

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DO SUL DE MINAS – UNIS/MG**

**EDUCAÇÃO FÍSICA – LICENCIATURA**

**ELVIS DA SILVA GOMES DE SOUZA**

**O JUDÔ E O JIU JITSU COMO FERRAMENTA PARA DESENVOLVIMENTO  
DAS HABILIDADES DAS HABILIDADES MOTORAS NO ENSINO  
FUNDAMENTAL**

**Varginha – MG**

**2016**

**FEPESMIG**

N. CLASS.	M796.8
CUTTER	S719j
ANO/EDIÇÃO	2016

**ELVIS DA SILVA GOMES DE SOUZA**

**O JUDÔ E O JIU JITSU COMO FERRAMENTA PARA O  
DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES MOTORAS NO ENSINO  
FUNDAMENTAL**

Monografia apresentada ao curso de Educação Física do Centro Universitário do Sul de Minas – UNIS/MG, como pré-requisito para obtenção do grau de licenciatura em Educação Física, sob orientação da Prof. Ma. Flavia Regina Ferreira Alves.

**Varginha –MG  
2016**

**FEPESMIG**

**ELVIS DA SILVA GOMES DE SOUZA**

**O JUDÔ E O JIU JITSU COMO FERRAMENTA PARA O  
DESENVOLVIMENTO DAS HABILIDADES MOTORAS NO ENSINO  
FUNDAMENTAL**

Monografia apresentada ao curso de Educação Física do Centro Universitário do Sul de Minas – UNIS/MG, como pré-requisito para obtenção do grau de licenciatura pela Banca Examinadora composta pelos membros:

Aprovado em / /

---

Prof. Ma. Flavia Regina Ferreira Alves

---

Prof. Ms Thiago Rocha Drumond De Oliveira

---

Prof. (título ex.: Dr./Ms./Esp.) Nome do professor

OBS.:

## DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho aos meus familiares e a orientadora e todos que me ajudaram direto ou indiretamente. Tudo que um sonho precisa para ser realizado é alguém que acredite que ele possa ser realizado.

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha orientadora, pela ajuda e ao meu amigo Rodrigo Marcondes pelo auxílio também e a minha namorada que sempre esteve por perto.

## EPÍGRAFE

Vença a si mesmo e terá vencido o seu próprio adversário.

## RESUMO

Este trabalho aborda os estudos das habilidades motoras do Judô e Jiu-Jitsu de alunos inseridos na escola pública. Tal abordagem se faz necessário pela importância ao desenvolvimento da prática destes esportes na escola. O propósito desta pesquisa é demonstrar a importância das habilidades motoras, trabalhadas nas aulas de lutas nas aulas de Educação Física. Este intento será conseguido mediante a revisão bibliográfica em plataformas de pesquisa e livros referentes ao tema. Através da análise realizada nos artigos e livros pesquisados, evidenciou que alunos praticantes de lutas, obtêm uma melhora no desenvolvimento motor e em sala de aula, pode-se dizer que as lutas trazem por si só toda uma história de respeito e educação entre seus praticantes, no Judô e no Jiu-Jitsu não é diferente as habilidades motoras trabalhadas são de suma importância para o desenvolvimento motor de seus praticantes. Desde o início a prática das aulas envolvendo as lutas, o indivíduo adquire, ou aprende diversas funções motoras, as quais farão com que o organismo alcance sua maturidade. Por meio do seu próprio movimento, a criança desenvolve seus processos motores. Os movimentos surgem muitas vezes porque a criança tende a imitar os adultos que a rodeiam ou inspiram-se em outras crianças para executar suas provas práticas. A prática de atividades voltadas a luta na educação física, ainda não são muito utilizadas nas aulas, pois deveriam ser, visam o desenvolvimento das habilidades (correr, saltar, saltitar, empurrar, puxar, balançar, subir, descer, andar).

**Palavras-chave: Habilidades motoras. Lutas. Judô. Jiu Jitsu.**

### **Abstract**

*This work deals with the studies of motor skills of Judo and Jiu-Jitsu students entered in the public school. Such an approach is necessary because of the importance of the development of the practice of these sports at school. The purpose of this research is to demonstrate the importance of motor skills, worked in the classes of struggles in Physical Education classes. This intent will be achieved through a review of the literature in search platforms and books relating to the topic. Through the analysis performed in articles and books researched, showed that students practicing struggles, You get an improvement in motor development and in the classroom, it can be said that the struggles bring alone a whole history of respect and education among its practitioners, in judo and Jiu-Jitsu is not unlike the motor skills worked are of utmost importance for the motor development of its practitioners. Since the beginning the practice of the lessons involving the struggles, the individual acquires or learns several motor functions, which will cause the body reaches its maturity. By means of its own motion, the child develops its processes. The movements are often because children tend to imitate the adults that surround or inspire in other children to perform their practical exams. . The practice of activities related to the fight in physical education, are still not widely used in classrooms, because they should be aimed at the development of skills(run, jump, skip, pushing, pulling, Swing, climb, descend, cycling).*

