

UNIVERSIDADE FEDERAL DO MARANHÃO – UFMA
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - LICENCIATURA

JOHNATHAN RODRIGUES PEREIRA

LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: o Jiu-jítsu brasileiro como uma
possibilidade de conteúdo na educação física escolar

São Luís – MA

2019

JOHNATHAN RODRIGUES PEREIRA

**LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: o Jiu-jítsu brasileiro como uma
possibilidade de conteúdo na educação física escolar**

Monografia apresentada à Universidade Federal do Maranhão (UFMA), como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof.Dr. Sérgio Augusto Rosa de Souza.

São Luís – MA

2019

PEREIRA, Johnathan Rodrigues.

Lutas na educação física escolar: o Jiu-jítsu brasileiro como uma possibilidade de conteúdo na educação física escolar/ Johnathan Rodrigues Pereira – São Luís, 2019.

55 f.: il

Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Federal do Maranhão.

Orientador: Sergio Augusto Rosa de Souza.

1. Lutas. 2. Educação física escolar. 3. Jiu-jítsu brasileiro. 4. Conteúdo escolar. I. Título.

CDU: _____

JOHNATHAN RODRIGUES PEREIRA

**LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: o Jiu-jítsu brasileiro como uma
possibilidade de conteúdo na educação física escolar**

Monografia apresentada à Universidade Federal do Maranhão (UFMA), como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof.Dr. Sérgio Augusto Rosa de Souza.

Aprovado em: 17/12/2019

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dr. Sérgio Augusto Rosa de Souza (Orientador)

Universidade Federal do Maranhão - UFMA

1º Examinador (a)

Universidade Federal do Maranhão - UFMA

2º Examinador (a)

Universidade Federal do Maranhão - UFMA

Dedico a minha família, e a todos aqueles que por mim fizeram esforços para minha alegria e realização.

"Se você não gosta do seu destino, não aceite. Em vez disso, tenha a coragem de o mudar do jeito que você quer que seja".

Uzumaki Naruto

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha família, amigos e em especial minha noiva, que sempre esteve comigo, me apoiando para que chegasse ao término desse ciclo.

Agradeço a Universidade, seu corpo diretivo, seus profissionais, em especial ao meu querido e muito dedicado orientador Prof. Sergio Souza, que muito fez por mim nessa pesquisa.

Muito agradeço a todos vocês na minha vida.

RESUMO

O presente trabalho acadêmico tem como abordagem temática Lutas na educação física escolar: o Jiu-Jítsu brasileiro como uma possibilidade de conteúdo educação física escolar e busca compreender essa atividade e sua forma prática no ambiente escolar, sobretudo para sua aplicação dentro do conteúdo de lutas, enfatizando o Jiu-Jítsu em seu potencial nesse contexto. A pesquisa teve o objetivo de apresentar como as lutas estão organizadas nos PCN's e BNCC, citar os principais benefícios do Jiu-Jítsu brasileiro e introduzir os principais aspectos sociais da prática em questão. Trata-se de uma revisão bibliográfica de abordagem qualitativa de cunho descritivo e exploratório que compreende achados bibliográficos dentro do período de 1996 a 2018. Diante disso, obteve-se como resultado dessa pesquisa que, mesmo havendo barreiras que impactam no processo de ensino das lutas na educação física escolar, também existem algumas soluções para facilitar a resolução de pais problemas, como a busca por meio de pesquisa pessoa, adaptação de locais, criação de material adaptado e/ou reciclado e trazer a tona a raiz da metodologia das lutas. Conclui-se que essa pesquisa teve seus objetivos alcançados, sendo possível perceber que nos documentos legais, o Jiu-Jítsu pode ser inserido como uma alternativa válida a ser trabalhada ao decorrer do ano letivo na educação física escolar, sendo válido ressaltar que esta é uma prática que oferece uma forma de tratar a prática corporal de maneira educativa e construtiva. Ressalta-se também que este estudo é de relevância acadêmica, profissional e social à medida que contribui com conhecimentos pertinentes a essa área.

Palavras chave: Jiu-Jítsu. Educação. Educação Física Escolar. Lutas.

ABSTRACT

The present academic work has as its thematic approach fights in school physical education: Brazilian Jiu-Jitsu as a possibility of physical education content and pursuit of activities and its form of practice in the school environment, especially for its application within the content of struggles, emphasizing Jiu-Jitsu in its potential in this context. A research aimed to present how the lists organized in the PCN and BNCC, citing the main benefits of Brazilian Jiu-Jitsu and the main social aspects of the practice in question. This is a bibliographic review of a qualitative approach of descriptive and exploratory nature, which presents bibliographic findings from 1996 to 2018. Therefore, they are used as a result of this research that, even though there are barriers that affect the teaching process in struggles in school physical education, there are also some solutions to facilitate parent problem solving, such as searching through person search, adapting places, creating adapted and / or recycled material, and bringing to the root the methodology of parenting fights. Concluded if this research had its objectives achieved, and it can be seen in the legal documents, Jiu-Jitsu can be inserted as a valid alternative and be worked through the school year of physical education, being valid only when practice that offers a way to treat body practice in an educational and constructive manner. It is also emphasized that this study is of academic, professional and social relevance as it contributes relevant knowledge to this area.

Keywords: Jiu-Jitsu. Education. School Physical Education. Fights.

Lista de Quadros

Quadro 1 - Classificação das lutas.....	20
Quadro 2 - Fundamentos básicos do Jiu-Jítsu	30
Quadro 3 - Barreiras e soluções.....	41

Lista de Siglas

BNCC	Base Nacional Curricular Comum
EFE	Educação Física Escolar
JJ	Jiu-jítsu
PCN's	Parâmetros Curriculares Nacionais

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	13
2	OBJETIVOS	15
2.1	Objetivo geral.....	15
2.2	Objetivos específicos.....	15
3	METODOLOGIA	16
4	AS LUTAS NA ESCOLA E O JIU-JÍTSU COMO COMPONENTE CURRICULAR DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA	18
4.1	As lutas na Educação Física escolar a partir dos pressupostos dos PCN'S e BNCC.....	19
4.2	Classificações das lutas.....	23
5	Lutas na Educação Física Escolar – Aspectos de evidência	26
6	JIU-JÍTSU UMA LUTA BRASILEIRA	28
6.1	Gênese e principais personagens	30
6.2	Estrutura do Jiu-jítsu – “retrato do Jiu-Jítsu – Brasil”	31
6.3	Principais movimentos – golpes	33
6.4	Fundamentos básicos do Jiu-Jítsu	34
6.4.1	Bases.....	35
6.4.2	Quedas	38
6.4.3	Finalizações.....	39
6.4.4	Controle do oponente	43
6.5	O Jiu-Jítsu como um conteúdo na Educação Física Escolar – Barreiras e Soluções	45
6.5.1	Carência na formação.....	46
6.5.2	Infraestrutura na escola insuficiente	47
6.5.3	Falta de material (Em específico para a aula de lutas).....	47
6.5.4	Comparações entre luta e violência.....	48
7	CONCLUSÃO	50
	REFERÊNCIAS	52

1 INTRODUÇÃO

Desde os primórdios da humanidade as lutas têm influenciado diretamente o homem, iniciando como batalha pela sobrevivência, evoluindo para disputas territoriais, outrora por poder, até se tornar uma prática esportiva, ou seja, é algo que está ligado diretamente com a existência humana.

As lutas são de suma importância em todas as fases da vida, pois auxiliam diretamente na formação da criança e até mesmo na manutenção e prevenção da saúde na fase adulta. É de extrema necessidade que o aluno tenha a oportunidade de ter contato com esse conteúdo já nas fases iniciais de ensino, tendo em vista que muitas vezes é negligenciado.

Na Educação Física Escolar (EFE) pode-se observar que há uma lacuna quando se trata de vivenciar o conteúdo lutas, na maioria dos casos devido à falta de conhecimento, falta de materiais, falta de local adequado para prática ou simplesmente afinidade com a temática em questão, tais fatores se somam e justificam esse déficit.

Devido à experiência com o Jiu-Jítsu e conhecendo os seus benefícios, trazer a temática em questão, se mostra necessária. Sabendo dessas dificuldades o trabalho apresenta-se como relevante para auxiliar na iniciação dessa temática, tendo como objetivo identificar, com auxílio da literatura, características e base para que o Jiu-Jítsu brasileiro se torne uma opção válida a ser trabalhada como conteúdo escolar.

Por se tratar de uma luta hoje denominada brasileira, é importante que seja entendido o ponto de partida até a chegada ao momento atual, refletindo sobre sua trajetória até o momento de expansão mundial. Apresentar uma classificação para as lutas em geral se faz necessário para que haja melhor entendimento das lutas.

Para tanto, objetiva-se nesse trabalho de forma geral: apresentar como as lutas estão organizadas nos PCN's e BNCC, citar os principais benefícios do Jiu-Jítsu brasileiro aos seus praticantes, sejam eles físicos ou em questões de conduta/doutrina, introduzir os principais aspectos sociais relevantes da prática em questão, reforçando as soluções para as barreiras que surgem em todas as práticas de lutas.

Nesse sentido, a pesquisa tem seu embasamento bibliográfico contando com autores e documentos oficiais da ordem de grandeza dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's, 1998), Confederação Brasileira de Jiu-Jítsu Esportivo (2013), Freitas (2007), Rufino e Darido (2015).

