashi-waza* (técnicas de perna)

⇒ *Nage-waza* (técnicas de arremesso):



Sutemi-waza (técnicas de sacrifício) → *Mae-sutemi-waza* (técnicas de sacrifício para trás)

→ *Yoko-sutemi-waza* (técnicas de sacrifício para o lado)

As técnicas de sacrifício são aquelas em que o arremessador (tori) vai ao chão para lancar o adversário (uke).

⇒ *Ne-waza (técnica de domínio no solo):* → *Osae-waza* (técnicas de imobilização)
→ *Shime-waza* (técnicas de estrangulamento)
→ *Kansetsu-waza* (técnicas de chaves de braço)

Mesmo que essas duas últimas técnicas o *Shime-waza* e o *Kansetsu-waza* possam também ser aplicadas em posição vertical, são técnicas de aplicação preferencialmente horizontal.

2.8.1 Nage-waza (Técnicas de arremesso) e o Gokiô⁶

O Judô caracteriza-se principalmente pelas projeções, ou seja, pelos golpes aplicados a partir da posição vertical, com técnicas próprias e específicas.

Em Virgílio (1994), o *nage-waza* constitui-se do conhecimento e aplicação dos golpes que compõem o *Gokiô* e também dos não relacionados nele mas aceitos e utilizados dentro dos conceitos e regras do Judô.

Ainda para esse mesmo autor, o judoca, principalmente o faixa preta, deve conhecer e saber razoavelmente bem os golpes do *Gokiô*.

Veremos a seguir o *Gokiô*, com seus quarenta golpes, divididos em cinco grupos de oito.

“Teoricamente ele se inicia com os golpes fáceis e termina com os mais difíceis” (VIRGÍLIO, 1994, p. 82).

⁶ O Gokiô é o estudo do conjunto das projeções clássicas do Judô. Go, quer dizer "Cinco" e Kiu, quer dizer "Princípio de Ensino". Um grupo de cinco princípios de ensino, cinco grupos de oito projeções, classificadas segundo critérios pedagógicos.

Quadro 3 – Gokiô

Dai-Ikkyo (1ª série) <ol style="list-style-type: none">1. Deashi-harai2. Hiza-guruma3. Sassae-tsuru-kami-ashi4. Uki-goshi5. O-soto-gari6. O-goshi7. O-uchi-gari8. Seoi-nage	Dai-Nykyo (2ª série) <ol style="list-style-type: none">1. Ko-soto-gari2. Ko-uchi-gari3. Koshi-guruma4. Tsuru-komi-goshi5. Okuri-ashi-harai6. Tai-otoshi7. Harai-goshi8. Uchi-mata
Dai-Sankyô (3ª série) <ol style="list-style-type: none">1. Ko-soto-gake2. Tsuru-goshi3. Yoko-otoshi4. Ashi-guruma5. Hane-goshi6. Harai-tsuru-komi-ashi7. Tomoe-nage8. Kata-guruma	Dai-Yonkyo (4ª série) <ol style="list-style-type: none">1. Sumi-gaeshi2. Tani-otoshi3. Hane-makikomi4. Sukui-nage5. Utsuri-goshi6. O-guruma7. Soto-makikomi8. Uki-otoshi

Dai-Gokio (5ª série)

1. O-soto-guruma
2. Uki-waza
3. Yoko-wakare
4. Yoko-guruma
5. Ushiro-goshi
6. Ura-nage
7. Sumi-otoshi
8. Yoko-gake

Fonte: Judoparaiso, 2006

2.8.2 Treinamento (Exercícios básicos)

Quanto ao treinamento, há as mais variadas formas para as técnicas que compõem o *nage-waza*. Cada professor pode estabelecer o seu sistema de exercício, o plano geral de treinamento, segundo Virgílio (1994) é o seguinte:

- **Taiso:** exercício de aquecimento, visa aquecer e tornar o corpo mais flexível, desenvolvendo também a musculatura.
- **Ukemi-no-waza:** técnicas de amortecimento de queda e rolamento.
- **Uchi-komi:** repetição de técnicas para treinar a rapidez dos movimentos e suas corretas aplicações.
- **Randori:** treino livre, também conhecido como "combate", pelo qual a aplicação das técnicas é praticada contra um parceiro, atacando e defendendo.
- **Shiai:** na preparação para se participar de uma competição são necessárias tanto à destreza mental como a física. As técnicas já dominadas no randori têm agora oportunidade de serem executadas a fundo sob um determinado conjunto de regras.

2.8.3 Ne-waza (Técnicas de domínio no solo)

Como já vimos anteriormente, é um grupo composto que inclui técnicas de imobilizações (*Osae-waza*), técnicas de estrangulamentos (*Shime-waza*) e técnicas de articulação (*Kansetsu-waza*).

As técnicas de arremesso e as técnicas de domínio no solo são inseparáveis, ambas trabalham juntas auxiliando uma a outra para decidir uma vitória ou uma derrota.

Veremos a seguir, algumas técnicas de *Ne-waza*:

Quadro 4 – Algumas técnicas de *Ne-waza*

<i>Osae-waza</i>		<i>Shime-waza</i>
Kuzure-kesa-gatame		Nami-juji-jime
Kata-gatame		Gyaku-juji-jime
Kami-shiho-gatame		Kata-juji-jime
Kuzure-kami-shiho-gatame		Hadaka-jime
Yoko-shiho-gatame		Okuri-eri-jime
Tate-shiho-gatame		Kata-ha-jime
Kesa-gatame		Do-jime – técnica proibida
Makura-kesa-gatame		Sode-guruma-jime
Kusure-makura-kesa-gatame		Kata-te-jime
Kusere-tate-shiho-gatame		Ryo-te-jime
Kusure-yoko-shiho-gatame		Tsukkomi-jime
Hon-kesa-gatame		Sankaku-jime
	<i>Kansetsu-waza</i>	
	Ude-garami	
	Ude-hishigi-juji-gatame	
	Ude-hishigi-ude-gatame	
	Ude-hishigi-hiza-gatame	
	Ude-hishigi-waki-gatame	
	Ude-hishigi-hara-gatame	
	Ashi-garami – técnica proibida	
	Ude-hishigi-ashi-gatame	
	Ude-hishigi-te-gatame	
	Ude-hishigi-sankaku-gatame	

Fonte: Judoparaíso, 2006

2.9 FASES DA PROJEÇÃO

Para executar uma técnica de projeção, segundo Virgílio (1994), são necessárias três fases distintas:

1. *Kuzushi* – Desequilíbrio
2. *Tsukuri* – Posicionamento
3. *Take* – Aplicação

A primeira fase é a de desequilíbrio; a segunda é a de posicionamento, quando, quem executa a projeção, coloca-se na posição necessária a execução da terceira fase que é a da aplicação.

2.9.1 Kuzushi

Kuzushi refere-se às técnicas de desequilíbrio. Segundo o site judodaunicamp (2006), a prática de Judô baseia-se no equilíbrio, portanto, é um estudo de grande importância já que através dele aplicamos todas as projeções. Para estudar as direções em que podemos desequilibrar, deve-se considerar o seguinte: O centro de gravidade do homem situa-se no baixo ventre. Sendo assim, quando a perpendicular traçada a partir do centro de gravidade até o solo cair fora do polígono de sustentação⁷, encontra-se desequilibrado.

⁷ Polígono de sustentação: é a interligação dos pontos de apoio, que formam um polígono sob o corpo do indivíduo (JUDODAUNICAMP, 2006).



Figura 6 – Considerações sobre o CM e o Kuzushi.
Linhas roxas: Polígono de sustentação.
Linha Verde: Centro de gravidade, fora do polígono de sustentação.
Linha vermelha: Projeção do centro de massa⁸.
Fonte: Judododaunicamp, 2006

A quebra desse equilíbrio do adversário pode ser direcionada para qualquer um dos pontos cardeais ou colaterais, tendo, portanto, oito direções possíveis chamado de Happo-no-Kuzushi:

⁸ A Estabilidade, é a projeção eficaz do CM sobre a Base de Sustentação (JUDODAUNICAMP, 2006).

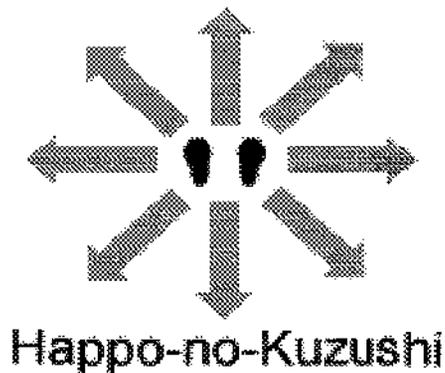


Figura 7 – Happo-no-kuzushi
Fonte: CBJ, 2006

- 1) Desequilíbrio a frente (Norte);
- 2) Desequilíbrio a trás (Sul);
- 3) Desequilíbrio ao lado direito (Leste);
- 4) Desequilíbrio ao lado esquerdo (Oeste);
- 5) Desequilíbrio a frente e lado esquerdo (Noroeste);
- 6) Desequilíbrio a frente e lado direito (Nordeste);
- 7) Desequilíbrio trás e lado esquerdo (Sudoeste);
- 8) Desequilíbrio trás e lado direito (Sudeste).

2.9.2 Tsukuri

Consiste em colocar o seu corpo na melhor posição para aplicar a projeção, enquanto continua a desequilibrar o adversário. Tentar fazer uma projeção antes de estabelecer um tsukuri correto é pura perda de energia. Sem um bom *Tsukuri*, não se consegue uma boa aplicação, *Kake*, da técnica.

2.9.3 Kake

Trata-se da aplicação da projeção, obedecendo a seqüência, *kuzushi*, *tsukuri* e finalmente *kake*.

Para Virgílio (1994), Judô é usar a posição do adversário em benefício próprio e não projetá-lo por superioridade de peso ou força. Ao aplicar uma projeção, o praticante usa o corpo suavemente como uma só unidade. Todas as partes do corpo devem atuar em harmonia.

2.10 SHIAI (Luta; Competição)

Em Caderno Técnico de Arbitragem F.P.J., 1999, o *Shiai-Jo* (quadra de competição) deve medir no mínimo 14 x 14 metros e no máximo 16 x 16 metros. Ela é dividida em duas áreas: *Jonai* (área de combate) com dimensões mínimas de 8 x 8 metros e máximas de 10 x 10 metros e *Jogai* (área de segurança) com 3 metros de largura. A demarcação entre as duas áreas é feita com tatames⁹ de cor vermelha (deve medir 1 metro de largura), afixados à área de combate, emoldurado a mesma, como se fosse uma tela de um quadro.

Segundo Kawatake (1998), a luta começa com os judocas em pé, na posição fundamental, com os calcanhares unidos, após uma saudação simultânea (*ritsu-rei*) e com a ordem de começar (*hajime*) comandada pelo árbitro central.

Quando o tempo regulamentar de luta acabar, o árbitro central dirá *Soromadê* (cessar) e, a este comando, os dois lutadores devem parar de lutar e em seguida, devem voltar às suas posições, um de frente para o outro. Após o árbitro dar o resultado, os judocas dão um passo para trás e se reverenciam.

Segundo a FPJ (2006), uma luta de judô se encerra em uma das seguintes situações: um dos atletas é desclassificado pelo juiz central, acidentes, mal súbito, abandono, ao término do tempo de luta, por meio de uma imobilização (*ossaekomi*) ou de um golpe perfeito,

⁹ O tatame é uma placa feita de palha de arroz, revestida de uma esteira de junco de arroz tecida. No Japão, o tatame é tradicionalmente usado para cobrir o chão das casas.

que corresponde ao *Ippon*¹⁰, ou quando um lutador bate duas ou mais vezes no tatame sua mão ou pé desistindo do combate, por estar sofrendo um *kansetsu-waza* (chave de braço) ou *shime-waza* (estrangulamento).