*Keywords: Motor skills. Struggles. Judo. Jiu Jitsu.*

## SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO.....	10
2 O JUDÔ, JIU JITSU E A EDUCAÇÃO FÍSICA.....	12
2.2 O JIU JITSU.....	13
2.2.1 Fundamentos Básicos Do JIU JITSU.....	14
2.3 A Educação Física Escolar.....	15
2.3.1 Fundamentos Básicos Para a Aprendizagem Motora Através Da Educação Física.....	15
2.3.2 Habilidades Motoras Básicas Utilizadas Na Educação Física Escolar .....	15
2.3.2.1 Correr.....	16
2.3.2.2 Saltar.....	16
2.3.2.3 Habilidades estabilizadoras.....	16
2.3.2.4 Equilibrar.....	16
2.3.2.5 Rolar.....	17
2.3.2.6 Habilidades manipulativas.....	17
2.3.2.7 Arremessar.....	17
2.3.2.8 Receber.....	17
2.3.2.9 Chutar.....	18
2.3.2.10 Rebater.....	18
2.3.2.11 Quicar.....	18
2.4 Lutas e Educação Física.....	18
2.5 O Desenvolvimento Das Habilidades Motoras e as Lutas.....	20
3 MÉTOLOGIA.....	23
4 RESULTADOS.....	24
5 DISCUSSÃO.....	25
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	27
REFERÊNCIAS.....	28

## 1 INTRODUÇÃO

A presente pesquisa tem por fim analisar como o JUDÔ e JIU JITSU auxiliam o processo de execução das habilidades de correr, saltar, equilibrar, rolar, manipulativas, arremessar, receber, chutar, rebater e quicar dos alunos do ensino fundamental.

Através dos estudos de Gallahue, Ozmun (2005), Magill (2000) a análise do padrão de movimento determinada pelo aprendizado das modalidades de luta demonstram-se como um processo dentro da evolução dos padrões de movimento, estimulados no ambiente escolar.

Partindo deste pressuposto, a pesquisa terá como busca principal, à análise de habilidades aprendidas através da iniciação das modalidades descritas e a utilização das mesmas como ferramenta nesse processo de aprendizado.

Nesta pesquisa objetivou-se analisar os benefícios da prática do JUDÔ e JIU JITSU no ensino fundamental como ferramenta para o desenvolvimento das habilidades motoras. Descreveu-se com base nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), que as lutas são disputas em que o(s) oponente(s) o qual deve(m) ser subjugado(s), mediante técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica, a fim de punir atitudes de violência e de deslealdade. Podem ser citados como exemplo de lutas desde as brincadeiras de cabo-de-guerra e braço-de-ferro até as práticas mais complexas da capoeira, do judô e do caratê. (BRASIL, 1998)

Tendo o PCN como referência para análise de conteúdo do ensino fundamental os JUDÔ e JIU JITSU abrangem todas as vantagens que o mesmo determina para um bom desenvolvimento e conhecimento das habilidades motoras propostas pelo esporte. O conteúdo inicial dos esportes de luta incentiva a prática do desenvolvimento das habilidades motoras, bem como proporciona aos alunos a evolução destas habilidades para dinâmica do aprendizado das técnicas e específicas da luta.

Durante a construção desta pesquisa descreveu-se através dos temas abordados a relevância das lutas (JUDÔ e JIU JITSU) como processo de desenvolvimento das

habilidades motoras em alunos inseridos no ensino fundamental e também tenham conhecimento, que esses esportes requerem disciplina, que é uma das regras básicas das lutas.

## 2 O JUDÔ, JIU JITSU E A EDUCAÇÃO FÍSICA

O processo de desenvolvimento motor revela basicamente por alterações no comportamento motor. Todas as pessoas - bebês, crianças, adolescentes e adultos estão envolvidos no processo permanente de aprender a mover-se com controle e competência, em reação aos desafios que enfrentam-se diariamente em um mundo em constante mutação (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Gallahue e Ozmun (2005) descrevem que o movimento observável pode ser agrupado em três categorias: movimentos estabilizadores, movimentos locomotores e manipulativos ou combinações desses três. Em sentido mais amplo, um movimento estabilizador é qualquer movimento que no qual algum grau de equilíbrio é necessário (isto é, virtualmente toda atividade motora rudimentar). Em sentido mais estreito, um movimento estabilizador é aquele não-locomotor e não manipulativo. A categoria convenientemente inclui movimentos como girar, virar-se empurrar e puxar que não podem ser classificados como locomotores ou manipulativos.

