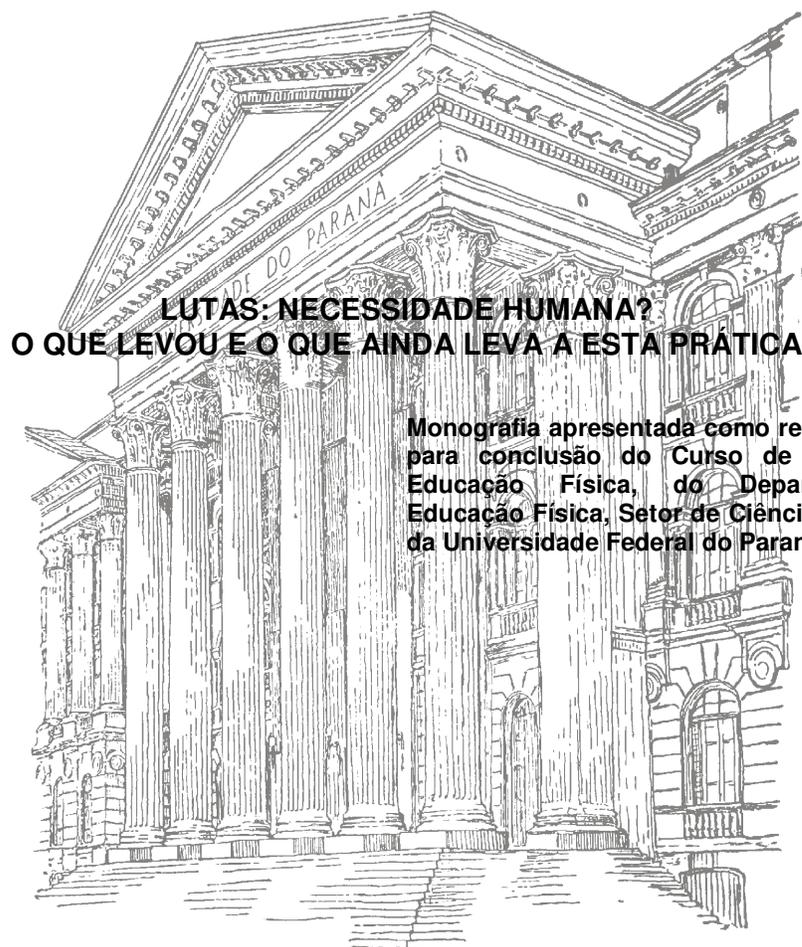


TIAGO ESTEVES DA CRUZ



**LUTAS: NECESSIDADE HUMANA?
O QUE LEVOU E O QUE AINDA LEVA A ESTA PRÁTICA**

Monografia apresentada como requisito parcial para conclusão do Curso de Bacharel em Educação Física, do Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná.

CURITIBA

2008

TIAGO ESTEVES DA CRUZ

**LUTAS: NECESSIDADE HUMANA?
O QUE LEVOU E O QUE AINDA LEVA A ESTA PRÁTICA**

**Monografia apresentada como requisito parcial
para conclusão do Curso de Bacharel em
Educação Física, do Departamento de
Educação Física, Setor de Ciências Biológicas,
da Universidade Federal do Paraná.**

PROF. DR. SÉRGIO LUIZ CARLOS DOS SANTOS

Dedicatória

Dedico este trabalho ao meu avô João que muito me ensinou sobre a vida, In
Memoriam.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus.

Agradeço a meus pais Sebastião e Rose, que estiveram presentes nos momentos difíceis.

Agradeço a minha namorada e professora Sheila, que me ajudou muito com a pesquisa e incentivo, além de ter me despertado a paixão por esta área de atuação.

Agradeço a todos, amigos e professores que, direta ou indiretamente, contribuíram para que eu concluísse o Curso de Bacharelado em Educação Física.

Epígrafe

"É preciso escolher um caminho que não tenha fim, mas, ainda assim, caminhar sempre na expectativa de encontrá-lo."

Provérbio Chinês

SUMÁRIO

| | |
|--|----|
| LISTA DE TABELAS E GRÁFICOS | ix |
| RESUMO | xi |
| 1 INTRODUÇÃO | 1 |
| 1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA..... | 2 |
| 1.2 JUSTIFICATIVAS..... | 3 |
| 1.3 OBJETIVO GERAL..... | 5 |
| 1.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS..... | 5 |
| 2 O SURGIMENTO DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS | 6 |
| 2.0.1 Esportes de Luta X Artes Marciais..... | 8 |
| 2.0.2 Exemplos de Esportes de Luta e Artes Marciais Antigas..... | 8 |
| 2.1 AS CORRENTES FILOSÓFICAS QUE INFLUENCIARAM AS ARTES MARCIAIS ANTIGAS..... | 10 |
| 2.1.1 Budismo..... | 11 |
| 2.1.1.1 Os Caminhos que Levaram o Budismo às Artes Marciais..... | 14 |
| 2.1.2 Taoísmo..... | 15 |
| 2.2 POR QUE A PROPOSTA É TRABALHAR ESPECIFICAMENTE COM AS ARTES MARCIAIS?..... | 17 |
| 2.3 HISTÓRICO E FILOSOFIA DAS ARTES MARCIAIS UTILIZADAS NA PESQUISA..... | 18 |
| 2.3.1 Karate: A Arte das Mãos Vazias..... | 18 |
| 2.3.2 Jiu Jitsu: A Arte Suave..... | 21 |
| 2.3.3 Judo: O Caminho da Suavidade..... | 24 |
| 2.3.4 Aikido: O Caminho da Harmonia da Energia..... | 26 |
| 2.3.5 Muay Thai: O Boxe da Liberdade..... | 28 |
| 2.3.6 Tae Kwon Do: O Caminho dos Pés e das Mãos..... | 31 |
| 3 METODOLOGIA DA PESQUISA | 34 |
| 4 DISCUSSÃO DOS DADOS | 36 |
| 4.1 Karate..... | 36 |
| 4.2 Jiu Jitsu..... | 41 |
| 4.3 Judo..... | 45 |
| 4.4 Aikido..... | 50 |

| | |
|---------------------------|----|
| 4.5 Muay Thai..... | 55 |
| 4.6 Tae Kwon Do..... | 60 |
| 5 CONCLUSÕES | 65 |
| REFERÊNCIAS | 68 |
| ANEXOS | 70 |

LISTA DE TABELAS E GRÁFICOS

| | |
|--|----|
| TABELA 1–“PONTUAÇÃO DO QUESTIONÁRIO PARA PRATICANTES DE LUTAS - Avaliação dos Motivos Para a Adesão e Continuidade na Prática da Luta” | 35 |
| Figura 1.1 – Perfil de Competição no Karate..... | 37 |
| Figura 1.2 – Perfil de Socialização no Karate..... | 38 |
| Figura 1.3 – Perfil de Prazer no Karate | 39 |
| Figura 1.4 – Perfil de Interesse no Auto Aprendizado em Si no Karate | 39 |
| Figura 1.5 – Perfil de Autoconhecimento no Karate | 40 |
| Figura 1.6 – Perfil de Egocentrismo no Karate..... | 41 |
| Figura 1.7 – Perfil de Influências Externas no Karate | 41 |
| Figura 2.1 – Perfil de Competição no Jiu Jitsu | 42 |
| Figura 2.2 – Perfil de Socialização no Jiu Jitsu | 43 |
| Figura 2.3 – Perfil de Prazer no Jiu Jitsu..... | 43 |
| Figura 2.4 – Perfil de Interesse no Auto Aprendizado em Si no Jiu Jitsu | 44 |
| Figura 2.5 – Perfil de Autoconhecimento no Jiu Jitsu..... | 44 |
| Figura 2.6 – Perfil de Egocentrismo no Jiu Jitsu | 45 |
| Figura 2.7 – Perfil de Influências Externas no Jiu Jitsu | 45 |
| Figura 3.1 – Perfil de Competição no Judo | 46 |
| Figura 3.2 – Perfil de Socialização no Judo | 47 |
| Figura 3.3 – Perfil de Prazer no Judo..... | 48 |
| Figura 3.4 – Perfil de Interesse no Auto Aprendizado em Si no Judo | 49 |
| Figura 3.5 – Perfil de Autoconhecimento no Judo..... | 49 |
| Figura 3.6 – Perfil de Egocentrismo no Judo..... | 50 |
| Figura 3.7 – Perfil de Influências Externas no Judo | 51 |
| Figura 4.1 – Perfil de Competição no Aikido | 52 |
| Figura 4.2 – Perfil de Socialização no Aikido | 52 |
| Figura 4.3 – Perfil de Prazer no Aikido | 53 |
| Figura 4.4 – Perfil de Interesse no Auto Aprendizado em Si no Aikido | 54 |
| Figura 4.5 – Perfil de Autoconhecimento no Aikido | 54 |
| Figura 4.6 – Perfil de Egocentrismo no Aikido..... | 55 |
| Figura 4.7 – Perfil de Influências Externas no Aikido | 55 |
| Figura 5.1 – Perfil de Competição no Muay Thai | 56 |

| | |
|---|----|
| Figura 5.2 – Perfil de Socialização no Muay Thai | 57 |
| Figura 5.3 – Perfil de Prazer no Muay Thai | 57 |
| Figura 5.4 – Perfil de Interesse no Auto Aprendizado em Si no Muay Thai | 58 |
| Figura 5.5 – Perfil de Autoconhecimento no Muay Thai | 59 |
| Figura 5.6 – Perfil de Egocentrismo no Muay Thai..... | 59 |
| Figura 5.7 – Perfil de Influências Externas no Muay Thai | 60 |
| Figura 6.1 – Perfil de Competição no Tae Kwon Do | 61 |
| Figura 6.2 – Perfil de Socialização no Tae Kwon Do | 62 |
| Figura 6.3 – Perfil de Prazer no Tae Kwon Do | 62 |
| Figura 6.4 – Perfil de Interesse no Auto Aprendizado em Si no Tae Kwon Do | 63 |
| Figura 6.5 – Perfil de Autoconhecimento no Tae Kwon Do | 64 |
| Figura 6.6 – Perfil de Egocentrismo no Tae Kwon Do..... | 64 |
| Figura 6.7 – Perfil de Influências Externas no Tae Kwon Do | 65 |

RESUMO

LUTAS: NECESSIDADE HUMANA?

