

ESSÊNCIA, HISTÓRIA E MECÂNICA DO JIU-JITSU

Educação

Coordenador da atividade: Guilherme Babo SEDLACEK¹

Instituto Federal de Santa Catarina (IFSC)

Autores: Guilherme Babo SEDLACEK; Jairo Gonçalves CARLOS²;

Samuel SCHELESKI³; Adalri SABADIN⁴; João Vitor PRUINELLI⁵;

Josué Porto FORNARI⁶; Luiza Santos LIMA⁷.

Resumo

Este projeto multidisciplinar de extensão está concebido a partir do uso do jiu-jitsu para o atendimento a uma demanda externa e para a formação técnica e cidadã dos discentes extensionistas, articulando as atividades locais de ensino, pesquisa e extensão com a comunidade do entorno do IFSC – Câmpus Xanxerê. São realizadas aulas regulares de jiu-jitsu para crianças de ambos os sexos em situação de vulnerabilidade social, objetivando seu desenvolvimento integral e atendendo à demanda da Escola Municipal de Educação Básica (EMEB) Paul Harris por oferta de atividades esportivas no contraturno escolar que contribuam para aprimorar o desempenho escolar e garantir hábitos saudáveis que evitem a exposição das crianças a álcool, tabaco e drogas, bem como a promoção de uma sociedade pacífica e inclusiva. Objetiva-se assim a curricularização das atividades de extensão nas unidades curriculares de Física e Mecânica Geral, dos cursos Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio e de Bacharelado em Engenharia Mecânica, bem como a produção de conhecimentos que possibilitem o aprimoramento da arte marcial. A pesquisa da história do jiu-jitsu é feita a partir da análise de entrevistas com mestres e o estudo da filosofia do Judô Kodokan. A mecânica do jiu-jitsu é estudada a partir da análise dos movimentos e de fóruns de discussão de discentes sobre as técnicas da arte marcial. A avaliação do impacto do projeto tem sido feita a partir do desempenho escolar das crianças da escola, questionários respondidos pelos responsáveis sobre mudanças em sua disciplina, dedicação aos estudos e autoconfiança, além do desempenho acadêmico dos discentes extensionistas, apresentando indicadores positivos e altos índices de permanência e êxito.

Palavra-chave: jiu-jitsu; mecânica; história.

1Guilherme Babo Sedlacek, servidor docente, Curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio.

2Jairo Gonçalves Carlos, servidor docente, Curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio e Bacharelado em Engenharia Mecânica.

3 Samuel Scheleski, servidor docente, Bacharelado em Engenharia Mecânica.

4 Adalri Sabadin, aluno, Curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio.

5 João Vitor Pruinelli, aluno, Curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio.

6 Josué Porto Fornari, aluno, Curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio.

7 Luiza Santos Lima, aluna, Curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio.

Introdução

O jiu-jitsu contemporâneo, arte marcial importada do Japão que conheceu imenso crescimento com relação ao número de praticantes no Brasil ao longo do século XX, desenvolveu-se de tal forma que deu origem ao fenômeno de exportação do *Gracie Jiu-Jitsu* e do *Brazilian Jiu-Jitsu* para todo o mundo neste início do século XXI. Conforme é possível perceber a partir de reportagens na imprensa, projetos sociais independentes, coordenados por professores de jiu-jitsu, têm apresentado resultados importantes no desempenho escolar dos estudantes e na prevenção do *bullying* e da exposição de crianças em situação de vulnerabilidade social ao abuso de substâncias (ALBUQUERQUE, 2016). No entanto, ainda é muito escassa a produção de conhecimento científico e o registro dos conhecimentos práticos sobre essas experiências. Salvo alguns artigos científicos, a relação do jiu-jitsu com o desempenho escolar não foi tomada como objeto de estudos sistemáticos, assim como também não há estudos sobre a sua dimensão mecânica, no que difere de outras artes marciais, sobretudo, do judô (REIS, SUZUKI & GOMES, 2012; ARRUDA & SOUZA, 2014; SIMEONI, BARBOSA & CAZULA, 2017).

