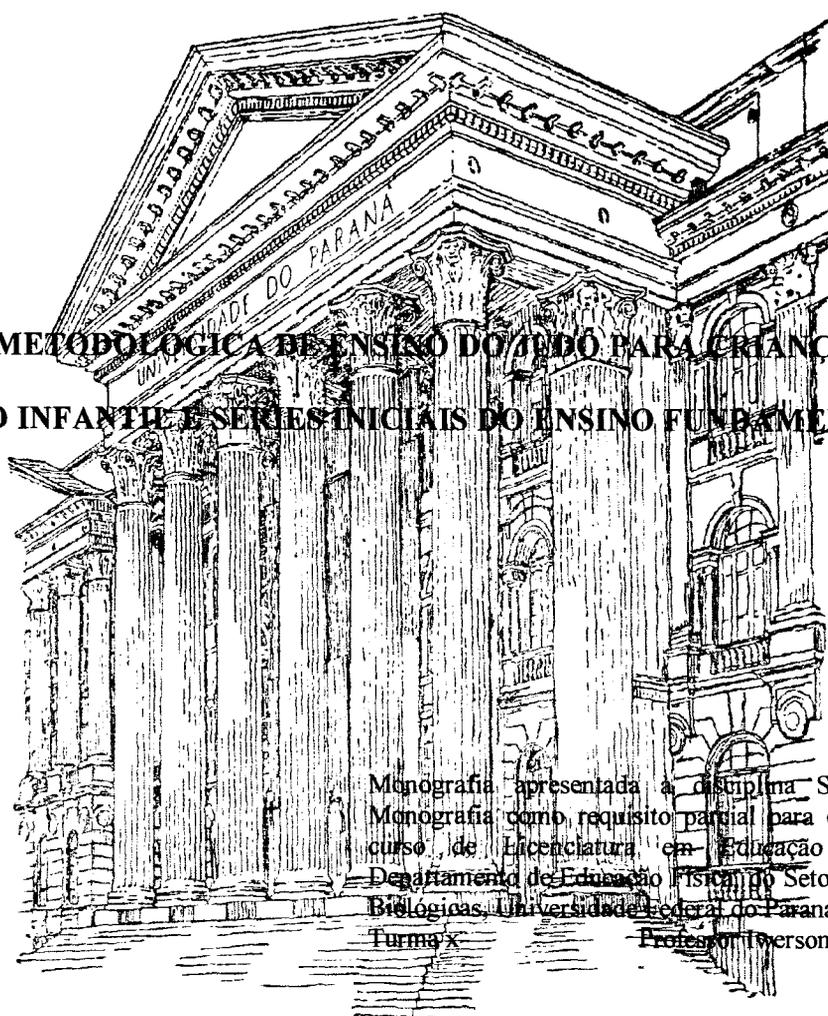


CESAR DANIEL BRUM

**PROPOSTA METODOLÓGICA DE ENSINO DO TDDO PARA CRIANÇAS NA
EDUCAÇÃO INFANTIL E SÉRIES INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL**



Monografia apresentada a disciplina Seminário de Monografia como requisito parcial para conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física, do Departamento de Educação Física do Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.
Turma x Professor Iverson Ladewig.

**CURITIBA
2002**

CESAR DANIEL BRUM

**PROPOSTA METODOLÓGICA DE ENSINO DO JUDÔ PARA CRIANÇAS NA
EDUCAÇÃO INFANTIL E SÉRIES INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

Monografia apresentada à disciplina Seminário de Monografia como requisito parcial para conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física, do Departamento de Educação Física, do Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.

ORIENTADOR: WAGNER DE CAMPOS

Dedico esta monografia a todos os profissionais da área da Educação Física, especialmente aqueles que acreditam que seu trabalho possui a finalidade de formação de bons cidadãos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais, Hamilton e Vera, que me deram boa educação e totais condições de estudo para a conquista de um espaço dentro da área de Educação Física.

A minha namorada Vilma que muito me motivou e que contribuiu com a minha formação acadêmica.

Aos meus colegas de curso, aos judocas que amam esta arte, aos docentes desta Universidade e ao meu orientador Doutor Wagner de Campos.

SUMÁRIO

RESUMO.....	V
1 INTRODUÇÃO.....	1
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA.....	1
1.2 OBJETIVOS	2
2 REVISÃO DE LITERATURA	3
2.1 O JUDÔ E OS SEUS VALORES EDUCATIVOS	3
2.1.1 Jigoro Kano – O criador do Judô	3
2.1.2 A decadência do Jiu-Jitsu e o surgimento do Judô.....	4
2.1.3 Judô: o caminho da suavidade	5
2.1.4 O ensino do Judô e sua estrutura técnica.....	7
2.1.5 Processo de avaliação do Judô.....	13
2.2 O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO MOTOR	14
2.3 PROPOSTA METODOLÓGICA DE ENSINO DE JUDO PARA CRIANÇAS NA EDUCAÇÃO INFANTIL E SÉRIES INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL.....	18
3 METODOLOGIA.....	22
4 CONCLUSÃO.....	23
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	25
ANEXOS.....	28

RESUMO

Esta monografia apresenta uma proposta de ensino de Judô baseada principalmente no respeito às fases de desenvolvimento motor que as crianças apresentam, tendo por base aquelas que se encontram no Educação Infantil e nas séries iniciais do Ensino Fundamental. O Judô possui propósitos de ensino bem definidos, pois é tratado como esporte, arte e filosofia, estando presente com frequência em diversos estabelecimentos de ensino formal em todo o país. A proposta apresentada procura conscientizar os profissionais da área do Judô para que evitem passar conteúdos que estejam fora da realidade e da capacidade dos alunos em cada etapa do seu desenvolvimento, condena a especialização precoce utilizando-se do método global de aprendizado das técnicas e movimentos básicos, e busca o incentivo à prática dessa arte de origem oriental utilizando-se de recursos oriundos da ludicidade, desde que esses instrumentos sejam usados corretamente como estratégia de ensino pelo professor. Segue-se a proposta algumas sugestões de atividades que outros profissionais podem utiliza-las ou adapta-las para a realidade de cada aula, podendo o professor utilizar a criatividade em busca de novas atividades, cuidando para não fugir de questões de segurança e estímulo dessas novas atividades.

1. INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA

Até o presente momento são poucos os estudos realizados na disciplina de Judô no que consta a perspectiva do grau de desenvolvimento dos praticantes desse esporte. O Judô é praticado por cerca de dois milhões de pessoas no Brasil (MADE IN JAPAN, 1998, p. 28), podendo considerá-lo como esporte, arte e filosofia, sendo que o lado filosófico está presente na maioria das publicações, mas ocorre que alguns professores ensinam o Judô de forma tradicional desde os tempos de sua criação, deixando de lado as evoluções que ocorreram nos estudos dessa arte até os dias atuais. Em sua obra, VIRGILIO (1994, p. 68) observa que existem outros profissionais da área do Judô visam apenas as competições infantis e juvenis, transformando os locais de aula em verdadeiros centros de treinamento, objetivando uma busca desenfreada de troféus, ou seja, a aula de Judô vista como uma fábrica de campeões, despreocupando-se dos principais objetivos filosóficos e educativos do Judô. Acredito ser o Desenvolvimento Motor uma disciplina básica para quem quer trabalhar dentro do ambiente escolar e mais especificamente com crianças em fase de formação corporal, pois ocorrem inúmeras transformações nos padrões de movimento durante o desenvolvimento da criança (TANI et al., 1988, p. 87), por conseqüência, essa disciplina torna-se indispensável para que os senseis (professores de Judô), se conscientizem e busquem esse conhecimento, daí a necessidade de se elaborar uma proposta metodológica de ensino que seja específica para a fase de desenvolvimento motor na Educação Infantil e séries iniciais do Ensino Fundamental.

Para os professores que pretendem trabalhar na disciplina de Judô com crianças, que estão constantemente numa fase evolutiva, e que segue um desenvolvimento hierárquico (TANI et al., 1988, p. 88), seria de suma importância observar os estudos relativos à área do Desenvolvimento Motor, pois este estuda os principais tipos de movimentos, sempre relacionando-os com a fase evolutiva do ser humano, desde os movimentos e habilidades básicas até aos mais complexos inerentes aos diversos esportes e atividades humanas. Aqueles profissionais que buscarem o devido conhecimento dessas fases evolutivas, utilizando-se de alguns conhecimentos do Desenvolvimento Motor, sendo essa uma ciência já muito pesquisada e discutida por inúmeros profissionais, e relacioná-los com os princípios educativos e pedagógicos do Judô e suas valências técnicas, fatalmente irá preparar e

ministrar suas aulas com muito mais segurança e convicção, pois respeitará as fases maturacionais da criança, evitando utilizar-se de técnicas mais apuradas do desporto antes da idade recomendada, sendo que geralmente à partir dos 11 anos é que se inicia um trabalho visando performances individuais e coletivas (HURTADO, 1987, p. 33)

1.2 OBJETIVOS

OBJETIVO GERAL

Esta pesquisa propõe uma análise sobre o ensino de Judô correlacionando com as fases de desenvolvimento motor da criança, desde no ensino infantil até as séries iniciais do ensino fundamental, utilizando-se das características técnicas próprias do ensino do desporto e elaborar uma proposta metodológica do ensino do Judô para crianças da educação infantil e séries iniciais do ensino fundamental.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Mostrar a importância dos objetivos do ensino do Judô para a formação da criança.
- Buscar em revisão bibliográfica evidências ou relatos da relação do Judô e as fases de desenvolvimento motor da criança.
- Contribuir para que outros profissionais da área possam utilizar a presente pesquisa como subsídios para o planejamento de suas aulas.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1 O JUDÔ E OS SEUS VALORES EDUCATIVOS

O interesse pessoal pelo Judô nasceu quando eu tinha dois anos de idade numa pré-escola, e a motivação maior aos 9 anos de idade, quando recebi a outorga da minha primeira graduação, a faixa azul, e a boa participação no primeiro festival de Judô nesta época.