No JUDÔ, são utilizados vários fundamentos para descrever as finalidades de cada movimento para realização de uma ação motora, o qual a tarefa será executada resultando em movimentos e posturas fundamentais para compreensão do Judô.

- a. Shinsei (postura): existem dois tipos de postura no judô Shisentai, que é a postura natural do corpo e Jigotai, que é a postura defensiva.
- b. Shintai (movimentação): Ayumi-ashi, andando normalmente. Suri-ashi, andando arrastando os pés. Tsugi-ashi (apenas em kata), que se anda colocando um pé à frente e arrastando o outro, sem ultrapassar o primeiro.
- c. Tai-sabaki (deslocamento de corpo / tai = corpo; sabaki = deslocamento): Pode ser: Mae-sabaki (para frente), Ushiro-sabaki (para trás) ou Yoko-sabaki (para os lados).
- d. Kumi-Kata (pegadas, formas de pegar): Existem inúmeros tipos de pegadas, sendo apenas proibida a pegada por dentro da manga e por dentro da barra da calça. A pegada pode ser feita no eri (gola), sode (manga) e, desde que haja o desequilíbrio do adversário ou o adversário esteja fazendo a pegada cruzada

(manga e gola do mesmo lado), no chitabaki (calça). Pode ser de direita (migui) ou de esquerda (hidari). Variando entre canhotos e destros, embora para algumas projeções se use a pegada de lado contrário ao qual se vai atacar.

- e. Ukemi (amortecimento de quedas): Os "rolamentos" são fundamentais para a segurança do praticante, a física explica: estas técnicas "dissipam" a energia cinética que, se fosse transferida na sua totalidade para os órgãos internos, poderia causar prejuízo à saúde. Os ukemis são, Zempo kaiten Ukemi - Zempo (rolamento) kaiten ( rotação), logo ukemi que você rola e gira. Ushiro ukemi - Ushiro ( para trás), logo ukemi para trás. Mae ukemi - Mae ( para frente), logo ukemi para frente. Yoko ukemi - Yoko ( para o lado) , logo ukemi para o lado (BORGES, 2005)

## 2.2 O JIU JITSU

A palavra Jujutsu, sinônimo de JIU JITSU, é descrita por dois caracteres chineses. O Ju significa "suavidade" ou "via de ceder" e o Jutsu, "arte, prática", podendo ser traduzido como "Arte Suave". No Brasil, o Jiu-Jitsu se inicia por volta de 1917, com a chegada do professor da arte Mitsuyo Maeda, conhecido como Conde Koma. Em Belém do Pará, Conde Koma efetua demonstrações da luta, sendo primeira assistida por Carlos Gracie, que se interessa pela forma de combate e aprofunda-se nesta com habilidade, apesar de seu físico pouco adequado para esportes de luta (VECCHIO, 2007).

Segundo a Confederação Brasileira de JIU JITSU, ao modificar as regras internacionais do JIU JITSU japonês nas lutas que ele e os irmãos realizavam, Carlos Gracie iniciou o primeiro caso de mudança de nacionalidade de uma luta, ou esporte, na história esportiva mundial. Anos depois, a arte marcial japonesa passou a ser denominada de JIU JITSU brasileiro, sendo exportada para o mundo todo, inclusive para o Japão. As lutas são, em geral, caracterizadas como acíclicas, pois os atletas se utilizam de diferentes sequências de movimentos e manifestações de capacidades bio motoras (VECCHIO, 2007).

O *Brazilian Jiu Jitsu* (BJJ) é modalidade individual de combate de solo cujo objetivo é, após projetar o adversário ao solo, dominá-lo através de técnicas específicas que se baseiam em posições e alavancas biomecânicas, as quais apresentam pontuações distintas, em função de seus tipos. Tais gestos exigem a manifestação das diferentes capacidades bio motoras, buscando a desistência do adversário através de técnicas de estrangulamentos e chaves articulares. Por outro lado, em caso de ausência de finalização, o término da luta é determinado pelo tempo, com indicação do vencedor pelo número de pontos conquistados.

