

JUDÔ EM SUAS DIMENSÕES INTELECTUAIS, MORAIS E FÍSICAS: UM COMPONENTE VALIOSO PARA O PROCESSO DE ENSINO-APRENDIZAGEM NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Élen Vilarino Queiroz

Lucas Gomes ¹

Orientador: Neilon Carlos Santos ²

Resumo

O presente artigo aborda o Judô como conteúdo da Educação Física escolar e ressalta suas contribuições no processo de ensino-aprendizagem. A Educação Física escolar deve proporcionar aos alunos conhecimentos que vão além do prático, que englobem saberes acerca da construção moral e intelectual dos alunos. As lutas são conteúdos propostos a serem desenvolvidos na disciplina de Educação Física e esta luta, criada por um professor, conhecedor do processo educacional e comprometido com a formação das pessoas, vem ao encontro do que se espera alcançar, pois possui aspectos relevantes que abrangem dimensões procedimentais, conceituais e atitudinais.

Palavras-Chave: Judô, Educação Física escolar, formação.

Abstract

The present article of approaches the Judô as content of the pertaining to school Physical Education and standes out its contributions in the teach-learning process. The pertaining to school Physical Education must provide to the pupils knowledge that go beyond the practical one, that they enclose to know concerning the moral and intellectual construction of the pupils. The fights are considered contents to be developed in discipline of Physical Education and this fight, created for a professor, expert of the educational and compromised process with the formation of the people, come to the meeting of what it expects to reach, therefore possess excellent aspects that enclose procedural, conceptual and attitude dimensions.

Word-Key: Judô, School Physical Education, formation.

Introdução

Da construção de corpos saudáveis para defender o país à preparação de novas gerações que elevassem o esporte brasileiro em âmbito mundial, a Educação Física visava no geral à aptidão física das pessoas. A partir da década de 1980 as visões e concepções começaram a mudar. Tais mudanças vieram para contribuir com o processo de ensino aprendizagem na escola, rompendo com a valorização excessiva do desempenho como objetivo único (DARIDO, 2003). Surgiu então um novo contexto na Educação Física escolar, onde novas perspectivas pedagógicas seguindo abordagens de diversos estudiosos da área instalaram-se e ganharam força, tendo assim, inúmeros seguidores.

Os conteúdos da Educação Física enquanto prática pedagógica passaram então a englobar jogos diversos, esportes, lutas, danças e ginástica, adquirindo a partir do novo contexto aspectos que utilizam-se destes conteúdos para abordarem questões sociais, morais, éticas, intelectuais. Independente do conteúdo escolhido, entende-se que o processo de ensino e aprendizagem deve seguir uma linha de ação estratégica que contemple a formação do aluno como um todo, orientando-o no seu desenvolvimento como cidadão (BRASIL, 1997).

Dentro do conteúdo de lutas, ressaltamos neste estudo o Judô, uma forma de combate sistematizada e organizada que possui aspectos particulares e relevantes no seu caráter filosófico e técnico que podem contribuir com a formação dos praticantes, não somente como esportistas, mas como pessoas equilibradas e de bem. Sendo assim, destacamos esta luta como um conteúdo enriquecedor dentro da Educação Física escolar. A filosofia de ensino e prática do Judô abrange características morais, intelectuais e físicas, fazendo com que a luta não seja apenas uma prática física, mas sim uma fonte de aprendizagem e desenvolvimento humano. Sua prática pode acrescer novos valores aos alunos praticantes, além de oferecer-lhes um vasto repertório de movimentos corporais.

Ao longo do Ensino Fundamental, fase escolar que terá mais ênfase neste estudo, espera-se que os alunos, orientados pela disciplina de Educação Física, sejam capazes de: participarem de atividades corporais, manterem atitudes de respeito e repúdio a violência, aprenderem com a pluralidade, praticarem atividades de forma equilibrada e desenvolverem espírito crítico (BRASIL, 1997), o Judô pode perfeitamente enquadrar-se neste contexto, auxiliando assim na obtenção dos objetivos propostos e condizendo com a perspectiva pedagógica da escola, sendo o objetivo deste trabalho de revisão bibliográfica, ressaltar como esta luta, fazendo parte do conteúdo da Educação Física, pode ser uma ferramenta pedagógica de suma importância que contribuirá com o processo de ensino-aprendizagem na escola.