Se nenhum dos atletas conseguir o *Ippon* a luta se estenderá até o tempo determinado e será decretado vencedor aquele que possuir mais pontos, que podem ser conseguidos projetando o adversário de costas no chão e através de imobilizações por mais de 10 segundos.

Para Campeonatos do Mundo e Jogos Olímpicos a duração do combate é de 5 minutos para a categoria masculina e de 4 minutos para a feminina. Qualquer competidor tem o direito de descansar entre os combates por um período de 10 minutos.

2.11 PONTUAÇÃO E PENALIZAÇÕES

As pontuações do Judô são as seguintes, segundo a FPJ (2006):

- **IPPON** = golpe perfeito, ocorre quando o judoca é projetado com as costas no chão; ou imobilizado por 25 segundos; ou quando por falta(s) cometida(s) é penalizado com *hansoku-makê*;
- **WAZARI** = golpe quase perfeito (dois *WAZARIS* = *IPPON*), ocorre quando o judoca é projetado com quase a totalidade das costas; ou quando é imobilizado entre 20 e 24 segundos; ou quando por falta(s) cometida(s) é penalizado com *keikoku*;
- **YUKO** = ocorre quando o judoca é projetado e cai com a lateral do corpo; ou quando é imobilizado entre 15 e 19 segundos; ou quando por falta(s) cometida(s) é penalizado com *chuí*;

¹⁰ Ippon é considerado no Judô como golpe perfeito, quando conquistado dá final à luta.

- **KOKA** = ocorre quando o judoca é projetado e cai sentado; ou quando é imobilizado entre 10 e 14 segundos; ou quando por falta cometida é penalizado com *shidô*;

As penalidades no Judô geralmente são aplicadas quando o juiz percebe que falta combatividade a um ou aos dois lutadores. As penalidades são definidas como pontuações inversas, pois valem pontos para o adversário.

O juiz não precisa seguir necessariamente esta ordem das penalizações apresentadas acima. Ele pode aplicar diretamente o *keikoku* sem ter punido o lutador com um *shido* ou um *chui*. Tudo depende da avaliação do árbitro e dos juizes¹¹.

2.12 KATAS

É um conjunto de técnicas fundamentais, um método de estudo especial, para transmitir a técnica, o espírito e a finalidade do Judô.

Em Virgílio (1994, p.138), tem-se:

Mais que exercícios físicos, os katas são um ritual de formas determinadas e imutáveis, medidas, sincronizadas e previamente ensaiadas até um máximo possível de perfeição. Requerem intensa coordenação de movimentos e concentração. Seu objetivo é a própria perpetuação do Judô.

Robert (1976) apud Virgílio (1994), diz que o *kata* é ao mesmo tempo um conjunto de técnicas fundamentais, um método de estudo especial e uma forma de treinamento rigorosamente posta em código, a fim de transmitir de geração em geração a técnica, o espírito e os fins do Judô.

¹¹ O árbitro normalmente deverá permanecer na área de competição. Ele deverá conduzir o combate e administrar as decisões. Deverá ainda assegurar-se de que as mesmas são corretamente registradas. Os juizes auxiliarão o árbitro e sentar-se-ão em cantos opostos, fora da área de competição. Cada juiz deverá indicar a sua opinião fazendo o gesto oficial apropriado, sempre que a mesma seja diferente da do árbitro, quer na avaliação técnica, quer na aplicação do castigo anunciado pelo árbitro (FPJ-CADERNO TÉCNICO DE ARBITRAGEM, 1999).

Para Geof Gleeson (1975) apud Virgílio (1994), o *kata* é um tipo de movimento concebido especialmente para melhorar a perícia, aumentando a precisão dos participantes por meio da disciplina imposta pela repetição da seqüência.

Enfim, para Virgílio (1994), o treinamento dos *katas* faz o praticante apegar-se mais a sua arte, porque representa uma fase mais interessante, mais gratificante e mais rica do estudo. Além da perpetuação da arte, os *katas* levam ao aperfeiçoamento, à lapidação dos movimentos e gestos.

Existem no Judô os seguintes *katas*:

- *Nage-no-kata* (formas fundamentais de projeção): é o primeiro *kata*, composto por quinze projeções, divididas em cinco grupos de três projeções.
- *Katame-no-kata* (formas fundamentais de domínio no solo): são as formas de luta no solo. Compõe-se de três grupos de cinco técnicas.
- *Kime-no-kata* (formas fundamentais de combate real): ele é executado com as mãos nuas ou com as espadas longa e curta (*daitô* e *shôtô*), e em duas posições: *idori* (de joelhos) e *tachiai* (em pé).
- *Ju-no-kata* (formas de agilidade aplicadas em ataque e defesa, utilizando a energia de forma mais eficiente): destina-se preferencialmente ao sexo feminino. Por se tratar do princípio básico do Judô (*Ju*), pode-se avaliar a grande importância desse *kata*. Ele é composto de três grupos de cinco formas cada um. Estas quinze técnicas terminam sempre com o *Take* (arremesso).
- *Koshiki-no-kata* (formas antigas, é o *kata* da antiga escola do Jiu-Jitsu. Este *kata* executava-se antigamente com armadura de samurai): é composto por vinte e uma técnicas de projeções repetitivas.
- *Itsutsu-no-kata* (expressão teórica do Judô baseado na natureza): foi desenvolvido por Kano aos seus vinte e cinco anos de idade, mas não chegou a ser completado. Só existem as cinco primeiras formas, mesmo assim sem nomes.

- *Sei-ryoku-zenko, Kokumin Taiiku-no-kata* (baseada sobre o princípio da máxima eficácia, visa o treino completo do corpo, desenvolver o corpo e a mente): ele divide-se em dois grupos com um total de quarenta e oito formas.
- *Goshin-jitsu ou Shin-kime-no-kata* (nova forma de defesa pessoal do Judô): em 1953 o kodokan buscou reintegrar a defesa pessoal de modo mais racional e atualizado, foi aprontado em 1956 por vinte e um mestres. É composto de vinte e uma formas.

Capítulo 3: A Educação Física e a Educação Infantil

3.1 ESTRUTURA DO REFERENCIAL CURRICULAR NACIONAL PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL

Os artigos da Constituição Federal de 1988, relativos à Educação Infantil (Artigos 1º, 4º e 5º), afirmam que a mesma é um direito da criança de zero a seis anos de idade, um dever do Estado que se efetiva mediante atendimento em creches e pré-escolas, que deverá ser gratuita e submetida a padrões mínimos de qualidade.

A Educação Infantil é considerada como parte constituinte do sistema educacional básico. A Lei de Diretrizes e Bases (1996), no artigo 21, explicita: “A educação escolar compõem-se de: I – educação básica, formada pela Educação Infantil, ensino fundamental e ensino médio”[...]. O capítulo sobre educação básica, Seção II, especifica a Educação Infantil no Artigo 29:

A Educação Infantil, primeira etapa da educação básica, tem como finalidade o desenvolvimento integral da criança até os seis anos de idade, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, complementando a ação da família e da comunidade.

Estabelece no Artigo 30 que, a Educação Infantil, será oferecida em: “I – creches, ou entidades equivalentes, para crianças de até três anos de idade; II – pré-escolas, para crianças de quatro a seis anos de idade”.

A Lei de Diretrizes e Bases ainda incumbe à União (Artigo 9, IV) estabelecer, em colaboração com o Estado, o distrito Federal e os Municípios, competências e diretrizes para a educação infantil que nortearão os currículos e seus conteúdos mínimos, de modo a assegurar formação comum.

O Ministério de Educação e do Desporto (MEC) estabelece que as instituições de Educação Infantil devem colaborar para a formação do cidadão e, para tal, propõe o RCNEI – Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil (BRASIL, 1998). Esse documento tem como objetivos: 1 – estabelecer, em nível estadual e municipal, os parâmetros para a definição das políticas de Educação Infantil; 2 – subsidiar a produção e a avaliação de material didático e 3 – fornecer critérios de qualidade para o credenciamento e avaliação dos sistemas educativos.

Conforme o próprio BRASIL (1998, p. 13), esse documento tem a função de:

[...] contribuir com as políticas e programas de educação infantil, socializando informações, discussões e pesquisas, subsidiando o trabalho educativo de técnicos, professores e demais profissionais da educação infantil e apoiando os sistemas de ensino estaduais e municipais [...] Considerando e respeitando a pluralidade e diversidade da sociedade brasileira e das diversas propostas curriculares de educação infantil existente, este Referencial é uma proposta aberta, flexível e não obrigatória que poderá subsidiar os sistemas educacionais, que assim o desejarem [...] pode funcionar como elemento orientador de ações na busca de melhoria de qualidade da educação infantil brasileira [...] não tem a pretensão de resolver os complexos problemas dessa etapa educacional [...].

Este Referencial é composto de três volumes: no volume 1 temos a Introdução deste documento, no qual é explicitada a concepção de criança; de educar (cuidar/brincar); o perfil do professor de Educação Infantil; a organização do Referencial (idade, âmbitos/eixos, componentes curriculares – objetivos e conteúdos); a instituição e o projeto educativo. Já no volume 2 é discutido o primeiro âmbito¹² de experiência: Formação Pessoal e Social (concepções; aprendizagem; objetivos; conteúdos e orientações gerais para os professores), o eixo desse segundo volume, favorece, prioritariamente, os processos de construção da Identidade e Autonomia das crianças.

No último, volume 3, temos o segundo âmbito de experiência: Conhecimento do Mundo. Contém seis documentos referentes aos eixos de trabalho orientados para a construção das diferentes linguagens pela criança e para as relações que estabelecem com os objetos de conhecimento, que são: o movimento; a música; as artes visuais; a linguagem oral e escrita; a natureza e a sociedade, e a matemática. Estes eixos foram escolhidos por se constituírem em uma

¹² Os âmbitos são compreendidos como domínios ou campos de ação que dão visibilidade aos eixos de trabalho educativo para que o professor possa organizar sua prática e refletir sobre a abrangência das experiências que propicia às crianças (BRASIL, 1998).

parcela significativa da produção cultural humana que amplia e enriquece as condições de inserção das crianças na sociedade.

Em termos gerais, esse documento estabelece, como objetivo da Educação Infantil, fornecer às crianças os meios essenciais para o desenvolvimento de suas capacidades fundamentais, ampliando suas possibilidades de acesso ao patrimônio cultural da sociedade em que vivem. Sendo assim, é necessário propiciar uma vida coletiva social diferente e complementar ao contexto familiar, assegurando experiências com adultos e crianças baseadas em relações afetivas estáveis e comprometidas com princípios democráticos.