Vale dizer que o *Brazilian Jiu Jitsu* (BJJ) vem conquistando destaque no país, e crescente interesse mundial. Mas, mesmo assim, grande parte dos técnicos e preparadores físicos desconhecem os caracteres fisiológicos e bio motores manifestados durante a luta, o que os predispõem a treinar seus atletas de forma empírica, baseando-se em conhecimentos trazidos e perpetuados há décadas (VECCHIO, 2007).

#### 2.2.1 Fundamentos Básicos Do JIU JITSU

Segundo a Confederação brasileira de JIU JITSU (CBJJ, 2009) é uma luta de origem indiana mais que cresceu e se promoveu no Japão cujo objetivo é dominar o adversário através de técnicas e mobilização, estrangulamento ou chave-articular. As técnicas de estrangulamento e chave-articular têm como finalidades fazer com que o adversário desista da luta. Um dos princípios do Jiu-jitsu é utilizar golpes que constituem alavancas mecânicas e nesse sentido possibilitam que um indivíduo com menor força muscular consiga vencer um adversário mais forte, porém com menor habilidade nas execuções das técnicas.

Seguem técnicas de JIU JITSU: 1.Projeções 2.Traumatismo 3.Torções 4.Estrangulamentos 5.Pressões 6.Imobilizações 7.Desequilíbrios e Inversões no solo. (CBJJ, 2009).

## 2.3 A Educação Física Escolar

Habilidades motoras especializadas são padrões motores fundamentais maduros que foram refinados e combinados para formar habilidades esportivas específicas e habilidades motoras complexas. A estrutura neurológica, as características anatômicas e fisiológicas e as habilidades perceptivo-visuais então suficientemente desenvolvidas para funcionar no estágio maduro de boa parte das habilidades motoras fundamentais.

Muitos adolescentes, porém, têm suas capacidades motoras atrasadas em função das oportunidades de prática regular limitadas, do ensino deficiente ou ausente e do pouco ou nenhum encorajamento (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

### 2.3.1 Fundamentos Básicos Para a Aprendizagem Motora Através Da Educação Física

Embora existam diferenças entre os sexos e diferenças intrínsecas a cada sexo, em mensurações de aptidão relacionada à saúde e aptidão relacionada ao desempenho, adolescente do sexo masculino e feminino possuem potencial para obter melhoras significativas na participação em atividades física rigorosa regular (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

### 2.3.2 Habilidades Motoras Básicas Utilizadas Na Educação Física Escolar

Além dos benefícios imediatos atribuídos a realização de esforços físicos adequados na infância e na adolescência, evidências apontam que as experiências positivas associadas à prática de atividades físicas vivenciadas nessas idades se caracterizam como importantes atributos no desenvolvimento de atitudes.

### 2.3.2.1 Correr

O correr é usado em muitas brincadeiras e jogos esportivos como futebol, pega-pega, queimada, entre outros.

### 2.3.2.2 Saltar

O saltar pode ser usado em brincadeiras como pular corda, pular sela, etc. e para transpor obstáculos como buracos, poças de água etc.

### 2.3.2.3 Habilidades estabilizadoras

Atividades motoras de equilíbrio ou atividades estabilizadoras, base de todas as outras atividades, pois todo elemento envolve um elemento de equilíbrio.

### 2.3.2.4 Equilibrar

O equilibrar é uma habilidade importante até mesmo para andar, pois sem equilíbrio, cairíamos facilmente. Encontramos o equilíbrio em esportes como Ginástica Olímpica, Surfe, skate etc.

#### 2.3.2.5 Rolar

O rolar pode acontecer para frente, para trás, para a direita e para a esquerda, é também conhecido como a famosa cambalhota.

#### 2.3.2.6 Habilidades manipulativas

Habilidades Manipulativas abrangem movimentos grossos e finos, ou seja, tanto à manipulação motora rudimentar (MMRU) quanto à manipulação motora refinada (MMRE). Envolve aplicação de força ou a recepção de força de objetos, arremessar, receber, chutar, rebater, e quicar.

#### 2.3.2.7 Arremessar

Arremessar é o mesmo que lançar algum objeto em um alvo ou à alguém. Ele é encontrado em brincadeiras como queimada, alerta, boliche, etc.

#### 2.3.2.8 Receber

Significa segurar ou dominar algum objeto, com um melhor resultado se feito com as duas mãos. Em esportes coletivos (mais que uma pessoa por equipe, como basquete, handebol, etc.) Usa-se muito esta habilidade motora.

### 2.3.2.9 Chutar

O chute é feito pelos pés e é bastante usado no futebol, aparece também no futebol americano. No chute podemos explorar todas as partes dos pés (bico, peito, chapa, calcanhar e parte de fora).