Judô: raízes e criação – um breve relato

O Judô é uma arte marcial com raízes nipônicas criada em 1882 pelo professor Jigoro Kano. Homem de baixa estatura, franzino e pouco avantajado fisicamente, desenvolveu um estilo de luta a partir do Ju Jitsu, eliminando os golpes mais lesivos como socos e pontapés (SHIOZAWA, 1999). Kano formou-se na Universidade Imperial de Tóquio em Letras e Ciências Estéticas e Morais, o que sem sombra de dúvidas foi de extrema importância para criação de uma modalidade de luta sistematizada e metodológica. No mesmo ano em que se formou, Jigoro Kano fundou o Instituto Kodokan (Escola para o estudo da vida). Iniciou com poucos alunos, mas logo foi crescendo e ganhando destaque devido a inúmeras vitórias conquistadas em combates até mesmo contra adversários de outras modalidades e de porte físico mais avantajado. A luta na qual pessoas aparentemente mais frágeis venciam outras mais fortes, foi ganhando destaque e se difundindo em várias partes do mundo.

A luta criada por Kano tinha como finalidade a formação de indivíduos

pacíficos e equilibrados, diferentemente dos objetivos das formas de combate da época que buscavam a formação de guerreiros. Criou-se a partir daí não só uma luta pura e simples, mas uma filosofia de vida, ou seja, a luta em seu aspecto geral não visa somente o combate, mas busca conduzir os praticantes a uma reflexão sobre o que se aprende nas aulas e situações da vida cotidiana, sendo que até os dias de hoje prega valores morais como o respeito, a educação e a perseverança.

A palavra Judô é composta por dois ideogramas japoneses, sendo que, “JU” significa agilidade, não resistência, suavidade e “DÔ” significa via, caminho, ou seja, a palavra Judô pode ser traduzida em Caminho Suave. Para Peruca (1996), Judô pode ser traduzido com a frase “Gentileza é mais importante que obstinação”.

No Brasil, as origens do Judô são um tanto quanto obscuras, segundo Santos (1975), o judô chegou ao Brasil por volta da década de 20 por intermédio da colônia japonesa, porém uma outra corrente defende que a luta chegou ao Brasil no início do século XX através de praticantes que se exibiam publicamente em apresentações no norte do país (CALLEJA, 1982). O que se sabe é que o esporte foi crescendo e hoje, além de bons resultados em competições internacionais, agrega um grande número de participantes de idades variadas e ambos os sexos.

Fundamentos técnicos e filosóficos do Judô

O mestre Jigoro Kano instituiu dois fundamentos básicos ao Judô, os quais dão bases para suas estruturas técnicas e filosóficas. Segundo Peruca (1996) estes fundamentos foram se expandindo por todo o mundo e através de uma contínua construção foram se fortalecendo e dando sustentação à luta até os dias atuais. Tais princípios propostos por Kano são assim definidos por Peruca:

Seiryoku-Zenyo: é o princípio caracterizado pela concentração e máxima utilização de todos os esforços na promoção do desenvolvimento moral, intelectual, físico e técnico do ser humano. Consciente de seu potencial, de sua força física e mental, o judoca aprende com o professor e veteranos de toda a ética e cerimonial do judô e a sua aplicação na sua prática cotidiana. A busca da vitória na competição significa o seu fortalecimento espiritual.

Jitakyoei: é o princípio caracterizado pelo desenvolvimento corporal e formação moral em contínuo processo de interação com a comunidade. O desenvolvimento individual interagindo com a comunidade enseja não apenas vivenciar uma intensa felicidade, como propiciar um conviver harmônico e solidário, fim maior da filosofia do judô. (1996, p. 65-66).

Ainda que os aspectos filosóficos e técnicos do Judô sejam unidos na luta e indispensáveis um ao outro para o desenvolvimento correto da mesma, para uma melhor compreensão serão explicados separadamente e mesmo na descrição de cada um fica explícito a participação ativa do outro, ou seja, a prática do Judô enquanto exercício físico contempla uma série de aprendizagens que podem ser aplicadas no dia-a-dia dos praticantes.

