

MARCEL VALERIANO

**JUDÔ: INFLUÊNCIAS E BENEFÍCIOS NO DESENVOLVIMENTO
BIOPSIKOSOCIAL DAS CRIANÇAS**

Monografia apresentada à disciplina de Seminário de Monografia como requisito parcial à conclusão do Curso de Licenciatura em Educação Física, Departamento de Educação Física, Setor de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Paraná. Turma W
Professor Iverson Ladewig

Orientador: Prof. Ricardo João Sonoda Nunes

"Death is oh so strange
The past no one can change
What you can't predict
Is how long you'll exist"
Chuck Schuldiner

AGRADECIMENTOS

Agradeço a minha família por ter me aturado durante esses 23 anos, a meus grandes amigos Victor “Ozzy” Hugo, Daniel Lammel, Tiago Bassi, Cristian Bassi, galera da faculdade: Fragoso, Vitor, Dani, Roberta, Daniel, Alex e muita gente que conheci na faculdade durante esses 4 anos. Agradeço a meu orientador Ricardo pois sem ele essa monografia não estaria como está. Agradeço também a meus amigos, companheiros de festa, futebol e trabalho, Carlos “Caxote”, Adriano “Bolacha”, Cléver “Piui” e Rodrigo “Baeté”. E não podia deixar de mencionar o grande Sukkyta atual campeão do DEF. E por ultimo gostaria de agradecer a todas as bandas de heavy metal, dentre algumas, Iron Maiden, Iced Earth e Death. Valeu galera!!!

SUMÁRIO

	Páginas
RESUMO.....	vii
1. INTRODUÇÃO.....	01
1.1 PROBLEMA.....	01
1.2 JUSTIFICATIVA.....	01
1.3 OBJETIVOS.....	02
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	04
2.1 O JUDÔ - HISTÓRICO E CARACTERÍSTICAS.....	04
2.2 O JUDÔ COMO ATIVIDADE PEDAGÓGICA.....	06
2.3 DOMÍNIO E DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES.....	08
2.4 CONTROLE DE AGRESSIVIDADE E GÊNERO.....	09
2.5 DESENVOLVIMENTO MOTOR.....	11
3. METODOLOGIA.....	20
4. CONCLUSÃO.....	21
REFERÊNCIAS	23

RESUMO

O Judô é um esporte mundialmente conhecido e seus inúmeros aspectos filosóficos e benefícios são pouco conhecidos pelas pessoas que não o praticam. Pessoas que o praticam sabem de seus aspectos e todos os valores que ele pode trazer para as pessoas, especialmente as crianças. Dentro dessa visão será possível observarmos ao longo desse trabalho como podemos praticar a atividade conhecida como Judô e utilizar seus aspectos para que possamos transmitir as crianças os valores e benefícios além de fazer com que este seja uma prática diária possibilitando tornar a criança uma pessoa saudável em todo o seu desenvolvimento biopsicosocial.

1. INTRODUÇÃO

1.1 PROBLEMA

O Judô que conhecemos hoje na sua síntese foi baseado em algumas lutas e técnicas de combate utilizadas nas guerras no passado. Essas técnicas eram chamadas de Artes-Marciais. Arte Marcial significa a arte da guerra, ou seja, eram técnicas utilizadas por guerreiros para vencer seus adversários. O Judô desde a sua criação nunca foi considerado uma arte de guerra ou combate, mas sim com outros valores e princípios. Atualmente as Artes Marciais estão muito ligadas ao esporte e a prática diária, buscando os benefícios que elas podem proporcionar aos seus praticantes. O Judô é uma Arte Marcial muito antiga e que beneficia seus praticantes com várias melhorias em aspectos fisiológicos, emocionais e comportamentais. Quando praticado de forma correta ele pode ajudar e muito no desenvolvimento de uma pessoa. Utilizando o Judô como um complemento na vida da criança, ela que ainda está em fase de desenvolvimento tanto emocional, psicológico quanto fisiológico pode se beneficiar muito com os valores ensinados nesta atividade.

O Judô como todas as práticas esportivas trazem muitos benefícios tais como fisiológicos, psicológicos, desenvolvimento motor, desenvolvimento das habilidades, melhoria comportamental, melhoria no convívio com as pessoas e outros inúmeros benefícios para seus praticantes.

Em se tratando de crianças, durante a fase infantil as mesmas não estão “seguras de si”, estando apenas no início da aquisição de conhecimentos e ainda necessitando de uma série de aspectos para que possam ter um desenvolvimento biopsicosocial harmonioso. Será que o Judô pode beneficiar a criança, que ainda está na fase de aprendizagem e início de assimilação, de forma que esta tenha um desenvolvimento correto de seus aspectos motores, psicológicos, entre outros, atendendo a necessidade acima descrita?

1.2 JUSTIFICATIVA

Se trabalharmos com a criança, desde o início de seu aprendizado motor e psicológico poderemos fazer com que ela possa crescer muito melhor preparada com os valores, benefícios, dificuldades e caminhos que ela percorrerá durante sua vida.

O Judô é para seus praticantes quase uma religião ou um meio de vida, devido aos valores morais e disciplinares que nele estão contidos e que são levados não somente para dentro da aula de Judô, mas também para fora da aula e na vida fazendo com que ela siga sua disciplina e características como respeito e amizade. Poderíamos afirmar que a meta do ensino do Judô na fase escolar, não é de formar campeões, mas sim cidadãos, fazer com que as crianças se tornem pessoas conscientes sobre a vida, e estejam preparadas para obstáculos e dificuldades, mas também para saber como se deve respeitar as outras pessoas.

O Judô também por ser um esporte de origem oriental, traz consigo toda a sua filosofia de vida, disciplina e paz, fazendo com que a criança possa receber e seguir esses atributos. Outro fator bastante importante é que o Judô apesar de ser uma arte marcial e também um esporte, não é violento, pois seus praticantes utilizam-se apenas de golpes para derrubar e imobilizar seu adversário, não havendo praticamente golpes que poderiam acarretar um nível maior de violência. Sendo assim buscando proporcionar para a criança tudo que o Judô tem para oferecer poderia ser feito um excelente trabalho para seu crescimento.