Contudo, o trabalho leva a cabo a perspectiva de as lutas fazerem parte do conteúdo curricular e sobre a maior eficiência o conteúdo Jiu-Jítsu dentro das aulas regulares, e que desperte o interesse tanto de quem estará a frente da aula e dos alunos que serão beneficiados com maiores experiências a serem vivenciadas, de forma que sejam elas no âmbito das aplicações dos golpes, mas também no viés atitudinal, visando uma boa conduta, disciplina entre outras qualidades inerentes a prática do Jiu-Jítsu alinhando a qualidade educacional e desenvolvimento da atividade esportiva.

2 OBJETIVOS

2.1 Objetivo geral:

Identificar na literatura o Jiu-Jítsu brasileiro como uma possibilidade de conteúdo na educação física escolar.

2.2 Objetivos específicos:

- Expor movimentos básicos para experimentar uma luta de Jiu-Jítsu;
- Apresentar os aspectos históricos sociais relevantes da modalidade;
- Elencar os benefícios da prática do Jiu-Jítsu brasileiro;
- Descrever como as lutas, em específico o Jiu-Jítsu brasileiro é apresentado nos PCN's e BNCC.

3 METODOLOGIA

A presente pesquisa foi desenvolvida a partir do procedimento de revisão bibliográfica que, de acordo com Gil (2017), trata-se de uma pesquisa por meio de materiais que já foram publicados como: livros, jornais, revistas, teses, dissertações e anais de eventos científicos. O mesmo autor apresenta que atualmente também é possível realizar este tipo de pesquisa através de CDs, fitas magnéticas e por materiais viabilizados na internet. Esta pesquisa se dá através de uma abordagem qualitativa, que segundo Minayo (2014), aplica-se ao estudo das relações, histórias e interpretações que são feitas pelos homens a respeito de como vivem, pensam e sentem.

Com relação aos objetivos, refere-se a uma pesquisa descritiva e exploratória, haja vista tenha a finalidade de identificar possíveis relações entre variáveis, analisando determinadas características de um grupo além de proporcionar maior familiaridade com o problema (GIL, 2017). Quanto ao método, foi adotado o dedutivo ao qual buscará regras gerais para explicar fenômenos individuais.

Esta pesquisa foi norteada por uma pergunta geral, sendo ela: Qual a relação entre as práticas educativas parentais e as habilidades acadêmicas da criança? A partir disso, o objetivo geral é identificar como as práticas educativas parentais e as habilidades acadêmicas tendem a influenciar na formação do repertório comportamental da criança.

A análise dos dados foi obtida por meio de uma triangulação conceitual, onde os resultados foram apresentados de acordo com várias perspectivas de autores que corroboram em suas ideias (SMALL, 2011 *apud* OLIVEIRA, 2015).

Esta pesquisa foi efetivada com base em publicações científicas selecionadas em bases de dados eletrônicas e livros que abordem conteúdos relevantes para este tema. Sendo assim, foi realizado um levantamento bibliográfico com análise de dados qualitativa, acerca das sobre o Jiu-Jítsu brasileiro como uma possibilidade de conteúdo na educação física escolar através das seguintes palavras-chave “lutas”, “escola” e “Jiu-Jítsu”, a partir dos quais, inicialmente, foram analisados os títulos e, posteriormente os resumos dos artigos para a seleção de das publicações as quais foram utilizadas.

As bases de dados utilizadas foram SciELO e PePSIC, compreendendo o período de 1996 a 2018, a partir disso foram encontrados 76 artigos científicos após a busca inicial. Deste total, foram selecionados a priori 22 artigos após análise dos títulos e, posteriormente, por meio da análise dos resumos dos trabalhos, foram excluídos os artigos repetidos, indisponíveis e irrelevantes. Após esse procedimento, foram selecionados apenas as publicações que correspondiam aos objetivos propostos neste estudo. Nessa perspectiva, foram adotados como critérios de inclusão: 1) artigos com literaturas pertinentes, 2) estejam de acordo com os objetivos. O critério de exclusão foi: 1) leituras direcionadas para outras problemáticas.

4 AS LUTAS NA ESCOLA E O JIU-JÍTSU COMO COMPONENTE CURRICULAR DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Ao tratar sobre as lutas na EFE enquanto componente curricular percebe-se que o Jiu-Jítsu é uma das lutas que está em crescente constante. Parte desse crescimento se dá ao fato dos olhares da mídia estarem apontando para essa prática, devido a isso, nota-se o aumento de praticantes desta modalidade ao decorrer dos anos.

Assim, a educação física escolar, segundo Rufino e Darido (2015), leva em consideração a contextualização das dificuldades apresentadas pelos professores, que inclui a ineficiência da formação inicial dos professores e se associa as lutas à violência, pouca veiculação positiva das mídias, falta de materiais, infraestrutura inadequada das escolas voltada para a prática esportiva como fatores restritivos.

Para tanto, as lutas no ambiente escolar focam em modalidades específicas praticadas nesse espaço e algumas travam no que se denomina da falta de profissionais habilitados para condução de tais esportes. As lutas na sua relação com a prática de educação física escolar têm seu fundamento na aprendizagem pedagógica e sua importância na grade curricular.

Ao investigar sobre a prática de lutas na escola e como o jiu-jítsu representa parte dessas, ganha visão e fundamento legal quando se trata de forma de cultura corporal de movimento, como registra os Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL,1998), envolvendo também as ações procedimentais originárias de práticas que refletem os contextos históricos, valores e atitudes de cada cultura.

Para Rufino e Darido (2015), o contato dos alunos com o conteúdo de lutas, incluindo o jiu-jítsu, sofre com vários impedimentos por parte dos educadores devido a diversos fatores restritivos, porém não devem ser base para perpetuar essas dificuldades, alternativas e soluções são apresentadas visando sanar tais problemas. Assim, mostra-se o quanto as lutas têm suas limitações no espaço escolar.

Tais barreiras, mesmo com a legislação ao seu lado, ainda possuem entraves na falta de profissionais preparados na área para sua efetivação. Profissionais que se voltem a responder as questões sobre o conhecimento prévio

nas modalidades de lutas com formação e contribuição aos que participam desta atividade escolar.

Na pesquisa realizada por Kohler (2015), percebe-se que o objetivo de avaliar o ensino das lutas nas aulas de educação física, resulta em constatações que mostram o professor como parte falha na abordagem sobre lutas nas aulas, embora os alunos gostem e esperem aprender lutas nas aulas de educação física, estes não aprendem por não sentirem-se estimulados com aulas ou conhecimentos relacionados às lutas com qualidade pelos educadores.

Corroborando nesse sentido a relação que reforçam a importância da reflexão para que se possa propor mudanças no contato dos potenciais educadores quanto as habilidades profissionais na área, com vista garantir intervenções nos conteúdos da educação física escolar (RUFINO; DARIDO, 2015).

Para tanto, faz-se necessário por parte dos docentes compreender as novas alternativas pedagógicas que rumam em direção ao contato mais aprofundado e de maior qualidade do ensino.

E, portanto, uma aposta na pesquisa e formação como um dos fatores restritivos de maior impacto que levam a insegurança dos professores na escola. Sem perder de vista que a questão da infraestrutura da escola, bem como a falta de materiais para esta prática educacional com as possibilidades de romper as barreiras e adaptações de materiais e espaço.

4.1 As lutas na Educação Física escolar a partir dos pressupostos dos PCN's e BNCC

As lutas esportivas na educação física escolar e sua qualidade e eficácia no processo de ensino e aprendizagem utilizam como método a diversidade como algo fundamental para alcançar resultados previstos nas diretrizes oficiais de documentos bases. Trata-se de olhar na diversidade o valor da dimensão das múltiplas leituras da realidade e a conseqüente ampliação das possibilidades de comunicação e relacionamento entre as pessoas envolvidas nas práticas educacionais de educação física.

Desta forma os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) se voltam na defesa da educação física incluindo as lutas e suas práticas nos conteúdos inerentes a área. E assim as fazem parte da educação física escolar, com reunião de

conhecimentos e oportunidades que visam contribuir para o desenvolvimento integral do educando.

Como corrobora Lançanova (2007) ao registrar do potencial pedagógico das lutas enquanto instrumento de enorme valor, em que na condução do educador, é reconhecida na ação corporal exclusiva, com natureza histórica e com base no acervo cultural que traz dos seus povos de origem.

Segundo os documentos brasileiros na área educacional, Brasil (1997, p. 70) registra que:

A luta pode ser entendida como um combate corpo a corpo entre duas pessoas. É uma disputa em que os oponentes devem ser subjugados mediante técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa.

Nesse sentido, “tanto a Educação Física quanto as lutas sofrem influência da mídia na sociedade [...] essa influência é percebida na escola, desde a vestimenta dos alunos dividindo-os em grupos que se caracterizam como tribos” (FREITAS, 2007, p. 132).

Nos PCN’s (1998) a Educação Física tem seus conteúdos reconhecidos:

Os conteúdos estão organizados em três blocos, que deverão ser desenvolvidos ao longo de todo o ensino fundamental. A distribuição e o desenvolvimento dos conteúdos estão relacionados com o projeto pedagógico de cada escola e a especificidade da cada grupo [...] Assim, não se trata de uma estrutura estática ou inflexível, mas sim de uma forma de organizar o conjunto de conhecimentos abordado, segundo enfoque que podem ser dados: esporte, jogos lutas e ginástica; atividades rítmicas e corporais e conhecimento sobre o corpo.