Em relação a estrutura técnica, há uma busca por movimentos perfeitos a partir do sistema de alavancas e dos vetores de força (MORAES, 2004). O primeiro é explicado através da mecânica corporal, ou seja, uma força ainda que pequena aplicada num determinado ponto específico, resulta na máxima eficiência e o segundo refere-se a lei de ação e reação, sendo que, quanto mais forte o oponente aplica o golpe, proporcionalmente receberá um forte contra golpe.

Virgílio (1986) após conhecimento aprofundado da filosofia do Judô e dos ensinamentos deixados pelo próprio Jigoro Kano, descreve nove princípios que explicam a teoria da luta e direcionam o processo de ensino e a progressão filosófica do Judô. São eles: conhecer-se é dominar-se e dominar-se é triunfar; quem teme perder já está vencido; somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e sobretudo, humildade; quando verificares com tristeza que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso no aprendizado; nunca te orgulhes de ter vencido um adversário, ao que venceste hoje, poderá

derrotar-te amanhã; o judoca não se aperfeiçoa para lutar, luta para se aperfeiçoar; o judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes; saber cada dia um pouco mais, utilizando este saber para o bem é o caminho do verdadeiro judoca; praticar o Judô é educar a mente com velocidade e exatidão, bem como o corpo a obedecer com justeza, o corpo eficiente depende da precisão com que se usa a inteligência.

Estas são as bases para o Judô, e como citado anteriormente, fica transparente como a junção da teoria e da prática formam esta luta com finalidades que visam contribuir com a formação dos alunos. O que se aprende na luta em si, é levado para fora do ambiente prático da mesma e utilizado no cotidiano do aluno, busca-se estimular a reflexão da relação das experiências vividas na prática com as atitudes do dia a dia que influenciam na sociedade.

O Judô na Educação Física Escolar

Os conteúdos propostos para a Educação Física devem proporcionar aos alunos uma reflexão e discussão acerca da prática corporal numa perspectiva transformadora e crítica da realidade. Devemos trabalhar com conteúdos que abordem dimensões conceituais, procedimentais e atitudinais, pois na escola não se ensina apenas conceito e fato, mas também habilidades, técnicas, atitudes, normas e valores.

Na prática pedagógica da Educação Física escolar, devemos analisar e propor uma série de conteúdos que venham condizer com os objetivos da disciplina. Ao citarmos o Judô e propormos a sua aplicação na escola, entendemos que esta luta pode contribuir com o processo de ensino-aprendizagem, favorecendo o desenvolvimento global da criança.

De acordo com Pina (2005) a dimensão conceitual no Judô pode ser trabalhada juntamente com os alunos no aprofundamento do conhecimento das bases teóricas em que se apóia a prática e a importância dos exercícios que devem ser executados antes dos combates para se evitar lesões e acidentes, a dimensão atitudinal pode abranger instruções acerca da eliminação de estereótipos sociais, disposições favoráveis a autoestima e autovalorização, conscientização do Judô como prática desportiva com grandes virtudes formadoras e a dimensão procedimental engloba a aprendizagem dos exercícios da luta em geral e execuções corretas dos mesmos.

O Mestre Jigoro Kano com seus princípios da formação educacional dos alunos, demonstrou como o trato pedagógico quando bem assimilado, pode dar até mesmo a uma luta, o caráter educativo, com finalidades e objetivos pertinentes ao processo de formação.

Esta modalidade tem como meta principal, a procura de um equilíbrio entre o corpo e a mente em situação de combate. Desta maneira valoriza-se o respeito pelo ser humano, como indivíduo único, o raciocínio e a coordenação motora. É uma modalidade muito completa, já que todo o corpo trabalha formando um desenvolvimento muscular equilibrado. As atividades aplicadas devem ser alegres, divertidas, onde as crianças sintam prazer em praticá-las, o Judô nesta fase deve ser trabalhado de forma gradativa, lúdica, sem cobrança de desempenho ou resultados. O importante é o contato inicial com a modalidade.

Os equipamentos, vestuários e recursos indispensáveis à prática do Judô competitivo, podem ser adaptados para as aulas na escola, que geralmente não disponibilizam tantos recursos. O tatami (piso para o Judô), e o judogui (vestimenta específica) podem ser substituídos por outros materiais que amortecem as quedas e roupas comuns sem que se perca o objetivo do ensino nas aulas.