Da primeira vez que havia colocado o primeiro quimono (vestuário) de Judô, até os dias atuais, lá se vão 21 anos de prática em 23 anos de idade. Um dos momentos mais marcantes, foi o primeiro dia de atuação como instrutor de Judô numa escola aos 13 anos de idade, e a atuação definitiva como professor à partir dos 18 anos, quando já tinha recebido a outorga para a faixa preta do primeiro *dan* – chamada de *shodan*; no ano de 1996, ou seja, são 9 anos de atuação buscando transmitir alguns conhecimentos adquiridos em alguns anos de vivência nesta arte.

Todos esses fatos relatados contribuíram decisivamente para o ingresso no curso de Educação Física que desde já sou grato a todo corpo docente, pois juntamente com o aprendizado do Judô, deram relevantes subsídios na formação profissional e principalmente, do caráter e personalidade, sendo que fatos semelhantes ocorreram na vida de outros profissionais que lidam com o Judô, que iniciaram como alunos e atletas, sendo que uma parcela grande desses professores buscaram também a formação acadêmica em Educação Física (DELIBERADOR, 1996, p. 15; LOPES, 2000, p. 26).

Para que exista uma possibilidade de analisar e compreender os possíveis valores educativos que o Judô pode proporcionar na vida de um praticante, é necessário voltar no tempo e observar como originou esse esporte no Japão, quais são seus principais objetivos e algumas formas de prática dessa arte.

2.1.1 Jigoro Kano – O criador do Judô

O criador do Judô, o mestre Jigoro Kano, nasceu no dia 28 de Outubro de 1860, em Mikage, distrito de Hyogo, no Japão. Aos 11 anos foi transferido para Kioto onde estudou

inglês, tornando-se posteriormente professor e tradutor desse idioma, montando em Tóquio sua própria escola (VIRGÍLIO, 1994, p. 19).

Segundo VIRGÍLIO (1994, p. 20), Jigoro Kano era um homem que tinha um corpo franzino, de baixa estatura, onde não chegava a medir 1,55 metros e seu peso dificilmente passava dos 55 quilos. Apesar dessa aparente desvantagem em relação ao seu físico, o mestre Kano demonstrava possuir uma fantástica força de vontade, superando os obstáculos de modo inteligente e com eficiência, daí surgiu a coragem para iniciar seus estudos em artes marciais começando a praticar diferentes estilos de Jiu-Jitsu, sendo que aos dezessete anos de idade iniciou sua prática com o professor e mestre Fukuda, da Escola Coração de Salgueiro, e depois aumentou o seu conhecimento com os mestres Iso e Iikugo.

No seu país de origem, o Japão, o mestre Jigoro Kano notabilizou-se em várias áreas de conhecimento, sendo que dentro do setor de educação conseguiu chegar a titulação de reitor do colégio dos nobres e vários outros cargos inerentes à área, sendo o auge de sua carreira a Secretaria de Educação Nacional. Na política galgou os principais degraus da escala de poder imperial atingindo o segundo escalão, abaixo somente do imperador, e finalmente, na área esportiva, podemos relacionar e destacar a fundação do primeiro time de beisebol do Japão. Mestre Kano ainda conseguiu ser o primeiro japonês a integrar o Comitê Olímpico Internacional (COI), e também não poderemos esquecer de sua maior obra que acabou ganhando o mundo: o Judô (VIRGÍLIO, 1994, p. 20).

Através da breve biografia apresentada da vida do mestre Jigoro Kano, podemos observar a importância que esse cidadão teve para a sociedade japonesa em sua época e a sua influência nos dias atuais em várias nações do mundo, sendo tão notórias e significantes suas atividades que acabaram resultando em inúmeras mudanças principalmente no que concerne o ambiente escolar, onde o Judô foi inserido com tamanho destaque e sucesso, e com um grau de aceitação excepcional, que acabou resultando numa justa homenagem, que acabaram nomeando o mestre Kano como o “Pai da Educação Física no Japão” (VIRGÍLIO, 1994, p. 21; DELIBERADOR, 1996, p. 33).

2.1.2 A decadência do Jiu-Jitsu e o surgimento do Judô

Após alguns anos de estudos e dedicação nos mais variados estilos do Jiu-jitsu, Jigoro Kano percebeu que cada mestre dominava os seus diferentes estilos em suas próprias

academias, existindo um clima relativamente hostil entre esses vários locais de luta, sendo que freqüentemente ocorriam inúmeros desafios entre elas, onde um estilo procurava subjugar o outro através das vitórias, ou através de exposições públicas com objetivos claros de obter lucro e fama.

Foram constatados também uma certa dose de fragilidade e falta de segurança das técnicas praticadas, não existia uma preocupação de sistematizar e selecionar as técnicas, que por inúmeras vezes resultavam em graves lesões entre praticantes durante as aulas. Os locais de treinamento geralmente eram inadequados para a prática e o perigo estava sendo tão freqüente quanto a decadência do Jiu-jitsu, ocasionando um relativo descrédito na opinião pública. Jigoro Kano lamentou essa alarmante situação e começou a preocupar-se com o futuro dessa arte.

Dentro da crise que se instalou, o mestre Jigoro Kano procurou retirar os principais defeitos que os vários estilos apresentavam, através de uma rigorosa análise e seleção das técnicas menos perigosas, aproveitando aquelas que poderiam ser praticadas por qualquer indivíduo e retirando várias técnicas que possuíam um elevado índice de lesões, principalmente as técnicas que levavam extremo perigo as principais articulações do corpo humano e cuja biomecânica era extremamente complexa. Uma simples seleção de técnicas não bastava, pois o mestre Jigoro Kano era um homem de nobres princípios e de muito conhecimento nas áreas pedagógicas, científicas e filosóficas.

Mestre Kano então resolveu estudar junto de alguns de seus alunos num templo religioso budista chamado de Eishosi e neste local, através de um trabalho intenso de análise e reformulação das técnicas, procurou dar ao mesmo tempo uma base pedagógica e científica, conseguindo transformar aos poucos o que era uma luta vazia de sentidos e extremamente perigosa, em uma arte com princípios técnicos, pedagógicos e formativos, culminando com a criação da sua própria escola, a qual chamou de Kodokan, que significa Instituto do Caminho Fraternal. Essa foi fundada quando o mestre tinha 23 anos de idade, no ano de 1882 (VIRGÍLIO, 1994, p. 30).

2.1.3 Judô: o caminho da suavidade

A palavra Judô, de origem japonesa, pode ser decomposta em duas partes, a saber:

JU – suave, suavidade

DO – via, caminho

Ou seja, o caminho da suavidade. Sendo essa a forma mais utilizada pela grande maioria dos autores e professores de Judô (VIRGÍLIO, 1994, p. 29, DELIBERADOR, 1996, p.19).

Entretanto, ARPIN (1970, p.25), um autor canadense, discorda da grande maioria dos outros autores, achando que a melhor tradução para a palavra Judô seja o “caminho da flexibilidade”.

Através do conhecimento dessa terminologia, poderemos analisar a sua origem e o que vem a ser o tal caminho da suavidade que herdamos do mestre Kano, tanto pelo lado filosófico quanto seus principais objetivos educacionais, físicos e formativos.

Para podermos designar o Judô como o caminho da suavidade, e não simplesmente uma forma qualquer de luta vazia de preceitos e objetivos, existe a necessidade do conhecimento da filosofia que acompanha o ensino do Judô desde a sua criação. Um dos principais pré - requisitos para o praticante seria o aprendizado das duas principais máximas dessa arte propostas pelo mestre Kano, pois a partir desses princípios o Judô demonstra o seu maior valor, no qual os judocas – praticantes de Judô – devem observar e respeitar.

As duas máximas do Judô são estas:

- SEIRYOKU ZENYÔ: caracteriza-se pelo melhor uso da energia mental e física;
- JITA KYOEI: caracteriza-se pela busca de prosperidade e benefícios mútuos (VIRGÍLIO, 1994, p. 22; DELIBERADOR, 1996, p. 65, 66).

Essas duas máximas sintetizam praticamente a busca de um modo de conduta do judoca diante da sociedade, e não apenas dentro do *Dojô* – local de prática do Judô – sendo que o judoca busca chegar cada vez mais perto da perfeição técnica e de atitudes, buscando a conquista de seus anseios utilizando-se de um mínimo de energia mental e física, para que obtenha um máximo de eficiência nos seus objetivos – *Seiryoku Zenyô* – ao mesmo tempo ir de encontro numa melhoria de sua própria qualidade de vida aliada ao convívio na sociedade, contribuindo para que todas as pessoas ao seu redor, independente de praticar ou não o Judô, de usufruir dos benefícios e contribuição que o indivíduo possa dar de modo harmonioso perante seus semelhantes – *Jita kyoei*.

Com caráter informativo, segue em anexo outros nove princípios filosóficos citados pelo mestre Jigoro Kano quando da criação do Judô (ver Anexo 1).

2.1.4 O ensino do Judô e sua estrutura técnica

O Judô está presente nos principais locais de atuação da área de Educação Física, ou seja, nas academias, nos clubes, em associações desportivas e ocupa um destacado papel dentro das escolas, principalmente nas instituições de iniciativa privada, aonde o aluno geralmente tem poder aquisitivo para compra o *judogui* (quimono utilizado na prática do Judô), sendo que as escolas apresentam uma estrutura mais adequada, podendo adquirir, por exemplo, peças de *tatami* (piso ideal usado no amortecimento de quedas) e outros gastos que infelizmente são exigidos.