O QUE LEVOU E O QUE AINDA LEVA A ESTA PRÁTICA

Introdução: Este trabalho destinou-se a pesquisar as atividades de lutas (Judô, Jiu Jitsu, Tae Kwon Do, Karate, Aikido, Muay Thai), cujo problema foi detectar nesta pesquisa o entendimento dos motivos que levam o ser humano, na era da tecnologia, a praticar esportes de combate e se esta pratica contribui com algum benefício para melhorar sua qualidade de vida?

A metodologia utilizada foi pesquisa de campo, descritiva, onde utilizamos um instrumento (questionário construído e validado) para coletar dados visando quantificar as respostas que atenderiam nossos objetivos nesta pesquisa. Coletados os dados, os mesmos foram analisados e as respostas nos levaram a concluir que realmente as artes de combate estudadas trazem vários benefícios sociais e de qualidade de vida aos praticantes.

Palavras chaves: Lutas, Histórico, Perfil dos Lutadores.

1 INTRODUÇÃO

Acredita-se que as lutas, de uma forma bem rudimentar, sempre estiveram presentes na existência humana. Seja através das caçadas, para proteger-se e proteger os seus de ataques de predadores ou outras tribos, o homem, assim como os outros animais, precisou de alguma forma eficiente de combate, sendo o único provido de sapiência e raciocínio, o ser humano passou a organizar ou ligeiramente sistematizar essas formas de defesa ou ataque e treiná-las para obter maior eficiência, às vezes em grupos de treinamento ou até em homenagens a deuses.

Posteriormente, com o comércio e as longas viagens viu-se a necessidade de contratar aqueles que tinham maior habilidade de combate para escoltar caravanas.

Dotadas de filosofia e visando sempre a maior eficiência, algumas dessas formas de lutas tornaram-se artes marciais, essa pesquisa irá se prender principalmente nessas modalidades de esportes de combate.

Qual a definição de luta?

A questão é muito ampla e pode ser respondida através de vários pontos de vista, mas segundo REID & CROUCHER (1983) “a arte da luta está em utilizar os pontos fracos do corpo contra ele mesmo”, ou seja, o grande fundamento ou objetivos das artes de luta são golpear pontos desprotegidos, músculos sensíveis, terminações nervosas, movimentar articulações contra seu sentido natural dentre outras formas. Alguns movimentos já seriam intrínsecos do homem, como agarrar, morder, arranhar, bater com as mãos abertas, e outros, teriam que ser aprendidos, e foram, através da observação da eficiência, ora na natureza ora na própria prática,

uma maneira de conquistar respeito e atenção, ou segundo OLIVIER (2000) as brincadeiras de luta na infância ajudam "...a criança a gerir e a controlar a complexidade das relações violentas no interior do grupo social".

Mas e os adultos? Quais seriam seus motivos?

Nem todos lutam em atividades sistematizadas, mas um pai geralmente brinca com sua criança com atividades que lembram as lutas, bem como muitas pessoas em situações de stress elevado agredem com golpes a objetos inanimados, como uma mesa, um computador, um carro, entre outras situações. Segundo Darwin, a agressividade humana faz parte do instinto de preservação da espécie. Claro que agredir uma mesa não é lutar, mas pode ser visto como uma utilização de fundamentos intrínsecos da luta, a fim de amenizar a ameaça ou desconforto que a situação está causando. O que buscamos detectar nesta pesquisa foi o entendimento dos motivos que levam o ser humano, na era da tecnologia, a praticar esportes de combate e se esta prática contribui com algum benefício para melhorar sua qualidade de vida.

1.2 JUSTIFICATIVA

O que mantém no ser humano essa necessidade de se expressar ou de catarse através da luta?

Para entender esse fenômeno seria necessário iniciar estudos mais aprofundados e direcionados a respeito do comportamento humano e se fosse comprovada a influência positiva do treinamento de artes marciais na personalidade e nas ações das pessoas, poderiam ser implantadas novas políticas desde a escola,



tornando os esportes de combate atividades curriculares, por exemplo, ou idealizando novos projetos de políticas públicas para espaços e atividades organizadas em locais públicos, como já acontece em vários países, principalmente na Ásia.

Esse estudo se manterá no foco dos esportes de combate antes conhecidos como “artes marciais” e não das lutas em geral, pois essas primeiras, são dotadas de fundamentos filosóficos, fato interessante quando se pensa em propô-las como instrumento de melhoria social.

Segundo OLIVIER (2000), desde crianças fomos submetidos a formas de violência, sejam elas verbais, circunstanciais ou físicas, e cada um de nós possui um limite interior de nível de violência suportada, limite esse que é diferente em cada situação ou ambiente, após ultrapassar-se esse limiar, o ser humano retribui de maneira violenta também, podendo ser fisicamente, verbalmente, contra si mesmo, ou várias outras maneiras. As artes marciais cabem nesse contexto no sentido de simular situações violentas sim, pois:

“... não se trata de suprimi-las, mas de considerá-la (violência) como forma de expressão e comunicação para que a criança seja progressivamente capaz de situá-la em suas relações com os outros, trazendo, assim, respostas às interrogações que a violência provoca” (OLIVIER, 2000, p 11).

Portanto, a prática de lutas, e, nesse trabalho, especificamente de artes marciais, não nega a sua violência, mas a vê como uma maneira de expressão, como um instrumento catártico que permita em uma situação sistematizada, com uma intervenção profissional adequada, uma liberação benéfica da agressividade



natural de cada um no início, e, com o tempo, uma consciência social e filosófica de que a violência e a agressividade não se justificam, permitindo uma reflexão nas situações de estresse na qual a solução seja pacífica. Olivier fez um estudo direcionado às crianças, mas a proposta desse trabalho é justificar a prática aos adultos também, entende-se que é de suma importância iniciar esse trabalho já na infância, mas o questionário será um meio empregado na busca da justificação da importância das artes marciais também na fase adulta.

Portanto essa pesquisa tem o propósito de se introduzir em uma discussão, através do estudo da proposta de alguns esportes de combate e da tentativa de entendimento dos motivos que mantêm a procura dessa prática na atualidade, assim como, entender se ela ajuda a conter a violência através da canalização da agressividade natural do ser humano e na redução do stress cotidiano dos avaliados.

Não há pretensão de se realizar um estudo conclusivo, muito pelo contrário, a intenção desse estudo é iniciar a necessidade da discussão através de uma nova perspectiva científica para este campo de conhecimento.

1.3 OBJETIVO GERAL

Analisar quais os motivos que levam pessoas à prática das artes de combate e se esta prática contribui com algum benefício para melhorar sua qualidade de vida.

1.4 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

-
- Verificar se a prática dessas atividades é benéfica a melhora do comportamento social (exclusão da violência e redução do stress) dos praticantes;
 - Verificar se há diferença entre o perfil dos praticantes das diferentes artes estudadas e qual seria mais adequada ao propósito acima descrito;
 - Verificar como a prática dos esportes de combate contribuem na melhora da qualidade de vida dos praticantes;
 - Propor políticas públicas para a utilização das mesmas.

2 O SURGIMENTO DAS LUTAS E DAS ARTES MARCIAIS

Como visto anteriormente a agressividade humana faz parte do instinto de preservação da espécie, os animais “brincam” de combater um ao outro, como uma forma de preparação para a vida adulta, com o ser humano não teria sido diferente em todo o seu processo evolutivo. É fato que hoje não se faz necessário o conhecimento de combate para obter alimento, no entanto, o instinto humano preserva isso. Sendo assim, não há um início determinado para as lutas, pois elas foram evoluindo das caçadas até tornarem-se cada vez mais complexas e, dotadas de complexidade, regularidade no treinamento, filosofia e preparação para a vitória a qualquer custo, algumas viriam a se tornar artes marciais.