Se conseguirmos conscientizar as pessoas dos benefícios da prática do Judô desde o início da vida das crianças, mostrando seus valores e benefícios, e também tentando acabar com o preconceito de que as artes-marciais são atividades violentas, poderemos fazer com que as crianças possam praticar o Judô e quem sabe conseguir que essa atividade seja incluída no currículo das Escolas como uma disciplina na área de lutas onde ainda ela não existe.

1.3 OBJETIVOS

- Destacar as qualidades e benefícios que o Judô pode proporcionar para as crianças;
- Demonstrar que o Judô não é apenas uma arte marcial, ou apenas um esporte, mas sim uma “escola” para a vida e que pode influir muito na personalidade da criança;

- Conscientizar que o ensino do Judô em escolas, clubes ou em uma própria academia, pode ser um reforço e um grande aprendizado para a vida adulta da criança;
- Superar preconceitos existentes sobre as artes-marciais como violência.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 O JUDÔ – HISTÓRICO E CARACTERÍSTICAS

O Judô, de origem japonesa, é hoje um esporte difundido pelo mundo inteiro, em Universidades, Academias Militares, Escolas de 1º e 2º graus, Clubes, Academias de Artes Marciais e em Centros Especializados.

Surgiu de técnicas baseadas em outras lutas como Sumo, o Jiu-Jitsu e o Karatê. Essas lutas, praticadas ao curso de milênios por chineses, japoneses e coreanos, desenvolveram dentro de um esquema de Arte Marcial de ataque e defesa, com o emprego inclusive de armas brancas, atingindo o auge de sua importância entre os séculos XVII e XIX.

Segundo BARIOLLI (1998), a proibição geral do uso de armas brancas, ao término da era “Tokugawa Shogunate” (1876), época da restauração do Império japonês, ocasionou grande desorientação e desânimo entre os mestres de artes marciais, principalmente do Jiu-Jitsu. Iniciou-se então grande rivalidade entre as escolas de lutas, cada um procurando sobreviver pela destruição e desmoralização da escola rival.

Nessa época, relata GLEESON (1999), Jigoro Kano, um jovem estudante da Universidade Imperial de Tóquio, que após freqüentar diversas escolas de Jiu-Jitsu percebeu que a perda das experiências e valores tradicionais havia sido um grave erro para o Japão e para o Mundo.

Com o propósito de preservar tais valores, o jovem Kano dedicou-se às artes-marciais, fundando em 1882, sua escola com objetivos diferentes do Jiu-Jitsu, ou seja, um modo de vida baseada na melhor utilização da energia humana a qual deu o nome de Kodokan. Compreendeu a necessidade de completar e adaptar a decadente arte marcial, representada então pelo Jiu-Jitsu, tomando-a numa arte esportiva que florescesse e sobrevivesse aos tempos modernos.

Assim, ROBERT (1996), afirma que Jigoro Kano eliminou os golpes violentos e mortais como chutes e socos que havia aprendido nas escolas de Jiu-Jitsu. Conservou as técnicas mais eficientes das escolas da época, acrescentando novos recursos e técnicas, criando desta forma uma nova arte, o “Judô Kodokan”, com os seguintes objetivos: Cultura e desenvolvimento físico; Cultura e desenvolvimento da vontade e da moral e a Capacidade de competir vitoriosamente.

A escola criada por Kano, tem como princípio, ainda hoje, os mesmo objetivos propostos pelo fundador, que o autêntico e legítimo Judoísta deve cultivar harmoniosamente. Desta forma o Judô que significa “Caminho Suave ou Via da não resistência”, se desenvolve e se afirma como arte e esporte completo, sendo hoje modalidade difundida e praticada em todo o mundo.

Muitos autores desenvolveram trabalhos sobre o desporto, alguns entre eles, como MARTINEZ (1999), afirmam que o ensinamento do Judô para crianças e adolescentes, ressalta a importância da formação do homem do futuro, preparado para vencer os complexos que porventura surgirem, como: inibição, superioridade e de inferioridade, que aos poucos vão desaparecendo, à medida que se desenvolvem na prática do Judô. Já VILLIAUMEY (1998), defende que o Judô favorece o equilíbrio físico e psíquico-afetivo daqueles que o praticam, afinando as qualidades de concentração, aplicação, perseverança e abnegação.

Para CASTILHO (1998), a constante prática do Judô deve objetivar o bem estar geral do praticante, visando os benefícios físicos, psíquicos e afetivos. Sendo assim, uma constante no treinamento-aprendizagem que em princípio, é infinito.

Entende-se desta forma, a partir de estudos realizados por CARMENI (1998), que da mesma maneira que se exercitam os músculos, o Judô procura determinar quais pontos devem ser estudados e superados, como o medo, a angústia, a ansiedade e o nervosismo, sendo que o equilíbrio emocional e as capacidades cognitivas são condicionantes importantes na prática do Judô. O Judô é uma prática corporal muito completa, fazendo assim com que haja um treinamento de todo o corpo, tendo assim uma melhoria em toda a musculatura, aumentando a força e a elasticidade, assegurando uma melhora da resistência física geral, o domínio da respiração e aumentando o tempo de reação dos seus praticantes.

A prática do Judô tem despertado interesse, não só pelo seu aspecto competitivo, mas, sobretudo, pelos benefícios recreativo, físico, mental, entre outros. O Judô é mais que um esporte ou uma atividade física, ele pretende ser também uma filosofia, que valoriza a inteligência, respeito e amizade.

ALMEIDA (1993) diz que os benefícios recreativos do Judô como brincadeiras, amizade e convívio com outras crianças começaram a ser identificados por psicólogos educadores e psiquiatras, que o recomendam como atividade moderadora e transformadora de crianças irrequietas e/ou complexadas, sendo os resultados alcançados, na maioria dos casos, bastante satisfatórios.

O Judô ajuda não só no desenvolvimento da criança em suas bases fisiológicas, mas ajuda no controle motor, convivência com outras crianças e ajuda a melhorar inclusive a auto-estima de crianças com problemas diz ALMEIDA (1993).

2.2 O JUDÔ COMO ATIVIDADE PEDAGÓGICA

O Judô não somente é uma técnica física para o corpo, mas também um princípio filosófico para o fortalecimento do espírito. Princípio esse que se aplicará em todas as fases da vida humana, em todos os desafios, combates e contratempos, com que porventura se defrontará a criança nas suas atividades, que sejam esportivas, sociais ou profissionais.