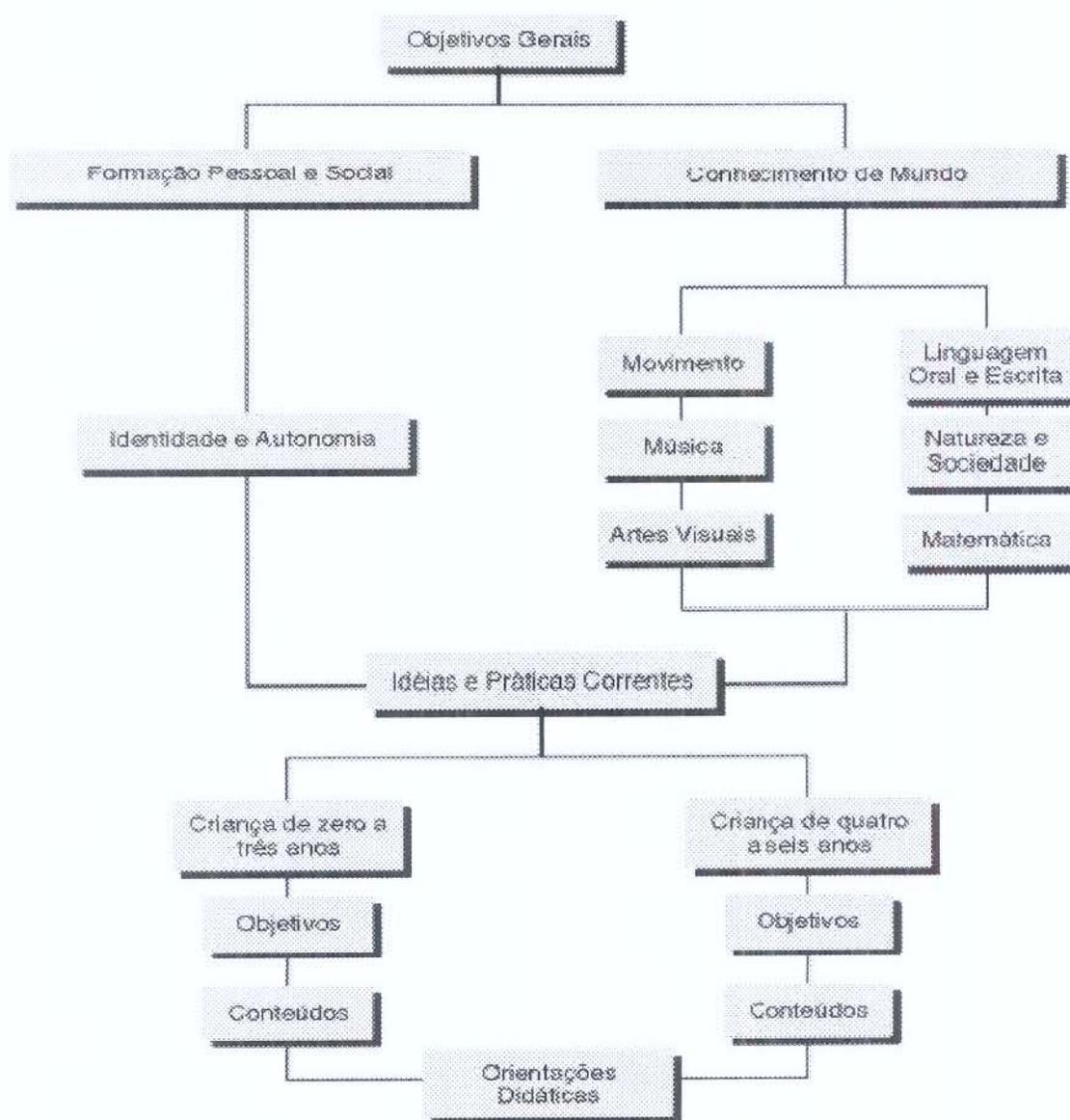


Figura 8 – Estrutura do RCNEI
Fonte: BRASIL, 1998

Segundo o próprio Referencial, o atendimento institucional à criança pequena no Brasil apresentou, ao longo da história, concepções divergentes sobre sua finalidade e função social. Se, inicialmente, as instituições de Educação Infantil nasceram com objetivo de assistir às crianças advindas da população de baixa renda, centrando o trabalho nos cuidados de alimentação e saúde, atualmente, considerando-se a legislação específica e o quadro de professores com habilitação em magistério nas chamadas pré-escolas municipais, verifica-se o caráter educacional definido.

O diagnóstico realizado no Brasil revela uma diversidade de propostas curriculares de Educação Infantil. Embora haja diversidades, podem ser verificadas duas grandes correntes: uma que enfatiza o objetivo de socialização e aprendizagem mais geral relacionada à noção de desenvolvimento e outra que enfatiza a preparação para o ensino fundamental, por meio de aprendizagens específicas, ditas mais acadêmicas (BRASIL, 1998 apud FERRAZ, 2000).

Constata-se, assim, a dificuldade em se formular e implementar um trabalho pedagógico mais abrangente, uma vez que a continuidade curricular deve ser um indicador de qualidade e, sendo assim, deve-se considerar o impacto no aluno quando da passagem do ciclo de Educação Infantil para o Ensino Fundamental.

Visando intervir com intencionalidade educativa e considerando a complexidade das questões envolvidas no processo de desenvolvimento, ensino e aprendizagem infantil, o RCNEI, apresenta referenciais relativos ao desenvolvimento infantil, objetivos, conteúdos de ensino, orientações didáticas e sistemas de avaliação. Essas orientações curriculares gerais estão baseadas em princípios de desenvolvimento e aprendizagem numa perspectiva construtivista-interacionista, abrangendo tanto os processos internos associados às funções psicológicas (percepção, memória, atenção, linguagem, pensamento), quanto a natureza do ensino, através de aquisições específicas.

Para o RCNEI a experiência ativa das crianças frente a estímulos ambientais é condição necessária para o desenvolvimento ótimo de suas potencialidades e, portanto, deve-se oferecer situações próximas ao ambiente familiar das crianças que demandam desafios e conhecimentos imprescindíveis para o desenvolvimento pessoal e social que de outro modo poderia não ocorrer.

Sendo assim, pressupõe que o ensino na Educação Infantil deve tornar acessível às crianças os aspectos fundamentais para seu desenvolvimento e inserção social, definindo uma

direção a seguir, através dos conceitos, procedimentos e valores que criam as condições de aprendizagem das capacidades de convivência, aceitação e respeito a si mesmo e aos outros (FERRAZ, 2000).

3.2 REFERENCIAL CURRICULAR NACIONAL PARA A EDUCAÇÃO INFANTIL E A EDUCAÇÃO FÍSICA

Segundo Ferraz (2000) a Educação Física, entre os vários aspectos do trabalho com Educação Infantil, é considerada um dos elementos importantes da prática pedagógica que caracteriza esse ciclo de escolarização.

O envolvimento das crianças em ações motoras possibilita o conhecimento de si mesmas, do mundo que as cerca e de suas possibilidades de ação sobre ele. Partindo da noção de que o desenvolvimento motor é um processo pelo qual a criança adquire controle do próprio corpo e de habilidades motoras, o RCNEI considera que o desenvolvimento da capacidade de movimento representa, ao mesmo tempo, uma forma de conhecimento (apropriação e conhecimento das potencialidades corporais, hábitos de saúde e de bem estar) e uma forma de expressão (uso do corpo na expressão das emoções, sentimentos e situações de comunicação), sendo uma importante maneira de relação com o mundo.

Para o Referencial a função expressiva, apesar de ser uma forte característica nos primeiros anos de vida, acompanha o homem ao longo de seu desenvolvimento e está presente, mesmo com a aquisição das possibilidades instrumentais do ato motor. Assim, considera-se que as externalizações de sentimentos, emoções e estados íntimos encontram no corpo o lugar privilegiado de expressividade.

Diz ainda que cada cultura possui seu jeito próprio de preservar esses recursos expressivos do movimento, sendo muito grande a influência que uma determinada cultura tem sobre o desenvolvimento da movimento infantil, não só pelos diferentes significados que cada grupo atribui a gestos e expressões faciais, como também pelos diferentes movimentos aprendidos no manuseio de objetos específicos presentes na atividade cotidiana, como pás, lápis, bolas de gude, corda, estilingue etc.

Este documento considera importantes as fases da sustentação do próprio corpo que antecedem a locomoção, a consciência corporal e a investigação dos gestos sobre os objetos. A independência do andar, por exemplo – período de um a três anos – proporciona a exploração, a autonomia do espaço e favorece a disponibilização da mão, aumentando os gestos e movimentos.

O Referencial discute o movimento para crianças de quatro a seis anos, pautando-se na ampliação dos gestos instrumentais e nos aspectos lúdicos do movimento, na possibilidade de planejar seus próprios movimentos e na ampliação dos jogos e brincadeiras propiciando grandes conquistas na coordenação e precisão do movimento.

A proposta educativa desse documento é apresentada em dois grupos, o primeiro enfatiza as crianças de zero a três anos e o segundo as crianças de quatro a seis anos. Esse presente estudo envolve apenas as crianças do segundo grupo, por isso os objetivos propostos para as crianças do primeiro grupo não serão apresentados.

Os objetivos propostos para as crianças de quatro a seis anos estão voltados para o desenvolvimento das seguintes capacidades:

- Ampliar as possibilidades expressivas do próprio movimento, utilizando gestos diversos e o ritmo corporal nas suas brincadeiras, danças, jogos e demais situações de interação;
- Explorar diferentes qualidades e dinâmicas do movimento como força, velocidade, resistência e flexibilidade, conhecendo gradativamente os limites e as potencialidades de seu corpo;
- Controlar gradualmente o próprio movimento, aperfeiçoando seus recursos de deslocamento e ajustando suas habilidades motoras para utilização em jogos, brincadeiras, danças e demais situações;
- Utilizar os movimentos de preensão, encaixe, lançamento, etc., para ampliar suas possibilidades de manuseio dos diferentes materiais e objetos;
- Apropriar-se progressivamente da imagem global de seu corpo, conhecendo e identificando seus segmentos e elementos e desenvolvendo cada vez mais uma atitude de interesse e cuidado com o próprio corpo (BRASIL, 1998, p. 27).

Pode-se constatar que a qualidade do movimento é requerida mediante as noções de exploração, controle e ampliação das diversas possibilidades de movimentos, que englobam os elementos da cultura corporal¹³.

¹³ A expressão “cultura corporal” foi utilizada para denominar o amplo e riquíssimo campo da cultura que abrange a produção de práticas expressivas e comunicativas externalizadas pelo movimento.

Com relação aos conteúdos, o RCNEI apresenta dois grandes blocos: (1) expressividade e (2) equilíbrio e coordenação. O primeiro refere-se às possibilidades expressivas do movimento, possibilitando que as crianças utilizem gestos, posturas e ritmos para se expressarem e se comunicarem, apropriando-se dos sentidos e significados sociais do movimento (idéias, sensações, sentimentos e possibilidades estéticas).

Para o RCNEI, as manifestações culturais, como os jogos, as brincadeiras, as danças e as práticas esportivas revelam, por seu lado, a cultura corporal de cada grupo social, constituindo-se em atividades privilegiadas nas quais o movimento é aprendido e significado. Manter estas atividades no dia-a-dia das instituições de Educação Infantil é assumir o caráter lúdico e expressivo da motricidade infantil.

Para crianças de quatro a seis anos, o Referencial indica:

- Utilização expressiva intencional do movimento nas situações cotidianas e em suas brincadeiras;
- Percepção de estruturas rítmicas para expressar-se corporalmente por meio da dança, brincadeiras e de outros movimentos;
- Valorização e ampliação das possibilidades estéticas do movimento pelo conhecimento e utilização de diferentes modalidades de dança;
- Percepção das sensações, limites, potencialidades, sinais vitais e integridade do próprio corpo (BRASIL, 1998, p. 32).

As atividades propostas são em torno do trabalho com danças, folguedos¹⁴, brincadeiras de roda e ciranda, para otimizar a percepção do ritmo próprio, noção de grupo e, ainda, acrescentar um sentido socializador e estético ao movimentar-se.

O segundo bloco de conteúdo, denominado equilíbrio e coordenação, diz respeito ao caráter instrumental, expresso nas qualidades do movimento, tais como: força, velocidade, resistência e flexibilidade. Esse bloco deve assegurar oportunidades para a progressiva coordenação dos movimentos e conhecimento e controle do corpo, além de aprendizagens sociais, pois ao destacar os jogos de regras como um elemento importante, visa aprendizagens relacionadas ao respeito da regra e aos sentimentos frente à vitória e derrota.

Em relação às crianças de quatro a seis anos, temos:

- Participação em brincadeiras e jogos que envolvam correr, subir, descer, escorregar, pendurar-se, movimentar-se, dançar etc., para ampliar gradualmente o conhecimento e controle sobre o corpo e o movimento;

¹⁴ Folgado: Folgança; Folga; Descanso; Festa. (FERREIRA, 2001, p. 327).

- Utilização dos recursos de deslocamento e das habilidades de força, velocidade, resistência e flexibilidade nos jogos e brincadeiras dos quais participa;
- Valorização de suas conquistas corporais;
- Manipulação de materiais, objetos e brinquedos diversos para aperfeiçoamento de suas habilidades manuais (BRASIL, 1998, p. 35).