Precisar o surgimento das artes marciais é uma tarefa de igual dificuldade, em partes por estas serem tratadas como segredo na antiguidade, a maioria dos mestres não transmitia seus conhecimentos a muitos discípulos, as próprias escolas eram escondidas e as histórias em torno das artes marciais eram cheias de misticismo. É fato que as artes marciais se disseminaram por todo o oriente, e,

À segundo REID & CROUCHER (1983) “ parece que nunca chegaram a ser praticadas na Europa, nem mesmo no litoral do Mediterrâneo, onde o contato com o oriente estabeleceu-se desde antes da fundação do Império Romano”. As formas de luta conhecidas praticadas na Europa, como o Pugilato e o Pancrácio, que serão explicadas posteriormente, ou até os combates dos gladiadores, embora tenham sido extremamente violentos, não fazem menção às técnicas de luta praticadas a leste da Índia e eram praticadas mais como forma de demonstração e espetáculo. Portanto, não há nenhum indício de que as artes marciais tenham se originado no ocidente, no entanto, várias idéias que podem ter sido muito importantes na sua formação podem ter surgido lá.

Segundo REID & CROUCHER (1983) “ a cultura da Mesopotâmia era rica o suficiente para permitir a existência de vários tipos de profissionais.” Dentre eles os artistas marciais, que muito provavelmente, estavam em meio a nobreza, uma vez que, para o aprimoramento e estudo da arte, seria necessário um certo retiro dos campos de guerra. A disseminação pela Ásia toda seria muita mais possível do que parece, ainda segundo REID & CROUCHER (1983) “ o povo da antiga cultura de Harappa, uma antiga civilização da Índia, fazia comércio com a Mesopotâmia, por volta de 2500 a.C” e “muito antes da rota da seda estabelecer-se entre os impérios da China e Roma, os chineses já gostavam muito das apresentações de acrobatas na Índia e do Mediterrâneo oriental”, isso comprova o intercâmbio cultural, e é muito evidente que os movimentos de acrobatas estão intimamente ligados aos dos artistas marciais, portanto é provável que tenham vindo do Mediterrâneo formas que possam ter dado origem as artes marciais, no entanto, de forma muito rudimentar.

Outro campo que exerceu grande influência nas artes marciais foi a medicina, alguns exercícios de respiração utilizados nessas artes estão presentes até hoje e



temos documentos escritos na China por volta de 500 a.C. que demonstram alguns desses exercícios.

2.0.1 Esportes de Luta X Artes Marciais

Segundo REID & CROUCHER (1983) as artes marciais são meios de “neutralizar o mais rápido possível ataques, empregando para isso todos os meios necessários”. Fato que dizem justificar o treinamento de movimentos sincronizados (katas, katis, poom ses), ou seja, séries padronizadas de movimentos, que geralmente são executadas somente pelo próprio praticante contra adversários imaginários, pois os movimentos das artes marciais seriam imprevisíveis e demasiadamente perigosos, ainda segundo os autores, se um praticante tiver que sempre segurar a eficácia do seu ataque, o sentido da arte marcial se anula, e arte pode passar a ser um esporte de luta. Os esportes de luta “são sempre submetidos a regras, por mais elásticas que elas possam ser” REID & CROUCHER (1983).

2.0.2 Exemplos de Esportes de Luta e Artes Marciais Antigas

Os autores exemplificam como esportes de luta ocidentais muito antigos os gregos Pugilato e Pancrácio, ambas eram utilizadas para demonstrações públicas. O Pugilato é o antecessor do boxe, segundo a confederação brasileira de boxe, o Pugilato já era disputado na época dos jogos Pan Helênicos (776 a.C.), lá os lutadores tinham as mãos envoltas em tiras de couro e os corpos totalmente nus, os vencedores eram premiados com uma coroa de oliveira silvestre e muito prestígio em toda a Grécia, com a decadência dos jogos Pan Helênicos o Pugilato viveu um



período obscuro e pouco se sabe sobre ele na idade média, voltou na idade moderna já com o nome de boxe, era executado em espaços públicos e os lutadores lutavam por recompensas em dinheiro ou mercadorias, não existiam números de “rounds” nem luvas de proteção, mas já era uma prática sistematizada de exibição, com suas próprias regras e visando uma recompensa.

O Pancrácio (648 a.C.) tem a fama de ter sido muito violento, é uma espécie de vale tudo antigo, baseado em imobilizações e a luta terminava com a rendição ou a morte do adversário, as lutas podiam durar muito tempo e às vezes os próprios vencedores acabavam morrendo devido aos golpes traumáticos recebidos, mesmo assim era feito em forma de exibição, de campeonato, o que o torna um esporte de luta.

Certamente o Templo Shaolin, na China do século VI a.C. aproximadamente, foi o maior responsável pelo desenvolvimento e disseminação das artes marciais chinesas (Wu Shu) ou no mínimo um dos agentes mais importantes neste processo. Acredita-se que os exercícios iniciais das artes marciais eram práticas de diferentes formas de respiração e movimentos para fortalecer o corpo e a concentração a fim de ajudar nas longas práticas diárias de meditação sugeridas por Bodhidharma. Apesar dos “tímidos” objetivos iniciais com relação ao que as artes marciais se tornaram, os principais fundamentos que as diferem dos outros métodos já estavam presentes naquela época:

- o treinamento árduo a procura do mais próximo possível da perfeição e eficiência, sem restrições para tal objetivo;
- o embasamento filosófico (budismo, taoísmo);
- e as artes eram executadas publicamente ou contra alguém em situações extremas, onde o embasamento filosófico permitisse o uso das mesmas.

criaram estilos de luta, baseados em seu grande conhecimento no corpo humano, que utilizavam imobilizações e projeções, é dado inclusive aos monges o crédito pela criação do Ju Jitsu e do Vajramushti (luta tradicional indiana).

Segundo Reid & Croucher, (1983), outro fato muito importante é a história do monge indiano Bodhidharma. Acredita-se que ele viveu isolado em meditação por muitos anos e após isso passou a visitar templos budistas chegando a fixar-se por alguns anos no mosteiro de Songshan Shaolin, lá ele viu que os monges faziam práticas árduas de meditação e que eram extremamente prejudicados pelo seu sedentarismo, pois apenas meditavam e não praticavam nenhuma atividade física. Pensando em ajudá-los nisso, o monge Bodhidharma teria ensinado a prática de movimentos baseados em movimentos de animais e maneiras diferentes de respiração. Esses movimentos e respiração teriam sido o início de uma das artes marciais mais antigas do mundo, o Kung Fu.

Sendo assim, algumas artes marciais se originaram dentro de sua filosofia, outras se originaram em outros contextos históricos, mas buscando como apoio e base a filosofia que haviam conhecido.

2.1.2 Taoísmo

O Taoísmo é uma religião de origem chinesa há aproximadamente 2600 anos atrás, seu idealizador foi Lao Tzé (“jovem sábio”), homem que trabalhou metade de sua vida (aproximadamente 40 anos) como historiador e bibliotecário na corte imperial da China, retirando-se após isso e vivendo mais uns 40 anos como eremita, nesse tempo, escreveu 81 breves capítulos, o Tao Te King (“livro que revela Deus”,



“livro da verdade suprema”), que foram entregues a um guarda na fronteira da China, ultima vez que supostamente foi visto.

Sua obra trata de questões metafísicas, atribui o início de tudo, bem como a continuidade do universo a “TAO” (suprema realidade, divindade, inteligência cósmica, vida universal, consciência divina, o insondável), uma força superior cósmica (Deus) que não pode ser definida ou completamente entendida, pois, segundo ele, a definição cria delimitações a algo que não pode ser delimitado.

Estudando sua obra é possível criar algumas relações com as artes marciais, por exemplo, é falado muito sobre o respeito à hierarquia, o que pode ser ligado ao respeito incondicional pelos mestres, bem como sobre cada um ter o seu papel e aceitá-lo de bom gosto, pois assumindo o difícil, tudo ficaria fácil, também é dito muito sobre a humildade para servir, para fazer, sem esperar algo em troca, o que pode ser comparado aos ensinamentos de que deve-se ajudar sempre, mesmo que cause dificuldades a si mesmo, para isso também há a justificativa de que somos parte do universo, e por isso devemos cuidar para que haja justiça nele, pois cuidar para que tudo vá bem com ele e as pessoas é proteger a nós mesmos, a obra oferece muito conforto em alguns parágrafos que tratam que o conhecimento traz proteção e liberdade, que aquele que se dedica, não precisa ter medo de nada, fazendo inclusive simbologias com tigres e exércitos. Outro ponto importante é o incentivo pela melhora contínua, a fim de ser cada vez melhor e fazer cada vez mais, é explicado também que não se deve usar armas ou violência, mas lutar quando for necessário, para que haja paz e justiça os fins devem justificar os meios, enaltece também a introspecção, aspecto importante naquela época em que as vezes era preciso aceitar situações muito difíceis, bem como o isolamento para treinamento era muito comum.



Tae Kwon Do se tornando um esporte olímpico muito foi mudado, muitas técnicas foram proibidas e vários equipamentos de segurança foram implantados, nesse início eram apenas protetores de tórax e genitais, hoje, já são estipulados pela federação: protetor de tórax, de antebraço, bucal, genital, de canela, capacete, luvas e bota, a fim de tornar o esporte menos violento e mais fácil de ser comercializado na mídia.