A EMEB Paul Harris tem mais de 600 alunos matriculados no ano de 2019 e está localizada no bairro N. Sra. de Lourdes, uma região carente da cidade marcada pela vulnerabilidade social que, segundo a Secretaria Municipal de Educação de Xanxerê, aponta maior índice de exposição das crianças ao abuso de substâncias como álcool, tabaco e drogas ilícitas. A escola procurou o IFSC no final do ano de 2017, demandando a oferta de atividades no contraturno das aulas da escola que ajudassem na prevenção dessa exposição. A partir daí, foi desenvolvido um projeto envolvendo o ensino da essência filosófica do jiu-jitsu, sua história e técnicas de defesa pessoal e luta esportiva, de forma a conciliar a oferta de atividade cultural e esportiva ao mesmo tempo, visando ao desenvolvimento integral das crianças.

Ao longo de 2018, o projeto contou com um discente extensionista do curso de graduação em Engenharia Mecânica, que auxiliou no planejamento e execução de todas as atividades, principalmente na intervenção efetiva, atuando como instrutor auxiliar de jiu-jitsu nas aulas para as crianças. Em 2019, o projeto conta com quatro bolsistas extensionistas do curso Técnico em Mecânica Integrado ao Ensino Médio, cuja atuação enfatiza a pesquisa sobre a filosofia, a história e a mecânica do jiu-jitsu.

O coordenador do projeto de extensão é professor de História no Câmpus Xanxerê e professor faixa preta de jiu-jitsu e vem desenvolvendo pesquisas sobre a história dessa

arte marcial há cinco anos. Um dos coordenadores adjuntos do projeto é professor de Física no Câmpus Xanxerê e praticante de jiu-jitsu, sendo também responsável por orientar a pesquisa dos discentes extensionistas a respeito da mecânica do jiu-jitsu. O outro coordenador adjunto do projeto, também praticante de jiu-jitsu, é professor e coordenador do curso de Bacharelado em Engenharia Mecânica no Câmpus Xanxerê e atua no projeto viabilizando a curricularização da extensão nesse curso de graduação a partir do desenvolvimento de fóruns de debate entre os discentes do curso nas unidades curriculares de Mecânica Geral I e II.

A prática do jiu-jitsu permite assegurar hábitos de vida saudáveis e promover o bem-estar das crianças atendidas pelo projeto. Acredita-se dessa forma ser possível reforçar a prevenção e o tratamento do abuso de substâncias, incluindo o abuso de drogas entorpecentes e uso nocivo do álcool, às quais identifica-se maior exposição das crianças em situação de vulnerabilidade social da comunidade escolar da EMEB Paul Harris. Além disso, procura-se assegurar a educação inclusiva e equitativa e de qualidade, e promover oportunidades de aprendizagem a partir de uma educação integral dos meninos e meninas, oferecendo a oportunidade de uma prática esportiva no contraturno que complemente a educação escolar na formação dos indivíduos e favoreça o aumento dos indicadores de desempenho escolar.

Cabe ainda destacar que o jiu-jitsu contribui tanto para a superação da discriminação de gênero quanto para o empoderamento das meninas. Ao enfatizar as técnicas de defesa pessoal, prepara-se as meninas (e também os meninos) para se defenderem de situações de violência física e sexual, seja no ambiente doméstico ou na rua. O empoderamento resultante da autoconfiança adquirida nas aulas de defesa pessoal oferece condições de eliminar todas as formas de violência contra as meninas nas esferas públicas e privadas, além de garantir a participação plena e efetiva das mulheres e a igualdade de oportunidades para a liderança em todos os níveis de tomada de decisão na vida política, econômica e pública.

O objetivo geral do projeto é ministrar aulas de jiu-jitsu para meninos e meninas do 4º ao 7º Anos do Ensino Fundamental, atendendo à demanda externa por atividades esportivas e culturais no contraturno das aulas, em relação estreita com a pesquisa da história e da mecânica do jiu-jitsu por parte dos discentes extensionistas, sob supervisão e orientação dos coordenadores. Além disso, objetiva-se: ensinar valores sobre a essência do jiu-jitsu, evitando a exposição de crianças em situação de vulnerabilidade social ao abuso de substâncias; desenvolver a autoconfiança das crianças a partir de aulas de defesa

peçoal, prevenindo casos de *bullying*, violência física e sexual; formar os discentes extensionistas para a pesquisa sobre a história e a mecânica da arte marcial; desenvolver conhecimentos científicos sobre a mecânica do jiu-jitsu que permitam refletir sobre a dinâmica da arte marcial e o aprimoramento das suas técnicas; e acompanhar os impactos das aulas de jiu-jitsu sobre o desempenho escolar das crianças participantes do projeto.