Nessa perspectiva, as lutas e as ginásticas pertencem ao mesmo campo de conteúdos dos esportes e jogos, mas essa descrição tem por objetivo acrescentar o que deve ser ressaltado com específico dessas práticas como compreender o ato de lutar.

Assim, a prática de lutas dentro do contexto escolar, leva em consideração a realidade local e os aspectos positivos e negativos dessa prática, com vista não ser subsídio para violência na adolescência, mas como forma de buscar compreender e vivenciar as situações em que será preciso utilizar as técnicas para resoluções de problemas em situações de coletividade e convívio que envolve as lutas.

E não menos importante de poder estimular um convívio com situações que envolvam perceber, relacionar e desenvolver as capacidades físicas e habilidades físicas e habilidades motoras presentes nas lutas praticadas nas atualidades.

Para Lançanova (2007) no tocante as lutas, como um ramo da educação física escolar, os conteúdos oficiais reúnem um conjunto de conhecimentos e oportunidades que contribuem para o desenvolvimento integral do educando. E assim, é considerado em seu potencial pedagógico, como um instrumento de enorme valor.

As lutas fazem parte da realidade da sociedade e em particular de comunidades locais e devem ser levadas em consideração nesse aspecto quando pensadas na sua aplicabilidade escolar. Muitas destas atividades são sucessos em todas as faixas etárias e podem ajudar na liberação da agressividade das crianças na educação infantil.

Na Lei de Diretrizes Básicas da Educação Brasileira (LDB, 1996, p. 20):

A educação física deve ser integrada a proposta pedagógica da escola sendo componente curricular obrigatório na educação infantil e fundamental, ainda que seja facultativa a prática pelo aluno em alguns casos especiais, como por exemplo, de pessoas com deficiência, dentre outros.

Segundo a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) oficializada em 2018, dado que o período de adaptação é 2023, conta-se com os conteúdos: Jogos, lutas, ginástica, dança e esportes. E por meio das aulas de Educação Física visa levar autoconhecimento ao aluno sobre o corpo, a origem das práticas que estão fruindo e as mudanças que acarretarão ao aluno, sejam elas físicas, mentais, sociais, etc.

As lutas, segundo esse documento, podem propiciar a inclusão de pessoas na prática escolar voltado para uma melhor forma de desenvolver o indivíduo no âmbito social, além de elevar seus benefícios quanto a prática esportiva desta atividade. Em que proporciona aos seus praticantes, nas aulas teóricas e práticas um conteúdo essencial para compreensão e desenvolvimento da modalidade esportiva.

Conforme a BNCC (2018) existe uma divisão das disciplinas de Ensino Fundamental totalizando em seis unidades temáticas. São unidades que tratam

desde como dormir e se alimentar bem, além de praticar exercícios como essencial para o desenvolvimento intelectual e físico dos estudantes.

Dentre as competências gerais da educação básica, contidas e defendidas na BNCC (2018), destaque para a dezena de competências gerais que deve nortear a produção de conhecimento de todas as disciplinas escolares. Assim, o foco, segundo o documento supracitado, deve ser como aplicar os conhecimentos sobre o mundo para compreender a realidade e construir uma sociedade mais justa, democrática e inclusiva, como de promover pensamento científico, crítico e criativo para encontrar e solucionar problemas de diferentes áreas, de valorizar e participar de manifestações artísticas e culturais do Brasil e do mundo, utilizar diferentes linguagens (verbal, corporal, sonora, digital etc.) para produzir e compartilhar conhecimento, bem com de compreender, utilizar e criar tecnologias digitais nas diversas práticas sociais para compartilhar e produzir conhecimento, resolver problemas e exercer protagonismo, dentre outros aspectos que devem ser explorados.

Na BNCC o bloco de educação física se organiza em cada segmento de ensino. E se tratando de ensino fundamental, por exemplo, se divide em cinco áreas de conhecimento, sejam: Linguagens, Matemática, Ciências da Natureza, Ciências Humanas e Ensino Religioso.

Assim, a Educação Física tem sua inserção na área de Linguagens, alinhada as disciplinas de Artes, Língua Portuguesa e Língua Inglesa. O que denota a entender a Educação Física com abrangência nos aspectos físicos, além do papel sociocultural como fundamental junto ao potencial desenvolvimento dos alunos.

De acordo com a BNCC, a temática “Lutas” têm o foco voltado para as disputas corporais, com o intuito de desequilibrar, imobilizar, movimentar o outro em espaço delimitado, em ações mutuas de ataque e defesa. São citadas algumas lutas regionais (Huka-Huka, Capoeira, Luta Marajoara, entre outras) e lutas tradicionais de outros países (Jiu-Jítsu, Judô, Esgrima, entre outras).

O documento compreende ainda que são objetos do conhecimento para alunos do 3º ao 5º ano, onde o objetivo é que os mesmos aprendam a respeito do contexto comunitário e regional das lutas e sobre as mesmas nas matrizes africana e indígena. Para alcançar esse objetivo, são estimulados a recriação dessas lutas e identificar a localidade de origem dessas práticas, fazendo uma correlação direta com a diferenciação entre lutas e brigas (BRASIL, 2018).

De acordo com o autor supracitado no 6º e 7º ano, o objeto é de conhecimento se restringe as lutas próprias do Brasil, com a pretensão de ajudar na valoração das mesmas e focando na segurança e integridade física própria e dos demais alunos da turma. Nessa etapa, é necessário que estes tenham condição de identificar as principais características das lutas, tais como: rituais, locais de prática, vestimentas, implementos, fundamentos técnicos e táticos das mesmas.

Para o 8º e 9º ano, o objeto de conhecimento é focado nas Lutas do mundo, reforçando o fato do preconceito existente nesse meio e quebra de estereótipos. O aluno deve vivenciar com riqueza os movimentos das práticas em questão, refletindo sobre os fundamentos técnico-táticos de cada modalidade. E por fim, deverão problematizar e reconhecer o processo de esportivização e investimento da mídia nessas lutas, correlacionando com suas origens (BRASIL, 2018).

Para tanto, quanto ao conteúdo escolar incorporado a educação física, as lutas contam com a responsabilidade dos professores para esta inserção dentro do seu planejamento anual, com base nas aulas preconizadas nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's).

4.2 Classificações das lutas

As lutas têm características em comum, sendo elas: contato, atacar e defender, imprevisibilidade/surpresa, adversário, regras e objetivos, segundo Gomes (2008).

Os PCN's (1998) classificam as lutas como disputas em que o (s) oponente (s) deve (m) ser subjugado (s), com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa.

Classificar e organizar as lutas existentes se faz-se necessário para que haja melhor compreensão do conteúdo e também colabora no processo de ensino na EFE, tendo em vista que existem regras específicas e formas singulares de cada manifestação marcial. De acordo com a literatura utilizada como base, existem divisões para as mesmas, sendo de acordo com a distância entre o oponente/objetivo e gesto motor.

De acordo com essa divisão inicial, quando se trata de gesto motor, nota-se que Espartero (1999), cita subdivisões como, “Esportes de Luta com agarre”, “Esportes de Luta com implemento” e “Esporte de Luta com golpes”.

O que é comum nos “Esportes de Luta com agarre” é o fato da mesma ação inicial básica, onde há o momento inicial de pegada (agarre), projeção de queda ou derrubada e o domínio do oponente no solo, tirando em algumas lutas onde se dá o fim ao momento que o oponente é jogado no solo. Já na categoria “Esportes de Luta com implemento” o objetivo é claramente definido pelo contato em partes definidas do corpo do adversário com a utilização de implementos-instrumentos (espadas, sabre, bastão, etc.). A subdivisão “Esporte de Luta com golpes” é organizada de acordo com o golpe, quando é utilizado somente algumas partes do corpo para a execução do mesmo, podendo ser: punhos, cotovelos, joelhos, pés, canelas ou a união de duas ou mais partes do corpo.

Gomes (2008) apresenta uma nova forma de divisão no que se diz respeito à classificação das lutas, utilizando noções de distância para que haja o embate. Utilizando a terminologia: curta, média e longa distância.

Ao tratar das lutas de curta distância, a maior característica se dá pela distância quase nula entre os adversários, onde há a aplicação de técnicas de quedas, chaves, estrangulamentos e domínio. Marcada pelo fato do contato direto, outro fator em comum latente é a percepção do: rolar, desequilibrar, cair e dominar. As principais nesse bloco são: Jiu-jítsu, Judô, huka-huka, entre outras (GOMES, 2008).

De acordo com o autor supracitado, as lutas de média distância têm como característica o objetivo de encaixar golpes como soco, chutes, cotoveladas, e outros golpes considerados de impacto. Onde há um distanciamento maior que as citadas a cima, porém precisam se manter perto para que haja progressão na luta para alcancem o fim ou objetivo de aplicação do golpe. As principais lutas nesse bloco são: Taekwondoo, Boxe, Muay Thai, entre outras.