A Confederação Brasileira de Tae Kwon Do hoje afirma que muito estudo foi feito até que o Tae Kwon Do, segundo a confederação, fosse reconhecida “a melhor das artes de defesa pessoal, tendo golpes perfeitos para se proteger das possíveis situações de risco” (<http://www.cbtkd.com.br>, acessado em 03/07/08, às 22:17). A Federação Mundial procura manter o ideal inicial do Tae Kwon Do, que seria baseado em respeito, determinação, humildade e ações para tornar o mundo melhor. A CBTKD ainda afirma que o Tae Kwon Do proporciona velocidade de movimentos e raciocínio, melhora cardio respiratória, agilidade, equilíbrio, flexibilidade, coordenação motora, determinação e auto confiança, o que segundo a CBTKD faz com que o praticante tenha confiança para enfrentar qualquer adversário, no entanto tenta de todas as formas não precisar utilizar sua força. A Federação Mundial de Tae Kwon Do ainda tenta transmitir o conceito de unidade, no qual um adversário golpeado pode se recuperar e atacar novamente, o que não seria necessário com um amigo, assim é estimulado o sentido de união a fim de promover paz mundial.



3 METODOLOGIA DA PESQUISA

Este trabalho é uma pesquisa de campo, descritiva. Foi aplicado um questionário que além de perguntar idade, sexo, modalidade que pratica e há quanto tempo, traz ainda mais 28 alternativas sobre os motivos que levaram a pessoa à prática, procurando identificar o perfil dos alunos de cada arte marcial, adotando como base os grupos: competição, socialização, prazer, interesse no aprendizado em si, autoconhecimento, egocentrismo e influência externa (família, amigos e ambiente).

Compreendendo os grupos da seguinte forma:

- **Competição:** engloba os praticantes que buscam a luta com interesse esportivo principalmente.
- **Socialização:** engloba os praticantes que utilizam a luta como meio de inclusão social principalmente.
- **Prazer:** nesse grupo estão os praticantes que utilizam a luta como atividade de catarse principalmente.
- **Interesse no aprendizado em si:** nesse grupo estão aqueles que se interessam pelo treinamento e pela atividade em si principalmente.
- **Autoconhecimento:** denomina os praticantes que buscam um aprimoramento ou conhecimento pessoal principalmente.
- **Egocentrismo:** engloba os praticantes que utilizam a luta como maneira de enaltecer o ego principalmente, buscando provar que a atividade que pratica

é a melhor e mais eficiente, sendo o próprio praticante o próprio praticante superior conseqüentemente, em sua concepção.

- Influências externas (família, amigos, ambiente): trata dos praticantes que levaram em consideração opinião de familiares, amigos ou a situação do ambiente em que vive principalmente, como um ambiente de alto risco de violência, por exemplo.

A análise dos dados será feita através de uma tabela numérica de pontuação, na qual o grau de importância é diretamente proporcional com o aumento da pontuação, subentendendo que são necessárias no mínimo duas respostas “decisivo”, ou a maioria delas “importante”, ou ainda uma “decisivo” e todas as outras com algum grau de importância para diagnosticar que aquele determinado grupo tem importância significativa na adesão e continuidade da prática pelo praticante. Utiliza-se, portanto, o seguinte padrão de pontuação:

TABELA 1 – “PONTUAÇÃO DO QUESTIONÁRIO PARA PRATICANTES DE LUTAS - Avaliação dos Motivos Para a Adesão e Continuidade na Prática da Luta”

| PONTUAÇÃO | GRAU DE IMPORTÂNCIA |
|------------------|----------------------------|
| 0 a 2 | IRRELEVANTE |
| 3 a 5 | POUCA IMPORTÂNCIA |
| 6 a 8 | IMPORTANTE |
| 9 a 12 | MUITO IMPORTANTE |

Sendo que a alternativa “sem importância” corresponde à pontuação “0”, a alternativa “pouca importância” corresponde à pontuação “1”, a alternativa



“importante” corresponde à pontuação “2” e a alternativa “decisivo” corresponde à pontuação “3”.

4 DISCUSSÃO DOS DADOS

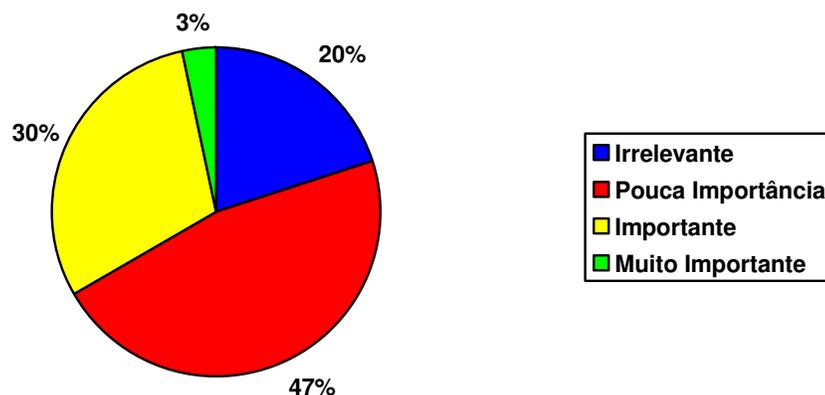
De acordo com os dados obtidos, foram elaborados 7 gráficos para cada modalidade, cada qual representando um dos grupos pré-determinados.

Foram entrevistados 143 praticantes correspondentes aos 6 estilos de artes de combate citados anteriormente, todos os entrevistados são de Curitiba e região metropolitana. O estudo é introdutório e muitas outras análises podem ser feitas a partir dos resultados obtidos nos gráficos, ou cruzando os grupos, no entanto, nesse momento, esse trabalho irá procurar prender-se na análise das variáveis isoladas.

4.1 KARATE

Foram entrevistados 30 praticantes, distribuídos em três academias diferentes da modalidade.

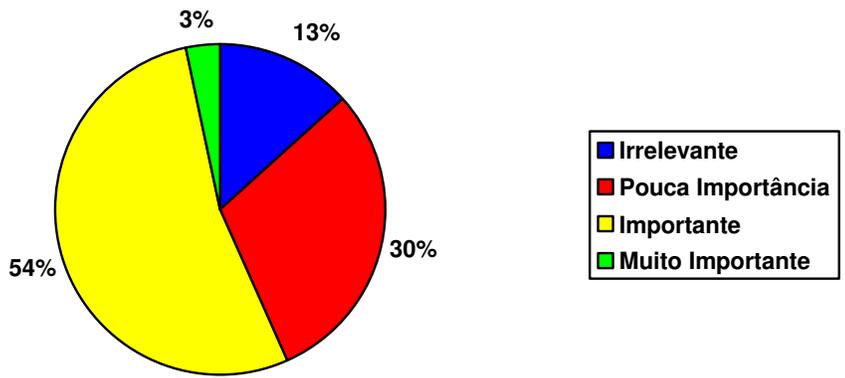
Figura 1.1 – Perfil de Competição no Karate





Apesar da ênfase que pôde ser percebida na divulgação de campeonatos durante o período de entrega de questionários, fato que foi observado nas três academias pesquisadas: na primeira academia havia um cartaz na entrada divulgando o Karate como esporte olímpico e o mestre não estava no local por estar “supervisionando um campeonato”, na segunda a entrega dos questionários foi adiada devido a um campeonato que ocorreu na época, na terceira podia-se notar inúmeras fotos de campeonatos distribuídas por toda a sala. Mesmo assim, apenas 1 terço dos praticantes deram importância significativa para a competição, o que parece demonstrar que as competições são extremamente importante para poucos (3%), ou seja, elas existem, fazem parte do cotidiano dos atletas, no entanto não tem importância significativa, não são o que levam estes praticantes a aderir ou permanecer nessa prática.

Figura 1.2 – Perfil de Socialização no Karate

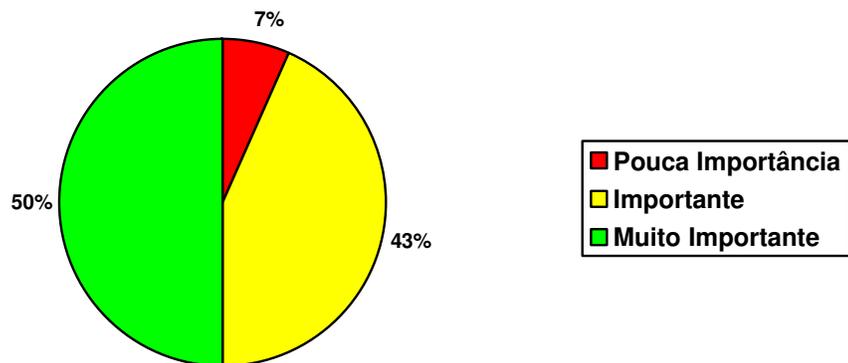


Neste quesito é possível afirmar que o Karate é visto como um importante meio de inclusão para a maioria dos praticantes entrevistados, ou seja, cinquenta e



sete por cento (57%). Oitenta e sete por cento (87%) dos entrevistados reconhecem que o Karate exerce poder de inclusão social, e apenas 13% disseram ser irrelevante.