Ainda dentro desses aspectos, BROUSSE M. e MATSUMOTO (1999), destacam algumas das características desenvolvidas com o Judô, como:

- Consciência do próprio corpo;
- Organização do esquema corporal;
- Domínio do equilíbrio;
- Orientação de tempo e espaço;
- Mobilidade segura;
- Exploração das possibilidades corporais;
- Eficiência nas coordenações globais e segmentadas.

Torna-se importante salientar que o ensino do Judô proposto procura atingir outro nível de comprometimento desportivo, que não se limite somente ao aspecto de realizar um treinamento, pois produz uma modificação de estado físico, motor e afetivo ou uma melhoria metódica e coordenada da capacidade de desempenho esportivo.

Deve-se entender o Judô como uma prática pedagógica/desportiva de visão global, que se estabelece como uma estratégia de aprendizagem em busca do desenvolvimento e da diminuição de defasagens psico-motoras, procurando o ótimo em cada praticante.

O Judô então, assume a condição utilitária complementar, servindo como recurso auxiliador para as atividades da vida da criança, perdendo o caráter de ser apenas uma atividade esportiva, sendo também uma prática pedagógica.

Partindo desse pressuposto, utiliza-se a “descoberta orientada e a solução de problemas” (métodos de ensino, que partem das experiências dos alunos e seus posicionamentos em face de problemas e ou situações que se apresentam) fundamentada por MAGNOS (2000) como os métodos adotados com essa parcela da população e que se adequam as características do trabalho desenvolvido, pois a partir das características que o desporto possui, consegue-se planejar, conduzir e explorar as diversas situações proporcionadas pelo Judô.

O Dojo (local de treinamento de Judô), torna-se para a criança um laboratório, onde ela enfrenta as mais variadas situações e emoções: tristeza, alegria, raiva, medo. Para SHINARO (2000), na criança, nesta fase de desenvolvimento, esse laboratório funciona como forma de trabalhar as emoções a ponto de obter o controle dos seus sentimentos. Este aprendizado é levado para a vida diária da criança, em que tais emoções manifestam-se de forma inconstante.

Nas aulas de Judô os colegas de treinamento não são vistos como inimigos ou pessoas a quem devemos atingir fisicamente. Ao contrário, a convivência no treino deve criar uma relação de harmonia entre os praticantes da arte, onde todos passam pela posição de líder e de liderado. Nestas situações, a criança é levada a compreender que não existe diferença entre ela e um outro colega, independente de sua graduação, no que diz respeito ao treino conjunto. Humildemente, um precisa do outro para que juntos realizem uma tarefa harmônica. O treino, simulando situações de ataque e de defesa, provoca o crescimento conjunto dos alunos.

No Dojo, os alunos executam tarefas rituais que expressam o seu respeito e o agradecimento pela oportunidade de treinar. A reverência, ou o cumprimento (a saudação), sem qualquer sentido místico ou religioso, é uma forma de os alunos demonstrarem agradecimento e respeito ao seu mestre ou professor pelos ensinamentos que vão aprender no momento dos treinamentos.

Segundo SHINARO (2000), o Judô, fortalece moralmente e emocionalmente o praticante, desenvolvendo uma grande percepção e controle dos conflitos que ocorrem no seu dia-a-dia. A tendência de um judoca em situação conflitante será sempre a de mediador, de conciliador, contornando a situação de forma inteligente, utilizando a força física somente se não houver outra forma de resolver o conflito.

Nesta fase de desenvolvimento a criança sente necessidade de desenvolver habilidades em que se sinta competente e de forma que receba a aprovação do grupo social em que convive. Dentro do Dojo o comportamento agressivo não é

aceito como atitude correta. Assim, a agressividade e a violência são reduzidas sensivelmente, porque é ensinado às crianças que só as pessoas com um bom comportamento, e que não são violentas são exemplos a serem seguidos.

SHINARO (2000), entende que para as crianças a busca da perfeição durante a execução dos treinamentos técnicos (nas entradas de golpes) poderá leva-la a busca da perfeição na realização de outras atividades no dia-a-dia de cada uma. Assim, os hábitos e atitudes desenvolvidos no Dojo serão levados como modelo de comportamento em casa, na escola ou no relacionamento social.

Se por um lado à prática do Judô permite o desenvolvimento do controle emocional e de habilidades importantes para a formação da criança, por outro lado há um desenvolvimento inegável nos aspectos físicos. De forma natural, sem o uso de drogas ou “medicamentos milagrosos”, muitos problemas de saúde são evitados através do equilíbrio causado pela arte. O Dojo ainda serve como uma segunda escola para sua a criança, pois os ensinamentos que são passados dentro dele durante suas atividades contribuem tanto para as crianças, quanto uma escola poderia contribuir. SHINARO (2000), fala que sendo desta maneira, para a criança a convivência dentro do Dojo, junto com seus colegas e seu mestre pode levar a melhorar sua convivência social psicológica e comunicativa.

2.3 DOMÍNIO E DESENVOLVIMENTO DE HABILIDADES

O “papel” do Judô nos tempos modernos é múltiplo, WERNER (2002) diz que o Judô visa o desenvolvimento da capacidade física, mental e de defesa pessoal dos seus praticantes. Em virtude dos benefícios proporcionados ao praticante, um grande número de escolas e universidades estão incluindo o Judô em seus currículos. Na fase infantil, que SCHUMMAN (2001) coloca a partir dos cinco anos, a criança começa a despertar para vários aspectos da vida e começa a sofrer muitas transformações. Um dos mais fortes desejos nesta fase é de sentir-se competente na aprendizagem e na realização de inúmeras habilidades. A criança busca dominar as atividades escolares, mostrar habilidade e competência. Se ela não tiver oportunidade de se envolver em tarefas nas quais possa sentir-se competente, virá o sentimento de inferioridade.

O desenvolvimento das habilidades motoras também se acelera nesta fase, auxiliado pela disposição da criança de trabalhar em grandes grupos. SCHUMMAN (2001), ainda aponta que neste período a agilidade e a flexibilidade são maiores,

facilitando o correto aprendizado dos movimentos. A técnica também é desenvolvida pela criança que se sente motivada a desenvolver e aprimorar as habilidades físicas.