Faz-se necessário possibilitar diferentes movimentos, brincadeiras que favoreçam a exploração das habilidades corporais, a percepção espaço-temporal, atividades como lutar, dançar, subir e descer de árvores ou obstáculos, jogar bola, rodar bambolê, etc. tudo isso com os jogos de regras que favoreçam o equilíbrio e a coordenação, que ajudarão à criança a conhecer os limites do próprio corpo, cumprir regras, desenvolver atitudes de respeito e cooperação. Evitar nessas experiências movimentos estereotipados.

O documento ainda explicita a relevância do professor permitir à criança expressar-se com liberdade e aperfeiçoar suas competências motoras. Portanto, o educador deverá compreender o caráter lúdico e expressivo da motricidade infantil. Os objetos, brinquedos e materiais devem auxiliar as atividades expressivas e instrumentais do movimento. Quanto aos aspectos de organização do tempo, os conteúdos relacionados ao movimento precisam estar inseridos na rotina das instituições de Educação Infantil, assim como projetos devem ser desenvolvidos envolvendo os jogos, as brincadeiras de roda, circuitos motores etc.

Para finalizar, o RCNEI considera que a observação, o registro e a avaliação são processos contínuos e o professor deve levar em conta os processos vivenciados pela criança. Constatase no documento:

É importante informar sempre as crianças acerca de suas competências. Desde pequenas, a valorização de seu esforço e comentários a respeito de como estão construindo e se apropriando desse conhecimento são atitudes que as encorajam e situam com relação à própria aprendizagem. É sempre bom lembrar que seu empenho e suas conquistas devem ser valorizados em função de seus progressos e do próprio esforço, evitando colocá-las em situações de comparação (BRASIL, 1998, p. 41).

Nota-se em Ferraz (2000, p. 30):

Os aspectos apresentados pelo RCNEI são bastante positivos, pois demonstram a tentativa de estruturação de uma concepção de Educação Física que contempla sua especialidade, como área coadjuvante do processo educacional, além de fundamentada nas teorias atuais de desenvolvimento infantil.

3.3 A EDUCAÇÃO FÍSICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL

No que diz respeito ao ato de educar ou ao fenômeno educativo temos em Mizukami (1986, p. 1):

Há várias formas de se conceber o fenômeno educativo. Por sua própria natureza, não é uma realidade acabada que se dá a conhecer de forma única e precisa em seus múltiplos aspectos. É um fenômeno humano, histórico e multidimensional. Nele estão presentes tanto a dimensão humana quanto a técnica, a cognitiva, a emocional, a sócio-política e cultural. Não se trata de mera justaposição das referidas dimensões, mas, sim, da aceitação de suas múltiplas implicações e relações.

Diferentes formas de aproximação do fenômeno educativo podem ser consideradas como mediações historicamente possíveis, que permitem explicá-los, se não em sua totalidade, pelo menos em alguns de seus aspectos, por isso, devem ser analisados, contextualizados e discutidos criticamente.

O conhecimento humano é explicado diversamente em sua gênese e desenvolvimento, o que, conseqüentemente, condiciona conceitos diversos de homem, mundo, cultura, sociedade, educação etc. Dentro de um mesmo referencial, é possível haver abordagens diversas, tendo em comum apenas os diferentes primados: ora o do objeto, ora do sujeito, ora da interação de ambos (MIZUKAMI, 1986).

Os cursos de Licenciaturas possibilitam ao futuro professor contato com essas organizações de conceitos e abordagens que ajudam e procuram justificar a prática educativa. Cada professor filtrará essas idéias a partir de suas próprias condições e vivências.

Todo aluno tem o direito de freqüentar a escola, superar seu senso comum e, apropriando-se do saber universal acumulado, capacitar-se a produzir o conhecimento novo e necessário para transformar esse modo de sentir, de ver, de pensar e de fazer a vida e o mundo. Ter acesso à escola deve significar o domínio do instrumental teórico-prático que os homens produziram na caminhada civilizatória para entender e transformar a natureza, a história, a sociedade e a si mesmos.

Trataremos a Educação Física na Educação Infantil a partir de uma abordagem cultural, que estuda os fenômenos do movimento humano, não qualquer movimento, mas tudo que está atrelado ao seu movimento, caracterizado pelo gesto e a sua história, portanto, uma

questão histórico social ou sócio cultural. As manifestações de movimento do homem adquirem significado através das relações sociais que as permeiam.

Usarei como referência o documento Diretrizes Curriculares para a Educação Física no Ensino Fundamental e na Educação Infantil – Governo da Frente Popular – 1993/1996, da Prefeitura Municipal e Secretaria de Educação de Florianópolis. Esse estudo condiz com as minhas idéias e preocupações frente às ações educativas da Educação Física. As discussões feitas abaixo, terão enfoque principal para a Educação Física na Educação Infantil, que é a faixa etária com que esse trabalho se preocupa.

Esse documento, diz que devemos situar a educação escolar na totalidade da prática histórico-social, que é toda ela educativa e formadora do sujeito-cidadão. A partir dessa concepção de conhecimento é que se entende a educação escolar como uma das práticas sociais, cuja especificidade se constitui na democratização-socialização do saber, lugar onde o indivíduo estaria se instrumentalizando para inserção e intervenção no meio social ao qual pertence.

No âmbito da disciplina Educação Física, essas diretrizes deixam claro que o conteúdo a ser tratado é aquele proveniente da denominada Cultura Corporal¹⁵, a partir de fenômenos que se expressam em atividades, mais especificamente, corporais, como o jogo, o esporte, a dança, a ginástica, as lutas, entre outros. E para que esse conhecimento se justifique no interior da escola, deve contribuir para com a leitura de mundo realizada pelos alunos e como condição para sua compreensão da totalidade. Para isso é necessário perceber a expressão corporal como uma forma de linguagem, tanto na perspectiva individual, como na significação que lhe é atribuída socialmente.

Essa cultura de movimento ou cultura corporal chega à escola em forma de conteúdos curriculares, transformando-se no conhecimento da Educação Física escolar, conhecimento esse que deve ser tratados a partir das possibilidades dos alunos de compreensão da realidade e com uma metodologia e recursos próprios desta disciplina, que privilegie as soluções criativas dos problemas nas relações com os objetos e com os outros seres humanos.

¹⁵ Entende-se cultura corporal como sendo o “acervo de formas de representação do mundo que o homem tem produzido no decorrer da história, exteriorizadas pela expressão corporal: jogos, danças, lutas, ginásticas, esporte, artes circenses, mímicas, entre inúmeras outras, que podem ser identificadas como formas de representação simbólica de realidades vividas pelo homem, historicamente criadas e culturalmente desenvolvidas” (Soares et al. 1992, p. 38).

A Concepção Crítico-Superadora apresenta uma perspectiva clara de contribuição para a concretização de um projeto político-pedagógico articulado a um projeto transformador de sociedade. Esta forma de abordar a educação física na escola foi desenvolvida por um conjunto de autores¹⁶ na tentativa de superar as abordagens anteriores da educação física pautadas num modelo de mera aptidão física ou destreza motora.

Sendo assim, se os professores de Educação Física esgotarem sua intervenção na escola por simples ensino de práticas de movimento em que só é considerado importante instrumentalizar os alunos com meios técnicos e destrezas, que os levam a fins “modelos pré-estabelecidos pelo alto-rendimento” isto, não permitirá a desejada autonomia dos alunos para que eles em sua inserção na sociedade, organizem-se com os demais cidadãos para práticas de movimento/corporal que tenham sentidos e significados próprios, por eles construídos (NEDEF/UFSC - SME/P, 1996).

Constata-se ainda nesse documento, que (1996, p. 28):

A competência social ou para as interações levaria os alunos a entenderem as relações socioculturais do contexto em que vivem. Para o desenvolvimento desta competência no cotidiano da escola, é necessário que o professor de Educação Física entenda que seu conhecimento não se esgota nos conhecimentos “técnicos ou instrumentais”, mas que também deve dominar conhecimentos que lhe permitam perceber as relações socioculturais que constituem os padrões técnicos com quais trabalha, bem como as relações socioculturais da escola e seus frequentadores.

Partimos de uma Educação Infantil que perceba a criança em toda a sua potencialidade, onde características como a autonomia, a criticidade, a criatividade e a solidariedade sejam seus pressupostos.

A Educação Infantil e, em seu interior, a Educação Física, preocupa-se com a organização de um currículo que contemple o cotidiano da escola infantil, apontando para a concretização de alguns objetivos importantes. Entre esses objetivos, destaca-se a necessidade de ampliar os conhecimentos da criança, proporcionando-lhe os instrumentos para que ela possa apropriar-se criticamente de cultura sistematizada pela humanidade. Para isso, será necessário propiciar um ambiente que estimule a criatividade e a investigação, através da brincadeira, favorecendo ao surgimento de atividades em que prevaleça a solidariedade, a responsabilidade, o respeito aos direitos humanos, respeito a diversidade cultural e da compreensão dos valores

¹⁶ Esta teoria pode ser acessada em: “Metodologia do ensino de Educação Física”, Coletivo de Autores. São Paulo: Cortez, 1992.

morais presentes em todas as ações humanas, considerando-os como princípios da ação educativa.

Diante do exposto, as diretrizes compreendem a Educação Infantil como (1996, p. 42):

[...] espaço sócio-educativo, onde é fundamental permitir que a criança tenha acesso a elementos da cultura universal e a natureza, dentro de um processo de troca de experiências com outras crianças e da mediação do professor, dessa maneira a criança poderá construir e elaborar hipóteses para a compreensão e intervenção no mundo, propiciando um processo de desenvolvimento e aprendizagem mais rico e significativo.

Assim, o trabalho com crianças inseridas na Educação Infantil, deve possibilitar que elas compreendam o seu próprio movimento como uma marca pessoal, como histórico e como parte da produção da humanidade, caminhando no sentido da apropriação dos fenômenos da denominada cultura corporal.

Capítulo 4: Educação Infantil e Judô: Refletindo uma Prática

Pretendo nesse item, discutir a minha prática, experiência que adquiri dando aulas de Judô na Educação Infantil, mais especificamente, para crianças entre 4 e 6 anos de idade em escolas particulares situadas no município de Campinas. O Judô é aqui entendido, pelas escolas e pais, como atividade extracurricular, ou seja, um produto a mais que a instituição oferece, e que pode contribuir de alguma forma para a formação das crianças. Veremos também algumas fotos que ilustram e exemplificam tais momentos.

Vou relacionar os pontos levantados nos itens anteriores referentes a filosofia e a prática do Judô (*Dojô*; *Judogui*; Graduação; Saudações; Postura; Pegadas no *Judogui*; Rolamentos/Amortecimento; Projeções; Imobilizações; Competição;), ao Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil e outros que considero importantes (Aulas; Gênero; Movimentos Esteriotipados; Motivação) com o ensino do Judô na escola e suas relações com aspectos lúdicos pedagógicos nos quais acredito e apoio para minha atuação docente.

O fundador do Judô, mestre Jigoro Kano, foi um humanista, entusiasta das atividades físicas. Sempre afirmava sua vocação pela pedagogia e pelo ensino. Ele não codificou apenas uma série de técnicas de luta, mas sim criou um novo modelo para a prática, surgido em uma cultura distinta da ocidental e concebido como um método de educação do físico, sendo que essa prática é um meio para o desenvolvimento pessoal.

Tem-se que destacar que Kano dedicou toda a sua vida à educação da juventude, e não somente através do Judô: durante mais de vinte anos foi Diretor da Escola Normal Superior; fundou o Departamento de Educação Física da Universidade de Tóquio; foi o diretor de um Departamento do Ministério da Educação, com a responsabilidade de introduzir um programa de Educação Física no sistema escolar japonês. Foi nessa atmosfera educativa que criou e desenvolveu o Judô (VILLAMÓN, 1999).