Figura 1.3 – Perfil de Prazer no Karate



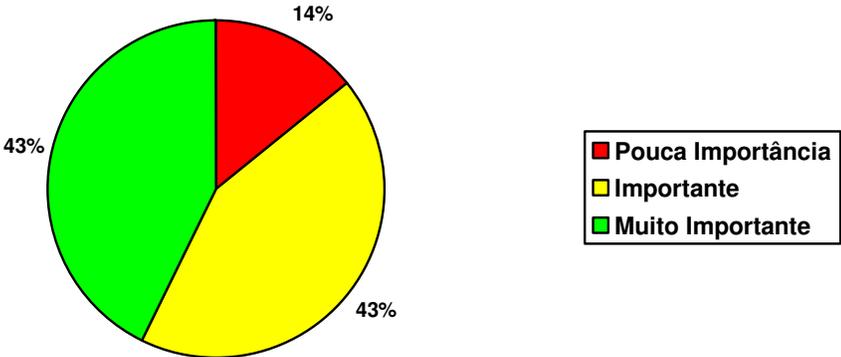
Ficou muito claro no gráfico que, o prazer pela prática é essencial, noventa e três por cento (93%) dos entrevistados, deram importância significativa para o prazer, apenas sete por cento (7%) disseram ter pouca importância e nenhum participante afirmou que o prazer fosse irrelevante.

Figura 1.4 – Perfil de Interesse no Aprendizado em Si no Karate



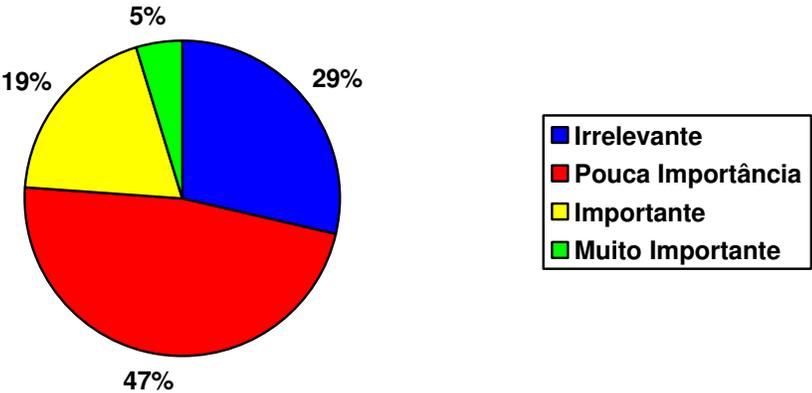
A grande maioria, sessenta e um por cento (61%) dão muita importância ao interesse no aprendizado em si, sendo que apenas cinco por cento (5%) conceituam esse fator como irrelevante.

Figura 2.5 – Perfil de Autoconhecimento no Jiu Jitsu



Nenhum dos entrevistados citou o autoconhecimento como irrelevante, sendo que oitenta e seis por cento (86%) acreditam que seja importante ou muito importante.

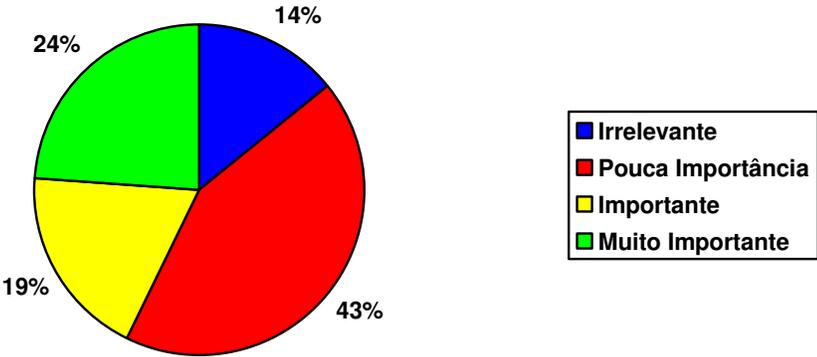
Figura 2.6 – Perfil de Egocentrismo no Jiu Jitsu





Apenas vinte e quatro por cento (24%) dos entrevistados deram importância significativa ao egocentrismo, sendo que, setenta e seis por cento (76%) dão pouca importância ou dizem que é irrelevante.

Figura 2.7 – Perfil de Influências Externas no Jiu Jitsu



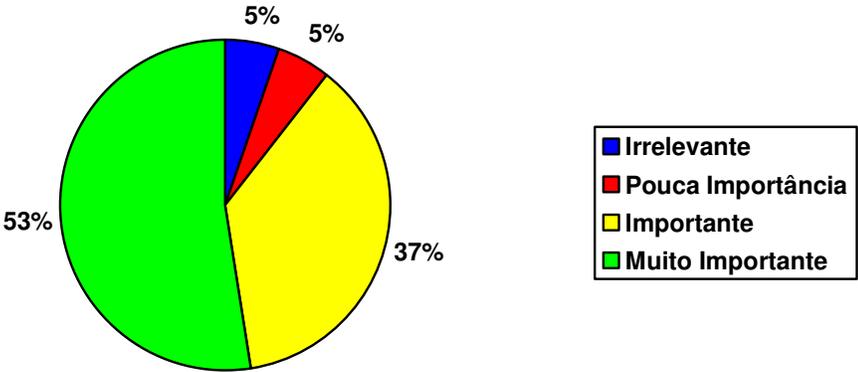
Quarenta e três por cento (43%) dos entrevistados afirmam que influências externas tiveram pouca importância, ou seja, que elas existiam, mas não foram decisivas, quarenta e três por cento (43%) disseram que as influências foram ou importantes ou muito importantes na decisão e apenas quatorze por cento (14%) disseram que eram irrelevantes, ou seja, não existiam, ou se existiam não tiveram importância significativa.

4.3 JUDO

Foram entrevistados 19 praticantes, distribuídos em duas academias diferentes da modalidade.

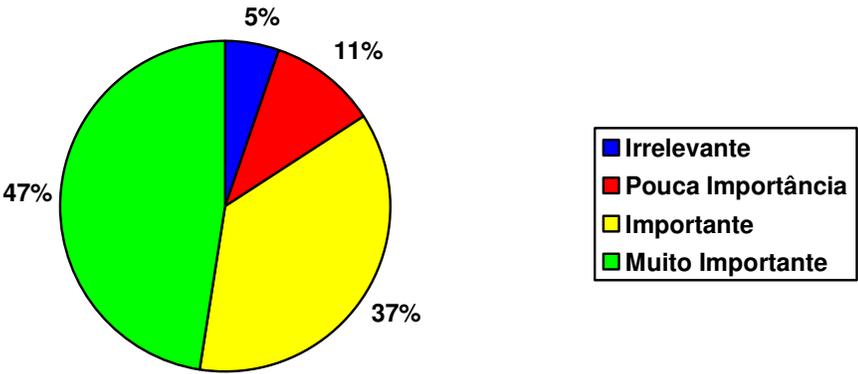


Figura 3.1 – Perfil de Competição no Judô



O Judô foi idealizado visando a competição, é fortemente organizado nesse sentido e recebe grande incentivo das federações e da mídia, isso pode ser constatado no gráfico, onde noventa por cento (90%) dos entrevistados consideram a competição como importante ou muito importante.

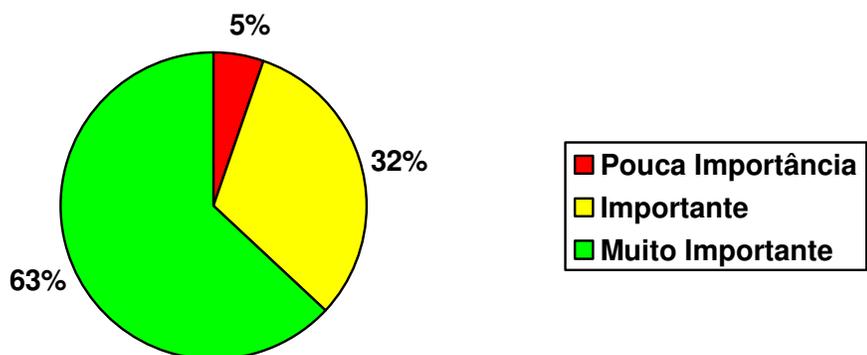
Figura 3.2 – Perfil de Socialização no Judô



As lutas são um importante instrumento de socialização por si só, uma vez que com a exceção dos movimentos solo (katas, katis, etc), são praticadas em

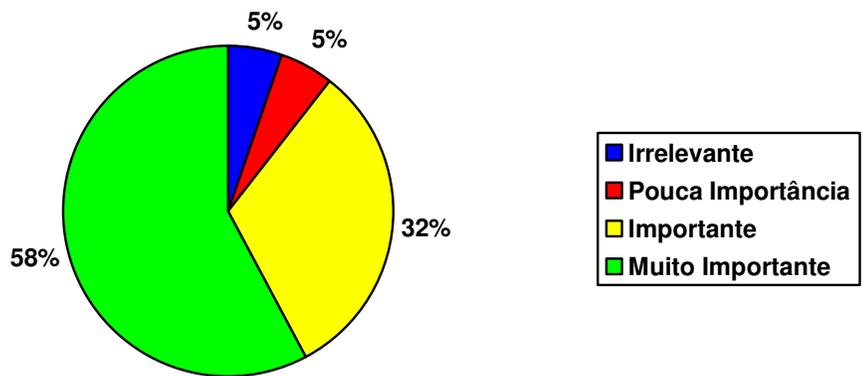


Figura 3.4 – Perfil de Interesse no Aprendizado em si no Judô



Noventa e cinco por cento (95%) dos entrevistados demonstraram grande interesse no aprendizado em si, nenhum denominou esse fator como irrelevante, isso deve-se provavelmente ao prazer que a prática proporciona e ao interesse nos resultados positivos em campeonatos, pois nesses dois sentidos seria muito importante o constante aprendizado e melhora.