Como todo o exercício físico, o Judô fortalece a musculatura e potencializa o uso correto do corpo e da força. O Judoca adquire, através dos exercícios, maior agilidade, flexibilidade, reflexos rápidos, percepção, força e condicionamento físico invejável. Independente de sua altura ou peso, o judoca é capaz de realizar tarefas físicas que exigem incrível habilidade, utilizando-se muitas vezes de mais técnica do que força.

A prática do Judô está intimamente ligada à forma correta de respiração e de utilização do corpo. A respiração, largamente utilizada nestes exercícios, ajusta as funções de todos os órgãos do corpo: circulação sanguínea, aparelho digestivo e órgãos sensoriais afirma WEINECK (1991). É através da correta respiração que o homem consegue dominar as emoções e da respiração depende o funcionamento de todo o sistema orgânico do corpo. Atua, desta forma, também no re-equilíbrio das energias.

A força no Judô é importante, mas não é essencial para seu início. Num primeiro momento tentar projetar com técnicas em que se apóie em uma perna apenas será no mínimo bastante difícil para uma criança, porém começando com golpes onde se faz simples varreduras, passando por golpe com apoio em dois pés teremos a evolução e o aumento de força corpórea de forma natural dentro dos treinamentos. Da mesma maneira será na luta de solo desde alavancas simples e com necessidade de menor força até aquelas que exigirão maior força.

O Judô bem orientado comprovadamente produz uma série de benefícios para a criança em fase de desenvolvimento afirmam WERNER (2002) e CARMENI (1998).

2.4 CONTROLE DA AGRESSIVIDADE E GÊNERO

O Judô também ajuda a minimizar alguns problemas na vida das crianças. A criança manifesta desde bebê estas formas de agressividade, seja para mostrar descontentamento com seu estado físico ou até para chamar a atenção. A partir dos seis anos de idade a agressividade sofre um processo de grande transformação, passando a ser mais verbal do que corporal, por influência do próprio meio em que ela vive. Nesta fase, diz ARAGÃO (2002), a criança começa a “brincar de lutar”, aprendendo através desta brincadeira a dramatizar e controlar suas atitudes

agressivas. Estas brincadeiras invariavelmente acabam transformando-se em brigas reais, já que a criança nesta fase ainda não consegue controlar por longo período de tempo suas emoções.

As reações agressivas da criança evoluem à medida que ela adquire maturidade, até o ponto em que estas manifestações tornam-se socializadas, enquadrando-se nas normas de comportamento do meio em que a criança vive.

ARAGÃO (2002), alerta que a infância das crianças muitas vezes exerce uma pressão muito grande sobre elas, seja elas por problemas familiares, problemas na escola ou outros problemas que podem ter alguma influência negativa sobre essa angústia que pode ser acarretada com esses problemas no dia a dia fazendo com que o nível de irritação e até em certos momentos de agressividade caia em níveis muito mais baixos que o normal.

Na idade que CASTILHO (1998) considera ideal para que haja uma melhor concepção por parte da criança sobre obediência e entendimento sobre regras, elas adquirem a capacidade de obedecer às regras, o que facilita os brinquedos em grupos numerosos. Nos grupos, a criança já sabe submeter-se a um líder, escolher um líder, ou agir como tal quando necessário. Moralmente a criança começa a entender que uma ação pode ser julgada pelas intenções que a determinam e não somente por suas conseqüências, como pensava até então.

Nesta fase, a criança continua a ter grande respeito pela autoridade, esperando sempre receber aprovação em seus atos. Particularmente nesta fase de desenvolvimento, o Judô se reveste de grande importância para a formação da criança. Segundo CASTILHO (1998) a criança corrige maus hábitos principalmente pela observação de como são valorizados os bons hábitos em que outras crianças. Neste clima, as crianças aprendem a obedecer às regras estipuladas, desenvolvem aspectos de liderança através do respeito à hierarquia e aprendem a liderar o grupo com justiça, quando solicitadas para tanto. A criança também teria dentro da prática do Judô o desenvolvimento da capacidade de julgar, essa capacidade de julgar seria a capacidade de escolher entre caminhos diversos a serem tomados, uma solução partindo de uma situação de movimento. Durante uma aula de Judô a criança se depara com a necessidade de escolher constantemente, principalmente no que diz respeito a quando usar uma defesa mais “forte”, ou quando usar as mãos para se defender ou se é mais adequado uma mudança no posicionamento do corpo todo.

A grande diversidade de biótipos e força começa a mostrar para a criança a questão de sua responsabilidade, a noção de sua massa corpórea, do efeito de seus atos. Torna-se essencial saber o quanto é importante ter cuidado com um adversário mais fraco. É também desenvolvido o respeito ao local de treino e a concentração para uma atividade específica, no caso o treino. Os campeonatos também vêm mostrar a constância do ganhar e do perder em nossas vidas.

Não se deve esperar que os adolescentes demonstrem uma obediência cega à autoridade, entretanto, uma liderança adulta sensata, modelos positivos de papéis a desempenhar e uma orientação que desenvolva a coragem são essenciais para que haja um bom processo psicossocial, afirmam GALLAHUE e OZMUN (2001). Segundo COAKLEY, citado por GALLAHUE e OZMUN (2001), o esporte pode desenvolver o comportamento moral pelas inúmeras emoções e situações imprevisíveis que surgem. Alguns esportes fornecem um ambiente favorável para ensinar os valores de honestidade, lealdade, autocontrole e de justiça devido a seus ensinamentos e práticas.

"As crianças são quanto ao seu desenvolvimento imaturas e, por isso, faz-se necessário estruturar experiências motoras significativas apropriadas para seus níveis desenvolvimentistas particulares" (GALLAHUE; OZMUN, 2001, p. 107). Segundo HAUBENSTRICKER e SEEFELDT, citado por GALLAHUE e OZMUN (2001), existe uma melhora sistemática na velocidade de corrida de crianças no período médio e no final dos anos da infância. Essa melhora na velocidade de corrida continua na adolescência. Para WILLIAMS, citado por GALLAHUE e OZMUN (2001), o equilíbrio melhora dos 3 aos 18 anos. Apesar das dificuldades de mensuração, é possível concluir que o equilíbrio melhora com a idade na infância e adolescência. A aptidão relacionada à saúde e ao desempenho do adolescente passa por grandes alterações desde o início do período adolescente até o final da adolescência (de 11 até 21 anos) segundo GALLAHUE e OZMUN (2001).