O Judô, originalmente, respeita os valores e as exigências que provêm do campo educativo e pode constituir, na atualidade, um meio significativo dentro do campo das pedagogias corporais. Seu interesse pelo educativo, converte o Judô em uma atividade que serve de meio para a formação das pessoas. Nesse sentido é uma atividade que contém uma série de

princípios éticos e morais, os quais não se esgotam apenas no sentido educativo escolar, mas ultrapassam as idades escolares para sua aplicação para qualquer idade.

Como já sabemos, o Judô obedece a princípios rígidos de uma cultura oriental milenar. No Japão o Judô é um esporte obrigatório nas escolas e todos estão acostumados a esse tipo de educação. O ensino do Judô em escolas no Brasil deve ser de modo gradual que respeite e que se use métodos adaptados ao nosso sistema educacional. Como afirma Baptista (2000, p. 13):

A transferência do método de ensino do Judô japonês para o Judô brasileiro deve conter modificações afetivas e pedagógicas, adaptadas ao nosso sistema educacional, para que as crianças não se sintam reprimidas e saturadas, fazendo com que procurem outra atividade esportiva.

4.1 DOJÔ E O JUDÔ ESCOLAR

O Judô é praticado em uma sala, cujo solo é coberto por tatames, e tradicionalmente recebe o nome de dojô. O tatame não tem a dureza do chão liso, por isso protege o praticante que cai durante a luta, entretanto, ao mesmo tempo, não tem a maciez de um colchão, por isso, pode machucar o praticante que cair de mau jeito. No Japão é também o piso das áreas secas de uma residência e serve de medida para os cômodos. Como o tatame é revestido de tecido, não se pode pisar nele calçado, por razões de higiene. Os praticantes de esportes lutam descalços e os moradores da residência e seus visitantes devem tirar seus sapatos. Atualmente, existem tatames feitos de outros materiais, como por exemplo, EVA, raspa de pneus, borrachas variadas, entre outros.

Na escola, é importante também se passar os verdadeiros valores do dojô, como um lugar de respeito, como uma sala de aula, por exemplo, onde serão passados os conhecimentos da prática do Judô. É fundamental que as crianças compreendam o porquê do uso do tatame, a importância dele para a segurança de todos atrelada a disciplina e respeito no espaço de trocas que ali se dão. As crianças começam a perceber que elas podem tratar seus amigos, familiares e professores com o mesmo respeito e cortesia que demonstram às pessoas que frequentam o dojô.



Figura 9 – Dojô

A prática do Judô pode também ser iniciada com tatames alternativos ou improvisados, por um determinado tempo, como em colchões de ginástica olímpica, colchonetes, gramado, areia etc., desde que se mantenham as devidas normas de segurança.

4.2 JUDOGUI E O JUDÔ ESCOLAR

O traje específico para a prática do Judô, o *judogui* permite o agarramento corpo a corpo, e com isso, reduz a distância da guarda diminuindo, conseqüentemente, a violência de enfrentamento, nos levando a poder apreciar a dimensão educativa e formativa do Judô a partir da análise de seus próprios componentes, e o *judogui*, é um deles.

O uso do *judogui* é também fundamental para a segurança do iniciante, mas se torna inviável para muitos que somente farão a sua iniciação, em que muitas vezes o número de aulas é predeterminado. Nesse caso, o uso do *judogui* não fará muita diferença, pois muitas vezes os professores que oferecem essa iniciação, não são especialistas, aplicam o Judô como conteúdo curricular da Educação Física, são professores formados, ou ainda não, que apenas praticaram o esporte na universidade, como disciplina obrigatória do currículo da licenciatura em Educação Física.



Figura 10 – Judogui

Na minha prática, o número de aulas não são predeterminadas, inicio o aluno na prática pretendendo ficar com ele o maior tempo possível, respeitando as suas vontades e características, não esquecendo também os interesses da escola e dos pais.

Nesse caso, defendo o uso do *judogui* pelas crianças e pelo professor nas aulas, pois além da segurança e riscos evitados como veremos mais detalhadamente no item seguinte, o traje também funciona como um agente motivador e facilitador para se trabalhar com os objetivos que estão direcionados para a educação e para o desenvolvimento global da criança, despertando o prazer pela prática do Judô.

É importante também se falar da história para as crianças, passando pelas mudanças dos trajes das artes marciais com o passar dos anos e pelos diferentes tipos de trajes das mais variadas práticas. Falar da cor branca do *judogui*, que simboliza a pureza e a paz do ser.

4.3 PEGADAS NO JUDOGUI E O JUDÔ ESCOLAR

A maior segurança está em não deixar que o iniciante faça a pegada por um lado e execute qualquer técnica de projeção pelo outro lado. Devemos sempre executar uma técnica pelo lado em que estamos segurando o braço, de modo que, ao ser projetado, o iniciante não terá oportunidade de apoiá-lo no solo. A entrada pelo lado oposto faz com que o braço fique solto, dando a oportunidade de apoiá-lo como reflexo natural de quem ainda não domina as técnicas dos rolamentos, podendo ocasionar traumatismos físicos como luxações e fratura, com influencias psicológicas negativas.

A pegada e suas variações podem ser trabalhadas de diversas maneiras, através de atividades lúdicas em que não se prioriza técnica alguma e sim o pleno prazer pela prática.

4.4 SAUDAÇÕES/POSTURA E O JUDÔ ESCOLAR

A saudação, como já vimos, é um ritual oriental que faz parte do Judô e é praticado em todos os lugares onde é ensinado. Devem ser executados sempre ao entrar e sair da sala, no início e no final da aula, antes e depois de qualquer tipo de atividade técnica em que seja necessária a participação de um parceiro.

A rigidez desse ritual, como coloca Baptista (2000), pode ser flexibilizada no âmbito escolar, principalmente na iniciação do Judô infantil. Podemos fazer sem nos preocuparmos com o posicionamento dos alunos, que é determinado pela graduação das faixas. A formação dos alunos para o cumprimento pode ser feito de forma que todos fiquem no mesmo nível, em círculo, por exemplo, formando uma roda, alunos e o professor.

Curvamo-nos, antes de tudo, para nos lembrar de que estamos entrando num lugar especial. Curvamo-nos também para comunicar a todos, e para nós mesmos, que estamos prontos para a aula, ansiosos para o aprendizado do dia.

O cumprimento entre eles, antes e depois de uma atividade a dois, passa para a criança valores como respeito e cordialidade. Essas saudações não podem ser apenas exigidas nas aulas, elas devem ser trazidas segundo a sua história, respeitando sua origem, tradição e cultura dentro das artes marciais e contextualizadas para a nossa realidade e a nossa cultura.

A reverência manifesta o respeito que temos pelo professor, pela escola e pelos colegas. Ficamos satisfeitos de tê-los todos ali, ao nosso lado, para nos ajudar naquela prática, manifestamos nosso contentamento e nossa gratidão pela presença do colega.

É importante a criança saber que quando se curva perante ao professor, curva-se diante da experiência dele, grato pelo fato de ele estar disposto a ensinar algo do que ele sabe. Curvam-se porque querem aprender perante os que tornam possível esse aprendizado.



Figura 11 – Saudação

A criança deve conhecer algumas formas de como se colocar durante a aula, a chamada postura em aula. Ela precisa entender que não está em qualquer lugar, na rua ou na sua casa, portanto, não pode sentar-se ou deitar-se de qualquer maneira ou quando achar cômodo. Mostrar para criança o seu espaço, para que ela respeite o espaço do colega, não colocando em risco a sua segurança e nem a do outro. Sentar-se sempre com as pernas cruzadas, “a chamada perninha de índio” ou de joelhos, nunca deitado ou sentado de forma desrespeitosa atrapalhando o andamento da aula.

4.5 GRADUAÇÃO E O JUDÔ ESCOLAR

O número de faixas pode variar de um país para outro. Como não possuímos a paciência característica do povo oriental, a demora existente para se chegar a faixa preta, torna necessária, para mantermos um aluno motivado, a utilização de um número maior dessas faixas, aproximando os objetivos a serem alcançados, ou seja, diminuindo o espaço de tempo para que o nível seguinte seja atingido.

No Judô ensinado nas escolas, como na minha prática para a Educação Infantil, com crianças de 4 a 6 anos de idade, não vejo a necessidade da realização de exames.

Minhas aulas não estão voltadas para a simples transferência de técnicas repetitivas, em que o aluno se torna um depósito acrítico de conhecimentos que muitas vezes não respeitam os seus interesses e características, por isso, não cabe nas minhas práticas pedagógicas o uso de exames que determinarão a promoção de faixas, uma vez que estão pautados, impreterivelmente, no acúmulo de conhecimento do praticante. O exame de faixas que respeitam as regras das confederações e federações é geralmente realizado a cada seis meses.

Entendo as faixas também como um agente motivador para a prática do Judô Infantil. Não sigo os padrões de cores estabelecidos pelos órgãos responsáveis. Uso cores não usadas oficialmente pelo Judô e também pequenas listras na faixa para marcar as graduações entre as cores.

Essa mudança de faixa ou cores que realizo com meus alunos da Educação Infantil, é feita uma vez por ano, no encerramento do ano, junto com uma pequena apresentação, que chamo de aula aberta, para a escola e familiares.



Figura 12 – Graduação

Precisamos tomar alguns cuidados com a expressão “faixa como agente motivador para a prática do Judô Infantil”. Muitos alunos, ou principalmente, muitos pais com filhos nessa idade, só estão interessados nas trocas de faixas, os alunos ansiosos o ano todo e os pais igualmente, esperando quando o filho irá ganhar a nova faixa. O Judô é visto de maneira estereotipada, apenas como meio para se ganhar um prêmio, resumem todo o esforço e dedicação nesse objeto esperado, a faixa. Isso é um erro, pois ao meu ver, deixam de ver o Judô como uma prática rica em si mesma, que tem os seus próprios valores, que serão de fundamental importância para a formação moral e intelectual do indivíduo. Se os pais ou o próprio aluno conceber a faixa como um prêmio, e não como um meio de manter o *judogui* fechado, poderão ficar confusos.

Para isso se fazem necessárias reuniões periódicas com os pais e escola, deixando claro qual é o papel do Judô nessa idade, e o que ele pode contribuir na formação das crianças. Reuniões que consigam esclarecer dúvidas e inquietações em relação a mudança de faixa e as apresentações. Todo esse diálogo com os familiares, com o corpo docente e diretivo da

escola só se faz necessário se forem mantidas também conversas similares com os alunos durante todo o trabalho pedagógico, usando uma linguagem que respeite o nível e a capacidade de entendimento das crianças.

4.6 ROLAMENTOS/AMORTECIMENTOS E O JUDÔ ESCOLAR

Passar pelas técnicas de rolamentos ou amortecimentos tem como objetivo preparar o iniciante para um aprendizado seguro das técnicas de projeção, porque sem elas, ao ser projetado em qualquer golpe ou atividade, a possibilidade de um acidente se torna bem acentuada. É importante que fique claro o uso do termo “técnicas” num item em que se dispõem em relatar e discutir experiências do Judô no âmbito escolar. Deve-se ir além do termo, partir dessas chamadas técnicas e chegar em atividades motivadoras que consigam prender a atenção e o interesse dos alunos, fazendo uso dos recursos lúdicos pedagógicos.

Uma das grandes preocupações do Judô infantil deve estar voltada para o “saber cair”, priorizando a segurança dos alunos. Alertá-los em relação a posição dos braços e pernas e, principalmente, da cabeça em momentos de quedas. Propor atividades que estimulem essas posições corretas de forma que para as crianças fique fácil visualizá-las brincando.



Figura 13 – Amortecimento

Podemos trabalhar três grupos de técnicas de rolamentos ou amortecimento no Judô infantil:

- 1. Para trás:** esse amortecimento pode ser feito partindo da posição deitado, sentado, de cócoras ou de pé. Esses seriam estágios que são apresentados para as crianças de forma gradativa, respeitando as suas limitações e a facilidade de assimilação de cada um.
- 2. Lateral:** esse amortecimento pode ser feito partindo da posição deitado, sentado, de cócoras ou de pé. Segundo Baptista (2000, p.45):

Alguns professores preferem utilizar a seqüência pedagógica, alternando os rolamentos para trás e para os lados. Devido à maior complexidade do rolamento lateral, esta seqüência só deve ser usada para uma faixa etária que já tenha a coordenação motora desenvolvida.