Nas escolas públicas, a frequência de praticantes é relativamente menor que nas particulares, pois muitas escolas vinculadas às várias esferas do governo têm uma carência enorme de recursos destinados às práticas corporais da Educação Física, conseqüentemente limitando a estrutura ideal para a prática desse desporto, sendo também que a formação deficiente de muitos profissionais de Educação Física e de até alguns judocas prejudique e impeça o aprendizado e vivências dessa atividade no espaço escolar público (VIRGÍLIO, 1994, p. 67).

Para VIRGÍLIO (1994, p.59,60), a parte prática do Judo segue uma estrutura básica desde a sua criação, padronizando de certo modo as formas de saudação, aquecimento, o aprendizado de quedas, as posturas básicas, os modos de pegadas, desequilíbrios, técnicas de arremessos, técnicas de solo, e o treinamento com lutas em pé e no solo, com objetivos de que o Judô mantenha suas características e o praticante aprenda o Judô de modo universal em qualquer ponto do planeta, sendo que muitos nomes de técnicas e partes das aulas são tratadas no idioma original, o japonês.

- **Saudação**

A saudação é considerado um ritual de cumprimento que simboliza o respeito ao semelhante, é um costume oriental que é utilizado para o início e fim da aula, para solicitar licença para o *sensei* – professor de Judô, sendo uma expressão de gratidão e respeito quando é feito seriamente e com cortesia, antes e depois de entrar no tatami. KANAYAMA (1996, p.12) explica que o ritual da saudação não tem nenhuma ligação com qualquer tipo de religião, apenas traduz uma necessidade de manter uma postura mais adequada do judoca na

aula, pois o gesto de abaixar a cabeça ao semelhante significa humildade e respeito, valores que o Judô preserva até os dias atuais, inclusive em competições, até naquelas de nível olímpico, sendo uma oportunidade muito importante para mostrar ao público em geral, de modo prático, um dos ideais filosóficos do Judô, fazendo que este esporte diferencie e se destaque entre os outros esportes (DELIBERADOR, 1996, p. 47).

- **Aquecimento (*Taisô*)**

O aquecimento do Judô apresenta alguns exercícios tradicionais direcionados para as principais articulações utilizadas durante a atividade, como as do punho, tornozelo, joelho, quadril, cotovelo e vertebrais. São movimentos frequentemente encontrados em nossas aulas de Educação Física, sendo essencial trabalhar esses exercícios em todas as aulas, pois as articulações são utilizadas durante quase todos movimentos técnicos do Judô.

O alongamento muscular é essencial, pois ajuda a evitar o encurtamento muscular que pode eventualmente ocorrer devido ao trabalho de força realizado nas aulas. Outras qualidades físicas possuem extrema importância, podendo ser trabalhadas no período do aquecimento, como o trabalho de força, para que se possa suportar alguns tipos de golpes, o trabalho de resistência e exercícios direcionados para a agilidade, essenciais principalmente na prática dos *randoris* (treinamentos), e *shiais* (lutas competitivas), (TAKESHITA, 1967 p. 18).

- **Educativos de quedas (*Ukemis*)**

As quedas e rolamentos do Judô são padronizadas, pois obedecem à estrutura básica das técnicas de arremesso, objetivando o amortecimento e abafamento dos golpes aplicados, sejam eles de modo recreativo ou de forma competitiva, sendo fundamental a prática dos *ukemis* em todas as aulas, pois saber cair no chão corretamente é considerado uma arte, permitindo-se que o iniciante comece a aprender as principais técnicas do judô somente quando ele realizar as quedas de modo natural e seguro (HARVEY, 1958, p. 31).

A primeira queda chama-se *mae-ukemi*, que consiste num rolamento para frente, mas com alguns detalhes técnicos. Esse tipo de rolamento pode ser realizado pelo lado direito ou pelo lado esquerdo, dependendo da perna que posiciona-se à frente (Anexo 2-A). A segunda

queda chama-se *ushiro-ukemi*, que significa queda de costas, um rolamento feito para trás, podendo-se praticar sentado ou começando de pé, batendo ambos os braços no chão o para amortecimento eficiente da queda (Anexo 2-B).

A terceira queda chama-se *yoko-ukemi*, sendo o seu significado mais usual como queda lateral, praticada tanto pelo lado direito como no esquerdo, e como o próprio nome diz, o praticante cai de lado no solo, batendo apenas um braço no chão para amortecer o impacto da queda (Anexo 2-C).

A quarta e última queda é geralmente designada de *zenpô-ukemi*, que consiste numa queda frontal, onde o praticante cai com o corpo ereto para frente protegendo a face com as mãos espalmadas em direção ao solo (Anexo 2-D).

- **Posturas (*shisei*)**

O judoca deve apresentar algumas formas de postura durante as aulas, pois o Judô é considerado uma nobre arte, devendo o praticante portar-se como tal. As posturas mais utilizadas são a ajoelhada (*sei-za*), sentado com as pernas cruzadas (*agura*), postura natural em pé com as pernas abertas na largura dos ombros (*shizentai*), possuindo variações com a perna direita à frente (*migi-shizentai*), e esquerda à frente (*hidari-shizentai*), e finalmente a postura defensiva (*jigotai*), semelhante à postura natural, com o detalhe que ambas as pernas permanecem semi-flexionadas, com as variações com a perna direita à frente (*migi-jigotai*), e à esquerda à frente (*hidari-jigotai*). A postura natural e a postura defensiva geralmente são utilizadas em movimento, enquanto as demais como descanso em pé ou sentado, em todas as situações das aulas, como forma de respeito. (HARVEY, 1958, p.19, KUDO, 1974 p. 9, VIRGÍLIO, 1994, p. 70).

- **Formas de deslocamento no tatami (*shintai*)**

Em cima do tatami, existe uma maneira específica de locomoção, para obter mais equilíbrio, mais movimentação e coordenação. Nos treinamentos, geralmente utiliza-se o *ayumi-ashi*, onde os pés deslizam de modo mais natural, semelhante ao passo normal. O passo seguinte, denominado *suri-ashi*, é representado por um movimento onde o pé desliza sobre o

tatami, e existe também o *tsugi-ashi*, onde os pés se sucedem, ou seja, um não ultrapassa o outro na sua movimentação, muito utilizados em formas de apresentação (*katas*).

Essas formas de deslocamentos devem ser trabalhadas constantemente, pois poderão resultar numa melhoria significativa no que se refere ao refinamento das técnicas (ARPIN, 1970, p. 29, KUDO, 1974, p. 13, VIRGÍLIO, 1994, p. 70).

- **Deslocamento do corpo (*Tai-sabaki*)**

O *tai-sabaki* pode ser designado também como esquiva, preparação de uma técnica, sendo essa mudança do corpo um subsídio para a base de construção do movimento das técnicas de arremesso (*tsukuri*), sendo que essa posição de mudança do corpo pode ser realizado de várias formas, sendo o *tai-sabaki* admirado pela maioria dos grandes mestres (ARPIN, 1970, p. 29, KUDO, 1974, p. 13).

- **Formas variadas de pegar no quimono (*Kumi-kata*)**

O quimono possui algumas características essenciais para a prática, possuindo grossas golas (*eri*), para facilitar na pegada, e mangas largas (*sodê*), pois o Judô é caracterizado pelo contato corporal, que se faz pelo quimono (roupa de algodão de tecido resistente), sendo a pegada mais tradicional feita com uma mão segurando na gola e outra na manga, podendo ser de direita, com a mão direita na gola e a esquerda na manga (*migui kumi-kata*), ou o contrário, mudando a posição das mãos, sendo de esquerda (*hidari kumi-kata*), apresentando algumas variações no decorrer da luta, segurando com uma mão em cada manga, ou uma mão em cada gola. Raramente utiliza-se a pegada cruzada ou do mesmo lado, e a pegada na calça do quimono (*shitabaki*), é utilizada na aplicação de algumas técnicas feitas na posição de pé ou mais comumente na luta de solo (KUDO, 1974, p. 11, VIRGÍLIO, 1994, p. 73).

- **Técnicas de arremesso (*Nague-waza*) e os cinco princípios (*Gokiô*)**

As técnicas de arremesso merecem uma classificação especial, aceita no mundo inteiro, de acordo com os estilos e partes principais do corpo utilizados no início das técnicas, a subdivisão do *Nague waza* ocorre da seguinte forma:

- ◆ *Tachi waza*: técnicas de arremesso realizadas na posição vertical, sem se lançar ao solo. Subdividem-se em:
 1. *Te waza*: técnicas que caracterizam-se principalmente da utilização dos braços para realizar os arremessos, ex.: *Seoi nague* (Anexo 3-A).
 2. *Koshi waza*: técnicas que utilizam-se principalmente do quadril para a realização dos arremessos, ex.: *Koshi guruma* (Anexo 3-B).
 3. *Ashi waza*: são as técnicas de perna, utilizando-se principalmente dos membros inferiores para realizar os arremessos, ex.: *De ashi barai* (Anexo 3-C).
- ◆ *Sutemi waza*: técnicas de “sacrifício”, onde o arremessador se lança ao solo para realizar a sua projeção, subdividem-se em:
 1. *Ma sutemi waza*: o arremessador vai ao solo e projeta seu companheiro sobre o seu corpo, ex.: *Tomoe nague* (Anexo 3-D).
 2. *Yoko sutemi waza*: é a técnica de sacrifício projetando o companheiro lateralmente, ex.: *Uki waza* (Anexo 3-E) (VIRGÍLIO, 1994, p. 75).

Todas as técnicas existentes dentro de cada classificação apresentada, obedece uma sequência que se inicia desde o *Kumi kata* (pegada no kimono), passando pelo *Kuzushi* (formas variadas de desequilíbrio), pelo *tsukuri* (posição ideal para realizar o arremesso) e o *Kake* (arremesso, finalização da técnica) (VIRGÍLIO, 1994, p. 73, 74).