2.5 DESENVOLVIMENTO MOTOR

Poderíamos definir de maneira breve o Desenvolvimento Motor nas palavras de ANGELA (2002) como sendo um processo de mudanças na organização do comportamento motor no período que vai da concepção até a morte. No Desenvolvimento Motor temos como base educar através do movimento. Podemos dar destaque também à corporeidade que é parte da educação motora, nela é

tratada a questão do conhecimento corporal, ou seja, ter a consciência enquanto corpo, a não separação entre corpo e mente.

Quando trabalhamos com crianças, devemos analisar todos os benefícios que a atividade pode-lhes proporcionar. O Desenvolvimento Motor da criança em seus primeiros anos de vida é uma das coisas mais importantes e devem ser trabalhados em muitos aspectos, tendo assim um resultado bom e fazendo com que a criança tenha um desenvolvimento e não tenha problemas futuros.

Ao observarmos uma aula de Judô infantil poderíamos nos deparar com inúmeros movimentos e aspectos que vêm a contribuir para a aprendizagem e desenvolvimento motor. Aspectos muito comuns como o saltar, empurrar e até mesmo o arrastar-se são elementos fundamentais ao praticante de Judô. Assim o próprio cotidiano do Judô, se bem aplicado, vem a contribuir para a aprendizagem de novos movimentos e desenvolvimento de movimentos já conhecidos.

A idade pré-escolar é considerada a fase áurea da vida, em termos de psicologia evolutiva, pois é nesse período que o organismo se torna estruturalmente capacitado para o exercício de atividades psicológicas mais complexas como, por exemplo, o uso da linguagem articulada. Para PRESCHER (1996), são muitas as formulações teóricas que têm concentrado grande soma de interesse nessa fase da vida humana. Quase todas as teorias do desenvolvimento humano admitem que a idade pré-escolar é de fundamental importância na vida humana, por ser esse o período em que os fundamentos da personalidade do indivíduo começam a tomar formas claras e defendidas.

A partir de agora serão apresentados elementos relacionados à aprendizagem das habilidades motoras fundamentais e promover uma reflexão sobre a importância desse aspecto como processo básico no ensino do Judô.

Fundamentando o ensino do Judô dentro de um processo no que diz respeito ao desenvolvimento psicomotor da criança, faremos com que os estudos teóricos possam demonstrar o desenvolvimento através desta atividade.

As habilidades Motoras Básicas para WILSON (1999), são uma atividade motora comum com uma meta geral, sendo o andar reconhecido como o primeiro padrão fundamental de movimento ou habilidade básica a se desenvolver.

Andar faz parte do conjunto das habilidades de locomoção. Temos ainda, as habilidades motoras de manipulação e equilíbrio.

Segundo WILSON (1999), até por volta dos 6 a 7 anos, a criança, se caracteriza pela aquisição, estabilização e diversificação das habilidades básicas. Nos anos seguintes, até por volta dos 10 a 12 anos, teremos o refinamento e diversificação na combinação destas habilidades em padrões cada vez mais completos. Por exemplo, a criança adquire primeiro o padrão fundamental de andar e com base nesse padrão, desenvolve o andar diversificado em termos e formas, velocidades e direções. As habilidades específicas do Judô, nada mais são do que a combinação dos movimentos fundamentais em padrões mais complexos e assimilados com maior eficiência por aqueles que tenham passado por um programa hierarquizado de aprendizagem e adquiriu um grande repertório de comportamentos no campo das habilidades motoras básicas. Lembramos aqui que se a base da construção do desenvolvimento motor deve ser formada por uma grande diversificação de habilidades motoras básicas, enquanto que o acabamento constituiria na combinação dessas habilidades em movimentos cada vez mais complexos e específicos.

O período crítico de aprendizagem fundamentado por RAMOS (1999) baseia-se no conceito de que certos períodos, durante o crescimento e desenvolvimento, são ótimos para influenciar a aprendizagem de um determinado tipo de comportamento. Segundo RAMOS (1999) é, portanto aquele momento em que a maturação das estruturas neuromotoras atingiram as capacidades mínimas necessárias para a aprendizagem de determinadas habilidades. Antes disso, as tentativas resultam de pouca aprendizagem, enquanto que, após esse período, diversos fatores atuam no sentido de dificultar a aprendizagem.

Baseado em estudos feitos por RAMOS (1999), no passado, não se dava muita importância para a relação entre o movimento e o desenvolvimento global do indivíduo. RAMOS (1999), afirma que em épocas mais recentes, estudiosos da educação começaram a estudar esta relação e concluíram que, as experiências motoras que iniciam na infância, são de fundamental importância para o desenvolvimento cognitivo, visto que os movimentos fornecem o principal meio pelo qual a criança explora, relaciona e controla o seu ambiente.

A importância da aprendizagem de habilidades motoras específicas do esporte, no nosso caso o Judô, como meio educacional, está na possibilidade do desenvolvimento de capacidades cognitivas citadas por RAMOS (1999) como antecipação, atenção seletiva, percepção, programação de ação, organização de

movimento, detecção e correção de erro, mudança de ação e assim por diante, tão importantes não só para a performance desportiva, mas também para a vida das pessoas no seu dia a dia.

As atividades práticas para o desenvolvimento das Habilidades Motoras Básicas no Judô deverão ser aplicadas de forma lúdica e recreativa dizem WERNER (2002) e CARMENI (1998), utilizando-se os jogos, os desafios e as brincadeiras como meio de motivar as crianças para a aula. Forma lúdica na aplicação das atividades, não significa uma oposição aos conceitos disciplinares do Judô, uma vez que as regras e as normas estabelecidas pelo professor para os jogos e as brincadeiras servirão como elementos disciplinares dos conceitos sociais a que nos propormos. Então devemos aplicar as atividades fazendo com que elas tenham as características dos valores do Judô.

Vários autores abordam características do desenvolvimento motor da educação infantil e denominam algumas dessas características podendo assim ser mais bem compreendidas e trabalhadas dentro dos conceitos do Judô. RAMOS (1999), afirma que um dos aspectos importantes do desenvolvimento cognitivo da criança é a capacidade de numa nova situação em que estão presentes novas dificuldades encontrar movimentos já desenvolvidos que possam a vir solucionar melhor esse novo obstáculo. Essa questão pode ser muito bem trabalhada quando temos momentos que aparentemente são muito diferentes, como a luta em pé e no solo, onde encontramos fatores comuns, como a questão da inclinação do corpo como fator preponderante para o desequilíbrio do adversário.