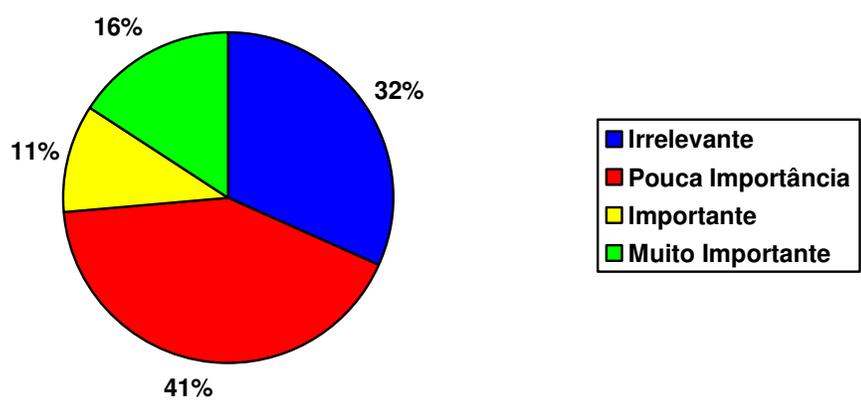
Figura 3.5 – Perfil de Autoconhecimento no Judô





As filosofias orientais em que as artes de combate foram baseadas estimulam fortemente a busca pelo autoconhecimento, o Judô foi baseado no Taoísmo, filosofia descrita por um monge isolado por anos em reclusão, toda baseada no autoconhecimento, é natural que noventa por cento (90%) dos entrevistados apontem esse fator como importante ou muito importante.

Figura 3.6 – Perfil de Egocentrismo no Judô

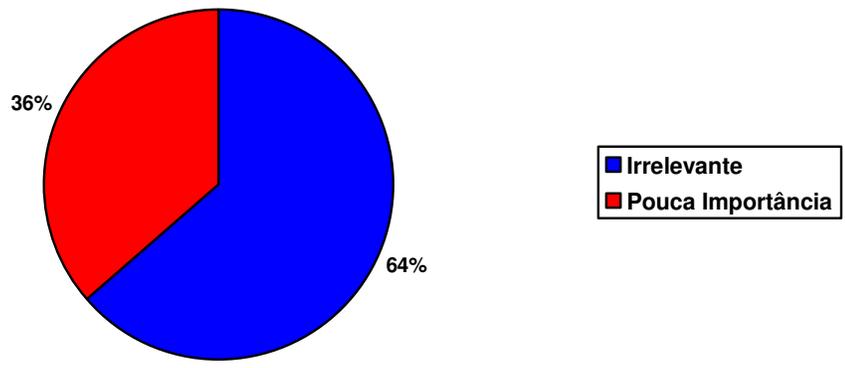


Setenta e três por cento (73%) dos entrevistados afirmam não praticar o Judô a fim de enaltecer o ego, em parte isso pode derivar-se também da filosofia Taoista.



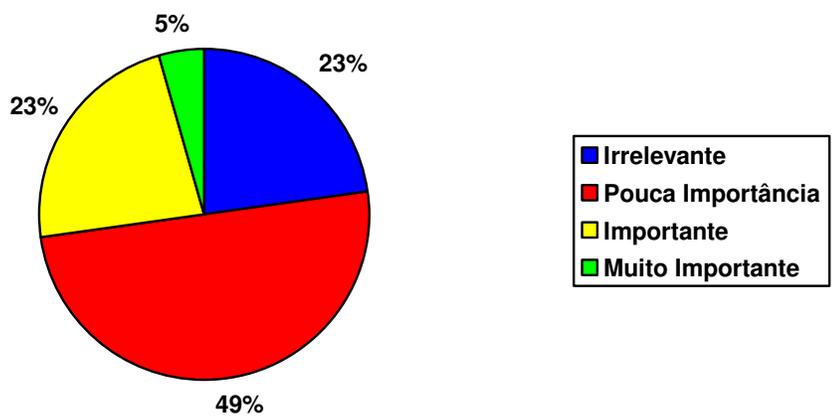
Apenas nove por cento (9%) dão pouca importância ao autoconhecimento e nenhum entrevistado citou que fosse irrelevante, noventa e um por cento (91%) dão importância ou muita importância a esse fator.

Figura 4.6 – Perfil de Egocentrismo no Aikido



Nenhum entrevistado deu importância significativa ao egocentrismo, sendo que a grande maioria de sessenta e quatro por cento (64%) cita o mesmo como irrelevante.

Figura 4.7 – Perfil de Influências Externas no Aikido



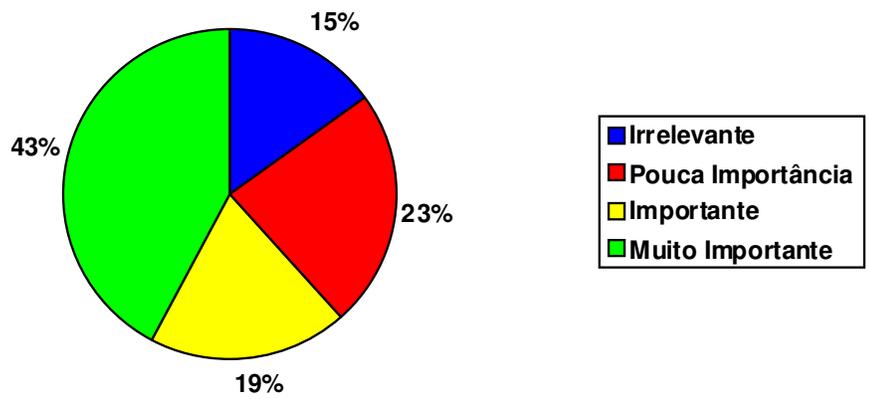


Apenas vinte e oito por cento (28%) dão importância significativa para as influências externas, sendo que setenta e dois por cento (72%) dão pouca ou nenhuma importância.

4.5 MUAY THAI

Foram entrevistados 26 praticantes, distribuídos em três academias diferentes da modalidade.

Figura 5.1 – Perfil de Competição no Muay Thai

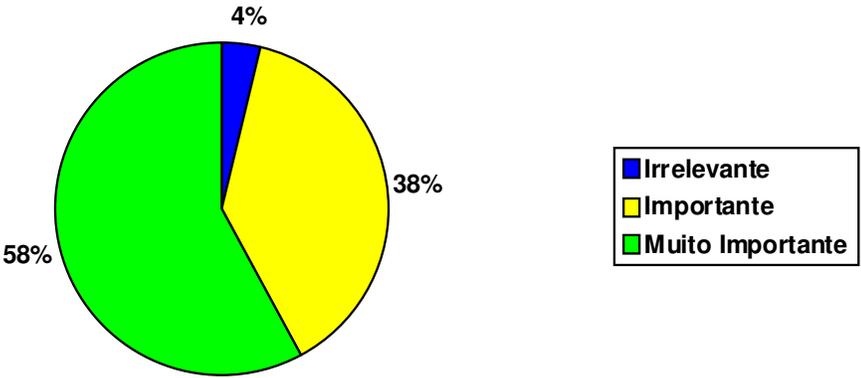


O Muay Thai na maior parte de sua história foi de caráter competitivo, hoje em dia esse fator está em alta devido à sua exposição na mídia nos campeonatos de M.M.A. (mixed martial arts), isso estimula o resultado positivo de sessenta e dois por cento (62%), apesar de haver trinta e oito por cento (38%) dos entrevistados dando pouca ou nenhuma importância a essa variável, esse percentual pode ser devido à exposição na mídia também, onde o Muay Thai aparece como uma arte de combate de extrema eficiência e que garante status social no meio da luta.



Foram entrevistados atletas que competem atualmente, e o fator comum nas respostas foi o prazer pela prática, alcançando oitenta e oito por cento (88%) dos entrevistados, trabalhar e poder viver do que se gosta é uma expectativa da grande maioria da população, os depoimentos de atletas de ponta afirmando que fazem o que gosta é um grande incentivo aos novos adeptos.