O *Gokiô* abrange a maioria das técnicas de *Nague waza* utilizadas no Judô, e significa uma divisão de cinco grupos ou séries com oito golpes cada (Anexo 4), sendo o *Gokiô* uma forma de padronização das técnicas de Judô aceitas universalmente, apesar de sua primeira e última revisão ter sido realizada em 1920, gerando controvérsias entre vários mestres e autores, pois acabou excluindo, por exemplo, uma técnica famosa utilizada por Shiro Saigo (grande campeão da *Kodokan* e aluno de Jigoro Kano), e outras mais que possuem sua beleza própria, mesmo assim, o aprendizado e ensino do *Gokiô* continua padronizado a mais de oitenta anos (VIRGÍLIO, 1994, p. 78).

- **Técnicas de solo (*Ne-waza*)**

Além das técnicas de arremesso, no Judô também existem técnicas realizadas no solo, confundido-se a inserção dessas técnicas com a própria história do Judô, onde relata-se que Tanabe, um lutador que desafiou o instituto *Kodokan*, acabou vencendo inúmeras lutas contra

os alunos do mestre Kano, mas ao final desse fato, os mestres acabaram incluindo esses conhecimentos dentro do Judô, que acabou sendo praticado numa interação de técnicas de projeções e solo, sendo que estas também seguem uma divisão, de acordo com o objetivo final das técnicas:

- ◆ *Ossae waza*: são as técnicas que têm por objetivo imobilizar e reter o companheiro no solo, ex.: *Hon kesa gatame* (Anexo 3-F).
- ◆ *Shime waza*: são as técnicas de estrangulamento, ex.: *Hadaka jime* (Anexo 3-G).
- ◆ *Kansetsu waza*: são as técnicas de chaves de Braço, ex.: *Ude Hishigui Juji gatame* (Anexo 3-H) (KUDO, 1971, p. 9; VIRGÍLIO, 1994, p.104).

Segundo DELIBERADOR (1996, p.120), a luta de solo se desencadeia quando ocorre uma técnica em pé mal aplicada, ou quando o adversário quer fugir de um golpe aplicado em *tachi waza*, e finalmente a técnica de arremesso serve de subsídio para uma finalização numa técnica de solo, ou seja, é uma sequência de técnicas de pé para o solo.

VIRGÍLIO (1994, p.104), nos alerta para a observação de um princípio básico do Judô no trabalho de solo, onde deve-se utilizar um mínimo de força objetivando um máximo de eficiência, pois segundo o autor, muitos judocas gastam muita energia desnecessariamente no combate de solo, onde ocorrem seguidas contrações musculares em todo o corpo.

• O ensino dos *randori*, *shiai* e dos *katas*

Segundo TAKESHITA (1967,p.25), uma das formas mais eficientes de assimilação das técnicas de Judô, traduzem-se no ensino em movimento das técnicas, onde o judoca (praticante de Judô) inicia um treinamento na forma de *randori*, que para VIRGÍLIO (1994, p.76) é um modo de treinamento de técnicas livre e completo, onde o judoca vai por em prática a sua capacidade e o seu conhecimento. A partir da prática do *randori*, o atleta de Judô poderá analisar os seus defeitos e possibilidades de melhora da técnica. Os mestres de Judô consideram o *randori* essencial para a preparação do *shiai* (luta competitiva).

Na obra de VIRGÍLIO (1994, p. 77), o *shiai* é a etapa final para o atleta que se preparou por um longo período, ou seja, o *shiai* é o combate em si com um oponente. No *shiai* o atleta de Judô pode obter seu objetivo, que seria ganhar o combate e obter o sucesso, ou perder a luta em poucos segundos, sendo que nesse caso o judoca deve refletir sobre seus

erros e corrigi-los, para que tente a vitória numa próxima oportunidade. Para motivar e conscientizar os judocas sobre a importância de se superar de uma indesejada derrota, VIRGÍLIO (1994, p. 77) utiliza-se de algumas máximas da filosofia do Judô, onde “somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e sobretudo, humildade. O desânimo diante do fracasso, a desistência diante dos reveses não fazem parte da vida do judoca”.

Vale lembrar que o *shiai* não é um fim, e sim um meio de aprendizado no Judô, visto que um dos principais princípios do Judô nos ensina que “O judoca não se aperfeiçoa para lutar, luta para se aperfeiçoar” (KEIZI, 1995, p. 22).

O *kata*, traduzido literalmente pelos dicionários, significa forma ou modelo, mas a melhor definição foi encontrada por VIRGÍLIO (1994, p.138) como “um ritual de formas determinadas e imutáveis, medidas, sincronizadas e previamente ensaiadas até um máximo possível de perfeição. Requerem intensa coordenação de movimentos e concentração. Seu objetivo é a própria perpetuação do Judô”.

O interessante que apesar da importância do ensino dos *katas*, o seu ensino se inicia apenas a partir da faixa roxa e marrom, geralmente utilizados na preparação para a primeira graduação de faixa preta.

2.1.5 Processo de avaliação do Judô

Para que ocorra um processo de continuidade no Judô, foi estabelecido um sistema hierárquico em diversos níveis, possibilitando identificar o grau de prática e estudo do Judô. Então definiu-se que a faixa que amarra a parte superior do quimono no centro de gravidade do corpo serviria para diferenciar os diversos graus de evolução do judoca.

DELIBERADOR (1996, p.41) acredita que o processo de conquista da faixa baseia-se numa observação contínua sobre o desenvolvimento do aluno, sendo essa conquista uma evolução do aluno dentro dos ensinamentos assimilados e sua dedicação, acompanhado de um aumento da responsabilidade desse aluno, pois já é um judoca e como tal deve ter uma postura dentro dos limites aceitáveis de um cidadão.

Na época em que o Judô foi criado, segundo DELIBERADOR (1996, p37) existiam apenas duas cores de faixa para os praticantes, sendo a cor branca para os iniciantes e a cor preta para as demais graduações superiores, com seus 10 *dans* (graduações mais avançadas).

No ano de 1996, a FEDERAÇÃO PARANAENSE DE JUDÔ sistematizou as atuais graduações utilizadas, com várias cores de faixas praticadas a vários anos no Brasil, seguindo-se em ordem de *kyus* (graduações para iniciantes) e *dans* (graduações mais avançadas):

- Iniciantes: faixa branca (qualquer idade), faixa cinza - 7º kyu (idade mínima de 4 anos), faixa azul - 6º kyu (idade mínima de 6 anos), faixa amarela - 5º kyu (idade mínima de 7 anos), faixa laranja - 4º kyu (idade mínima de 8 anos), faixa verde - 3º kyu (idade mínima de 10 anos), faixa roxa - 2º kyu (idade mínima de 12 anos), faixa marrom - 1º kyu (idade mínima de 14 anos).
- Graduados: faixa preta - 1º ao 5º dan (idade mínima 1º dan de 16 anos), faixa vermelha e branca - 6º ao 8º dan (kodanshas – mestres), e faixa vermelha - 9º ao 10º dan. Ressaltando que apenas poucos mestres no mundo inteiro chegam a esta graduação.

2.2 O PROCESSO DE DESENVOLVIMENTO MOTOR

O desenvolvimento motor, considerando-se como área de estudo, procura estudar as mudanças no comportamento motor de um indivíduo, desde o nascimento até a morte, relacionando as mudanças com o fator tempo, sendo o desenvolvimento um processo contínuo, que ocorre ao longo de toda a vida do ser humano (TANI et al., 1988, p. 65).

Uma outra versão da definição sobre o desenvolvimento motor considera o desenvolvimento motor como “sendo as mudanças progressivas no comportamento motor durante o ciclo da vida, em consequência de interações entre os requerimentos da tarefa, individualidade biológica e condições do meio ambiente” (GALLAHUE e OZMUN¹, apud LADEWIG, 1998, p. 4).

Partindo-se dessas definições acerca do desenvolvimento motor, notamos que essa área de estudo se apresenta como fundamental para todos os profissionais que lidam com o movimento humano, principalmente aqueles que atuam com indivíduos da idade infantil, onde vários pesquisadores do desenvolvimento motor chegaram a conclusão que, do nascimento aos seis anos de idade, as experiências vividas pelo indivíduo resultarão, em larga escala, no tipo de adulto que a pessoa poderá resultar, porém levando-se em conta que o processo de desenvolvimento ocorre durante toda a vida, obedecendo uma seqüência que varia tanto de

¹ GALLAHUE, D. L. e OZMUN, J. C. **Understanding motor development: Infants, children, Adolescents, adults.** Madison, WI: Wm. C. Brown Co., Inc., 1995.

acordo com a velocidade de progressão quanto com a individualidade de cada pessoa, sendo então de suma importância o ensino pré-escolar para o desenvolvimento da criança (FLINCHUM, 1981, p. 3, TANI et al., 1988, p. 65).

Como neste trabalho nos interessa observar o desenvolvimento dos movimentos dentro da educação infantil (ensino pré escolar) e das séries iniciais do ensino fundamental, seria interessante ressaltar que nesta período as crianças encontram-se numa fase pré-púbere, que antecede ao período que ocorrem diversas alterações biológicas no organismo do ser humano, sendo esse período considerado a fase da puberdade, que pode, segundo WEINECK (1991, p.258-261), ter duas fases, tendo a pubescência apresentando-se como a primeira fase puberal, que compreende a idade de 11 a 12 anos na menina e 12 a 13 anos no menino, sendo que nesta fase ocorre um forte aumento de altura e peso, que pode piorar acentuadamente as proporções peso-força, ocasionando uma diminuição da capacidade coordenativa. Nesta idade observa-se movimentos realizados de modo exagerado, ao contrário da adolescência, considerada a segunda fase puberal, onde as proporções corporais já estão equilibradas, com uma capacidade maior de absorver uma abrangente e intensiva carga corporal-esportiva. É a partir da adolescência que se deve aproveitar para trabalhar um aperfeiçoamento mais específico da modalidade esportiva.