Defendo a metodologia que ensina de uma maneira que respeite as características das crianças, de forma simplificada, independente da idade, assim como coloca o mesmo autor (2000, p. 45): “Na minha opinião, devemos ensinar, independente da idade, da

maneira mais simples possível, não querendo dizer que o método alternado seja tecnicamente incorreto”.

3. Por cima dos ombros: esse amortecimento pode ser feito partindo da posição ajoelhado, agachado e de pé.

Podemos dizer que as técnicas de rolamentos/amortecimentos – *Ukemi* (formas de cair) são derivadas do caráter pedagógico dos fundamentos próprios do Judô. Este método permite cair com total segurança e comodidade, sem danos ao organismo, evitando choques e lesões que estão sujeitas a acontecerem em diversas situações.

4.7 PROJEÇÕES E O JUDÔ ESCOLAR

Depois de inúmeras vivências com os rolamentos/amortecimentos, deixando as crianças mais familiarizadas com essas situações, sempre atentas com a segurança do próprio corpo, podemos começar um trabalho voltado para as chamadas projeções ou quedas.

Devem ser ensinadas de modo gradativo e de acordo com a evolução demonstrada durante as aulas. Não existe uma seqüência padrão, que pode ser variada, dependendo também do ponto de vista do professor, sempre priorizando a criança com suas características e individualidades. Se for mantida uma seqüência para facilitar o aprendizado, o importante é que o nível de segurança das técnicas adaptadas às crianças, seja observado.

Temos em Baptista (2002, p.50):

Mesmo que uma das técnicas de projeção contidas no programa de iniciação tenha um grau de dificuldade um pouco maior do que outra, mas em compensação ofereça mais segurança para o iniciante que vai ser projetado, talvez seja mais prudente ensiná-la primeiro.



Figura 14 – Projeção

Algumas técnicas de projeção adequadas que acredito que possam ser adaptadas e utilizadas na Educação Infantil:

- O-SOTO-GARI: devido a sua simples execução, muitos professores a usam como sendo o primeiro golpe a ser ensinado. Por ser uma técnica rasteira, o iniciante, ao ser derrubado, sente menos medo de cair.



Figura 15 – O-SOTO-GARI
Fonte: ACEAJ (2003)

- O-UCHI-GARI: é também um golpe de simples execução, que pode ser facilitada se associarmos os seus primeiros movimentos aos do golpe anterior.



Figura 16 – O-UCHI-GARI
Fonte: ACEAJ (2003)

- KO-UCHI-GARI: idem ao anterior.



Figura 17 – KO-UCHI-GARI
Fonte: ACEAJ (2003)

4.8 IMOBILIZAÇÕES E O JUDÔ ESCOLAR

As imobilizações consistem em segurar o adversário deitado de costas no tatame, de modo que ele não consiga tirar totalmente as costas do chão.

A sua seqüência também pode variar, mas devemos tomar cuidado com certos movimentos que as crianças fazem para tentar sair das imobilizações, porque são realizados com carga e podem forçar excessivamente a coluna vertebral.

Algumas técnicas de imobilização adequadas que acredito que possam ser adaptadas e utilizadas na Educação Infantil:

- HON-KESA-GATAME: muitos professores preferem ensinar essa técnica em primeiro lugar, pela simplicidade na sua execução.
- YOKO-SHIHO-GATAME: também uma imobilização de simples execução, mas que, nas tentativas de saída, deve-se evitar que a coluna de quem está segurando seja forçada.
- TATE-SHIHO-GATAME: nas tentativas de saída, deve-se ter cuidado na execução da ponte¹⁷.
- CADEADO: posição do Jiu Jitsu esportivo também chamada de Guarda.

Para as crianças, os estrangulamentos e as chaves de braços não devem fazer parte do programa.

4.9 GÊNERO E O JUDÔ ESCOLAR

Outro ponto que me deparo nas minhas aulas e em discussões com pais ou com o corpo diretivo das escolas, é sobre a questão do gênero, eles me questionam e muitas vezes afirmam, que nessa idade, ou seja, crianças entre quatro e seis anos, apenas os meninos podem participar das aulas de Judô, direcionando as meninas para outras práticas que também são estereotipadas como sendo as mais adequadas para esse sexo, como por exemplo, o Balé.

Isso é reflexo do processo histórico-social que passamos, das transformações e formações dos pais que não concordam com determinadas opiniões. Muitas vezes a própria criança diz ser errado uma menina fazer Judô, falando apenas aquilo que ouve em casa. Frases como essas: “Até parece que minha filhinha vai fazer Judô, isso é coisa pra homem” ou ainda, “Judô pra menino e Balé pra menina”, são muito comuns no espaço escolar.

¹⁷ Movimento característico da Ginástica Olímpica, onde o executante, partindo da posição de decúbito dorsal, apóia as mãos e os pés no solo elevando o quadril, formando com o corpo um desenho de arco, similar a uma ponte



Figura 18 – Gênero

É uma pena que muitos ainda tem essa visão de uma prática que busca valorizar o contato social, a integração, o afetivo da criança enquanto criança, independente do sexo. Para se ter uma atividade capaz de contribuir para a formação humana dos alunos, ser menino ou menina não importa, o que importa e faz diferença é conhecer as reais características, vontades e individualidades desses alunos.

4.10 COMPETIÇÃO E O JUDÔ ESCOLAR

Uma iniciação competitiva precoce leva, mesmo que inconscientemente, a um aumento no volume dos trabalhos específicos, substituindo o prazer por atividades mais sérias e

cansativas, o que seria inadmissível no ensino do Judô na Educação Infantil. A substituição das atividades recreativas e desportivas livres de qualquer tipo de pressão, por outras direcionadas cada vez mais para a competição, aumenta a carga emocional, trazendo consigo uma responsabilidade excessiva, com alteração nos hábitos e no humor, totalmente inviável para crianças entre quatro e seis anos de idade.

Segundo Baptista (2000), a substituição de atividades ditas mais adequadas e de maior importância para tal propósito, acaba comprometendo a formação do indivíduo, passando por cima de etapas que deveriam ser percorridas, perdendo assim, parte de sua infância, isto é, parte de sua vida. Essa aceleração de etapas, que fazem parte do desenvolvimento natural da criança, quebra o equilíbrio harmônico do crescimento, podendo acarretar, no futuro, problemas crônicos e irreversíveis. Não podemos jogar as crianças nas competições sem nos preocuparmos com a sua estrutura geral e as conseqüências traumáticas que podem ocorrer

Ainda esse mesmo autor, diz que outro erro é a valorização da vitória acima de tudo, e essa valorização pode ter influências prejudiciais em muitas crianças. Para Baptista (2000, p.86): “As competições devem descontrair e transmitir sensações de divertimento e bem estar”.

A indução precoce ou forçada da criança a participar de uma competição, pode levá-la a um bloqueio psicológico em relação ao Judô, caso ela seja derrotada, por isso, é melhor ficar atento quando essa criança estará preparada (estrutura psicológica) para aceitar e assimilar naturalmente os resultados conquistados. A procura de resultados imediatos para crianças deve ser evitada, dando-lhe maior sustentação para performances futuras.

Baptista (2000, p. 89), ainda afirma:

[...] só a partir dos treze anos, o aluno esteja apto para a competição, mesmo assim, dependendo do trabalho de base realizado. Mas como existem atividades competitivas a partir dos sete anos, temos que observar certos detalhes de extrema importância para que os limites individuais de tolerância não sejam ultrapassados.

Muito disso vale para escola, é fundamental que as crianças conheçam o sentido de competir, mas se tratando de crianças entre quatro e seis anos de idade, considero a competição fora do conteúdo programático das minhas aulas.

Substituo o ganhar ou perder pelo cooperar, através da realização de aulas abertas para a escola e familiares, em que os alunos mostram o que aprendem e como aprendem o

Judô no espaço escolar, mostram que fazem uma prática prazerosa cercada de atividades lúdicas pedagógicas preocupadas nas trocas afetivas, na motivação constante e no bem estar das crianças.



Figura 19 – Aula aberta

Nessas apresentações, que chamo de aula aberta, ocorrem as mudanças de faixas, totalmente adaptadas, como já descrita no item 6.5, e também a entrega de uma medalha para cada aluno, simbolizando a vitória e a conquista coletiva pelo aprendizado durante aquele período.

4.11 ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE E O JUDÔ ESCOLAR

A variação entre as idades cronológica e biológica pode ser devido a um excesso ou uma falta de estímulos, acelerando ou retardando o desenvolvimento da criança. Só com estímulos adequados individualmente, as duas idades permanecem iguais.



Figura 20 – Especialização versus Iniciação

Baptista (2000), nos alerta que quanto mais nova a criança, o cuidado que devemos ter deve ser maior, porque qualquer descuido pode acarretar traumas que podem aparecer posteriormente.

O mesmo autor completa dizendo que o equilíbrio do volume e da intensidade das atividades deve ser adequado à cada faixa etária, respeitando as características físicas e psicológicas das crianças.

Temos em Baptista (2000, p. 90):

Devem ser evitadas as atividades executadas nos limites das capacidades, porque os tecidos ainda não se desenvolveram suficientemente para suportá-las. No período de crescimento, os ossos são mais flexíveis e menos resistentes às pressões, assim como as cartilagens, tendões e ligamentos, tornando as articulações enfraquecidas e vulneráveis.

A iniciação desportiva não necessita ser uma especialização precoce, bastando não ultrapassar os limites tolerados pelas crianças.

4.12 AULAS E O JUDÔ ESCOLAR

Cada professor tem uma maneira diferente de conduzir suas aulas. Se observarmos algumas aulas, notaremos diferenças na metodologia do ensino, no conteúdo programático e na seqüência pedagógica.

No âmbito escolar, com o trabalho voltado para a Educação Infantil, o Judô ensinado por um viés lúdico-pedagógico, dará ênfase ao desenvolvimento afetivo, incentivando a criança a respeitar ela mesma e o adversário, aprendendo os limites e conhecendo suas habilidades, de maneira a contribuir para a auto-estima. As questões motoras também são muito importantes, nesta fase as crianças podem vivenciar atividades fundamentais para o seu desenvolvimento.

O que nos preocupa é se os professores que trabalham com essas diferentes metodologias, se preocupam e respeitam as necessidades e características das crianças que se encontram nessa faixa etária. Precisam enxergar possibilidades na prática do Judô, com atividades não presas a movimentos estereotipados que primam a repetição isolada de movimentos técnicos, transformando as crianças em “máquinas” que apenas repetem certos gestos, que são ditos corretos.

Sabemos que a escola é um espaço que representa apenas uma extensão da sociedade, que carrega todos os dizeres e “modismos” sociais. Para uma visão diferente dessa que coloca a vida como sendo uma competição em todos os aspectos, primeiramente, temos que entender o diferente objetivo do Judô para essa idade num espaço escolar. Assim, fica fácil

compreender como a transferência de técnicas do Judô aprendidas de uma forma engessada e, conseqüentemente, desmotivante, não é necessária. O Judô é mais do que isso, ele cria laços com o afetivo da criança, faz com que ela compreenda o seu espaço e o dos seus colegas, respeitando a si mesma e aos outros, não somente nos momentos de aprendizado nas aulas, mas em toda a sua vida.

A seguir, trarei uma seqüência de aula de cinquenta minutos, com alguns exemplos de atividades, que costumo usar na minha prática pedagógica nas escolas de Educação Infantil, com crianças entre quatro e seis anos de idade.