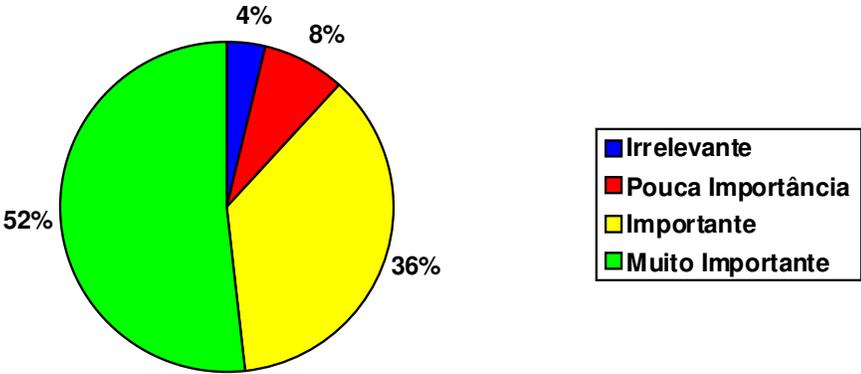
Figura 5.4 – Perfil de Interesse no Aprendizado em si no Muay Thai



Para obter sucesso no esporte e para a realização pessoal é muito importante manter um aprendizado contínuo e gostar do que se faz, isso pode ser observado nesse gráfico, onde noventa e seis por cento (96%) dos entrevistados demonstraram grande interesse no aprendizado em si.

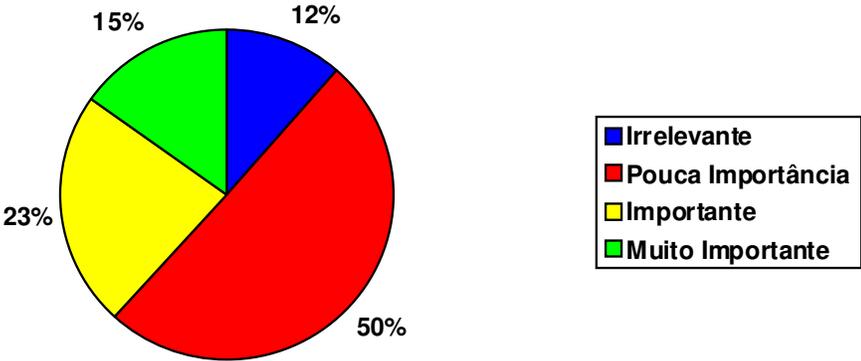


Figura 5.5 – Perfil de Autoconhecimento no Muay Thai



Muitos dos praticantes, oitenta e oito por cento (88%), demonstraram interesse no autoconhecimento, os treinamentos árduos proporcionam isso de maneira muito efetiva ao que parece.

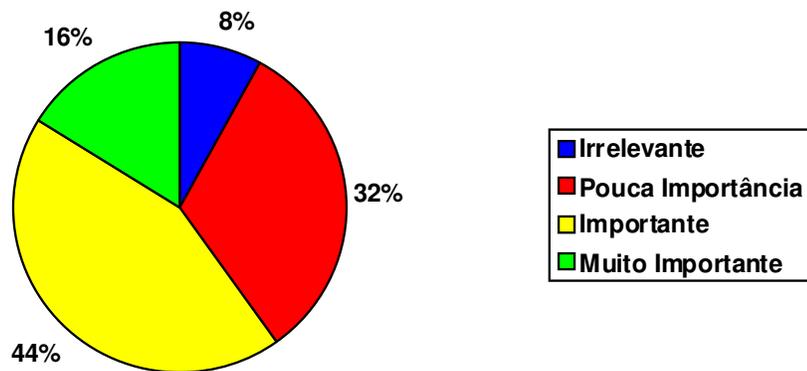
Figura 5.6 – Perfil de Egocentrismo no Muay Thai



Diferente do que poderia pensar o senso comum, afirmando que a busca pelas competições de alto nível e retorno financeiro poderia favorecer ao grupo

filosofias orientais ou ao fato de não haver muita perspectiva de ganho de dinheiro ou status social através da prática.

Figura 6.7 – Perfil de Influências Externas no Tae Kwon Do



Apesar da maioria, sessenta por cento (60%), dos entrevistados afirmar ter influências externas, o percentual não é expressivamente superior, o que pode demonstrar que praticantes aderem a essa arte de combate por motivos variados.

5 CONCLUSÕES

De acordo com os dados obtidos nos questionários, é possível perceber que há várias semelhanças nas artes de combate escolhidas, por exemplo, todas elas, com exceção do Aikido, com 23% de resultados positivos, tiveram um percentual superior a 50% em concordar que as artes que praticam tem importante influência na socialização, todas tiveram também uma incidência de mais de 82% de resultados positivos acerca do prazer, o interesse no aprendizado em si foi sempre superior a 86% e a arte de combate como meio de promover o autocontrole com índices sempre superiores a 83%.

Algumas diferenças notas são com relação às competições, por exemplo, onde o maior índice de resultados positivos ficou com o Judô, tendo 90% de ocorrência, já o Aikido, teve 100% de resultados negativos às competições e o Karate 67%, as outras artes variaram entre 57% e 62%, quanto ao egocentrismo os resultados foram unanimemente negativos, chegando ao ponto dos dados obtidos com o Aikido serem de 100% negativos ao egocentrismo e no caso das influências externas, as respostas foram um tanto quanto divididas.

E qual seria a relevância do incentivo desses 7 perfis diferentes na sociedade (competição, socialização, prazer, interesse no aprendizado em si, autocontrole, egocentrismo e influências externas)?

A sociedade capitalista moderna é extremamente competitiva, o treinamento bem direcionado da competição, pode agir como uma forma de preparação e de sustentabilidade emocional nesse contexto. Anteriormente foi dito o termo “treinamento bem direcionado” por esse fator ser essencial, ou seja, a experiência da competição pode gerar maiores níveis de stress, ansiedade e frustração quando não trabalhadas de maneira correta, portanto, não se trata de negar a competição, muito pelo contrário, mas de, segundo De Rose Jr & Korsakas (2006) “como lidar com as questões inerentes a ela e que, muitas vezes, passam a ser inibidoras da aprendizagem quando não organizadas e estruturadas de forma adequada às necessidades dos praticantes”.



Se esse trabalho for direcionado a melhoria psico social do praticante, poderemos ter pessoas menos frustradas e mais preparadas para pensar e agir com cautela, segurança e tranqüilidade em situações difíceis de suas vidas.

Da mesma forma que a sociedade moderna é competitiva, conseqüentemente ela é individualista. Na análise dos questionários as artes de combate se mostraram como importantes meios de socialização.

O individualismo é uma faca de dois gumes, é feito como uma maneira de proteção no mundo competitivo, no entanto limita o crescimento social ou profissional do indivíduo, pois limita as ações em grupo, a aquisição de novas idéias e torna o ser humano infeliz, visto que, somos animais que convivem em grupo desde nosso surgimento, portanto, há a necessidade, mesmo que instintivamente, desse tipo de relação.

A pressão que o cotidiano exerce gera preocupações e ansiedades, o que pode levar à depressão ou a atitudes violentas. O ser humano precisa de momentos de catarse, as artes de combate demonstraram no questionário unanimidade em proporcionar prazer e podem receber grande adesão se incentivadas. O ser humano pode ter por catarse desde ler um livro até ir a um estádio, ou um bar e entrar em brigas, o importante é gerar formas saudáveis e benéficas de catarse, que além de proporcionar alívio mental, possam promover também aprendizado de valores sociais, saúde, agilidade de raciocínio e concentração e controle perante situações de pressão.

Para se obter êxito, em qualquer situação, é preciso interesse em se atualizar e prazer pelo que se faz. Pessoas que fazem o que proporciona prazer e procuram sempre se atualizar e melhorar, obtém mais sucesso, seja profissional ou social e também podem sentir-se mais realizadas e felizes.

Na sociedade atual a carga de informações é enorme. Tanta informação gera mais pressões e ansiedade, diante de um quadro tão estressante, é preciso ter autocontrole, pois este, pode ajudar a conviver melhor com as situações de stress.

Enaltecer o ego é importante até o limiar em que se tem uma ótima auto estima, no entanto é nocivo se isso for exacerbado, pois a crença não condizer com a realidade pode gerar frustrações, bem como pessoas extremamente egocêntricas



costumam afastar amigos e colegas de si, as artes de combate demonstraram percentuais baixos de egocentrismo, o que a princípio, seguindo esta linha de pensamento, aparenta ser o ideal.

O grupo de influências externas foi pesquisado no intuito de verificar se as artes de combate atendem a um público específico, seja por já ter parentes e amigos que treinam, seja pela realidade do local em que se mora. O observado foi que o público que procura as artes de combate é heterogêneo, possuindo pessoas de várias realidades sociais, que buscam ou não socialização, essa heterogeneidade permite o raciocínio de que os benefícios da prática das artes de combate podem ser usufruídos por vários grupos diferentes de pessoas.

Por poder atingir um número alto de pessoas e por ter a capacidade de promover benefícios importantes à estas, torna-se lógico e importante a sugestão de novas políticas públicas para o esporte e lazer baseadas nas artes de combate, além de uma mudança de conceito a respeito das lutas pela parte de poucas pessoas que ainda mantêm um certo preconceito com as mesmas, incentivando a prática em todas as classes sociais nas pessoas que tiverem interesse. Ver a luta como uma atividade violenta que conduz à violência é um erro gravíssimo, pois a luta, ao que demonstra a literatura e segundo o que foi obtido nos questionários desse trabalho, promove uma expressão focada da violência intrínseca de cada um, em um momento e local determinado, e ensina a como evitar essa expressão em outras situações, fazendo com que o praticante não “precise” utilizar-se da violência em uma situação fora da que ele estipulou como possível, pois está mais preparado para lidar com várias situações, emoções e ambientes.