Para TANI et al. (1988, p. 61), no período que antecede a puberdade ocorrem intensas alterações na velocidade de crescimento corporal e um elevado aumento das funções do sistema vegetativo, sendo que estas transformações auxiliam no aumento da capacidade da criança responder as demandas da atividade muscular, entendendo-se que a criança pré-púbere poderá estar mais apta para desenvolver as capacidades e habilidades perceptivo-motoras do que as capacidades físicas, sendo as últimas desenvolvidas em maior grau de intensidade no período pubertário.

A partir do nascimento, o ser humano necessita realizar movimentos básicos essenciais para que numa primeira fase consiga sobreviver e adaptar-se ao meio ambiente, sendo estes tipos de movimentos designados como movimentos reflexos, movimentos esses realizados com respostas automáticas e de modo involuntário. Seguindo-se esta seqüência, encontraremos uma fase onde a criança já consegue realizar atividades de modo voluntário que podem permitir movimentos básicos de locomoção, e algumas formas de manipulação, sendo denominado esses movimentos como habilidades básicas, que serão a base de futuras tarefas mais elaboradas, como andar, correr, arremessar, saltar, rastejar, etc. Podendo também

designar essas habilidades básicas como movimentos rudimentares, sendo esses movimentos vitais para haver a interação do bebê e da criança com o meio, possibilitando um desenvolvimento natural mais correto e normal, sendo que na primeira infância ocorrem mudanças mais rápidas no crescimento e desenvolvimento, e a coordenação motora grossa é desenvolvida mais rapidamente que as funções mentais antes dos 2 anos de vida (FLINCHUM, 1981, p. 12, TANI et al., 1988, p.67-68).

No período pré-escolar até mais ou menos o início do período de ensino fundamental, a criança desenvolve as habilidades básicas relacionadas com movimentos fundamentais, que serão a base para o ensino das habilidades específicas dos desportos, através de futuras combinações entre esses tipos de movimentos. Esta fase compreende em média, a faixa etária de 2 à 7 anos, onde a partir dos 4 anos é que a criança demonstra maior desenvoltura dos mais variados movimentos fundamentais, como saltar, saltitar, correr, arremessar, quicar, rebater e receber, obtendo maior independência da musculatura das pernas, já conciliando o andar com o ritmo alternado dos passos, sendo que a unilateralidade não é controlada, e seu domínio motor de dimensão oblíqua é realizado de forma imperfeita (HURTADO, 1987, p.27, TANI et al., 1988, p. 70).

As etapas de formação dos movimentos fundamentais, ou básicos, ocorre geralmente entre os 18 meses e 5 anos de idade, sendo ideal trabalhá-los e corrigir os erros até o fim dessa fase, pois ocorrem deficiências de alguns movimentos, como os de lançar, que acabam demonstrando e ineficiência até na idade adulta em alguns indivíduos (FLINCHUM, 1981, p. 25).

Também nesta fase, PIKUNAS (1979, p. 217-219), apresenta a ludicidade como uma característica própria da criança em idade pré escolar, surgindo então a brincadeira como forma de interação entre a realidade e o entendimento próprio da criança, sendo que várias dessas brincadeiras lúdicas são criadas de acordo com um crescente repertório de habilidades motoras que vão surgindo aos poucos, fazendo com que a criança explore com mais intensidade o ambiente ao seu redor.

Para CAMPOS (1998, p. 50), a criança deve experimentar, de modo diversificado, a aquisição de habilidades motoras fundamentais, para que ela possa ter uma transição adequada às habilidades motoras esportivas, para assim a criança escolher as atividades esportivas que mais lhe interessam. O planejamento dessas habilidades motoras fundamentais

deve contemplar o respeito a individualidade biológica de cada criança, a criatividade e a expressividade, utilizando a idade cronológica como padrão de referência.

RODRIGUES (1997, p. 26), cita que o período pré escolar pode ser designado de fase lúdica, principalmente se for observado que o objeto inerente a ela é o brinquedo, sendo que através das brincadeiras a criança satisfaz suas necessidades de criação e de conhecer melhor o mundo ao seu redor.

Entre os 5 e 6 anos a criança já possui um maior domínio da lateralidade, mas a si mesma, pois ainda não a definiu em relação as outras pessoas. Nesta fase os movimentos começam a ser realizados de modos mais adequados, de maneira mais econômica e natural, com facilidade na execução das habilidades tanto na coordenação grossa como na fina (HURTADO, 1987, p.28).

A partir dos 7 anos de idade, a criança começa a combinar os movimentos fundamentais buscando, através de estimulações, uma maior diversificação e refinamento desses movimentos, podendo alcançar estágios de maior complexidade, adquirindo também uma melhor orientação espaço-temporal e dominância da lateralidade, distinguindo a esquerda e a direita apenas em si mesma (HURTADO, 1987, p.29, TANI et al., 1988, p. 87). A partir desta fase, a criança desenvolve facilidade para a aprendizagem, contudo, um certo número de repetições é indispensável, o que não significa necessariamente a utilização de uma metodologia específica de ensino, principalmente referente a parte técnica, devido ao nível maturacional em que a criança se encontra (CRUZ, 2001, p. 90).

Aos 8 anos de idade, a criança possui algumas modificações biomorfológicas, como algumas leves modificações na fisionomia, há um aumento do tamanho do comprimento dos braços e do tamanho das mãos, nessa idade possui uma tendência para desafios onde possa demonstrar suas capacidades físicas, como as de força, de equilíbrio, a sua velocidade e agilidade, e outras capacidades que por ventura possa desenvolver nessa fase. Geralmente aceita brincar com crianças de menor idade, sendo que suas atividades motoras são crescentes e compatíveis com seus próprios interesses (HURTADO, 1987, p. 29-30).

Aos 9 anos, a maturidade do sistema neuromotor é maior do que nas fases anteriores, possibilitando um maior interesse na prática de suas habilidades, uma maior tendência de aperfeiçoar as suas aptidões e muito mais técnica na execução de suas atividades. Começa a ter mais interesse pelos esportes que usam bola e que são coletivos, como o futebol e o

basquetebol, entre outros, adora andar de bicicleta e começa a brincar de luta com os colegas, integrando-se geralmente a grupos do mesmo sexo (HURTADO, 1987, p. 30).

Aos 10 anos de idade, a criança geralmente está cursando a 4ª série, fase onde ocorre um amadurecimento biológico, social e psicológico, processo este que coloca a criança próxima da fase da adolescência, sendo ideal trabalhar atividades específicas, e variáveis, que contemplem um maior grau de complexidade e evitando a especialização precoce (HURTADO, 1987, p. 31, TANI et al., 1988, p. 89).

É importante que o profissional que atua na Educação Física pré-escolar e nas 4 primeiras séries do ensino fundamental, que corresponde aproximadamente a faixa etária de 2 a 10 anos, proporcionar atividades que possam oportunizar o desenvolvimento de forma hierárquica, utilizando-se num primeiro instante dos movimentos fundamentais com estruturas mais simples, sendo que posteriormente combine esses movimentos e habilidades básicas entre si para servir de base para a formação de estruturas mais organizadas e com um grau de complexidade maior (TANI et al., 1988, p. 89).

2.3 PROPOSTA METODOLÓGICA DE ENSINO DE JUDO PARA CRIANÇAS NA EDUCAÇÃO INFANTIL E SÉRIES INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL

O Judô apresenta-se, desde a sua origem, como uma excelente contribuição para o desenvolvimento do ser humano, seja nos aspectos formativos e educativos (arte e filosofia), ou como um nobre esporte rico em movimentos, desde que se respeite as fases do desenvolvimento motor, principalmente na criança.

Alguns autores como GROSSO (2001), JÚNIOR (1999) e DELIBERADOR (1996), apresentam suas propostas metodológicas discutindo seus pontos de vista a partir de uma crítica ao modelo tradicional do ensino de Judô, modelo este que visa uma prática rigidamente padronizada, que por vezes impede a criatividade e a vivência de várias experiências motoras que poderiam ser utilizadas nas aulas.

Em seu livro, Metodologia da participação, DELIBERADOR (1996) apresenta sua proposta de modo bem acessível, ou seja, aceitando a estrutura básica do Judô acrescentando um maior respeito aos anseios do aluno, sendo que se utiliza da coletividade nas atividades

para o crescimento da turma, levando em conta a individualidade de cada pessoa, o estágio de desenvolvimento e a participação ativa dos alunos nesse processo de ensino.

JUNIOR (1999), critica o tratamento excessivamente técnico que se dá ao ensino do Judô por grande parcela dos profissionais da área, propondo um olhar mais crítico do aluno perante as inúmeras questões de contextualização sociais, políticas e econômicas inerentes ao surgimento e prática do Judô atual, apresentando em seu trabalho um tipo de apostila sócio-histórica do Judô, para que o aluno possa refletir os vários conteúdos e utilidades que o ensino dessa arte apresenta.

Para VARGAS NETO (1997, p.4-5), deve prevalecer no ensino de Judô a contribuição na formação humana por meio dessa arte, e que o lado esportivo não deve só existir o treinamento visando o rendimento e sim um preparo adequado respeitando as fases maturacionais de crescimento e desenvolvimento.

Acredito que uma das estratégias de aula pode ser a utilização de recursos lúdicos nas atividades propostas na aula de Judô. As crianças têm uma atração especial por brincadeiras e jogos, sendo interessante o professor atentar para esse fato e buscar de modo criativo alternativas lúdicas no vasto conteúdo que o Judô apresenta, assim como GROSSO (2001), utilizou-se do lúdico² como proposta de ensino do Judô para crianças de 4 a 12 anos, pois acredita que através desse recurso o professor de Judô terá mais facilidade para transmitir os ensinamentos dessa arte concomitantemente aos valores de uma visão humanista e progressista da Educação Física contemporânea. Apresento alguns exemplos de atividades lúdicas em aulas de Judô (Anexo-5).