1. Parte inicial: pode ter a duração de quinze minutos, abrangendo a saudação inicial e as atividades recreativas e motivadoras específicas¹⁸ e/ou gerais¹⁹. Exemplo de atividades:

- Exercícios de alongamentos que respeitem as características das crianças, dando ênfase não a amplitude dos movimentos, mas sim ao conhecimento corporal e aos movimentos que ele é capaz de executar. Durante esses exercícios, o professor pode ir contando uma história ou cantando músicas de roda conhecidas pelas crianças, tirando um pouco o foco só do movimento e preocupando com o bem estar e a motivação dos alunos.

¹⁸ São atividades que desenvolvem a parte afetiva e motora da criança, trabalhando os princípios básicos do Judô: do equilíbrio e desequilíbrio, da máxima eficiência com o mínimo esforço e das alavancas humanas.

¹⁹ Atividades comuns a qualquer prática esportiva, visando principalmente ao desenvolvimento afetivo e motor, mas que tenham sempre relação com o Judô.



Figura 21 – Atividades motivadoras gerais e a parte inicial

- Deslocamento pelo tatame de diferentes formas, em um pé só; em três apoios; só com uma parte determinada do corpo; em duplas colando uma determinada parte do corpo no corpo do amigo; imitando animais, explorando ao máximo o contato com o solo e com os colegas dentro de uma mesma área.



Figura 22 – Deslocamentos pelo tatame

- Atividades cooperativas: “carrinho de mão” ou “carriola”²⁰, rolamentos dois a dois, pula-cela e passando por baixo das pernas do amigo, saltitos entre as pernas do amigo.
- Corrida em volta do tatame, deslocando de frente, costas, lateral e em quatro apoios. Durante a corrida, os alunos se juntam conforme o número dito pelo professor (velocidade de raciocínio e agilidade), por exemplo, dupla, trio etc.
- Deslocamento pelo tatame em todas as direções, e o professor dita as regras as serem seguidas pelos alunos, por exemplo, mudar de sentido quando o professor bater palma, bater no tatame com as duas mãos e dar um salto com os braços estendidos batendo uma palma no alto, imitar um certo animal quando se bater duas palmas, e assim por diante (atenção e memória); as regras também podem ser criadas pelos próprios alunos.

²⁰ Nesse exercício, devem-se pegar as pernas do colega, somente acima dos joelhos.



Figura 23 – Atividades cooperativas

2. **Parte principal:** Com a duração aproximada de vinte a vinte e cinco minutos, incluindo a execução de rolamentos, exercícios com projeções e/ou imobilizações-atividades específicas e/ou gerais, sempre obedecendo a uma seqüência pedagógica adequada. Exemplo de atividades:

- Usar de alguns fundamentos da ginástica olímpica para desenvolver o trabalho dos rolamentos. Vivência dos rolamentos de frente e de costas (“cambalhotas” – educativo para o rolamento sobre o ombro) e a execução da estrela (domínio do corpo e o equilíbrio recuperado), partindo do conhecimento que as crianças trazem de suas curtas, mas significativas experiências. Fazer os rolamentos de frente e de costas com e sem obstáculos; pegadas em que se deve pegar e fugir dando “cambalhotas”; rolamentos de frente e de costas por cima da faixa, auxiliando no desenvolvimento da autoconfiança dos alunos; mesmo exercício por cima dos colegas;

- Introdução nas formas de pegar no *judogui*: pega em duplas, em que todos devem fugir, inclusive o pegador, segurando com uma mão na gola e a outra na manga do *judogui* do seu colega; estafetas, sendo que o deslocamento deve ser dois a dois, da mesma forma descrita acima. Essas pegadas devem ser realizadas sem a preocupação com as técnicas que elas envolvem, no caso do não uso do *judogui*, elas devem ser adaptadas, segurando na roupa (camiseta ou blusa) da criança.
- Em relação ao equilíbrio e desequilíbrio, muitas atividades com caráter lúdico pedagógico podem ser realizadas: *sumo*²¹ (equilíbrio); mesmo exercício só puxando; idem só empurrando; briga de jacaré²² (desenvolve o equilíbrio e o reflexo).
- Três alunos em círculo, cada um segurando o braço do colega ao lado, tentam desequilibrar e derrubar os outros dois, usando apenas os braços (equilíbrio); briga de galo, pulando em um pé, a aluno deve empurrar o colega com as mãos, tentando desequilibrá-lo; briga de anão, idem ao anterior, mas os alunos devem estar agachados.
- Imobilizações feitas com o professor: o professor prende dois alunos entre as suas pernas e ao sinal dado por ele, as crianças tentam sair do “cadeado de pernas”. A mesma atividade feitas entre os próprios alunos, feito dois a dois, depois que o amigo consegue escapar vai trocando de pares.
- A atividade anterior pode ser feita em formato de pega em que não poderá ser pego aquele que fizer uma das imobilizações aprendidas: *Hon-kesa-gatame*; *Yoko-shiho-gatame*; *Tate-shiho-gatame* e Cadeado²³. Deve se fazer a imobilização e continuar correndo, entre os

²¹ Segurar o colega pelas mangas do *judogui* ou da roupa que estiver usando e tentar desequilibrá-lo com movimentos de braços semelhantes aos do Judô. É realizada em um círculo onde o aluno não pode ultrapassar o seu limite e nem apoiar qualquer parte do corpo no solo.

²² Dois a dois, um de frente para o outro, em apoio de frente sobre o solo. Tentar tirar o apoio do colega, puxando um de seus braços.

²³ Nomes das imobilizações usados com as crianças: *Hon-kesa-gatame* – cabeça-na-cabeça; *Yoko-shiho-gatame* – peito-no-peito; *Tate-shiho-gatame* – montada.

amigos que ficaram deitados como bases para salvar os colegas do ou dos pegadores.

- As projeções deverão ser ensinadas de forma gradativa e devem ser adaptadas as características das crianças. Quando um aluno for realizar uma queda no colega, o que vai ser projetado deve estar de joelhos, diminuindo a distancia do solo, evitando lesões. Pega gelo: O aluno que for pego pelo pegador, deverá ficar “congelado” de joelhos, sem se mover, para ser salvo, um outro colega deverá derrubá-lo fazendo uma das projeções aprendidas (*O-soto-gari; O-uchi-gari; Ko-uchi-gari; Tai-otoshi*).
- Lutas e combates também podem ser trabalhados no ambiente escolar. Trazer para as crianças, através de conversas, a diferença entre luta e briga, evidenciada nos seus objetivos. É fundamental que as crianças percebam que só conseguem se divertir nas atividades dois a dois, pois há a colaboração e cooperação de pelo menos um colega. Por isso, o sentido de uma luta que não machuque nenhum dos dois, mas que respeite e divirta a ambos. Luta dois a dois sentados, de costas um para o outro, chamada de luta costas-costas: partindo dessa posição, ao sinal do professor ambos devem virar-se, sem poder ficar em pé, com o objetivo de desequilibrar e derrubar o colega no tatame deixando as costas desse no chão. As lutas em pé podem ser exploradas com as crianças, ficando o professor sempre atento a segurança delas. Importante aqui, conversar com os alunos sobre a questão da vitória e derrota, mesmo que isso seja um pouco complicado nessa faixa etária.

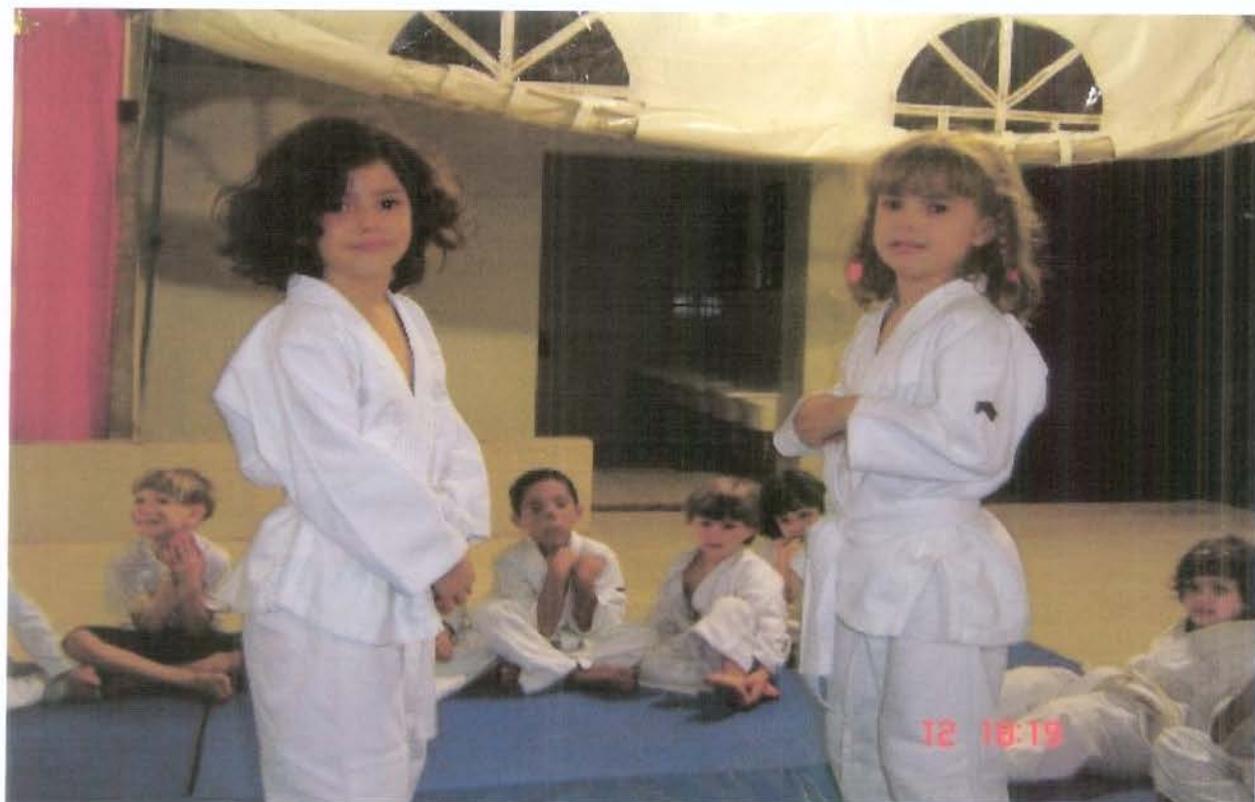


Figura 24 – Atividades motivadoras específicas e a parte principal

3. **Parte final:** pode ter a duração de dez a quinze minutos, abrangendo as atividades motivadoras gerais e a saudação final. Exemplo de atividades:

- **Pega-pega cachorrinho:** um aluno fica ajoelhado no meio do tatame e os outros tentarão passar por ele, sem serem tocados. Quem for tocado, vira cachorrinho também e passa a ajudar a pegar os demais; **Homen à lua:** o professor deitado em decúbito dorsal com as pernas flexionadas, os pés apoiados no solo e a cabeça voltada para o aluno. Este corre ao seu encontro, apóia as mãos nos joelhos dele, abaixa a cabeça e joga as pernas para cima, como se fosse fazer um rolamento, tentando cair de pé, atrás dele. Esta atividade desenvolve a confiança trabalhando o equilíbrio recuperado; **Aviãozinho:** O professor na mesma posição que a anterior, apóia os pés no quadril do aluno e segurando nas suas mão eleva-o mantendo no alto, como se tivesse voando. A descida pode ser

com um rolamento no alto e caindo em pé atrás do professor, com uma cambalhota de frente com o aluno apoiando as mãos no chão também atrás do professor ou voltando em pé como o aluno começou o movimento de frente e próximo ao professor.



Figura 25 – Atividades motivadoras gerais e a parte final

A ludicidade poderia ser a ponte facilitadora dessa aprendizagem se o professor de Judô pudesse repensar e questionar-se sobre sua forma de ensinar, relacionando-a com alguma corrente teórica que prega a utilização do lúdico como fator motivante de qualquer tipo de aula, desportiva ou não. Cabe, portanto, um novo questionamento: A motivação do aprendizado através da ludicidade nas aulas de Judô combateria o tédio de aulas pré-moldadas e repetitivas?