Concluindo, a luta não estimula a violência, mas ensina a lidar com a mesma e canalizá-la para uma situação socialmente aceita e que não trará mal a nenhum outro ser humano, inclusive o próprio.

REFERÊNCIAS

- Academia Champions Factory, disponível em:
<<http://www.championsfactory.com.br/>>, acesso em 10/06/08, às 21:13.
- ALVES, Luiz; MARIANO, Artur. **MMA, mixed martial arts - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.
- ALVES, Luiz; MARIANO, Artur. **Muay Thai, boxe tailandês - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.
- ALVES, Roberto. **Ninjutsu, a arte da resistência - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.
- CALDAS JUNIOR, Paulo. **Hap Ki Do, o caminho da energia coordenada - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2007.
- Confederação Brasileira de Aikido, disponível em: <<http://www.aikido.com.br/>>, acesso em 10/07/08, às 22:53.
- Confederação Brasileira de Jiu Jitsu, disponível em:
<<http://www.cbjj.com.br/hjj.htm>>, acesso em 24/08/08, às 12:52.
- Confederação Brasileira de Judo, disponível em:
<<http://www.cbj.com.br/novo/index.asp>>, acesso em 21/08/08, às 19:07.
- Confederação Brasileira de Muay Thai, disponível em:
<<http://www.cbmuaythai.com.br/page008.html>>, acesso em 13/06/08, às 20:21.
- Confederação Brasileira de Tae Kwon Do, disponível em:
<<http://www.cbtkd.com.br/conteudo.php?c=apresentacao>>, acesso em 03/07/08, às 22:17.
- DRAEGER, Donn F.; SMITH, Robert W. **Asian fighting arts**. Tokyo, Japão: Kodansha International Ltd, 1969.
- Federação Brasileira de Karate, disponível em: <<http://www.fbk.com.br/>>, acesso em 03/07/08, às 20:20.
- Federação Paulista de Muay Thai, disponível em:
<<http://www.fpmt.com.br/index2.htm>>, acesso em 13/06/08, às 21:42.
- GOULART, Fábio; CAMPOS, Tanei. **Tae Kwon Do, o caminho dos pés e das mãos - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2007.
- IKEDA, Daisaku. **Budhism: the living philosophy**. Tokyo, Japão: The East Publications, Inc., 1974.

IKEDA, Daisaku. **Budismo, o primeiro milênio**. Rio de Janeiro: Record, 1977.

Karate World, disponível em: <<http://www.karateworld.org/>>, acesso em 03/07/08, às 21:13.

NISHIDA, Makoto. **Aikido, a arte marcial do terceiro milênio - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2007.

OLIVIER, Jean Claude. **Das brigas aos jogos com regras: enfrentando a indisciplina na escola**. Porto Alegre: Artmed, 2000.

PEDRO NEGRE, S.J. **Budismo, enigmas de um nirvana misterioso**. Rio de Janeiro: Labor S.A. 1946.

REID, Howard; CROUCHER, Michael. **O caminho do guerreiro, o paradoxo das artes marciais**. São Paulo: Cultrix, 1983.

ROBBE, Maurício. **Brazilian Jiu Jitsu, a arte suave - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2007.

SHINZATO, Yoshihide. **Kobu – Do, as armas antigas de Okinawa - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.

SILVA, Carlos. **Kickboxing, arte marcial americana - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.

The World Tae Kwon Do Federation, disponível em: <http://www.wtf.org/site/about_taekwondo/intro_taekwondo.htm>, acesso em 02/07/08, às 13:49.

TORRES, José A. M. **Karate, a arte das mãos vazias - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2007.

TSÉ, Lao. **Tao te king**. São Paulo: Círculo do Livro, 1986.

VIRGÍLIO, Stanlei. **A arte do Judô**. Campinas: Papirus, 1986.

WILSON, Ney. **Judô, o caminho da suavidade - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.

YU, C. W. **Qi Gong, antiga arte marcial interna - coleção artes marciais**. São Paulo: On Line, 2008.

ANEXOS

QUESTIONÁRIO PARA PRATICANTES DE LUTAS
Avaliação dos Motivos Para a Adesão e Continuidade na Prática da Luta

1- IDADE: _____ 2- SEXO: () MASCULINO () FEMININO

3- MODALIDADE(S) DE LUTA(S) QUE PRATICA:

4- HÁ QUANTO TEMPO APROXIMADAMENTE PRATICA ESSA(S) MODALIDADE(S)?(se praticar mais de uma modalidade informar há quanto tempo pratica cada uma delas)

5- QUAIS MOTIVOS TE LEVARAM A BUSCAR ESSA(S) MODALIDADE(S)?
 (assinalar com um x no espaço correspondente)

| MOTIVOS | SEM IMPORTÂNCIA | POUCA IMPORTÂNCIA | IMPORTANTE | DECISIVO |
|---|-----------------|-------------------|------------|----------|
| 1- Lutar campeonatos | | | | |
| 2- Fazer novas amizades | | | | |
| 3- Aliviar o stress | | | | |
| 4- Gosta do treinamento e do que aprende | | | | |
| 5- Para conhecer seus limites | | | | |
| 6- Pelo status social | | | | |
| 7- Amigos ou familiares já treinavam | | | | |
| 8- Por gostar de competir | | | | |
| 9- Ser reconhecido por outras pessoas | | | | |
| 10- Prazer por praticar esportes | | | | |
| 11- Para aumentar seu conhecimento do esporte | | | | |
| 12- Por gostar de desafios | | | | |
| 13- Pelo retorno financeiro | | | | |
| 14- Sempre gostou de lutas | | | | |
| 15- Para ter sucesso no esporte | | | | |
| 16- Aprender a cooperar com outras pessoas | | | | |
| 17- Por sentir-se realizado | | | | |
| 18- Para aprender novos movimentos e novas técnicas | | | | |
| 19- Ensina o auto controle | | | | |
| 20- É a mais eficiente | | | | |
| 21- Aprender defesa pessoal | | | | |
| 22- Sonha em ser atleta | | | | |
| 23- Para viajar, conhecer outras pessoas e países | | | | |
| 24- O treinamento faz aliviar todas as frustrações e raiva | | | | |
| 25- A história, doutrina e filosofia dessa(s) luta(s) te agrada | | | | |
| 26- Para me tornar uma pessoa melhor | | | | |
| 27- É a luta mais agressiva | | | | |
| 28- Para provar a todos de que sou capaz | | | | |

METODOLOGIA PARA A ANÁLISE:

As 28 alternativas foram divididas em 7 grupos iguais, sendo:

| GRUPO | ALTERNATIVAS |
|---|------------------------|
| 1- COMPETIÇÃO | 01, 08, 15 e 22 |
| 2- SOCIALIZAÇÃO | 02, 09, 16 e 23 |
| 3- PRAZER | 03, 10, 17 e 24 |
| 4- INTERESSE NO APRENDIZADO EM SI | 04, 11, 18 e 25 |
| 5- AUTO CONHECIMENTO | 05, 12, 19 e 26 |
| 6- EGOCENTRISMO | 06, 13, 20 e 27 |
| 7- INFLUÊNCIAS EXTERNAS (família, amigos e ambiente) | 07, 14, 21 e 28 |

Grupos:

Competição: engloba os praticantes que buscam a luta com interesse esportivo principalmente.

Socialização: engloba os praticantes que utilizam a luta como meio de inclusão social principalmente.

Prazer: nesse grupo estão os praticantes que utilizam a luta como atividade de catarse principalmente.

Interesse no aprendizado em si: nesse grupo estão aqueles que se interessam pelo treinamento e pela atividade em si principalmente.

Auto conhecimento: denomina os praticantes que buscam um aprimoramento ou conhecimento pessoal principalmente.

Egocentrismo: engloba os praticantes que utilizam a luta como maneira de enaltecer o ego principalmente, buscando provar que a atividade que pratica é a melhor e mais eficiente, sendo o próprio praticante o próprio praticante superior conseqüentemente, em sua concepção.

Influências externas (família, amigos, ambiente): trata dos praticantes que levaram em consideração opinião de familiares, amigos ou a situação do ambiente em que vive principalmente, como um ambiente de alto risco de violência, por exemplo.

A análise dos dados será feita através de uma tabela numérica de pontuação, na qual o grau de importância é diretamente proporcional com o aumento da pontuação, subentendendo que são necessárias no mínimo duas respostas “decisivo”, ou a maioria delas “importante”, ou ainda uma “decisivo” e todas as outras com algum grau de importância para diagnosticar que aquele determinado grupo tem importância significativa na adesão e continuidade da prática pelo praticante.

Utiliza-se, portanto, o seguinte padrão de pontuação:

| PONTUAÇÃO | GRAU DE IMPORTÂNCIA |
|------------------|----------------------------|
| 0 a 2 | IRRELEVANTE |
| 3 a 5 | POUCA IMPORTÂNCIA |
| 6 a 8 | IMPORTANTE |
| 9 a 12 | MUITO IMPORTANTE |