### 2.3.2.10 Rebater

Rebater é igual a bater em um objeto sem segurá-lo. Encontra-se em jogos como baseball, taco, peteca e tênis. Pode ser feito com ou sem o auxílio de materiais.

### 2.3.2.11 Quicar

Quicar significa bater a bola no chão utilizando a(s) mão(s) fazendo com que a mesma volte para seu domínio. Bastante encontrado no basquetebol e no handebol. (ROSA NETO 2002)

## 2.4 Lutas e Educação Física

As lutas devem servir como instrumento de auxílio pedagógico ao profissional de educação física: o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico-sócio-cultural do homem, já que o ser humano luta, desde a pré-história, pela sua sobrevivência.

Segundo Daolio (2004) sustenta a idéia de que a cultura é o principal conceito para a educação física, “porque todas as manifestações corporais humanas são geradas na dinâmica cultural, desde os primórdios da evolução até hoje”.

As lutas são disputas em que os oponentes devem ser subjugados, com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica a fim de punir atitudes de violência e deslealdade. Podem ser citados exemplos de luta: as brincadeiras de cabo de guerra e braço de ferro, até as práticas mais complexas da capoeira, do judô e do caratê (BRASIL, 1998)

A história das formas de luta, de combate ou de arte marcial, é difícil de ser definida, pois poucos fatos são verdadeiramente conhecidos. Os antigos mestres não repassavam seus conhecimentos facilmente e, além disso, não existem registros documentados, já que as tradições eram passadas de forma oral, de mestre para discípulo (BRASIL, 1998).

A prática da luta nas aulas de educação física deve ser considerada, estando inclusa no bloco de conteúdos da disciplina, exposto nos Parâmetros Nacionais Curriculares PCN's: Esta prática pode trazer inúmeros benefícios ao usuário, destacando-se o desenvolvimento motor, o cognitivo e o afetivo-social. No aspecto motor, observamos o desenvolvimento da lateralidade, o controle do tônus muscular, a melhora do equilíbrio e da coordenação global, o aprimoramento da idéia de tempo e espaço, bem como da noção de corpo.

No âmbito da escola, segundo os PCNs, a Educação Física escolar deve dar oportunidades a todos os alunos para que desenvolvam suas potencialidades, de forma democrática e não seletiva, visando seu aprimoramento como seres humanos (BRASIL, 1998, p.29).

No aspecto cognitivo, as lutas favorecem a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégias e a atenção. No que se refere ao aspecto afetivo e social, pode-se observar em alunos alguns aspectos importantes, como a reação a determinadas atitudes, a postura social, a socialização, a perseverança, o respeito e a determinação.

## 2.5 O Desenvolvimento Das Habilidades Motoras e as Lutas

Ao longo dos anos, a área de estudos sobre desenvolvimento motor tem sido alvo da atenção de um grande número de pesquisadores (CLARK, 1994; GALLAHUE, 1989; HAYWOOD, 1986; e outros). Desde o surgimento da área, várias perspectivas influenciaram, e ainda influenciam, esses estudos; no entanto, duas delas são fundamentais para a compreensão do processo de desenvolvimento: a perspectiva maturacional e a perspectiva dos sistemas dinâmicos.

Segundo Fitts & Posner (1967), durante a aprendizagem de uma habilidade, um indivíduo passa por três estágios, cognitivo associativo e autônomo. Dentre as diversas características de cada estágio, uma importante mudança decorrente da prática nos processos da atenção. No estágio cognitivo o indivíduo está tentando compreender os objetivos da tarefa, o que sobrecarrega os mecanismos da atenção, proporcionando uma "performance" inconsistente. Após um certo período de prática, ele passará para o estágio associativo, no qual consegue manter uma "performance" mais estável, sendo capaz inclusive de detectar alguns erros.

As necessidades de atenção neste estágio decrescem significativamente. Depois de muita prática, ele será capaz de atingir o terceiro e último estágio (autônomo), no qual a habilidade está bem desenvolvida, permitindo que o indivíduo realize-a com consistência e "quase sem pensar". As exigências nos processos da atenção são mínimos, permitindo que ele direcione o foco da atenção para outros aspectos importantes da "performance".

Um exemplo da transição entre estes três estágios é o de uma criança aprendendo a fazer uma queda "projeção" no JUDÔ, partindo do movimento estático em que necessita fazer as pegadas para executar a projeção de diversas formas ao mesmo tempo em que observa e adversários durante a luta. A transição até a automaticidade poderá ocorrer naturalmente, porém o tempo necessário para que isto aconteça irá depender da quantidade de prática e do grau de complexidade da tarefa (FITTS & POSNER, 1967).