Para as lutas de longa distância o uso de implementos é fundamental, e o controle do espaço para que sejam feitas esquivas e ataques simultâneos, quando comparado às duas categorias citadas anteriormente, o espaço se torna bem maior. Nessa subdivisão geralmente são utilizadas espadas como aparatos, com a função de alcançar o toque no adversário. As principais lutas nesse bloco são: Kempo, Esgrima, entre outras (GOMES, 2008).

Para Rufino (2018) há uma quarta divisão, denominada “distâncias mistas”, em que há a junção de duas categorias, as de média distância e de curta distância, sendo utilizadas popularmente pelos praticantes de Mixed Martial Arts “MMA”. Abaixo apresenta-se um quadro resumo (Quadro 1) da Classificação das lutas para uma melhor compreensão do conteúdo.

Quadro 1 – Classificação das lutas

Classificação	Nomenclatura	Características
Quanto ao gesto motor Espartero (1999)	Esportes de luta com agarre	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de pegadas; - Projeção de quedas; - Domínio do oponente no solo;
	Esportes de luta com implemento	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de implementos; - Partes do corpo devem ser tocadas ao decorrer da luta.
	Esporte de luta com golpes	<ul style="list-style-type: none"> - Organização de acordo com o golpe; - União de uma ou mais partes do corpo; - Uso de: mão, pé, perna, canela, etc.
Quanto a distância Gomes (2008)	Lutas de curta distância	<ul style="list-style-type: none"> - Distância quase nula entre os adversários; - Aplicação de quedas, chaves, estrangulamento e domínio; - Fundamentos em comum: Rolar, desequilibrar, empurrar, puxar, etc.
	Lutas de média distância	<ul style="list-style-type: none"> - Encaixe de socos, chutes e cotoveladas; - Tempo de reação para encaixe dos golpes;
	Lutas de longa distância	<ul style="list-style-type: none"> - Uso de implementos; - Coordenação de ataque e esquiva; - Prioriza-se o toque no adversário;

<p>Quanto a distancia</p> <p>Rufino (2018)</p>	<p>Lutas de distâncias mistas</p>	<p>- Junção das categorias de média e curta distância; - Mixed Martial Arts (MMA).</p>
---	-----------------------------------	--

Fonte: Próprio autor.

5 Lutas na Educação Física escolar – Aspectos de evidência

As lutas na educação física escolar têm ganhado um espaço ímpar com vista ser uma das demandas da sociedade atual, a compreensão da importância de movimentar-se, exercitar, alimentar saudavelmente o corpo e a mente. Algo salutar que ganha aparato legal e influencia pedagogicamente o aprendizado de forma mais eficiente junto ao público discente.

Para Kohler (2015, p.6) “há que reinventar constantemente a educação, o ensino, a aprendizagem, a escola, os alunos e os professores”. Ou seja, nesse aspecto, recriar o esporte, com inclusão de novas ideias e modalidades funciona como estímulo a sociedade fazer uso destas atividades para sua melhoria.

Desta forma, vale apostar em modalidades esportivas e de lutas com compromisso em utilizar procedimentos didáticos e pedagógicos para o ensino dos esportes. Para tanto, em contrapartida dos educadores em recriar constantemente o desporto é necessário. Além dos cenários, personagens e metodologias que o constituem este ambiente (KOHLER, 2015).

Para tanto, vale ressaltar que é por meio da educação física escolar, segundo Rufino e Darido (2015) que se contextualizam as dificuldades apresentadas pelos professores na prática do esporte na escola, tais como a ineficiência da formação inicial dos professores. Sobretudo, em associar as lutas à violência, o que gera por meio da pouca veiculação positiva das mídias sobre a temática. Logo, faltam materiais, infraestrutura inadequada das escolas para a prática. O que se denomina de “fatores restritivos”.

As lutas na educação física, então mostram ser conforme o pensamento de Bento (2006) uma pedagogia direta e relacionada ao esporte, em que tem origem na pedagogia geral e é uma ciência do desporto. Tal ciência tem a função de desenvolver perspectivas pedagógicas, seja em direcionar o sentido do desporto para formação e educação do ser humano.

Nesse sentido, a educação física perpassa em seus propósitos pela qualidade praticada no ambiente escolar, bem como da diversidade que é um ponto fundamental para se conseguir tal finalidade. Logo, na diversidade valoriza-se a dimensão das múltiplas leituras da realidade e em seguida a ampliação das possibilidades de comunicação e relacionamento entre as pessoas.

Assim, em obediência aos registros dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) quanto à educação física que inclui as lutas e suas práticas nos conteúdos da educação física escolar, vale salientar que as lutas, como ramo na educação física escolar, reúnem conhecimentos e oportunidades que contribuem para o desenvolvimento integral do educando.

Na concepção de Lançanova (2007) o potencial pedagógico das lutas é um instrumento de enorme valor e que é por meio do educador, que por sua vez tem ações com uso do corpo exclusivamente, com sua natureza histórica e o acervo cultural que traz dos seus povos de origem.

Nessa mesma linha de pensamento Lançanova (2007, p. 08) expõe que:

As lutas, como um ramo da educação física escolar, reúnem um conjunto de conhecimentos e oportunidades que contribuem para o desenvolvimento integral do educando. Se considerado o seu potencial pedagógico, é um instrumento de enorme valor, nas mãos do educador, por sua ação corporal exclusiva, sua natureza histórica, e o rico acervo cultural que traz dos seus povos de origem.

Para Darido (2004) as metodologias de sala de aula ou do ambiente escolar que podem elevar o aprendizado, desde trabalhar atividades que envolvam lutas nas aulas de Educação Física, com todos os alunos possuindo, primeiramente, além de cuidado para não machucar os colegas, de prezar por todas as vivências, com foco na importância da cooperação entre todos participantes das atividades com vista seu sucesso.

Além disso, as lutas visam dar vasão ao processo educacional, como atividade de apoio registrada nos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1998). Quando por meio desse documento propõem a inclusão desses conteúdos nas aulas de Educação Física escolar, dentro do tema das Lutas.

E ainda, com vista os PCN's (1998) as lutas correspondem a uma das manifestações da cultura corporal podendo ser reproduzidas, produzidas, transformadas e usufruídas. Tal definição vai ao encontro de cada sociedade e seus

costumes, sendo um objeto de estudo nas aulas de Educação Física, também a ser diagnosticado antes de qualquer início de atividade educacional prática.

O que dificulta a possibilidade, por exemplo, do Jiu-Jítsu ser incluído ao decorrer do ano letivo, se dá devido ao conhecimento limitado ou até mesmo ausente, aliado a outros fatores como falta de estrutura e profissionais que conduza, as atividade de forma profícua.

Um dos grandes passos para superação do preconceito e desconhecimento das qualidades das lutas na educação escolar tem com base os Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1998) ao afirmar que as lutas são disputas em que o (s) oponente (s) deve (m) ser subjugado (s), com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa.

Não obstante, vale ressaltar que dentre outras, as características das lutas, contam com o repúdio de ir a favor a qualquer atitude de violência e de deslealdade. Cabe aos professores buscar elevar o aprendizado na educação física escolar apostando, conforme Darido (2004) garantir a aprendizagem dos temas transversais de modo sistemático quando os professores e alunos entenderem os conteúdos para além do ensino e das técnicas e táticas, com afinidade e valorização de além da dimensão procedimental.

6 JIU-JÍTSU UMA LUTA BRASILEIRA

A arte marcial denominada Jiu-Jítsu teve seu surgimento numa narrativa mais aceita a partir de cerca de 3600 anos atrás no Japão. E sua aposta principal tem como base o corpo como alavanca para derrubar ou neutralizar inimigos maiores sem golpes traumáticos.

No Brasil o Jiu-Jítsu tem destaque nacional enquanto luta para ser apreciado em competições, contudo, no espaço escolar ainda tem pouca relevância, em detrimento de espaços como academias e escolas particulares dessa arte marcial.

Vieira (2013) expõe que o Jiu-Jítsu tem sua origem na Índia, porém por conta do domínio japonês na pratica, historicamente e por conta do investimento na prática, estudiosos o consideram hoje como uma arte marcial japonesa. E corrobora

com essa linha de pensamento Gracie (2012) diz que no Japão hoje existem mais de 700 estilos de Jiu-Jítsu, de acordo com sua localidade.

Para a Confederação Brasileira de Jiu-Jítsu (CBJJ, 2013), esta arte marcial é vista como uma luta de grande destaque, a mesma causa curiosidade quanto a sua prática desde a infância, no entanto seus ideais guiam a vida de milhares de praticantes.

No Brasil em 1915, foi a chegada do Jiu-Jítsu por meio de Mitsuyo Maeda Koma, que mais tarde ficou conhecido como “Conde Koma”. Este foi morar na cidade de Belém do Pará, onde teve Gastão Gracie como um dos seus primeiros alunos (CBJJ, 2013). Mais tarde passou a ser o principiante na prática da família e futuramente apresentaria a seus filhos a modalidade de luta em questão. Depois a família referida se mudou para o Rio de Janeiro, onde consideravelmente disseminou o que se conhece por Jiu-Jítsu brasileiro na atualidade.

Pacheco (2010) coloca que a contribuição de Carlos Gracie com base em seu porte físico e ideias trouxeram modificações para o Jiu-Jítsu conhecido de hoje, rumo ao que se conhece como competição.

Destaque nesse histórico da arte marcial ao ano de 1925 que tem registro da primeira academia Gracie, local que serviu de base na tradição de professores e lutadores de bastante renome na área.