Contando com vários aspectos e valores porque essa é outra dúvida, por que especificamente o Judô deveria estar presente no desenvolvimento motor dessas crianças? O principal aspecto que diferencia essa modalidade é o contato corporal juntamente com aspectos envolvendo noções de gravidade, equilíbrio e alavancas.

De maneira permanente a grande luta do judoca é se equilibrar, seja em pé, no chão ou até durante uma projeção. O equilíbrio é fator preponderante para que se possa atacar ou defender, assim como também é fundamental, para que a prática seja segura, quanto mais equilibrado e consciente for o movimento menor a possibilidade de acidentes e lesões. Uma criança viverá constantemente e das maneiras mais variadas com as duas pernas no chão, ou projetando alguém, evoluindo posteriormente para técnicas com apoio em apenas uma perna, entre

outras diversas situações a criança está vivenciando e aprendendo os “passos” a evolução de suas habilidades motoras de equilíbrio.

A relação que o Judô está ligado à coordenação não se aplica apenas as técnicas com movimentos individuais. ANGELA (2002), diz que a questão de coordenar está sempre presente, seja mão e perna, seja corpo, mãos e pernas, assim como a questão da visualização do movimento e dá consciência através do tato. Ainda mais enriquecedor está a possibilidade de se evoluir de técnicas menos complexas, até aquelas que vão exigir muito mais da criança.

Para ECKERT (1993) professores de Educação Física podem contribuir de forma marcante para o processo de desenvolvimento, assegurando que as crianças sejam encorajadas a participar em atividades apropriadas a seu desenvolvimento neuromotor. É através dos comandos do professor que a criança se estrutura tornando mais capacitado, pois este deve oferecer experiências que podem ir de encontro com suas necessidades.

Ao se trabalhar na educação infantil necessita-se de conhecimentos básicos relacionados com suas particularidades e necessidades físicas e psicológicas. Esse conhecimento permite proporcionar um desenvolvimento de acordo com a idade e características correspondentes aos desejos e às necessidades das crianças.

ANGELA (2002) diz que as crianças em idade escolar inicial caracterizam-se por um comportamento de movimentos inicialmente impetuosos que, no fim dessa fase, fica reduzido a um volume normal. Nesse período o número de crianças que ingressam nas atividades esportivas é espantoso.

As crianças dessa faixa etária apresentam-se com bom equilíbrio físico, atitude otimista, despreocupação, mas assimilação isenta de crítica, de conhecimentos e habilidades, diz RAMOS (1999), ainda fala que elas possuem uma capacidade de concentração aumentada em relação às outras crianças de idade mais avançada, ainda apresentam maior capacidade de diferenciação de movimentos e de uma aquisição refinada de informações.

GALLAHUE e OZMUN (2001) ressalta que essa é uma fase muito favorável à aprendizagem, entretanto, a capacidade já muito desenvolvida de aprender, não é acompanhada por uma faculdade correspondente de fixar os movimentos aprendidos. A preponderância, ainda presente, dos processos emotivos, associada aos importantes fenômenos de irradiação dos processos de controle pelos centros nervosos torna mais difícil sua conservação afirma GALLAHUE e OZMUN (2001).

Por esse motivo, o mesmo autor ressalta que tudo que é ensinado a pouco deve ser repetido muitas vezes para que a criança possa assimilar e conservar. Por isso, o Judô tanto como atividade esportiva ou atividade de recreação ajuda muito nessa fase do aprendizado da criança.

Tais características psicofísicas são extremamente favoráveis para a aquisição das habilidades motoras. A extensão do repertório motor e a melhoria das capacidades de coordenação são os pontos principais da formação esportiva da idade escolar precoce. As bases deverão ser exploradas para ensinar um grande número de técnicas básicas com coordenação grosseira, para refiná-las em seguida.

"O entusiasmo esportivo das crianças também deve ser utilizado através de uma prática motivadora e acompanhada de numerosas sensações de êxito, para desenvolver nelas atitudes e hábitos que garantam, com prosseguimento, uma atividade esportiva extensa à vida inteira" (WEINECK, 1991 p. 41).

O desenvolvimento motor é um processo contínuo e demorado e, pelo fato das mudanças mais acentuadas ocorrerem nos primeiros anos de vida, existe a tendência em se considerar o estudo do desenvolvimento motor como sendo apenas o estudo da criança, é necessário focar a criança, pois, enquanto são necessários cerca de vinte anos para que o organismo se torne maduro, autoridades em desenvolvimento da criança concordam que os primeiros anos de vida, do nascimento aos seis anos, são anos cruciais para o indivíduo, assim como afirmam TANI, MANOEL, KOKUBUN e PROENÇA (1988). RAMOS (1999) fala que as experiências que a criança tem durante este período determinarão, por grande extensão, que tipo de adulto a pessoa se tornará. Mas não se pode deixar de lado o fato de que o desenvolvimento é um processo contínuo que ocorre ao longo de toda a vida do ser humano.

TANI, MANOEL, KOKUBUN e PROENÇA (1988) falam que a organização do desenvolvimento se inicia na concepção, o domínio motor, afetivo-social (conduta pessoal-social) e cognitivo (conduta adaptativa e linguagem) vão se diferenciando gradualmente. Mas no início da seqüência, o comportamento motor é uma expressão de integração de todos os domínios. Este caráter do movimento indica o importante papel do domínio motor na seqüência de desenvolvimento do ser humano, mas isto leva às vezes à concepção de que o movimento é apenas um índice para medir outros domínios de comportamento.

O desenvolvimento motor pode ser visto pelo desenvolvimento progressivo das habilidades de movimento, ou seja, a abertura para o desenvolvimento motor é dada através do comportamento de movimento observável do sujeito afirmam GALLAHUE e OZMUN (2001). Em seu modelo teórico, GALLAHUE e OZMUN (2001), apresentam o desenvolvimento da transacionalidade, a interação indivíduo, ambiente e tarefa. Com os domínios, cognitivo, afetivo e motor, o autor descreve seu modelo desde a fase dos movimentos reflexos até a fase dos movimentos especializados. O processo de desenvolvimento motor é apresentado através das fases dos movimentos reflexos, rudimentares, fundamentais e especializados. Para cada fase do processo de desenvolvimento motor são indicados estágios com idades cronológicas correspondentes. Os movimentos para GALLAHUE e OZMUN (2001) podem ser caracterizados com estabilizadores, locomotores ou manipulativos, que se combinam na execução das habilidades motoras ao longo da vida.