Por mais que isto possa ocorrer em função da prática, é importante também que professores de educação física e técnicos desportivos tenham conhecimento das

diferenças existentes entre crianças e adultos em termos da utilização de estratégias de atenção seletiva, velocidade no processamento de informações, uso dos processos de controle para processar e armazenar esses dados, aos quais poderão dificultar a aprendizagem. De posse destas informações, podemos criar um ambiente que facilite a aprendizagem, diminuindo as exigências nos processos da atenção através da utilização de estratégias cognitivas.

Quando ensinamos algo, o que desejamos é que a criança assimile a informação, retendo-a para o uso posterior. As experiências motoras devem estar presentes no dia a dia da criança, e são representadas por toda e qualquer atividade corporal realizada em casa, na escola e nas brincadeiras (FITTS & POSNER, 1967)..

Até algum tempo atrás, as experiências motoras vivenciadas espontaneamente pela criança e suas atividades diárias eram suficientes para que adquirisse as habilidades motoras e formasse uma base para o aprendizado de habilidades mais complexas. A criança tinha à disposição grandes áreas livres para brincar: quintal, praça e rua, explorados e utilizados no seu aprimoramento e desenvolvimento motor.

Entretanto, durante as duas últimas décadas, alterações ocorridas na estrutura social e econômica da sociedade, dados os processos de modernização, urbanização e inovações tecnológicas, têm proporcionado mudanças nos hábitos cotidianos da vida do homem moderno (SPENCE; LEE, 2003).

Essas modificações das condições de vida da população têm influenciado significativamente na instituição familiar e afetado a população infantil, que progressivamente vem sofrendo com o sedentarismo (RIBEIRO, 2001; BLAAK e colaboradores, 1992).

Nessas condições, crianças em idade de Educação Infantil são geralmente relegadas a brinquedos, na maioria das vezes eletrônicos, ou a atividades desenvolvidas em pequenos espaços, que limitam a aventura lúdica e a experimentação ampla de movimentos. Tendo em vista a importância de uma estimulação adequada nesse período de desenvolvimento, observa a necessidade da inserção da luta na educação infantil.

Para podermos falar de lutas na Educação Física escolar utiliza-se dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN'S).

Como meio de se atingir os objetivos gerais da educação física, utiliza-se a prática das lutas, sem, contudo, deixar de incentivar os esportes com bola, as ginásticas, o atletismo, a dança, os jogos e as brincadeiras. Entende-se como lutas, não somente as modalidades tidas como tradicionais (Judô, Caratê, Kung Fu), mas, também, a prática da luta informal (BRASIL, 1998).

Ao se lecionar a disciplina de educação física, da educação infantil até o ensino médio, comprova-se que as lutas fazem sucesso em todas as faixas etárias. Na educação infantil, as lutas de animais (luta do sapo, luta do jacaré ou a luta do saci) têm ajudado muito na liberação de agressividade das crianças, além de serem trabalhados, nestas atividades, todos os fatores psicomotores. No ensino fundamental, lutas que requerem um maior esforço trazem excelentes respostas, como a luta do “empurra e puxa” ou o “uga-uga” (tirar o colega de dentro do círculo central). No ensino médio, as modalidades começam a ser exploradas de uma maneira mais profunda, levando ao conhecimento do tema, fazendo um resgate histórico das modalidades e as relacionando com a ética e os valores (BRASIL, 1998).

As lutas devem servir como instrumento de auxílio pedagógico ao profissional de educação física: o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico-sócio-cultural do homem, já que o ser humano luta, desde a pré-história, pela sua sobrevivência.

Segundo Daolio (2004) sustenta a idéia de que a cultura é o principal conceito para a educação física, “porque todas as manifestações corporais humanas são geradas na dinâmica cultural, desde os primórdios da evolução até hoje”.

### 3 METODOLOGIA

O presente estudo se caracteriza como pesquisa bibliográfica, onde o método utilizado foi o hipotético dedutivo. A pesquisa bibliográfica foi realizada através da busca de documentação disponível nas bases científicas disponíveis para o acesso na internet e livros.

#### 4 RESULTADOS

De acordo com a pesquisa, os resultados acima descritos já eram esperados, pois as crianças de hoje não tem um contato significativo com atividades físicas, como correr saltar equilibrar, brincadeiras em que á algum tempo atrás eram brincadeiras naturais da infância, que todas crianças tinham contato, hoje em dia, pensam mais em vídeo game, computador telefones celulares, internet.