A utilização do lúdico nesta proposta leva em conta o estado de desenvolvimento motor que a criança se apresenta, pois algumas atividades que atendem crianças da educação infantil por vezes são desinteressantes para aqueles que estão em séries posteriores, pois o nível habilidades motoras de uma criança de 4 anos, por exemplo, é diferenciado de uma criança de 11 anos, que apresenta uma maior variedade de movimentos e maturidade biológica.

MONTEIRO (1998, p. 107), afirma que o trabalho lúdico, mesmo em trabalhos onde ocorre um maior rigor de treinamento, seria o melhor modo de manter um nível de dedicação,

² Referente a. ou que tem o caráter de jogos, brinquedos e divertimentos. AURÉLIO, B. H. F. Novo dicionário Aurélio da Língua Portuguesa. 2. ed. Rio de Janeiro : Nova Fronteira, 1986: p. 1051.

esforço e superação da capacidade física; recomendando este trabalho também para atletas de judô.

Como no Judô existem variados tipos de técnicas, principalmente de arremesso ao solo (Anexo-3), o mais adequado seria um constante ensinamento de todos os tipos de quedas existentes (Anexo 2), principalmente, se possível, já na idade infantil, que engloba mais ou menos dos 4 aos 6 anos, sendo importante esse trabalho no contato com o solo, ocorrendo a familiarização das crianças com o tatami, que é a superfície onde se pratica o Judô. Este processo de familiarização é fundamental, pois a partir do momento que a criança adquirir confiança e perder o medo de cair no chão, de forma correta, estará apta a receber os demais ensinamentos técnicos do Judô.

Para os alunos que estão praticando já nos primeiros anos do ensino fundamental, pode-se, a título de desenvolvimento das quedas e de motivação, utilizar-se de desafios, como fazer essas quedas sobre obstáculos, saltar e cair no chão á distância, e outras formas criativas, como podemos observar nos Anexos.

LE BOULCH (1986, p. 65-67), demonstra que a utilização de exercícios de coordenação global permite que a criança crie sozinha suas experiências, sendo mais importante para criança tatear experimentalmente do que o resultado do trabalho realizado. O método global permite que a criança vivencie de modo mais espontâneo os movimentos, fugindo de uma padronização de movimentos que poderia ser precoce em relação ao estágio de desenvolvimento em que se encontra, sendo assim, é aconselhável utilizar-se de uma metodologia mais específica apenas quando a criança tiver tido a possibilidade de experimentar inúmeras variações de movimentos, evitando assim algum tipo de especialização precoce das técnicas.

RODRIGUES (1997, p.27) admite que a atividade motora global apresenta-se como prioridade na idade pré escolar e primeiras séries, pois são nessas etapas de desenvolvimento que surgem múltipla formas de habilidades motoras.

O profissional que atuar na área de Judô, ao utilizar-se dessa teoria de coordenação global, estará oportunizando aos seus alunos uma gama de exercícios mais variados, contribuindo assim para um desenvolvimento motor mais adequado, tornando a criança mais criativa e sensível para um processo de aprendizagem contínuo.

Em suma, esta proposta visa demonstrar que o ensino de Judô deve ser realizado por profissionais que entendam e respeitem o processo de desenvolvimento do ser humano,

utilizando dos aspectos motores aliando-se a eles a filosofia da arte proposta por Kano desde a criação da modalidade, ou seja, adaptar o ensino de Judô tradicional a uma seqüência metodológica mais consciente que se relacione com as fases de desenvolvimento da criança, podendo também utilizar como ferramentas eficazes o aspecto lúdico para a motivação, sendo que algumas sugestões dessas seqüências de atividades encontra-se no (Anexo-5).

3. METODOLOGIA

A metodologia empregada neste trabalho compreende uma minuciosa revisão bibliográfica, que abordou o tema e o problema proposto no presente. Foram consultados livros, revistas, produções científicas e os mais variados tipos de trabalhos possíveis que contribuíram e enriqueceram o trabalho sobre o ensino do Judô direcionado para crianças, principalmente as fontes que evidenciaram o aspecto de formação da criança e procuraram relacioná-los com as fases do desenvolvimento motor.

Os artigos bibliográficos encontrados foram selecionados de acordo com abordagens atuais, procurando possibilitar uma pesquisa mais avançada em termos cronológicos, e comparar esses dados ao ensinamento de Judô tradicional desde a sua criação e seus objetivos iniciais e o seu desenvolvimento durante o decorrer da história. A inter-relação entre esses dados foi realizada com coerência, utilizando-se de trabalhos específicos dentro dessa realidade, sendo também a Internet um instrumento de pesquisa valioso no que consta o quesito atualização do trabalho.

4. CONCLUSÃO

A proposta metodológica de ensino de Judô para crianças realizada neste trabalho de Monografia reflete a necessidade de estudos cada vez mais relacionados entre a modalidade de Judô e o processo de Desenvolvimento Motor, sendo que a carência dessas obras reflete diretamente sobre a qualidade de ensino do Judô nos diversos ambientes de ensino dessa arte, principalmente no ambiente escolar.

Na revisão bibliográfica de obras e artigos relacionados especificamente com o ensino do Judô, observamos que a maioria dos autores se direcionam em busca do aprimoramento técnico, à filosofia do mestre Kano, ao rendimento dos atletas ou simples figuras demonstrativas das técnicas e demais posturas do judoca; entretanto outros autores (GROSSO, 2001; JUNIOR, 1999; DELIBERADOR, 1996; VIRGÍLIO, 1994); preocupam-se também com o lado pedagógico, com o ensino dessa arte através de atividades lúdicas, com responsabilidade com o lado formativo e pedagógico, apesar de ainda faltar um melhor direcionamento de ensino do Judô que respeite a cada fase de desenvolvimento da criança, apesar de DELIBERADOR (1996) e GROSSO (2001), explicitarem em alguns momentos dentro de suas obras algumas teorias e atividades relevantes ao ensino de Judô para crianças.

A proposta apresentada pode servir de estímulo para que professores e acadêmicos ligados ao ensino do Judô produzam trabalhos voltados dentro dessa interação entre as diversas etapas do Desenvolvimento Motor das crianças, pois não podemos nem devemos ensinar o Judô que é praticado pelos grandes atletas ou adultos, pois a criança vive num grau de crescimento e desenvolvimento totalmente distinto do que o observado na fase da adolescência e adulta, pois além das mudanças fisiológicas, morfológicas e anatômicas, a criança ainda está num patamar psicossocial totalmente diferente da vida de um indivíduo adolescente e adulto.

Como geralmente as crianças aprendem com mais facilidade brincando, pois este método atrai mais atenção e interesse ao conteúdo dado, a ludicidade nesta proposta apresenta-se como um instrumento imprescindível no ensino da arte do Judô para as crianças, deixando que os valores de respeito e disciplina sejam dados dentro de limites compreensíveis para a criança, condenando-se aqueles que acreditam ser a disciplina algo rígido que comprometa a criatividade e a participação mais efetiva dos alunos. Recomenda-se também que o professor observe alguns limites de movimentos que possam por ventura prejudicar o

crescimento e a maturação de várias estruturas corporais que se encontram em processo de desenvolvimento, como por exemplo obrigar uma criança a cair numa técnica do tipo *Koshi guruma* (Anexo 3-B) se ela não realizou sequer uma vez qualquer um dos rolamentos ou quedas (*ukemis*), pois estes se apresentam como imprescindíveis para o judoca poder ser projetado em qualquer técnica de arremesso.

O profissional do judô também deve compreender que o treinamento visando especificamente a conquista de diversos níveis de competição pode vir a comprometer o desenvolvimento da criança, devendo então ensinar as técnicas dentro dos limites corporais, de aprendizado do interesse das crianças, e nunca impor um grau específico de excelência no aprimoramento técnico e tático, por esse motivo, a proposta defende também a utilização do método global de aprendizado, onde a criança aprende dentro dos seus limites e de sua própria consciência corporal, evitando-se assim uma perigosa e rígida padronização das técnicas, respeitando-se assim os princípios da individualidade biológica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ARPIN, L. **Livro de Judô de pé: tachi-waza (Go-Kyu)**. Rio de Janeiro : Editora Record, 1970.

CAMPOS, W. Criança no esporte. **Treinamento desportivo**. Curitiba, v. 3, n. 3, p. 48-53, 1998.

CRUZ, V. P. da **A prática de atividade física e esportes aplicadas as particularidades da fisiologia da criança**. Curitiba, 2001. Monografia (especialização em fisiologia) – Setor de Ciências Biológicas, Universidade Federal do Paraná.

DELIBERADOR, A. P. **Judô: metodologia da participação**. Londrina : Lido, 1996.

FEDERAÇÃO PARANAENSE DE JUDÔ. **Regulamento para outorga de faixa**. Cascavel, 1996. Apostila.

FLINCHUM, B. M. **Desenvolvimento motor da criança**. Rio de Janeiro : Interamericana, 1981.

GROSSO, F. **A ludicidade como estratégia motivacional da aprendizagem de Judô para crianças na faixa etária de 4 à 12 anos**. Disponível em: <<http://www.judobrasil.com.br/fgrosso.htm>> Acesso em 8 jun. 2001.

HARVEY, M. G. **The Judô instructor**. New York : Emerson Books, Inc, 1958.

HURTADO, J. G. G. M. **Educação física pré-escolar e escolar 1ª à 4ª série: uma abordagem psicomotora**. 4. ed. Curitiba : PRODIL, 1987.

JUNIOR, O. C. Uma proposta para o ensino do Judô sob a ótica crítico-superadora : Dando os primeiros passos no Dojô. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte/Caderno Anais 2**, Florianópolis, v. 1, n. 21, p. 449-457, set. 1999.