De acordo com Vieira (2013) no início brasileiro da prática dessa arte marcial, vale ressaltar que todo material necessário para a prática era importado, dificultando ainda mais a manutenção do Jiu-Jítsu nesse espaço geográfico.

Quando em 1917 a arte marcial milenar, o Jiu-jítsu veio para Brasil, com o então cônsul japonês Myutso Maeda ou Conde Koma, como era conhecido, houve diversas apresentações em terra brasileira e assim se propagou em meios aos alunos como modalidade interessante (DELL VECHIO *et al.*, 2007).

Desta forma, a modalidade alcançou milhares praticantes tanto no Brasil como no exterior. Das motivações para tal, destaque para facilidade de aplicação de golpes e predominância sobre outras lutas. Para Fayan (2000) essa arte marcial que tem sua versão brasileira graças à família Gracie, tornou-se uma arte propriamente brasileira. E para isso se apropriou de aspectos da cultura desse espaço com vista adequar-se aos adeptos em todos os lugares, com conquistas de ambientes com de escolas e academias, sempre relacionado aos fortes aspectos de sua doutrina e qualidade de vida do praticante.

Existem relatos históricos que citam o Jiu-Jítsu no Maranhão já em meados de 1909, onde Nhozinho Santos implanta duas modalidades esportivas no FAC (Fabril Athletic Club) o tiro e o “Jiu-Jitzú”, em formato de curso, onde acontecia aos domingos de 8 às 10 da manhã (MARTINS, 1989 *apud* VAZ, 2015).

A federação de Jiu-Jítsu maranhense é chamada de FJJM – Federação de Jiu-Jítsu do Maranhão, onde conta com mais de 2000 atletas filiados, os campeonatos acontecem em média de 2 em 2 meses, sendo eles etapas de maranhense, norte-nordeste, copa de projetos sociais, entre outros campeonatos.

6.1 Gênese e principais personagens

A família Gracie tem o renome na honra de ter trazido para o Brasil a arte marcial de jiu-jítsu e dado a devida visão. E quanto ao histórico dessa luta, vale ressaltar de que o objetivo de contextualização foi logrado com êxito por meio da trajetória dos Gracie até que o Jiu-jítsu alcançasse um patamar de reconhecimento internacional.

E na origem primária do Jiu-jítsu brasileiro encontra-se à das artes marciais asiáticas. Tendo como base a existência de um monge indiano chamado Bodhi Dharma, o qual em viagem à China obteve conhecimentos de Monges Chaolin, e por meio desses aprimoraram seu próprio estilo. Com ainda dúvidas se foi de certo na China ou Índia local berço das artes marciais modernas e atualmente praticadas.

Segundo Gracie (2012. p. 34):

É possível admitir que os rudimentos do Jiu-jítsu surgiram na Índia, por volta do ano 2.000 a. C., por intermédios dos monges budistas que, não sendo autorizados a usar armas, mas precisando se defender dos invasores bárbaros e dos salteadores.

Para esse mesmo registro, a prática dessa arte inclui de início a concepção de um sistema de defesa pessoal fundamentado em chaves, torções das articulações, estrangulamentos, e no uso de alavancas, sobretudo apoiado em técnica que possibilitava imobilizar o adversário sem provocar dano físico.

Para tanto, com base na origem indiana, o Jiu-jítsu encontrou maior desenvolvimento no Japão. O que teve notoriedade para atualmente ser considerado pela maioria dos estudiosos da área como uma arte marcial japonesa.

Nesse sentido, afirma Gracie (2012, p. 34):

Em pleno período do chamado xogunato, entrou no Japão, onde se consolidou e se tornou uma arte nacional. Em meados do século XVIII tem-se a notícia da existência no Japão de mais de 700 estilos diferentes do Jiu-jítsu.

Assim, foi diretamente do Japão que a arte marcial chegou ao Brasil. E com apoio na modernização da sociedade japonesa, sobretudo por motivos do fim da classe dos samurais, houve isso graças à introdução das armas de fogo e ao surgimento de um estado japonês forte, as artes marciais foram proibidas como forma de facilitar o controle da população.

Nesse contexto, os japoneses driblaram a proibição, do mundialmente conhecido, Jigoro Kano, fundador do judô, e assim eliminou as técnicas mais mortais do Jiu-jítsu para criar sua arte. Corrobora nesse cenário Gracie (2012, p. 36) ao dizer que “nesse novo esporte, que se chamou judô, assimilava um pouco de cada escola do Jiu-jítsu, mas enfatizava apenas os aspectos educativo e formativo, eliminando os golpes mais perigosos”.

Da família brasileira, Carlos teve aproximadamente três anos de treinamento intenso com o japonês. Algo que proporcionou o suficiente para que aprendesse todas as suas técnicas da arte.

Segundo Gracie (2012, p. 40) isso significou que “Carlos aprendeu com Koma já não era o Jiu-Jítsu tradicional do Japão; sendo Koma um lutador de carreira internacional, seu Jiu-Jítsu não era teórico”.

6.2 Estrutura do Jiu-jítsu – “retrato do Jiu-jítsu – Brasil”

O Jiu-Jítsu brasileiro tem sua estrutura com foco no resultado com vista não perder a essência da arte marcial com acréscimo da evolução enquanto técnica e atividade educacional escolar, além de destaque para competições oficiais.

Essa arte tida como suave, com seu caráter extremamente prático, tem vasão de espaço de atuação e prática por qualquer atleta, desde que este se responsabilize de agregar uma nova posição ao seu repertório, contando que ela não atente contra as regras, e seja efetiva. E caso seja diferente disso, tende a cair sob o esquecimento.

Graças ao MMA nas competições de muita audiência no UFC começou uma maior valorização do Jiu-Jítsu por este ser base para os praticantes desta outra modalidade tida como sucesso de público mundial.

Após quase falir os criadores do MMA, houve uma lacuna de oportunidade, o que fez Dana White e os irmãos Frank e Lorenzo Fertitta, donos do UFC, comprarem no dia 27 de março de 2007 o maior concorrente da área de lutas no MMA e assim se tornaram muito forte no comando desta luta a nível mundial e ganhar espaço na pauta de esportes de luta (ALONSO; NAGAO, 2013).

Para tanto, consiste como base do sucesso do Jiu-Jítsu brasileiro, apesar do grande trampolim que teve no UFC e eventos de vale tudo e MMA, atualmente o que vem ganhando mais força como esporte escolar.

Logo, para isso os mais variados campeonatos no mundo todo, que inclui o caso do Brasil enquanto sede tem relação direta com academias Gracie nesse espaço e nos EUA como empreendimento de Rorion. Todavia, vale ressaltar que depois dos Gracie outros mestres fundaram suas próprias academias e deram, assim base para outros concorrentes mundo a fora.

Assim, tal modalidade esportiva tem nos dias de hoje a Confederação Brasileira de Jiu-Jítsu (CBJJ), bem como a International Brazilian Jiu-Jítsu Federation (IBJJF) como órgãos responsáveis, sobretudo por manter padrões de regras e de práticas do esporte.

Essas instituições são responsáveis pelos exames para graduação de atletas, e à realização dos maiores campeonatos de Jiu-Jítsu no Brasil e no mundo. E tem frequência anual essa competição (GRACIE, 2012).

Desta forma Jiu-Jítsu no Brasil tem sua essência de lúdico e pode contribuir para o processo de desenvolvimento de ensino-aprendizagem, facilitando a aquisição de novos conhecimentos. Assim, a ludicidade, vista até então como alguma coisa sem muita importância no processo de desenvolvimento humano, tem na atualidade seus fundamentos percebidos por meio de lutas como essa.

Logo busca, sobremaneira no processo de sua prática, fazer com que cada vez mais se produzam comportamento humano que busquem novas formas de intervenção social a partir do ele pedagógico realizado de forma estratégica e favorecedora do processo educacional como um todo.

6.3 Principais movimentos – golpes

Dentre os principais movimentos e alguns golpes que são base para a luta da arte marcial de Jiu-Jítsu, destaque para algumas selecionadas com propósito de ser pedagógico e de fácil aprendizado, entre eles: montada, guarda (cadeado), pegada por trás, posição de 100 kg e finalizações.

Quanto a Montada, segundo Gracie (2012) trata-se de uma situação que conta com movimento como do Uke deitado de costas no solo. Em que o Tori monta sobre ele e este fica ajoelhado, de forma que mantém os dois joelhos no chão, além de apoiado com o peito dos dois pés. No Tori pode pressionar os joelhos contra o corpo de Uke. No sentido de dominá-lo melhor. Todavia, ainda pode, além disso, colocar os pés embaixo dele. Ainda se o Uke for muito maior que Tori, a montada desta forma será desconfortável e impraticável, assim o Tori não alcançará o solo com os dois joelhos. Portanto deve-se utilizar a montada clássica, que se realiza colocando uma das pernas flexionada e o joelho da perna oposta no chão de apoio.

Quanto ao Cadeado, comumente conhecida como "guarda" ou "guarda fechada". Nisso, o Tori fica deitado de costas, e o Uke fica entre as pernas. De forma a envolver o outro pela cintura e cruzando seus os pés por trás das costas dele. No entanto, uma vez que o Tori descruza os pés, esta posição recebe o nome de "guarda aberta", não mais apenas guarda como mencionado.