Metodologia

As aulas são oferecidas duas vezes por semana em dois turnos, matutino e vespertino, sempre no contraturno das aulas regulares da escola. Em 2018, foram oferecidas 40 vagas, ampliadas em 2019 para 54 vagas para melhor atender à demanda. As crianças são selecionadas nas turmas de 4º a 6º Anos do Ensino Fundamental, público definido pela direção da escola por serem consideradas os anos em que melhor se pode atuar na prevenção da exposição ao álcool, cigarro e outras drogas.

As aulas de jiu-jitsu ocorrem na quadra da EMEB Paul Harris e têm como ênfase a defesa pessoal, mas também contemplam a formação para o jiu-jitsu esportivo, seguindo a metodologia do Gracie Jiu-Jitsu. O tatame para a prática foi adquirido com recursos do IFSC e ampliado no final de 2018 com recursos da escola, para atender a mais crianças em 2019. Os kimonos foram arrecadados a partir de doações, em 2018; e, em 2019, foram adquiridos mais alguns kimonos e faixas para as cerimônias de graduação das crianças com recursos do IFSC.

A análise dos movimentos do jiu-jitsu foi realizada pelos estudantes da disciplina Física II, da 3ª fase de Engenharia Mecânica, a partir do emprego de conceitos e técnicas básicas de biomecânica, como a antropometria, e de física, como as leis de Newton, rotação, torque e momento angular. Além disso, os estudantes participaram de uma palestra explicativa sobre o projeto de extensão e de uma oficina prática de jiu-jitsu, realizada na Semana Acadêmica da Engenharia Mecânica.

Os estudantes da Engenharia Mecânica nas unidades curriculares de Mecânica Geral I e II participaram em 2018 de um fórum de discussões em ambiente virtual de aprendizagem. Neste fórum, os estudantes debateram sobre as similaridades entre a prática do jiu-jitsu e o trabalho de um engenheiro mecânico. Baseado no fórum, um grupo de alunos apresentou em aula os principais tópicos discutidos. Após a apresentação foi realizado um debate onde os alunos e professor, baseando-se nas teorias de mecânica geral, discutiram sobre as formas mecanicamente mais eficientes para a execução dos movimentos durante a luta.

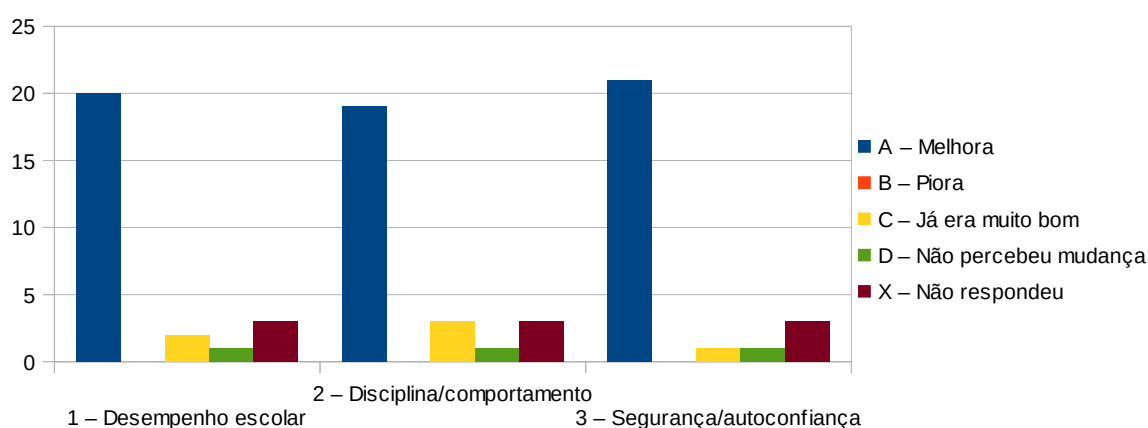
A partir da análise de entrevistas feitas com mestres e grandes mestres tem sido conduzida a pesquisa sobre a essência e a história do jiu-jitsu. De modo complementar, estuda-se a filosofia do Judô Kodokan através dos escritos do seu fundador, Jigoro Kano, buscando-se suas aproximações e diferenças em relação ao jiu-jitsu brasileiro.