KANAYAMA, D. Saudação: a forma de alto respeito. **Ippon Judô**, São Paulo, v. 1, n. 6, p. 12, out. 1996.

KEIZI, M. **Manual prático de Judô**. São Paulo : Nova Sampa, 1995.

KUDO, K. **Judô in action: Grappling Techniques**. 5. ed. Tokyo : Japan Publications Trading Company, 1971.

KUDO, K. **Judô in action: Throwing Techniques**. 10. ed. Tokyo : Japan Publications Trading Company, 1974.

LADEWIG, I. **Desenvolvimento motor**. Curitiba, 1998. Apostila.

LE BOULCH, J. **A educação pelo movimento: a psicocinética na idade escolar**. 3. ed. Porto Alegre : Artes Médicas, 1986.

LOPES, M. A. et al.: A formação profissional dos senseis cujo atletas se classificaram para participar do campeonato paulista sênior de Judô de 99. In : CONGRESSO MUNDIAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA – FIEP, 15., 2000, Paraná. **Anais...** Paraná : Fiep, 2000. p. 26.

MADE IN JAPAN. **Judô: expansão meteórica**. São Paulo, v. 2, n.13, p.28, out. 1998.

MONTEIRO, L. B. **O treinador de Judô no Brasil**. Rio de Janeiro : Sprint, 1998.

PIKUNAS, J. **Desenvolvimento humano: uma ciência emergente**. São Paulo : McGraw-Hill, 1979.

RODRIGUES, M. **Manual teórico-prático de Educação Física infantil**. 6. ed. São Paulo : Ícone, 1997.

TAKESHITA, K. **Judô: Antigo Jiu-Jitsu**. São Paulo : Editora Gráfica Latina, 1967.

TANI, G. et al. **Educação física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo : E.P.U., 1988.

TEGNER, B. **Guia completo de Judô: do principiante ao faixa-preta**. 13. ed. Rio de Janeiro : Record, 1999.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Sistema de bibliotecas. **Normas para apresentação de documentos científicos, 2** : teses, dissertações, monografias e trabalhos acadêmicos. Curitiba, 2000.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Sistema de bibliotecas. **Normas para apresentação de documentos científicos, 6** : referências. Curitiba, 2000.

UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARANÁ. Sistema de bibliotecas. **Normas para apresentação de documentos científicos, 7** : citações e notas de rodapé. Curitiba, 2000.

VARGAS NETO, F. X. de. Iniciação e especialização esportiva de crianças. **Ippon Judô**, São Paulo, v. 2, n. 11, p. 4-5, jun./jul. 1997.

VIRGÍLIO, S. **A arte do Judô**. 3. ed. Porto Alegre : Rígel, 1994.

WEINECK, J. **Biologia do esporte**. São Paulo : Manole, 1991.

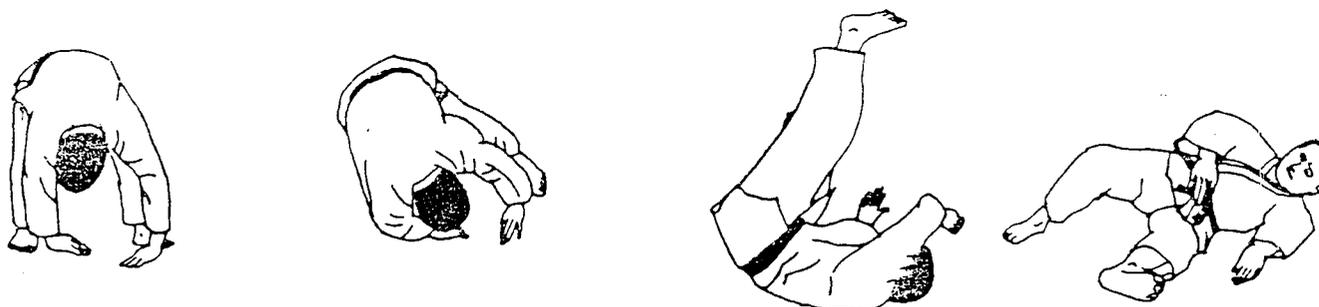
ANEXOS

ANEXO 1 – PRINCÍPIOS FILOSÓFICOS CITADOS PELO MESTRE KANO

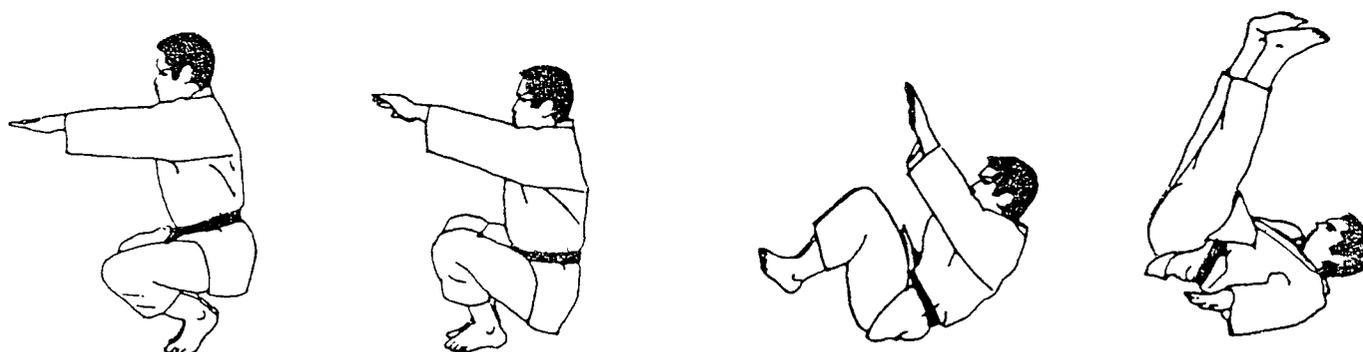
1. Conhecer-se é dominar-se, e dominar-se é triunfar;
2. Quem teme perder, já está vencido;
3. Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo, humildade;
4. Quando verificares, com tristeza, que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso no aprendizado;
5. Nunca te orgulhes de haver vencido um adversário, quem venceste hoje poderá derrotar-te amanhã, a única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância;
6. O judoca não se aperfeiçoa para lutar. Luta para se aperfeiçoar;
7. O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu a seus companheiros;
8. Saber cada dia um pouco mais, utilizando o saber para o bem, é o caminho do verdadeiro judoca;
9. Praticar o Judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como ensinar o corpo a obedecer corretamente, o corpo é uma arma cuja eficiência dependa da precisão com que se usa a inteligência.

ANEXO 2 – QUEDAS UTILIZADAS NO ENSINO DO JUDÔ

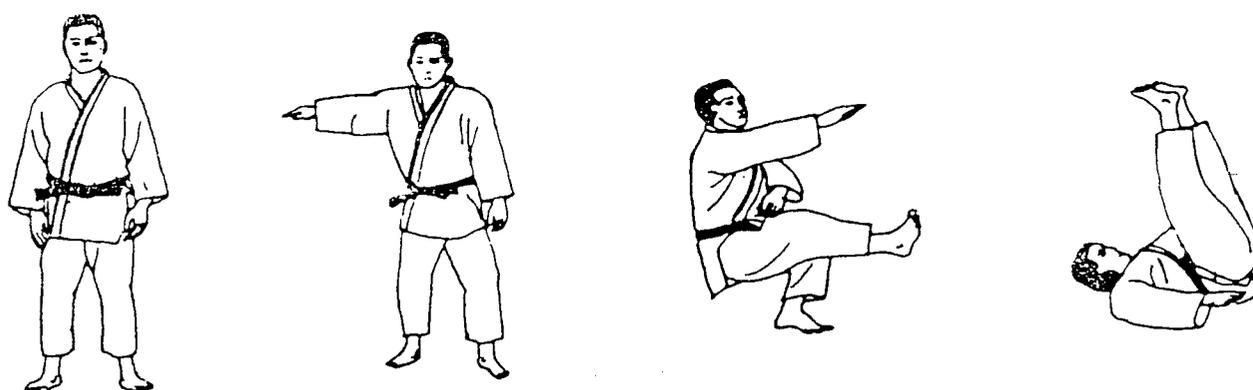
A) Mae ukemi (rolamento para frente)



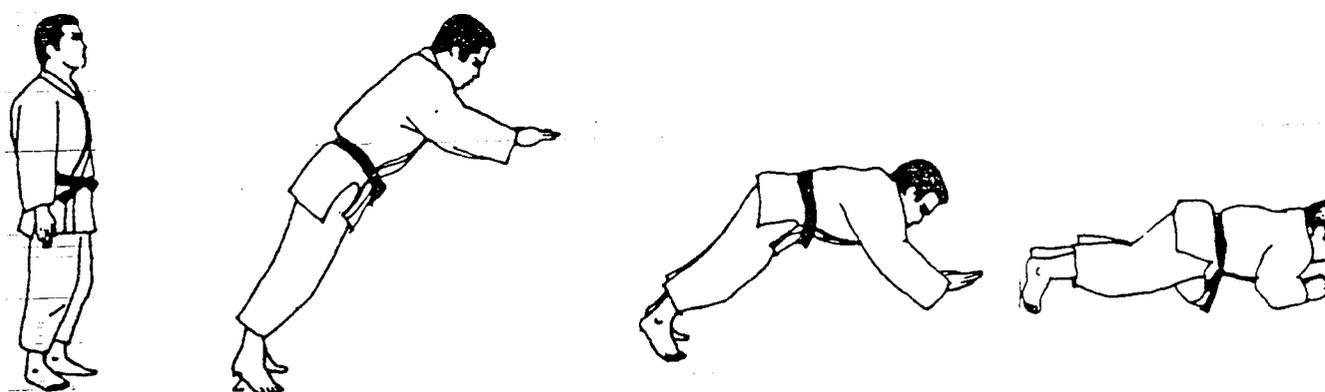
B) Ushiro ukemi (queda de costas)