O golpe ou movimento definido como pegada por trás, trata-se de colocar por trás do Uke, deitado ao chão, em que o Tori agarra o outro com seus braços. E de forma usual no pescoço, sendo que assim o envolve com as pernas. E ainda, encaixa com os calcanhares as suas virilhas ou numa denominação diferente definido como "ganchos".

Movimentos como o Yoko-shiho-gatame, se estabelece a partir de o Uke quando se deita de costas sobre o solo. E o Tori desta forma se posta por cima dele. O correto é atravessar da direita para a esquerda dele, levando em consideração que se deve ter peito contra peito, no formato de uma cruz. E nisso, deve colocar a mão direita de Tori circulando entre as pernas de Uke, e este por sua vez agarra a calça do kimono que deve ficar na parte de baixo da nádega. Atentar para deixar a mão esquerda de Tori que deve passar por baixo da cabeça de Uke, de forma que permita agarrar a gola dele especialmente na nuca. Nesse sentido, o Tori deve abrir as pernas de forma a obter maior estabilidade no solo.

E assim segue uma relação catalogada de golpes e movimentos que são parte integrante do jiu-jítsu, como: os estrangulamentos, tido como uma técnica para estrangular os dutos de ar, vias de sangue ou impulsos nervosos, seja em qualquer parte do corpo do praticante. Como também de outros, em conformidade com a CBJJ (2013): Nami-juji-jime, Kata-juji-jime, Gyaku-juji-jime, Mata-leão, Hadaka-jime, Chaves, Ude-garami, Ude-hishigi-juji-gatame, Kuzure-ude-hishigi-juji-gatame, Americana, Chave de pé com afastamento da perna oposta, Raspagens, Raspagem técnica, Passagem de guarda frontal e invertida, Passagem de guarda por baixo, Saída do 100 quilos, Saída da montada, Projeções, Ashi-barai, O-soto-gari, O-goshi, ippon-seoi-nage, Baiana.

6.4 Fundamentos básicos do Jiu-Jítsu

Ao comando inicial para que se comece a luta, pode-se identificar os momentos da luta, onde inicialmente começa com a troca de pegadas em pé, podendo forçar a projeção da luta pro chão por meio de uma queda, com o intuito de dominar o oponente ou sentando esperando o seu avanço. A partir desse domínio acontece o segundo momento da luta, onde há a aplicação de chaves, estrangulamentos com o intuito de finalização.

Como o Jiu-Jítsu se trata de uma luta muito imprevisível e com várias possibilidades, não há um roteiro inicial comum a todos os praticantes dado o comando para se iniciar o combate. Porém, serão apresentados com os nomes convencionais algumas técnicas de quedas, finalizações, raspagens e controle do oponente, fundamentos básicos para que se possa lutar o mesmo.

Uma das principais barreiras para a prática do Jiu-Jítsu escolar seria o fato da necessidade do uso de vestimenta apropriada, o kimono. Porém, há a possibilidade de ser feito sem o uso do mesmo, tal variação se denomina “Submission” ou “No GI”.

Os fundamentos utilizados para essa prática são os mesmos, desde o início da luta, até o momento da finalização ou aplicação de pontuação. Há a diferenciação nas pegadas feitas, onde no JJ tradicional, são feitas na maioria dos casos no Kimono e já no submission, elas são feitas direto na pele, podendo ser em quase todas as partes do corpo, evitando região de olhos, dedos e genitais (VON-SÖHSTEN, 2017).

QUADRO 2 – Fundamentos Básicos Jiu-Jítsu

BASES	<ul style="list-style-type: none"> - Em pé (início de combate) - Deitado com as costas no chão e pés para cima (Fazendo guarda) - Guarda fechada - Meia guarda
QUEDAS	<ul style="list-style-type: none"> - Baiana - <i>Single Leg</i>
FINALIZAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> - Kimura - <i>Arm-Lock</i> - Triângulo - Mata Leão
CONTROLE DO Oponente	<ul style="list-style-type: none"> - 100 KG - Montada - Pegada de costa - Joelho na barriga

Fonte: Próprio autor

6.4.1 Bases:

- **Em pé (Início de combate):**

Momento onde os oponentes se estudam e trocam pegadas ou não, os dois pés ficam na mesma linha, separados de forma que consigam ter uma base forte, para que não sejam quedados com facilidade, as mãos ficam abertas de forma que possam exercer as pegadas no kimono do oponente.

Figura 01 – Em pé



Fonte: Próprio autor

- **Deitado com as costas no chão e pés para cima (Fazendo guarda):**

Momento onde a pessoa que está lutando sofreu uma queda, ou está esperando que o oponente venha tentar fazer a passagem de guarda, posição pode ser tanto de defesa como de ataque. Os pés são colocados pra cima para que dificultem qualquer ação que o outro tentar executar.

Figura 2 – Fazendo guarda



Fonte: Próprio autor

- **Guarda fechada:**

Já com as costas no solo, com o oponente entre suas pernas é feito uma espécie de cadeado com os pés, com o intuito de dificultar as ações do oponente ou até mesmo uma transição para finalização.

Figura 3 – Guarda fechada



Fonte: Próprio autor

- **Meia guarda:**

Uma variável da guarda fechada, com o corpo de lado, é feito o mesmo cadeado, só que somente por uma perna do adversário, dificultando seus movimentos ou partindo para uma transição de finalização.

Figura 4 – Meia Guarda



Fonte: Próprio autor

6.4.2 Quedas:

- **Baiana:**

Partindo da base inicial da luta, o aluno irá de encontro aos joelhos do oponente, abraçando-os, importante ressaltar que o pé deverá ficar na lateral do pé do oponente, para que a base de sustentação seja maior. Após abraça-los, será feito uma puxada, com o intuito de projetar o adversário com as costas no solo.

Figura 5 – Baiana



Fonte: Próprio autor

- **Single Leg:**

Partindo da base inicial da luta, o aluno irá de encontro a um dos joelhos do oponente, abraçando-o, importante ressaltar que uma das pegadas deverá ficar na lapela, na altura do pescoço. Após encaixar as pegadas, a mão que se encontra na lapela, será puxada para baixo e o adversário deverá ser projetado no solo.

Figura 6 – Single Leg

Fonte: Próprio autor

6.4.3 Finalizações:

- **Kimura:**

Na posição de guarda inicial, é escolhido o braço que será atacado com a pegada do mesmo lado, sendo feita no próprio pulso, será feito um impulso de subida onde o outro braço passa por cima do cotovelo do oponente e a pegada finaliza no próprio pulso que está a dominar o oponente, após a pegada é feito o movimento de torção onde o pulso que está sobre a pegada é direcionado para a nuca do adversário.

Figura 7 – Kimura



Fonte: Próprio autor

- **Arm-lock:**

A finalização do arm-lock se dá quando o cotovelo é colocado na região da pelve de quem está aplicando, o pulso do oponente é colocado na altura do peitoral e o polegar deve ficar para cima, é feita uma alavanca onde o pulso fica fixo e o quadril de quem está aplicando é impulsionado para cima.

Figura 8 – Arm-Lock



Fonte: Próprio autor

- **Triângulo:**

Na posição de guarda fechada há o deslocamento do quadril para um dos lados, a perna passa por cima do ombro do oponente em direção do pescoço, de forma que a parte posterior do joelho fique na nuca do mesmo, com a outra perna é deslocada para a sua própria canela, vale ressaltar que o braço fica dentro do espaço entre as pernas.

Figura 9 – Triângulo



Fonte: Próprio autor

- **Mata Leão:**

Partindo da posição de pegada de costas, é feito o estrangulamento, onde o antebraço é passado em frente ao pescoço do adversário, com o outro braço é feito um cadeado, pressionando para trás.

Figura 10 – Mata-Leão



Fonte: Próprio autor

6.4.4 Controle do oponente:

- **100 KG:**

Em posição de domínio o oponente irá colocar o peitoral sobre o peitoral do adversário, o braço será passado pela nuca do oponente e o outro braço em direção a perna, o corpo deverá ficar bem próximo do solo, com um dos joelhos tocando na região de cintura do oponente.

Figura 11 – 100 KG



Fonte: Próprio autor

- **Montada:**

A montada se concretiza quando o lutador monta em seu adversário, os joelhos devem ficar na lateral do tronco do oponente, a base deve permanecer firme para que não seja desestabilizado.

Figura 12 – Montada



Fonte: Próprio autor

- **Pegada de costa:**

O lutador ao pegar as costas deve colocar os 2 pés entre as pernas do oponente, sem cruzar os pés (ganchos) o controle do oponente deverá ser feito segurando os braços ou na cintura do adversário.

Figura 13 – Pegada de costa



Fonte: Próprio autor

- **Joelho na barriga:**

Deve ser escolhido um dos joelhos a ser colocado na barriga, com o intuito de ganhar pontuação e cansar o oponente por meio do domínio, um braço

deverá segurar o oponente pela nuca e outro na perna, ao encaixar a posição deverá ser exercida uma pressão para baixo com o joelho no abdômen

Figura 14 – Joelho na barriga



Fonte: Próprio autor

6.5 O JJ como um conteúdo da EFE – BARREIRAS E SOLUÇÕES

O Jiu-Jítsu como proposta pedagógica em meio as lutas escolares perfaz um universo de atividade que toma como base documentos oficiais do governo brasileiro na área de educação e corroborando com esses ideais muito estudiosos e autores renomados da ordem de Fonseca, Franchini e Vecchio (2013), em que expõem que as lutas, artes marciais e modalidades esportivas de combates estão nos Parâmetros Curriculares Nacionais como conteúdo da Educação Física e devem ser praticados de forma constante pelos estudantes.