Nos movimentos estabilizadores, a criança é envolvida em constantes esforços contra a força de gravidade na tentativa de obter e manter a postura vertical. É através desta dimensão que as crianças ganham e mantêm um ponto de origem na exploração que realizam no espaço. A categoria de movimentos locomotores referem-se aos movimentos que indiquem uma mudança na localização do corpo em relação a um ponto fixo na superfície. Envolve a projeção do corpo em um espaço externo pela mudança de posição do corpo em relação a um ponto fixo da superfície. Caminhar, correr, saltar, pular ou saltitar são tarefas locomotoras. A categoria de movimentos manipulativos refere-se a manipulações motoras, como tarefas de arremessos, recepção, chute e interceptação de objetos, que são movimentos manipulativos grossos. Costurar e cortar com tesoura são movimentos manipulativos finos. Os componentes manipulativos envolvem um relacionamento do indivíduo para os objetos e é caracterizado pela força cedida para os objetos e pela força recebida deles afirmam GALLAHUE e OZMUN (2001).

Para PÉREZ (1994), a fase pré-escolar é a época da aquisição de habilidades motoras básicas, os movimentos fundamentais são considerados verdadeiros núcleos cinéticos. Esta capacidade para mover-se cada vez de forma mais autônoma está relacionada com diversos fatores: maturação neurológica que permite movimentos mais completos; crescimento corporal, que ao final deste

período vai permitir maior possibilidade de domínio corporal, facilitando o movimento e disponibilidade em realizar atividades motoras, etc.

GALLAHUE e OZMUN (2001), mostram que, para se chegar ao domínio de habilidades desportivas, é necessário um longo processo, onde as experiências com habilidades básicas (movimentos fundamentais) são de fundamental importância. Na pré-escola, a criança de 4 a 6 anos de idade abrange a fase dos movimentos fundamentais, com o surgimento de múltiplas formas (correr, saltar, arremessar, receber, quicar, chutar) e suas combinações. As mudanças observadas nos estágios serão estabelecidas em forma de um refinamento das habilidades básicas e, melhor eficiência em sua combinação, o que irá marcar a passagem para a fase seguinte, a dos movimentos relacionados ao desporto, ou especializados. Nesta fase, os movimentos fundamentais vão servir de base para as combinações em habilidades desportivas, de modo que a aquisição dos movimentos fundamentais reveste-se da maior importância no modelo proposto por GALLAHUE e OZMUN (2001).

O mesmo divide a fase dos movimentos fundamentais em três estágios. Estágio inicial: representa a primeira meta orientada da criança na tentativa de executar um padrão de movimento fundamental. A integração dos movimentos espaciais e temporais é pobre. Tipicamente os movimentos locomotores, manipulativos e estabilizadores de crianças de dois anos de idade estão no nível inicial. Estágio elementar: envolve maior controle e melhor coordenação rítmica dos movimentos fundamentais. Segundo o autor, crianças de desenvolvimento normal tendem a avançar para o estágio elementar através do processo de maturação, embora alguns indivíduos não conseguem desenvolver além do estágio elementar em muitos padrões de movimento, e permanecem nesse estágio por toda a vida. Estágio maduro: é caracterizado como mecanicamente eficiente, coordenado, e de execução controlada. Tipicamente a criança tem potencial de desenvolvimento para estar no estágio maduro perto do 5 ou 6 anos, na maioria das habilidades fundamentais.

Conforme classificação de WEINECK (1991), a partir dos 10 anos de idade a criança entra na fase da pré-pubescência. ECKERT (1993) destaca que, a partir dessa idade, a criança possui uma melhor coordenação dos movimentos, melhor domínio corporal, acompanhado de um aumento progressivo das capacidades de força e endurance. Além disso, a criança ainda sente a necessidade de aprimorar seus dotes físicos para adquirir maior confiança perante o seu grupo social.

WEINECK (1991) explica que, nessa idade, é muito importante que sejam levadas as crianças os aspectos motores, pois ela se encontra num momento propício para a aprendizagem, sendo um dos períodos básicos para futuros desempenhos de alta qualificação. A partir dos 11-12 anos de idade, ocorre a entrada na puberdade, período caracterizado, entre outros, pelo crescimento acelerado e desproporcional do corpo como afirma ECKERT (1993).

É nessa fase que irá ocorrer um rápido ganho em peso e estatura corporal, significando mesmo uma perda da coordenação motora, até que o indivíduo se ajuste às suas novas proporções corporais como afirma WEINECK (1991). Nesse início de puberdade, a treinabilidade da endurance é alta, porém deve-se ter cuidado com as influências dos fatores emocionais, pois as variações constantes na motivação, podem levar muitos jovens a desistirem do treinamento ou do esporte propriamente dito se as cargas psicofísicas forem por demais intensas. A puberdade, do ponto de vista emocional, é caracterizada por um período de afirmação da identidade fala CÓRIA-SABINI (1990). Assim, se o jovem atleta se sentir frustrado pela incapacidade de realização, devido às altas exigências físicas e psicológicas impostas pelo treinamento intensivo, o mesmo acabará por desistir do esporte, por mais que tenha talento.

A maior estabilidade emocional aparece na faixa etária dos 13-14 anos, é nessa idade também que acontece a melhor distribuição das formas corporais, fazendo assim com que seja o início de uma fase que irá favorecer o treinamento físico afirma ECKERT (1993).

Para WEINECK (1991), a adolescência começa normalmente aos 14/15 anos nos meninos e vai até 18/19 anos.

"A adolescência deveria ser aproveitada para o aperfeiçoamento das técnicas específicas da modalidade esportiva e para a aquisição da condição específica da modalidade esportiva" (WEINECK, 1991, p. 263). Com essa afirmação podemos enfatizar que a atividade do Judô com todos seus benefícios irá ajudar muito a criança em todos os aspectos, tanto motores quando psicológicos.