C) Yoko ukemi (queda lateral)



D) Zenspô ukemi (queda frontal)



ANEXO 3 – EXEMPLOS DE TÉCNICAS DAS SUBDIVISÕES DO TACHI WAZA E NE WAZA

A) Kata guruma



B) Koshi guruma



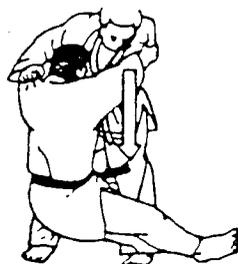
C) De ashi barai



D) Tomoe nague



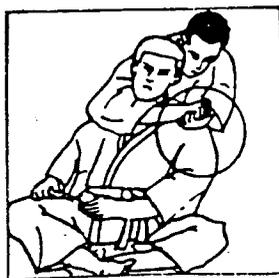
E) Uki waza



F) Hon kesa gatame



G) Hadaka jime



H) Juji gatame



ANEXO 4 – O GOKIÔ

Gokiô: cinco grupos ou séries de oito golpes

Dai Ikyo - 1° Série

1. De ashi barai
2. Hiza guruma
3. Sasae tsuri komi ashi
4. Uki goshi
5. O soto gari
6. O goshi
7. O uchi gari
8. Seoi nague

Dai Nykio - 2° série

1. Ko soto gari
2. Ko uchi gari
3. Koshi guruma
4. Tsuru komi goshi
5. Okuri ashi barai
6. Tai otoshi
7. Harai goshi
8. Uchi mata

Dai Sankio - 3° série

1. Ko soto gake
2. Tsuru goshi
3. Yoko otoshi
4. Ashi guruma
5. Hane goshi
6. Harai tsuri komi ashi
7. Tomoe nague
8. Kata guruma

Dai Yonkyo - 4° série

1. Sumi gaeshi
2. Tani otoshi
3. Hane makikomi
4. Sukui nague
5. Utsuri goshi
6. O guruma
7. Soto makikomi
8. Uki otoshi

Dai Gokio - 5° série

1. O soto guruma
2. Uki waza
3. Yoko wakare
4. Yoko guruma
5. Ushiro goshi
6. Ura nague
7. Sumi otoshi
8. Yoko gake

ANEXO 5 – SUGESTÃO DE ATIVIDADES PARA O ENSINO DE JUDÔ PARA CRIANÇAS DA EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

Nota: todas as atividades que forem realizadas dentro da área destinada ao Judô (tatami), os alunos deverão estar descalços e com o seu judogui (kimono) devidamente vestido e a saudação inicial realizada pelo professor e alunos.

PULA PULA CAI

Posição inicial: em pé no tatami dispostos aleatoriamente.

Desenvolvimento: ao sinal do professor (ex. palmas), todos os alunos começam a saltitar no tatami e o professor fica repetindo “pula, pula...,cai!” – podendo bater palmas ao mesmo tempo, sendo que os alunos no comando “cai” se lançam ao solo do modo que desejarem. A um segundo sinal os alunos deverão levantar-se e saltitar, seguindo-se a mesma seqüência, sendo uma atividade utilizada geralmente no ensino infantil sendo sua variação as técnicas específicas de queda, já no Ensino Fundamental.

Objetivo: Aquecimento que visa familiarização ao tatami, com as crianças podendo sentir a diferença de impacto do tatami em relação ao piso comum, e uma atividade de queda simples e sem técnica específica, onde o aluno vai ao solo do modo que julga ser mais adequado, ou seja, apresenta-se como um método global de aprendizado, servindo também para que o professor avalie o padrão que cada aluno apresenta.

O “BULDOGUE”

Posição inicial: todos em pé, sendo um aluno em quatro apoios que será “buldogue”.

Desenvolvimento: ao comando do professor – Hajimê (começar), o aluno buldogue começa a perseguir os demais que estão em pé, até que consiga segurar e/ou derrubar um dos colegas em direção ao solo, sendo que o colega capturado irá se transformar em outro buldogue, seguindo-se a atividade até que o último aluno em pé seja capturado. É uma atividade bem motivante e pode serem feitas inúmeras variações.

Objetivo: Aquecimento, familiarização ao solo, as quedas, a movimentação sobre o tatami e as pegadas no quimono.

CAÇA A TARTARUGA

Posição inicial: todos em quatro apoios, sendo um ou dois alunos em pé.

Desenvolvimento: ao sinal do professor, o aluno que está em pé começa a perseguir os demais que estão em quatro apoios, e tentará virá-los em decúbito dorsal, sendo que o aluno pego deverá mexer as mãos e as pernas imitando uma tartaruga, podendo voltar a fugir apenas quando um dos colegas encostar no seu corpo.

Objetivo: consiste num trabalho de contato corporal entre as crianças, pois o Judô é praticado necessariamente com freqüente contato corporal. Trabalha também contato com o solo, percepção e imagem corporal, além de ser um aquecimento rico em objetivos (trabalho no solo).

CAMARÃO

Posição inicial: pode-se utilizar uma fila ou dispor-se em fileiras.

Desenvolvimento: ao comando do professor, os alunos, em ordem, deitam-se no solo em decúbito dorsal, movimentando-se com auxílio dos calcanhares, do movimento de quadris e ombros, sem utilizar-se das mãos, se deslocando de acordo com o sentido estipulado pelo professor.

Objetivo: trabalho no solo (fuga de imobilização), de coordenação geral, e de agilidade.

CIRCUITO

Posição inicial: consiste numa seqüência de atividades em forma de circuito, onde os alunos partirão da posição sentada, com as faixas desamarradas.

Desenvolvimento: a atividade é dividida em várias provas, sendo que na primeira, chamada de desafio do Rambo, um aluno ficará deitado segurando na ponta da faixa e outro sentado segurando a outra extremidade, sendo que o aluno sentado puxa o que está deitado até que se encostem. Pode-se repetir quantas vezes achar necessário, e inverter o exercício, onde quem está deitado se movimenta sozinho até o companheiro sentado. Após essa prova, um dos alunos ficará em pé e de costas para quem está sentado no chão, sendo que este último segurará as pontas da faixa com ambas as mãos, e o meio da faixa circulará a cintura de quem está de pé. Ao sinal do professor o aluno em pé se movimentará e automaticamente movimentará aquele que está sentado, sendo esta prova chamada de carroça. A terceira

consiste num aluno que fica deitado em decúbito ventral segurando com as mãos numa ponta da faixa, e o outro que está de pé conduzirá seu colega andando ou correndo sobre o tatami, sendo o nome dessa prova designada como táxi. O professor pode, a seu critério, criar novas provas, desde que se utilize da faixa como instrumento base das tarefas.

Objetivo: utilizar-se do uniforme como instrumento e incentivo para criança, propiciar um trabalho de força de vários tipos, utilizando do aspecto lúdico e possibilitando que a criança crie também outras formas de provas do circuito.

CAMBALHOTA

Posição inicial: os alunos dispostos em fila ou em fileiras.

Desenvolvimento: os alunos, cada um na sua vez, deverão realizar uma cambalhota do jeito mais fácil, sem interferência do professor quanto a técnica, a não ser que a criança esteja muito insegura, ou desrespeitando normas básicas de segurança, sendo necessário nesses casos a interferência direta do professor. Nas próximas execuções, o professor pode mostrar alguns modelos existentes e lançar desafios aos seus alunos, como por exemplo fazer a cambalhota procurando encostar a cabeça no chão sem apoiá-la, apoiando mais os braços, ou realizar as cambalhotas de modo grupado, carpado, terminando sentado, em pé, iniciando em pé, terminando de perna aberta, etc.

Objetivos: preparar o aluno para as futuras quedas específicas do Judô, neste caso o mae-ukemi, ver Anexo-2A.

CAVALO DE GUERRA

Posição inicial: em duplas, dispostos aleatoriamente no Dojô (sala de Judô), sendo um em quatro apoios e o outro sobre o colega, como estivesse “montando um cavalo”.

Desenvolvimento: a partir da posição inicial, os alunos em quatro apoios (cavalinhos) começam a se mover, sendo que aqueles que estão montados sobre os cavalinhos começam a se aproximar das outras duplas, sendo que esta atividade consiste em derrubar o colega que encontra-se montado no outro cavalo, podendo pegar apenas no quimono para poder tentar derrubar. A atividade pode desenvolver-se com várias regras, dependendo dos objetivos, podendo o professor trocar as duplas, trocar as posições (quem era cavalo passa a montar e vice-versa), podendo montar equipes e utilizar os cavalos na posição de pé (desde que tenham equilíbrio suficiente e maior segurança para cair no solo).

Objetivos: atividade lúdica que pode ser tratada de modo competitivo e/ou de cunho socializante. Trabalha-se a familiarização no solo, com o quimono, algumas formas de desequilíbrio (Kuzushi), educativo de quedas e trabalho de puxadas. Pode servir tanto como aquecimento como na finalização da aula.

TRANSPONDO OBSTÁCULOS

Posição inicial: em filas ou fileiras.

Desenvolvimento: o professor propõe a transposição de possíveis obstáculos (uma faixa esticada no tatame, bastões, quimonos ou até mesmo alguns alunos e o próprio professor), sendo que a altura e a distância utilizadas nesses obstáculos seriam de acordo com os níveis de segurança e o limite de cada aluno, levando-se em conta o nível do aprendizado dos Ukemis. Cada aluno em sua ordem de execução da queda irá ao encontro do obstáculo proposto e realizará a queda mae-ukemi, por exemplo, e para ocorrer maiores estímulos, pode-se variar as distâncias e a altura dos obstáculos.

Objetivo: apresenta-se como uma atividade desafiadora e estimulante, fazendo com que as quedas do Judô mostrem a sua utilidade prática, a sua eficiência e a avaliação da turma em relação a técnica.