As lutas na educação contam com cinco conteúdos estruturantes da Educação Física. No que é possível assim observar nas escolas e em outros estudos que ela quase não está presente nas aulas, propriamente dita (ALESSI; BOEIRA, 2017).

Porém, como visto anteriormente, algumas barreiras impactam no processo de ensino das lutas da educação física escolar, em especial ao JJB, verifica-se entre eles: Carência na formação, infraestrutura na escola insuficiente, falta de material, comparação entre lutas e violência, etc. Assim, compreendem-se algumas sugestões para facilitar a resolução do problema, maximizando o processo

pedagógico do professor, conforme elencamos abaixo, de acordo Rufino e Darido (2015), no Quadro 3.

Quadro 3 – Barreiras e soluções

Barreiras	1. Carência na formação
	2. Infraestrutura na escola insuficiente
	3. Falta de material (Em específico para a aula de lutas)
	4. Comparação entre lutas e violência
Soluções	1. Buscar por meio de pesquisa pessoal, novos conhecimentos a respeito das práticas em questão, tendo em vista os grandes acervos de conhecimentos que podem ser achados em artigos, sites, livros e até mesmo praticando a luta em questão.
	2. Fazer adaptação de locais, podendo ser salas inutilizadas, pátios em horários livres, ou até mesmo na própria sala de aula, fazendo a retirada das cadeiras.
	3. Criação de material reciclável e adaptado.
	4. Trazer à tona a raiz da metodologia das lutas, questões doutrinárias marcantes em todas as artes marciais, algo que difere bastante do conceito de violência.

Fonte: Próprio autor.

6.5.1 Carência na formação

Desde o início da formação do docente em Educação Física, notam-se diversas carências, uma das mais comuns é a lacuna entre a formação e área de atuação, onde a grande maioria sofre por conta da insegurança e fuga da realidade atual do sistema de ensino, onde é privado de situações cotidianas que auxiliam na formação da sua habilidade como professores e os remetem a meros repetidores de conteúdo (MIRANDA, 2013).

Tal problema poderia ser resolvido de acordo com a reformulação do próprio estágio supervisionado, onde o aluno deveria vivenciar de forma mais realista a docência, uma das sugestões seria a duração do estágio, onde a carga horária não é suficiente pra que faça com que o aluno vivencie de fato esse momento. Os programas do governo Residência Pedagógica e PÍBID (Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência), são exemplos nesse sentido, onde estimulam o aluno a ter mais experiências, visando sanar essa necessidade.

O discente também deve ser figura ativa para sanar esse problema, buscando esses conhecimentos quando identificar essa deficiência, tendo em vista que existem vários locais que oferecem a prática de lutas. A pesquisa por esse saber também deve ser marcante nesse processo, podendo ser utilizados diversos locais para buscar esses conteúdos.

Outra possibilidade que deveria ser uma realidade a todos os docentes é a formação continuada, onde o professor por meio de trocas de experiências com outros do mesmo meio pode sanar algumas falhas pessoais e até mesmo alguns déficits em alguns conhecimentos em questão, facilitando com que o processo didático pedagógico seja mais fácil e agradável.

6.5.2 Infraestrutura na escola insuficiente

De acordo com Barros e Gabriel (2011), as justificativas mais comuns para que não haja a inserção do conteúdo lutas nas aulas regulares é o fato da falta de estrutura não ser adequada o suficiente para fazer a execução das práticas de lutas.

Porém, o próprio autor quebra esse argumento trazendo como solução a reutilização do próprio espaço, frisando que há como fazer e fazer de forma que não apresente risco ao praticante. Utilizando de sala vagas, pátios, ou a sala de aula mesmo, fazendo a retirada das cadeiras durante a prática.

Por meio da adaptação é capaz de ser feito quase todos os movimentos das lutas em questão, dado o grau de dificuldade de alguns movimentos, poderão ser feitos só a projeção dos mesmos para que a segurança do aluno seja preservada independente da problemática.

6.5.3 Falta de material (Em específico para a aula de lutas)

A falta de material é uma realidade comum a maioria das escolas, não somente quando se trata de lutas, mas também dos outros conteúdos estruturantes da Educação Física, algo que dificulta o procedimento das aulas, mas não é fator determinante e justificante para que não haja a inserção desse conteúdo no ano letivo (RUFINO; DARIDO, 2015).

O investimento em oficinas onde ensinam e dão aparato para que o professor possa criar seus próprios implementos e acessórios é uma alternativa de grande valia, onde é possível que os alunos possam ter a oportunidade de vivenciar de forma mais completa as lutas em questão sem precisar gastar o valor dos implementos oficiais utilizados em cada prática.

O uso de matérias recicláveis é uma possibilidade que mais se assemelha a realidade dos alunos, pois são feitos a partir de coisas que podem ser achadas na sua própria casa, e faz com que os alunos repliquem esses conhecimentos aos seus colegas, garantindo a disseminação desse conteúdo com mais facilidade.

6.5.4 Comparação entre lutas e violência

Existem casos isolados, que de fato acontecem no universo das lutas, porém não faz parte da doutrina perpassada de geração por geração. Por meio da experimentação e vivência com as lutas o aluno irá perceber por si mesmo que essa pequena parte não é significativa, e sim um exagero por parte da mídia quando ocorrem esses casos (MATTOSINHO; PRODÓCIMO, 2013)

Vale ressaltar o fato que a luta na escola não tem como objetivo a criação de atletas, mas sim que possam ter a vivência prática e reflexiva de acordo com aquela arte marcial, para que não reproduzam esses pensamentos comparativos com a violência.

Para tanto, as lutas, buscam maneiras de trabalhar conteúdo nas aulas de forma que acrescente de maneira positiva na formação dos alunos, tanto física como na formação de um cidadão melhor e desmistificar a visão que a maioria das pessoas tem de que as lutas incentivam a violência (FREITAS, 2007).

O código de conduta das lutas tem algo em comum quando se trata da violência propriamente dita, abominação é o sentimento em comum, onde em alguns casos sofrem com efeitos suspensivos e até mesmo em casos mais severos o fato da expulsão para que não usem o conhecimento aprendido para fins negativos.

A violência na escola não difere nesse sentido, também é algo que deva ser abominado. O conhecimento desse código de conduta por parte dos alunos serve com que reflitam sobre a questão da agressão verbal e física. As lutas trabalham muito a questão do autocontrole, característica fundamental para que casos de violência não tenham fundamentação para ocorrer.

Segundo Freitas (2007) existem diferentes e variados fatores que explicam a motivação para ter a luta como jiu-jítsu no espaço escolar, dentre as quais o que dizem os professores, que apontam de melhores rendimentos em todas as outras disciplinas quando o estudante é praticante de exercícios ou atividade físicas por conta de ganhos como disciplina e motivação para o estudo com resultados.

Ou seja, com as lutas os alunos, segundo ao autor acima, além de proporcionar uma melhor condição física e motora, apoia na formação de um cidadão melhor.

Assim, a aposta primeira para garantir que o ambiente escolar tenha as lutas como parte fundamental de apoio na educação dos estudantes perpassa por ter investigações e formação inicial dos acadêmicos do curso de educação física que vão abordar essa forma de cultura corporal de movimento, assim definido as lutas pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1998).

As barreiras existem, de fato, mas são facilmente superadas se o professor decidir de fato se colocar para lecionar esse eixo temático, tendo em vista os benefícios e importância citados ao decorrer deste trabalho.

7 CONCLUSÃO

Esta pesquisa teve o objetivo de discorrer a respeito do Jiu-Jítsu brasileiro como uma forma de conteúdo na educação física escolar, visando desde o ensino fundamental até o ensino médio, buscando realizar uma diferenciação entre cada etapa escolar e o tipo de luta possível para tal.

Diante do exposto, pode se concluir que a inclusão do Jiu-Jítsu no ambiente escolar formal avança junto às outras lutas na educação física escolar. No caso das artes marciais ou lutas, desde as suas origens que variam muito a sua aceitação no ambiente escolar perpassa por significativas lutas de agenda pública de reconhecimento e legitimação dessas práticas.

Foi possível observar que existem classificações das lutas, o que contribui para melhor conhecimento e até mesmo para a didática do professor que estará realizando a aula. Isso favorece até mesmo para que haja a diferenciação das diversas modalidades de lutas que podem ser agregadas ao ambiente escolar, como por exemplo, as lutas quanto ao gesto motor e quanto a distância, cada uma abordando características específicas, como o uso de pegadas, implementos, a coordenação necessária para execução do ataque o esquiva, entre outros.

No caso específico do Jiu-Jítsu notou-se a presença de alguns fundamentos básicos para a execução da luta, como as bases, quedas, finalizações e o controle do oponente. Vale ressaltar que dentro de cada fundamento existem diversas posições a serem aprendidas para melhor desempenho durante a atividade.