Desenvolvimento e processos avaliativos

Ao longo de 2018, a primeira edição do projeto foi realizada com grande êxito e o projeto obteve indicadores significativos no sentido da permanência e êxito, concluindo o ano com o 36 crianças atendidas, apenas quatro a menos que no início da execução, ou 10% de evasão. Em 2019, 32 egressos de 2018 deram prosseguimento aos treinos de jiu-jitsu, índice consideravelmente alto diante da grande frequência de mudanças de bairro ou cidade que leva as crianças a mudarem de escola.

Os dados obtidos na pesquisa feita demonstram que as aulas de jiu-jitsu contribuíram de forma significativa para o desempenho escolar e estímulo à disciplina e prática esportiva. Formulários de avaliação sobre o impacto do projeto foram respondidos pelos responsáveis pelos egressos do projeto em 2018, indicando mudanças em relação ao desempenho escolar, a disciplina em casa e na escola e a autoconfiança das crianças. O gráfico 1 apresenta os dados dos 26 questionários devolvidos pelos responsáveis:

Gráfico 1 – Impacto do projeto segundo avaliação dos responsáveis pelas crianças



A partir do acompanhamento das médias bimestrais dos estudantes também foi possível perceber indicadores quantitativos de melhora no desempenho escolar das crianças, fato corroborado pela avaliação qualitativa da direção da escola e dos professores.

Cabe destacar que a parceria da escola foi fundamental para o sucesso alcançado pelo projeto em seu primeiro ano de execução e que sua demanda pela continuidade das aulas em 2019 demonstrou o êxito no atendimento à demanda externa.

No primeiro ano de execução do projeto, o discente extensionista do curso de Bacharelado em Engenharia Mecânica do Câmpus Xanxerê exerceu o protagonismo no auxílio às aulas de jiu-jitsu para as crianças em situação de vulnerabilidade social e na pesquisa sobre a mecânica das técnicas ministradas às crianças, visando à produção de materiais de apoio didático para o ensino dos princípios físicos e mecânicos no âmbito dos cursos do câmpus. Em 2019, a atuação dos quatro discentes extensionistas do curso Técnico em Mecânica no projeto contribui para sua iniciação científica e para sua formação técnica e cidadã, ao desenvolverem uma pesquisa de caráter interdisciplinar (História e Física) aplicada à área da Mecânica e ao acompanharem um projeto que atende a crianças em situação de vulnerabilidade social.

Considerações Finais

Diante do exposto, pode-se afirmar que os resultados esperados foram alcançados, na medida em que a evolução positiva dos estudantes tem sido constatada em todas as instâncias: nas aulas de jiu-jitsu, no desempenho escolar (parâmetros internos) e na percepção dos pais (parâmetro externo). Da parte dos apoiadores do projeto, a renovação do mesmo junto ao IFSC e a alocação de recursos da escola para a ampliação do número de estudantes atendidos corroboram a proficuidade dos resultados. Portanto, neste segundo ano, pretendemos aprofundar a dimensão investigativa e de curricularização do projeto de extensão que já se mostra bastante consolidado enquanto intervenção social.

Referências

- ALBUQUERQUE, Natacha. “No Acre, projeto Jiu-jítsu na Escola quer dar princípios e valores a jovens”. *Globoesporte.com*, 21/07/2016. Disponível em: <<http://globoesporte.globo.com/ac/noticia/2016/07/no-acre-projeto-jiu-jitsu-na-escola-quer-dar-principios-e-valores-jovens.html>> (acesso em 10/12/2017).
- ARRUDA, Pablo Delano Porfírio; DE SOUZA, Bertulino José. Jiu-Jitsu: uma abordagem metodológica relacionada à quebra de estereótipos. **Revista Redfoco**, v. 1, n. 1, 2014.
- REIS, T.; SUZUKI, F.; GOMES, F. A utilização do jiu-jítsu brasileiro como conteúdo na Educação Física escolar. **EFDeportes.com**, ano 17, n. 169, Buenos Aires, Junio de 2012.
- SIMEONI, M.; BARBOSA, R.; CAZULA, F. *Jiu-jítsu na escola: possibilidade criativa e lúdica*. In: **Anais do EDUCERE – XIII Congresso Brasileiro de Educação**, Curitiba, 2017.