Movimento é vida, tudo o que fazemos no trabalho na escola ou em uma simples brincadeira envolve o movimentos, a nossa própria existência depende do movimento das batidas do nosso coração, o desenvolvimento ele começa na infância e vai até a morte, além disso o conceito de desenvolvimento ao longo da vida abrange todas as mudanças, as mudanças positivas associadas a cada fase desde o bebe até a fase adulta.

Com esses resultados pode-se observar que os PCN's e a Educação Física devem ser revistos pelos profissionais da área, pois se alguns possuem conhecimento sobre o material poucos o utilizam na prática.

Constata-se que a prática das lutas, parte dos blocos de conteúdos dos PCN's, é portanto apreciado pela Educação Física escolar, não vem sendo explorada,

Para se ter uma Educação Física diversificada para não se ter o famoso " rola bola" deve-se se cumprir o que se estabelece nos PCN's, seja com as lutas ou com outra modalidade descrita.

## 5 DISCUSSÃO

Gallahue: Ozmun (2005), Magill (2000) e Shimth (1998) a análise do padrão de movimento determinada pelo aprendizado das modalidades de luta demonstram-se como um processo dentro da evolução dos padrões de movimento, estimulados no ambiente escolar.

Segundo os PCN's o aluno tem o direito de aprender e não pode haver exclusão do mesmo nas aulas, e caracteriza-se por uma regulamentação específica em que o aluno tem o direito de aprender e a atingir os objetivos gerais da Educação física.(BRASIL, 1998).

Daolio (2004) sustenta a ideia em que a cultura é a principal conceito para a Educação Física escolar, pois todas as manifestações corporais humanas são geradas através de dinâmicas desde os primórdios até hoje.

Durante a evolução dessas últimas duas décadas, alterações ocorridas na estrutura social e econômica da sociedade, com a modernização e urbanização e inovações tecnológicas, tem proporcionado mudanças nos hábitos cotidiano da vida, assim as tecnologias na infância de maneira demasiada pode ser prejudicial.

Pode-se dizer que com a evolução dessas tecnologias, com vídeo games computadores, e vários tipos de jogos on-line vem aumentando o numero de adeptos, e afetando grande parte da população infantil com o aumento do sedentarismo. (RIBEIRO, 2001; BLAAK e colaboradores 1992).

E que todas as habilidades motoras, são de suma importância para o desenvolvimento das capacidades motoras como, correr, saltar, habilidades estabilizadoras, equilibrar, rolar, habilidades manipulativas, arremessar, receber, chutar, rebater, quicar (ROSA NETO, 2002).

Muitos adolescentes tem suas capacidades motoras atrasadas, devido a falta da prática de atividades físicas, do ensino deficiente ou insuficiente ou do pouco ou nenhum encorajamento para a pratica (GALLAHUE; OZMUN, 2005).

Observa-se que a Educação Física não visa apenas a evolução apenas das habilidades motoras das pessoas, e sim uma evolução com um todo assim além do motor, o cognitivo e o afetivo social (BRASIL 1998).

Segundo os PCN's as lutas além de trabalhar as habilidades motoras, favorecem a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégia e a atenção (BRASIL, 1998).

Fitts e Posner, (1967) apresentam que durante a aprendizagem de uma habilidade, um individuo passa por três estágios, cognitivo associativo e autônomo, e que todos estágios são de suma importância para o desenvolvimento motor, assim cada fase sendo importante para se passar para outra. Pode-se dar o exemplo de uma criança aprendendo a fazer um rolamento, para se aprender tem todo um desenvolvimento para evitar o risco de qualquer tipo de lesão.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que os PCN's são de suma importância, para uma aula de Educação Física diversificada para que não sucumba as eternas praticas de "rachas com bolas" deve-se cumprir o que estabelece os PCN's, e, deve-se cumprir o que estabelece nos PCN's.

Observa-se que os profissionais necessitam de um maior treinamento, de capacitação de cursos de reciclagem, para a partir de então após absorverem um conhecimento melhor das aulas de lutas, dai sim poderem passar as atividades solicitadas de acordo com a luta como o JUDÔ e JIU JITSU.

Pois alguns profissionais ainda possuem uma visão diferente do que é a luta, ela diferente do que muitos pensam não trás a desordem e sim toda uma historia de respeito e disciplina, pois mesmo sendo um esporte de contado se é passado sempre respeitar o adversário independente da ocasião e não a relacionando com agressividade e violência as lutas tem sua filosofia desde os tempos antigos.