O objetivo desse trabalho não é responder a essa pergunta, e nem possui estudos aprofundados para isso, mas é usar dela para após apresentar reflexões de uma prática,

causar inquietações nos professores de Judô, principalmente nos docentes da Educação Infantil, levando-os a repensar suas metodologias.

É importante que o professor de Judô objetive através dessa prática fazer com que os alunos desenvolvam-se integralmente, assumindo um papel mais amplo, papel esse de educar e promover o desenvolvimento do educando. É dever do professor favorecer à criança o seu conhecimento não só em nível motor, mas em âmbito integral, enquanto ser pensante dotado de emoções, e que interage com o todo social no desenvolver de suas funções, desde as mais elementares até as mais superiores.

Falando um pouco mais das aulas e movimentos repetitivos encontrados nas práticas do Judô, Batista (2000, p. 90) descreve que: “[...] a especialização precoce faz com que o mesmo movimento seja repetido cada vez mais e esse treinamento não é suportado por estruturas ainda imaturas”.

No Judô os movimentos repetitivos são parte do treinamento e devem ser seriamente evitados para as aulas com crianças. Esta especialização tornou-se mais contundente devido a competição no estágio infantil e a falta de uma pedagogia mais adequada para essa fase.

Lembra Virgílio (1994, p. 67) que no Judô “[...] entre seis e dez anos de idade as crianças devem receber ensino todo especial, baseado em recreação, sem formas ou técnicas”.

O próprio RCNEI (BRASIL, 1998), defende uma Educação Infantil com caráter lúdico, que valorize a cooperação, o respeito a si mesmo e aos outros, eliminando os movimentos estereotipados, favorecida pela valorização da linguagem dos gestos e dos movimentos que definem a chamada cultura corporal. Para isso, esse documento apóia a inserção de projetos que pensem e respeitem a criança de uma forma global, com atividades motivadoras e prazerosas. O Judô escolar passa a ser, então, um excelente projeto para a Educação Infantil.

Em suas brincadeiras, uma criança experimenta pessoas e coisas, armazena sua memória, estuda causas e efeitos, resolve problemas, constrói um vocabulário útil, aprende a controlar suas reações emocionais centralizadas em si própria e adapta seus comportamentos aos hábitos culturais de seu grupo social. Brincar é tão necessário ao pleno desenvolvimento do organismo de uma criança, seu intelecto e personalidade, como alimento, abrigo, ar puro, exercícios, descanso e prevenção de doenças e acidentes para sua existência mortal contínua. Brincar, portanto, é fundamental para um desenvolvimento pleno do ser humano.



Figura 26 – A ludicidade no Judô

O lúdico tem sua origem na palavra latina "ludus", que do ponto de vista etimológico, quer dizer "jogo", mas se ficasse confinado somente à sua origem, o termo lúdico estaria se referindo apenas ao jogar, ao brincar, ao movimento espontâneo.

O lúdico segundo Feijó (1992, p. 61), extrapola esse conceito, “[...] o lúdico é uma necessidade básica da personalidade, faz parte das atividades essenciais da dinâmica humana, e que caracteriza-se por ser espontânea, funcional e satisfatória [...]”.

Portanto, é importante que o profissional que trabalha com crianças conheça e respeite as características e necessidades da faixa etária com a qual se pretenda atuar, objetivando assim o desenvolvimento de um trabalho consciente, funcional e satisfatório, respeitando sempre a individualidade de cada um e, principalmente, atentando para o fato de que a criança não é um adulto em miniatura e, conseqüentemente, não deverá ser exigido dela um comportamento além de suas capacidades.

É comum o professor/técnico na ânsia de obter resultados satisfatórios, que normalmente são traduzidos por medalhas e troféus para a sua escola/agremiação, exigir uma performance exagerada de seus alunos, não respeitando os direitos da criança no esporte, e, esquecendo-se que acima de tudo vem o questionamento sobre a sua função de educador, que é propiciar o que na realidade a criança está buscando, isto é, praticar uma atividade que lhe traga alegria.

A importância da ludicidade, como fator motivacional, justificaria um maior estudo sobre o seu uso como estratégia de ensino nas aulas de Judô para crianças, em que o professor deveria questionar-se quanto à sua postura e conduta em relação ao objetivo prioritário de proporcionar aos praticantes de Judô um desenvolvimento globalizado e não apenas físico-técnico, transformando-os não em apenas grandes campeões, e sim em verdadeiros indivíduos.

Considerações Finais

Através da pesquisa realizada em toda a estrutura do Judô, ou seja, a sua história, a sua filosofia, os seus conceitos e sua prática, propriamente dita, atrelada as pesquisas no campo da Educação Física Infantil e com as reflexões da minha prática, que também desenvolvi nesse trabalho, foi possível constatar que essa modalidade é possível dentro da Educação Infantil.

Como foi abordado ao longo do trabalho, o Judô é uma prática que originalmente respeita os valores e as exigências que provêm do campo educativo, preocupado com a formação humana, o que favorece muito a sua inserção dentro da Educação Infantil, podendo constituir na atualidade como um meio significativo dentro do campo das linguagens corporais.

Penso a Educação Física como área do conhecimento, com seus saberes já constituídos, por meio dos quais fornecem as ferramentas capazes de auxiliar o processo de ensino/aprendizagem do Judô, principalmente, através da formação de profissionais da área capazes de atuar de forma consciente e preocupados em atender as necessidades e interesses das crianças.

Defendo uma atuação voltada para a criança vista e tratada de forma integral. Para tal, minha prática valoriza a utilização de elementos lúdico-pedagógicos, na busca de superar concepções reducionistas, pressupondo um desprendimento de ações mecânicas e alienantes, podendo-se, assim, resgatar a sensibilidade do gesto humano, a criatividade, a imaginação e o viver/sentir as situações da aula como momentos de prazer.

A possível leitura que a Educação Física deve fazer do Judô, enquanto uma manifestação do movimento humano, dando maior atenção as diferentes formas de culturas do movimento não privilegiando umas em detrimento de outras. Respeitando as características próprias de cada aluno e suas possibilidades de contribuir para a produção coletiva de um novo conhecimento, entendendo o movimento como forma de expressão que permeiam as relações sociais.

Além da simples prática de alguns dos conteúdos da Educação Física, deve-se buscar estudá-los e ensiná-los como conhecimento a ser apropriado/reelaborado pelo aluno, conforme sua subjetividade.

Na Educação Infantil é necessário dar destaque à afetividade, já que as crianças nessa faixa etária estão totalmente imersas na emoção a qual fundamenta os contatos entre as crianças e o seu ambiente, estabelecendo contato e mobilizando os adultos para atender as suas necessidades e interesses.

Assim, creio que a contribuição que a Educação Física pode dar ao Judô tem enorme valor, pois supriria necessidades e expectativas visíveis nos processos de ensino/aprendizagem do mesmo, além de impulsionar e favorecer o seu desenvolvimento. Nesse sentido, acredito também que este trabalho contempla suas intenções iniciais (relativas ao Judô inserido na Educação Infantil), podendo ainda alavancar diversas outras possibilidades de pesquisas dentro desse campo extremamente vasto, pronto a ser explorado.

Referências Bibliográficas

ACEAJ. Associação Cultural e Esportiva Amigos do Japão. Disponível em:
<<http://www.aceaj.hpg.ig.com.br/ogokio.htm#top>>. Acesso em: 02 set. 2006.

BATISTA, C. F. dos S. **Judô da escola à competição**. 2.ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2000. ↗

BRASIL. Ministério da Educação. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional: Lei n.9394/96**. Brasília, 1996.

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. Secretaria de Educação Fundamental. **Referencial Curricular Nacional para a Educação Infantil**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BUSHIDO. Bushido online. Disponível em: <<http://www.bushido-online.com.br/judo.htm>>. Acesso em: 02 set. 2006.

CALLEJA, C.C. **Caderno técnico-didático: Judô**. Brasília: MEC, 1982.

CBJ. Confederação Brasileira de Judô. Disponível em:
<<http://www.cbj.com.br/novo/institucional.asp>>. Acesso em: 20 ago. 2006.

CENTRO ESPORTIVO RECREATIVO JUDO PARAISO. Disponível em:
<<http://www.judoparaiso.hpg.ig.com.br/conteudo/tec-1.htm>>. Acesso em: 25 ago.2006.

↖ FEIJÓ, O. G. **Corpo e movimento: uma psicologia para o esporte**. Rio de Janeiro: Shape, 1992.

FERRAZ, O. L. **Educação Física na educação infantil e o referencial curricular nacional: significado para os professores**. 2000. 186f. Tese (Doutorado). Faculdade de Educação Física, 2000. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000.

FERREIRA, A. B.de H. **Mini aurélio: século XXI escolar: o mini dicionário da língua Portuguesa**. 4.ed. São Paulo. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.

FPJ. Federação Paulista de Judô. Disponível em: <<http://www.fpj.com.br/artigos/artigos.php>>. Acesso em: 20 ago. 2006.

FPJ. Federação Paulista de Judô. Disponível em: <<http://www.fpj.com.br/historia/historia1.php>>. Acesso em: 20 ago. 2006.

FPJ. Federação Paulista de Judô. Disponível em: <<http://www.fpj.com.br/arbitragem/arbitragem.php?id=regras.htm>>. Acesso em: 20 ago. 2006.

JUDOBRASIL. Disponível em: <<http://www.judobrasil.com.br/historia3.htm>>. Acesso em: 02 set. 2006.

JUDO UNICAMP. Disponível em: <<http://www.judodaunicamp.hpg.ig.com.br/estudos/kuzushi/kuzushi.htm>>. Acesso em: 25 ago. 2006.

JUDOLANDIA. Disponível em: <<http://judolandia.tripod.com/historia.htm>>. Acesso em: 31 ago. 2006.

JUDOLANDIA. Disponível em: <<http://judolandia.tripod.com/historia3.htm>>. Acesso em: 31 ago. 2006.

KAWATAKE, E. Y. **Preparação física e técnica para o judô**. 1998. Trabalho de Conclusão de Curso. Graduação. Universidade estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física, Campinas, 1998.

KODOKAN. Disponível em: <<http://www.fortunecity.com/skyscraper/jobbs/1663/id3.htm>>. Acesso em: 31 ago. 2006.

MIKUKAMI, M. da G. N. **Ensino**: As abordagens do processo. São Paulo: EPU, 1986.

NEDEF/UFSC - SME/P. M. Florianópolis. **Diretrizes curriculares para a Educação Física no ensino fundamental e na educação infantil da rede municipal de florianópolis**. Santa Catarina, publicação oficial, 1996.

PENNA, T. P. **A dimensão do Judô na dimensão escola**. 2000. Trabalho de Conclusão de Curso. Graduação. Universidade Estadual de Campinas. Faculdade de Educação Física, Campinas, 2000.

SANTOS, A. R. dos. **Metodologia científica: a construção do conhecimento**. 5. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2002.

SHINOHARA, M. **Manual prático de Judô Vila Sônia**. 3. ed. São Paulo: Shinohara, 1982.

SOARES, C. L., et. al. **Metodologia do ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

VILLAMÓN, M. (Dir.). **Introducción al Judô**. Barcelona (Espania): Estudi Chifoni, 1999.

VIRGÍLIO, S. A arte do Judô. 3. ed. Porto Alegre: Rigel, 1994.

WIKIPEDIA. A enciclopédia livre. 2006. Disponível em: <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Zen>>. Acesso em: 31 ago. 2006.

WIKIPEDIA. A enciclopédia livre. 2006. Disponível em: <<http://pt.wikipedia.org/wiki/Jud%C3%B4#GRADUA.C3.87.C3.95ES>>. Acesso em: 31 ago. 2006.

WIKIPEDIA. A enciclopédia livre. 2006. Disponível em: <http://pt.wikipedia.org/wiki/Jigoro_Kano>. Acesso em: 31 ago. 2006.