Como geralmente ocorre, o professor que trabalha conteúdos esportivos nas aulas de Educação Física, será questionado e até mesmo cobrado pelos alunos para que haja competições, cabe ao professor mediar tais questões e refletir juntamente com os alunos a necessidade desta prática ou não, porém havendo competições, devem ser eventos totalmente educativos, com fins pedagógicos, podendo o professor valer-se delas para reforçar aos alunos a importância de se colocar em prática as atitudes e valores trabalhados nas aulas e avaliar o comportamento dos mesmos para futuras correções de ações que representem hostilidade, raiva, maldade e deslealdade (BAPTISTA, 2003).

O Judô e suas dimensões intelectuais, físicas e morais aplicadas na escola

A relação corpo-educação, por intermédio da aprendizagem significa aprendizagem da cultura, dando ênfase aos sentidos dos acontecimentos e a aprendizagem da história, ressaltando assim a relevância das ações humanas. Corpo que se educa é corpo humano que aprende a fazer história, fazendo cultura (MOREIRA, 1995). O ensino do Judô propicia o desenvolvimento cognitivo e intelectual nas aulas de Educação Física e oferece meios para um trabalho interdisciplinar das disciplinas que compõe o currículo escolar. Pode ser trabalhado como reflexão sobre problemas relacionadas à luta, tais como: o contexto histórico, a criação das regras e técnicas, a biomecânica, a análise do esporte como cultura regional, nacional e mundial, relações entre sua criação e o processo histórico de uma determinada cultura, modos de vida, evolução, expansão e possibilita ainda uma análise de suas bases biológicas, psicológicas e sociais (BAPTISTA, 2003).

É importante que o professor resgate o judô enquanto manifestação cultural, trabalhando seus aspectos históricos vinculados ao movimento cultural e político que o gerou (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Existe uma preocupação em nunca encontrar um praticante de Judô em brigas de rua, em conflitos com a sociedade (VIRGÍLIO, 1986), tal ensinamento deve ser repassado nas aulas, pois a formação visa uma prática séria e responsável principalmente das crianças, os adultos de amanhã.

Em relação ao desenvolvimento físico-motor, as atividades físicas em geral, melhoram a qualidade de vida das pessoas e sua prática desde criança, propicia uma base para uma posterior prática esportiva especializada ou mesmo, para uma conscientização da importância dos exercícios físicos.

As atividades de Judô propostas para o ensino fundamental sugerem um trabalho lúdico com adequação dos princípios da luta e das necessidades das crianças para um desenvolvimento equilibrado. Ruffoni (2004) descreve que a ludicidade é de fundamental importância para a formação da criança.

Segundo Baptista (2003) a prioridade para crianças de 7 a 9 anos de idade deve ser o desenvolvimento da coordenação e do equilíbrio, a partir dos 10 anos até o início da puberdade, as crianças vão ficando mais fortes e conseqüentemente o domínio corporal melhora, podendo a partir daí trabalhar atividades que requerem maior orientação espaço-temporal. As técnicas básicas do Judô tais como: rolamentos, quedas, entradas de golpes, imobilizações e a luta propriamente dita, são meios procedimentais que auxiliam no desenvolvimento motor e melhoram as habilidades alunos.

O Judô como componente do conteúdo da Educação Física escolar tem grande poder socializador, além de abordar valores éticos e morais. Desta forma podemos trabalhar através dele conceitos atitudinais como o companheirismo, o espírito de luta, o saber ganhar e perder, o respeito pelas normas estabelecidas.

As aulas são uma excelente oportunidade para que o professor estimule as

crianças a refletirem sobre o relacionamento e a preocupação com o próximo, bem como a valorização dos aspectos afetivos e as experiências individuais.

A base filosófica da luta em questão, torna-se evidente no trato educacional da formação moral dos praticantes, deve ser estabelecido um paralelo sobre o que se ensina na prática e a vida cotidiana. O aluno que pratica o Judô aprende que se deve “ceder para vencer”, “ser perseverante”, “cair para se levantar”, dentre outros preceitos que são aplicados na luta e na vida (SHIOZAWA, 1999).