Sugere-se que esse tema seja abordado por outros profissionais de Educação Física, contribuindo para a discussão e somando com novos temas propostos.

## REFERÊNCIAS

- BORGES, Eduardo. O Judô e Suas Simbologias Ocidentais. São Luis, 2005. Disponível em: <<http://www.ligadejudo.com.br/pordentro4.htm>.
- BLAAK, E.; WESTERTERP, K. R.; BAR-OR O.; WOUTERS, L.M; SARIS, W. H.M. Relação Entre Fatores Ambientais E Habilidades Motoras Básicas Em Crianças De 6 E 7 Anos 1992. Disponível em: [http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao\\_Fisica/REMEFE-3-3-2004/art11\\_edfis3n3.pdf](http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-3-3-2004/art11_edfis3n3.pdf)
- BRASIL . - Parâmetros Curriculares Nacionais- Brasil escola, 1998 de EDUCAÇÃO FÍSICA - Nº 135 - NOVEMBRO DE 2006-PAG. 36-44
- CBJJ,.-Confederação Brasileira de JIU JITSU, 2009. Disponível em: [www.cbjj.com.br](http://www.cbjj.com.br)
- CLARK, J. E. Motor Development. . -Desenvolvimento Motor: E Análise dos Estudo Brasileiros Sobre Habilidades Motoras Fundamentais, 1994. Disponível em: <http://educem.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/viewArticle/3855>
- DAOLIO, J. Educação Física e o conceito de cultura. Campinas, SP, autores associados 2004
- FITTS., P. M. - A Importância Da Atenção Na Aprendizagem Das Habilidades Motoras. Brooks Cole, Belmont, CA Disponível em: <file:///C:/Users/Elvis/Downloads/2000%20Ladewig%20A%20importancia%20da%20atencao%20na%20aprendizagem%20de%20habilidades%20motoras.pdf>
- GALLAHUE. D. L., -Desenvolvimento Motor: E Análise dos Estudo Brasileiros Sobre Habilidades Motoras Fundamentais. 3.ed. –São Paulo, 1989. Disponível em: <http://educem.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/viewArticle/3855>
- GALLAHUE.D .L. Compreendendo o desenvolvimento Motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3.ed. –São Paulo. Phorte, 2005.
- HAYWOO, M. K. Life span motor development.,-Desenvolvimento Motor: E Análise dos Estudo Brasileiros Sobre Habilidades Motoras Fundamentai, 1986. Disponível em: <http://educem.uem.br/ojs/index.php/RevEducFis/article/viewArticle/3855>
- LEE., As Lutas Na Educação Física Escolar. 2003 Disponível em: [http://fnkp.labs.wiremaze.com/uploads/writer\\_file/document/352/As\\_lutas\\_na\\_EF\\_escolar.pdf](http://fnkp.labs.wiremaze.com/uploads/writer_file/document/352/As_lutas_na_EF_escolar.pdf)

MAGGIL, R. A. – Aprendizagem motora :conceitos e aplicações- editora Edgard Blucher Ltda. São Paulo, 2000.

OZMUN, J. C., Compreendendo o desenvolvimento Motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3.ed. –São Paulo. Phorte, 2005.

POSNER, MI - A Importância Da Atenção Na Aprendizagem Das Habilidades Motoras. Belmont, CA Disponível em: <file:///C:/Users/Elvis/Downloads/2000%20Ladewig%20A%20importancia%20da%20atencao%20na%20aprendizagem%20de%20habilidades%20motoras.pdf>

RIBEIRO, I. C. Relação Entre Fatores Ambientais E Habilidades Motoras Básicas Motoras Básicas Em Crianças De 6 E 7 Anos, 2001. Disponível em: [http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao\\_Fisica/REMEFE-3-3-2004/art11\\_edfis3n3.pdf](http://www.mackenzie.br/fileadmin/Graduacao/CCBS/Cursos/Educacao_Fisica/REMEFE-3-3-2004/art11_edfis3n3.pdf)

ROSA NETO, F. Manual de avaliação Motora. 2ª.ed. Revista e Ampliada. Florianópolis: DIOESC, 2014.

SPENCE, J. C.; LEE, R. E. Toward a comprehensive model of physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*. v. 4, p. 7-24, 2003.

VECHHIO, F.D., Análise morfo funcional de praticantes de brazilian Jiu Jitsu e estudo da temporalidade e da quantificação das ações motoras na modalidade. *Movimento & Percepção*, Espírito Santo do Pinhal, SP, v. 7, n. 10, jan./jun. 2007– ISSN 1679-8678