O Jiu-Jítsu mostra-se por tudo que oferece quanto prática corporal, uma possibilidade para tratar das lutas nas aulas de Educação Física escolar de forma educativa, construtiva. Sendo que esta não é a única e muito menos a melhor prática, porém, existem certas particularidades do Jiu-Jítsu, como o intrincado relacionamento entre essa prática e a cultura brasileira.

Assim, a luta só é possível acontecer como prática constante na educação física escolar através do conhecimento da sua origem e transformações e os processos envolvidos ao longo dos anos que possibilitou o estágio atual de desenvolvimento dessa prática.

Diante disso, obteve-se como resultado dessa pesquisa que, mesmo havendo barreiras que impactam no processo de ensino das lutas na educação física escolar, como a carência na formação, infraestrutura na escola, falta de

materiais ou até mesmo a negligência em abordar a diferenciação entre luta e violência, também existem algumas soluções para facilitar a resolução de tais problemas, como a busca por meio de pesquisa pessoal, adaptação de locais, criação de material adaptado e/ou reciclado e trazer a tona a raiz da metodologia das lutas.

O que denota a entender ser possível situar-se com relação a essa prática e organizar formas de trabalhá-la em sala de aula, de acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais e sua proposição de inclusão desses conteúdos nas aulas de Educação Física escolar, recorrendo ao tema das Lutas.

Com isso, pode-se concluir que esta pesquisa é de relevância nos contextos acadêmicos uma vez que há necessidade na exploração do assunto; sociais, considerando que servirá de suporte à escola e aos professores de educação física que atuam no âmbito escolar; além de contribuir para o aperfeiçoamento dos profissionais da área da educação física.

REFERÊNCIAS

- ALESSI, A.; BOEIRA, W. N. S. **Os benefícios das lutas e como trabalhar esse conteúdo na educação física escolar**. In: 8º Congresso Norte Paranaense de Educação Física Escolar. Universidade Estadual do Centro-Oeste – UNICENTRO. 2017. Disponível em <http://www.uel.br/eventos/conpef/portal/pages/arquivos/ANAIS%20CONPEF%202017/os%20beneficios%20das%20lutas%20129613-19826.pdf>. Acesso em 18 nov. 2019.
- ALONSO, M.; NAGAO, S. **Do Vale-Tudo ao MMA: 100 anos de luta**. Rio de Janeiro: PVT. 2013.
- BARROS, A. M.; GABRIEL, R. Z. Lutas. In: DARIDO, S. C. (Org.). **Educação física escolar: compartilhando experiências**. São Paulo, Phorte, 2011, p. 75-96.
- BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. **Lei nº 9.394 de 20 de dezembro de 1996**.
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física / Secretaria de Educação Fundamental**. Brasília: MEC /SEF, 1998.
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação física / Secretaria de Educação Fundamental**. – Brasília : MEC/SEF, 1997.
- BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Curricular Comum (BNCC): Educação Básica**. Brasília: MEC, 2018.
- BENTO, J. O. Da pedagogia do desporto. In: TANI, G.; BENTO, J.O.; PETERSEN, R. D. S. **Pedagogia do desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.
- Confederação Brasileira de Jiu-jítsu Esportivo. 2013. Disponível em: <http://cbjje.com.br/resultados/>. Acesso em: 20 nov. 2019.
- DARIDO, S. C. A educação física na escola e no processo de formação dos não praticantes de atividade física. **Rev. bras. Educ. Fís. Esp.**, São Paulo, v.18, n.1, p.61-80, jan./mar. 2004. Disponível em: <http://www.revistas.usp.br/rbefe/article/view/16551>. Acesso em: 27 ago. 2019.
- DELL VECHIO, F. B. et al. Análise morfo-funcional de praticantes de Brazilian jiu jitsu e estudo da temporalidade e das quantificações motoras na modalidade. **Movimento e Percepção**, 2007; v.7, n. 10, p.28-34, jan./jun. 2007. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/26450714_Analise_morfo-funcional_de_praticantes_de_Brazilian_jiu-jitsu_e_estudo_da_temporalidade_e_da_quantificacao_das_acoes_motoras_na_modalidade Acesso em: 13 nov. 2019.

ESPARTERO, J. Aproximacion histórico-conceptual a los deportes de lucha. In: VILLAMON, M. **Introducion al judô**. Barcelona: Editorial Hispano Europea, 1999.

FAYAN, D. D. **Jiu-Jitsu: um resgate histórico**. 2000. 44 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2000. Disponível em: www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?down=000325027. Acesso em: 01 jun. 2019.

FONSECA, J. M. C.; FRANCHINI, E.; VECCHIO, F. B. D. Conhecimento declarativo de docentes sobre a prática de lutas, artes marciais e modalidades esportivas de combate nas aulas de Educação Física escolar em Pelotas, Rio Grande do sul. **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 16, n. 2, abr./jun. 2013. Disponível em: <https://www.revistas.ufg.br/fef/article/view/17221>. Acesso em 27 ago.2019

FREITAS, W. S. **Lutas: uma Proposta na Educação Física Escolar**. São Paulo – SP. Ed Avercamp, 2007. Disponível em: <http://congressos.cbce.org.br/index.php/6concoce/10conef/paper/viewFile/6079/3058> . Acesso em: 20 de nov. 2019.

GRACIE, R. **Carlos Gracie: o criador de uma dinastia**. Rio de Janeiro: Record, 2012.

GOMES, M. S. P. **Procedimentos pedagógicos para o ensino das lutas: contextos e possibilidades**. 2008. 139f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008. Disponível em http://repositorio.unicamp.br/jspui/bitstream/REPOSIP/274808/1/Gomes_MarianaSimoesPimentel_M.pdf. Acesso em: 13 nov 2019.

GIL, A. C.; **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6ª Ed. São Paulo: Atlas. 2017.

KOHLER, G. **O ensino das lutas nas Escolas**. Monografia (graduação). Universidade Regional do Noroeste Santa Rosa- Estado d Rio Grande do Sul, 2015.

LANÇANOVA, J. E. S. **Lutas na educação física escolar: alternativas pedagógicas**. 2007. Disponível em: http://lutasescolar.vilabol.uol.com.br/lutas_na_educ_fis_escolar.pdf . Acesso em: 27 ago. 2019.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Metodologia do trabalho científico: procedimentos básicos, pesquisa bibliográfica, projeto e relatório, publicações e trabalhos científicos**. 7ed. São Paulo. Atlas: 2017.

MATTOSINHO, P. V. B.; PRODÓCIMO, E. **Pesquisando e discutindo acerca da luta e violência: a visão da docência.** In: XVIII Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte – CONBRACE e V Congresso Internacional de Ciências do Esporte – CONICE. Brasília, DF. 2013. Disponível em <http://cbce.tempsite.ws/congressos/index.php/conbrace2013/5conice/paper/view/5649>. Acesso em 18 nov. 2019.

MINAYO, M. C. S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 14. ed. São Paulo: Hucitec, 2014

MIRANDA, S.; **Formação inicial do professor de educação física.** In: XI Congresso Nacional de Educação – EDUCARE, II Semana Internacional de Representações Sociais, Subjetividade e Educação – SIRSSE e IV Seminário Internacional sobre Profissionalização Docente – SIPD/CÁTEDRA UNESCO. Pontifícia Universidade Católica do Paraná. 2013. Disponível em https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2013/14122_6483.pdf. Acesso em 18 nov. 2019.

OLIVEIRA, L. O. Triangulação metodológica e abordagem multimétodo na pesquisa sociológica: vantagens e desafios. **Ciências Sociais Unisinos.** São Leopoldo, v. 51, n. 2, p. 133-143, mai/ago, 2015. Disponível em < <https://www.redalyc.org/html/938/93841498004/>>. Acesso em 15 nov 2019.

PACHECO, C. C. K. **Motivação no Jiu-Jitsu.** 2010. 42 p. Monografia para Conclusão do Curso de Educação Física-Bacharelado da Universidade do Rio Grande do Sul. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/27744/000766499.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em 27 ago. 2019.

RUFINO, L. G. B. **Metodologia do ensino de lutas na escola.** Londrina: Educacional S.A. 2018.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. O ensino das lutas nas aulas de educação física: análise da prática pedagógica à luz de especialistas. **Rev. Educ. Fís/UEM.** S. I, v. 26, n. 4, p. 505-518, 2015. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/refuem/v26n4/1983-3083-refuem-26-04-00505.pdf>. Acesso em: 27 ago. 2019.

VAZ, L.; **Memória do esporte no Maranhão: quem é o precursor do Jiu-Jitsu?** S.I. 2015. Disponível em: <http://cev.org.br/comunidade/maranhao/debate/memoria-esporte-maranhao-quem-o-precursor-jiu-jitsu/>. Acesso em 13 nov. 2019.

VIEIRA, R. T.; **Jiu-jitsu Gracie: branding, comunicação e arte.** 2013. 55 p. Trabalho para Conclusão do Curso de Comunicação Social da Faculdade de Comunicação Social de UFJF. Disponível em: <http://www.ufjf.br/facom/files/2013/11/merged-1.pdf>. Acesso em: 27 ago. 2019.

VON-SÖHSTEN, W. **Submission grappling**: uma breve história do Jiu-Jitsu sem kimono. 2017. Disponível em: <https://www.graciemag.com/2017/05/22/submission-grappling-uma-breve-historia-do-jiu-jitsu-sem-kimono/>. Acesso em: 12 nov. 2019.