Para Motta & Ruffoni (2007) a luta valoriza a inteligência e o culto à verdade, o desenvolvimento atitudinal desta arte deve ser tão ou mais importante que o objetivo de vencer as lutas, pois da mesma forma que se exercitam os músculos menos desenvolvidos ou mais importantes para a execução de um determinado golpe, também se determinam quais os pontos fracos da personalidade, seja ele o medo, a falta de confiança, a falta de vontade, a angústia, a ansiedade, a falta de controle ou nervosismo e, então, com o mesmo esmero, que se dedica o desenvolvimento e aprimoramento da personalidade. Só assim, pratica-se o verdadeiro conceito de lutas em toda sua extensão e fundamenta sua prática no âmbito escolar.

Conclusão

Um conteúdo tão abragente e rico em saberes como o Judô, pode e deve fazer parte do ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física escolar buscando-se legitimar as diversas possibilidades de aprendizagem que se estabelecem com a consideração das dimensões afetivas, cognitivas, motoras e socioculturais dos alunos.

O Judô, não é somente uma técnica física para o corpo, mas também um princípio filosófico para o fortalecimento do espírito. Princípio esse que pode ser

aplicado em todas as fases da vida humana, em todos os desafios, combates e contratempos nas suas atividades, quer sejam esportivas, sociais ou profissionais (MOTTA & RUFFONI, 2007).

O ensino do Judô no âmbito escolar, levando-se em consideração que é um trabalho básico desenvolvido segundo as perspectivas escolares, deve ser aplicado por professores de Educação Física, pois além de embasamentos teóricos e práticos adquiridos na graduação, tem conhecimentos sobre o processo de desenvolvimento maturacional da criança, respeitando assim cada etapa. Atletas e praticantes da modalidade geralmente apresentam uma boa bagagem prática no que se refere ao treinamento específico, o que não é a proposta a ser aplicada nas aulas de Educação Física escolar.

A proposta do ensino-aprendizagem do Judô se pauta num desenvolvimento globalizado que abrange aspectos físicos, intelectuais e morais e não apenas técnico, com intuito de transformar os alunos não em grandes campeões, mas em verdadeiros homens e mulheres.

Agradecemos em especial o Professor e Sensei Edson Leonel, que com carinho e atenção colaborou com nosso trabalho.

Referências Bibliográficas

BAPTISTA, Carlos Fernando dos Santos. Judô da escola a competição.3.ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2003.

BRASIL, Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física, 1997.

CALLEJA, Carlos Catalano. Caderno Técnico-Didático: Judô. Ministério da Educação Cultura, Brasil, 1982.

COLETIVO DE AUTORES, Metodologia do Ensino da Educação Física. São Paulo: Cortez, 1992.

DARIDO, Suraya Cristina. Educação Física na Escola: Questões e Reflexões. Rio

de Janeiro: Guanabara Koogan, 2003.

MORAES, Fábio Alves. Como os fundamentos filosóficos do Judô têm sido abordados no ensino do “Caminho Suave” na cidade de Goiânia? / Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade Estadual de Goiás, Eseeffego. Goiânia, 2004.

MOREIRA, W. W. Perspectivas da educação motora na escola. In: DE MARCO (Org). Pensando a educação motora. Campinas, São Paulo: Papyrus, 1995 p.95-120.

MOTTA, Alexandre.; RUFFONI, Ricardo. Lutas na infância: uma reflexão pedagógica. Disponível em <http://www.equiperuffoni.com.br>. Acesso em: 08/10/2007.

PIÑA, Maria Dolores Jurado. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 10 - N° 85 - Junho 2005. Disponível em <http://www.efdeportes.com/>. Acesso em: 15/09/2007.

PERUCA, Ângelo. Judô: Metodologia da participação. Londrina: Lido, 1996.

RUFFONI, Ricardo. Análise metodológica da prática do Judô. Mestrado em Ciência da Motricidade Humana – Universidade Castelo Branco. Rio de Janeiro, 2004. SANTOS, Benedito N. A. Judô o Caminho Suave. São Paulo, 1975.

SHIOZAWA, Lhofei. Manual de Judô Nikkei Sport Center. Goiânia, 1999.

VIRGÍLIO, Stalei. A arte do Judô. São Paulo: Papyrus, 1986.