3. METODOLOGIA

Este trabalho é baseado na revisão bibliográfica, visando mostrar o desenvolvimento do Judô para as crianças, os instrumentos utilizados foram os dados de autores relacionados aos tópicos aqui abordados como desenvolvimento motor, psicológico, pedagógico, agressividade e gênero. O trabalho foi realizado com a utilização dos dados dos autores relacionando-os com o Judô e mostrando a ligação que há entre a prática do Judô e os aspectos nesse trabalho apresentados.

4. CONCLUSÃO

Observamos diversos fatores que evidenciam a influência dessa modalidade no desenvolvimento biopsicosocial propiciando benefícios, no sentido de novas situações a serem superadas e novas habilidades a serem desenvolvidas e aprendidas. Porém é sempre importante ressaltar que a prática aplicada pelo professor deve ser realizada em local adequado.

Não se pode esquecer também os princípios do Judô (método de Jigoro Kano), baseados em segurança e em uma metodologia para se ensinar às técnicas. O outro fator importante é que o Judô, já criado com esse objetivo, deve propiciar consciência, formar pessoas para a sociedade e não apenas ensinar o Judô.

Temos que tomar cuidado com a especialização precoce e com o excesso de competitividade. Tais objetivos ocasionam lesões, gerando posteriormente um desinteresse da criança pelo esporte. Outra preocupação é com a pedagogia, deve-se evoluir, do fácil para o difícil, deve-se aprender e conhecer o máximo possível e não apenas praticar. A Educação Motora é desenvolvida no Judô através de muitos movimentos que seguem do mais simples ao mais complexo o equilíbrio, a coordenação fina e conjunta de vários membros, a cognição apresenta-se desde o início de uma aula até o término. O aquecimento, que é diferenciado das aulas de ginástica propõem um pré-conhecimento para facilitar o desenvolvimento futuro de novos movimentos mais complexos (transferência). As lutas que são a aplicação dos movimentos treinados durante as aulas demonstram a capacidade da criança de aplicação de seus conhecimentos compreendendo todos os aspectos citados, com a capacidade da criança julgar qual será a melhor forma de derrubar o seu adversário através de uma percepção tátil, visual e de equilíbrio. O aspecto físico está presente quando na aplicação de um golpe à criança tem que aplicar um golpe coordenando mãos, pés, braços e cabeça. O aspecto social é aplicado durante toda a aula pela convivência com outras crianças e com o professor. Por estes motivos acreditamos que o Judô é um esporte que desenvolve a Educação Motora na criança e deve ser trabalhado em crianças desde sua fase inicial de vida, de modo que possa ajudar e melhorar seu desenvolvimento motor.

O Judô não só melhora o condicionamento físico das crianças, mas também trabalha consideravelmente o desenvolvimento motor, desenvolve os aspectos psicológicos no que diz respeito ao relacionamento intergrupar, ajudando no

aprendizado de como se deve tratar e respeitar outras pessoas e ajudando estas crianças a terem um melhor controle sobre seu temperamento devido a toda a filosofia e disciplina que a atividade Judô propõe.

Entretanto não devemos esquecer que estes aspectos se tornarão possíveis através de uma prática correta e com um professor competente que defina o objetivo do seu planejamento, bem como, suas aulas respeitando os limites da criança.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, J.; **Aikido: o caminho da sabedoria**. São Paulo : Pensamentos, 1993.

ANGELA, M.; **Analisando o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 2. ed. Rio de Janeiro : Dhelta, 2002.

ARAGÃO, C.; **A Influência da Prática do Judô no Comportamento de Crianças com indícios de alta Agressividade**. Trabalho Apresentado no III Congresso Nacional de Judô. Campos de Jordão, 2002.

BARIOLLI, D.; **História e desenvolvimento das artes marciais**. Vol. 2. São Paulo : Ediouro, 1998.

BROUSSE, M. e MATSUMOTO, D.; **Judô: a sport and a way of Life**. Seoul : IJF, 1999

CARMENI, J.; **Judô e sua prática desportiva**. Rio Grande do Sul : Loreane, 1998.

CÓRIA-SABINI,; M. A. **Fundamentos de psicologia educacional**. 2. ed. São Paulo : Ática, 1990.

CASTILHO, J. P.; **Práticas desportivas e educação infantil**. Rio de Janeiro: Ativis, 1998.

ECKERT, H. M.; **Desenvolvimento motor**. : Manole, 1993

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C.; **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. Tradução de Maria Aparecida da Silva Pereira de Araújo. São Paulo : Phorte, 2001.

GLEESON, R. G.; **Judô: tudo sobre o judô**. Mira-Sintra; Publicações Europa e América Latina, 1999.

KANO, J.; **Kodokan judô**. Tóquio : Kodansha, 2001.

MAGNOS, J.; **Psicologia e educação**. São Paulo : Ediouro, 2000.

MARTINEZ, J. D. M.; **Judô para Ninões: su metodología.** Madrid : Libreria Desportiva Esteban Sanz, 1999.

PERES, L. M. R.; **Conductas motrices em la infância y adolescência.** Madrid : Editora Gymnos, 1994.

PRESCHER, J.; **Desenvolvimento motor e evolução.** Minas Gerais : Savianni, 1996.

RAMOS, C.; **Aprendizagem motora em crianças.** Minas Gerais : Savianni, 1999.

ROBERT, A. **Body and life.** EUA : LD, 1996.

SCHUMMAN, P.; **Psicologia infantil.** São Paulo : [s.n.], 2001.

SEISENBACHER, P. e KERR, G.; **Modern judo: techniques of east and west.** Inglaterra, : Crowood Press, 1997.

SHINARO, H. **Dojo, the judo spirit.** EUA : [s.n.], 2000

TANI, G.; MANOEL, E.J.; KOKUBUN, E.; PROENÇA J. E.; **Educação física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista.** São Paulo : Editora da Universidade de São Paulo, 1988.

VILLIAUMEY, J.; **As artes marciais japonesas.** Vol. 2. Rio de Janeiro : Ralvos, 1998.

WEINECK, J.; **Biologia do esporte.** Tradução de Anita Viviani. Verificação Científica de Valdir Barbanti. São Paulo : Manole, 1991.

WERNER, D.; **Treinamento esportivo e artes marciais.** São Paulo: Meveric, 2002.

WILSON, C.; **Desenvolvimento motor em crianças normais e portadoras de deficiência física.** São Paulo : Gloder, 1999.