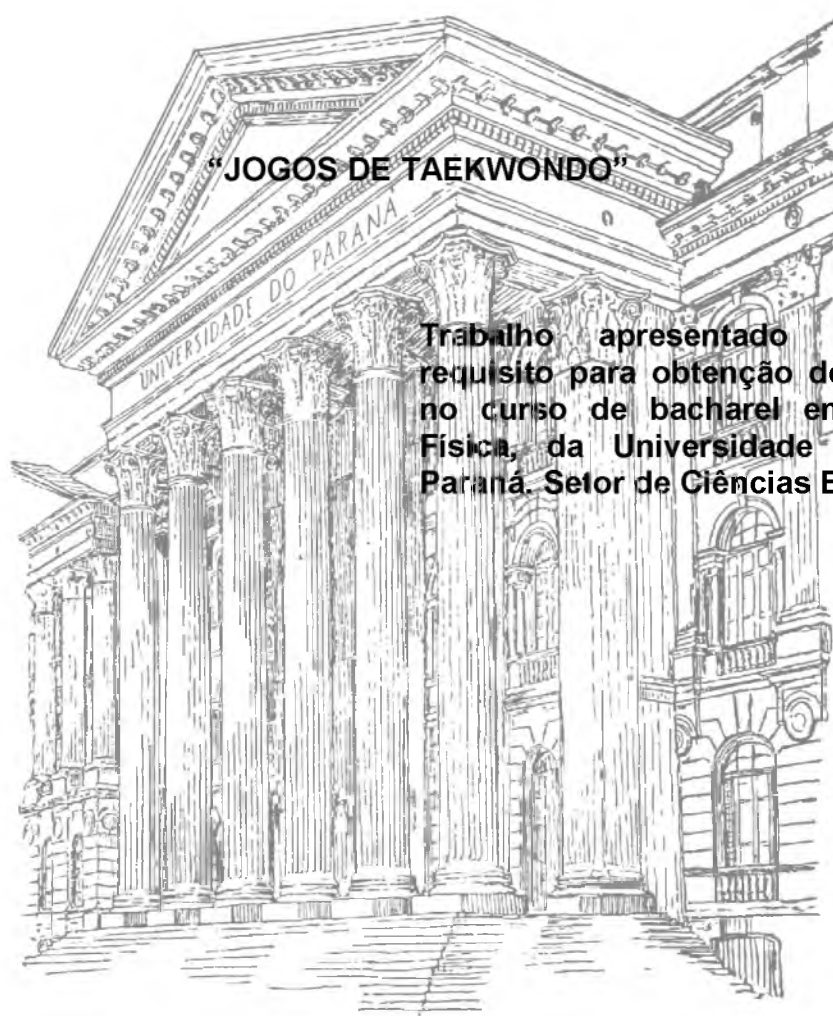


EDSON DE ABREU JUNIOR



“JOGOS DE TAEKWONDO”

Trabalho apresentado como pré-requisito para obtenção de graduação no curso de bacharel em Educação Física, da Universidade Federal do Paraná. Setor de Ciências Biológicas

CURITIBA

2009

EDSON DE ABREU JUNIOR

“JOGOS DE TAEKWONDO”

Trabalho apresentado como pré-requisito para obtenção de graduação no curso de bacharel em Educação Física, da Universidade Federal do Paraná. Setor de Ciências Biológicas

Orientador: Doutor Sérgio L.C. Santos

CURITIBA

2009

DEDICATÓRIA

“Dedico aos meus pais, aos amigos sinceros e todos
que me apoiaram e fizeram que fosse possível
a realização desse trabalho.”

AGRADECIMENTOS

“Agradeço a Deus primeiramente, aos meus pais, meus alicerces, aos meus amigos, família que escolhi, meu orientador, e á meu mestre que me ensinou o caminho dos pés e das mãos.”

"Mil cairão ao meu lado, dez mil a minha direita,
mas nenhum mal me atingirá"
(salmo 91, versículo 7)

RESUMO

JOGOS DE TAEKWONDO

A infância é o momento das grandes transformações a nível morfofuncional, psicológico, social e cognitivo dentre outras. As aquisições e experiências que a criança tem nessa idade se refletirão de modo positivo ou negativo durante toda a vida do indivíduo, podendo causar traumas permanentes. A participação de crianças em atividades esportivas deve ser planejada com base nas fases de desenvolvimento infantil, elas retêm informações importantes acerca do nível de habilidade e capacidades físicas que a criança se encontra. A criança dos 7 aos 12 anos de idade se encontra na fase da idade escolar, segunda infância, ou ainda período das operações concretas, que é caracterizada pelo momento em que se inicia o refinamento de habilidades motoras adquiridas na fase anterior, além do aperfeiçoamento das capacidades físicas gerais. São evidentes também nessa fase fatores referentes ao psicológico da criança, como as evoluções, sobretudo nas relações interpessoais e ambientais. A criança já tem o conceito de reversibilidade e seu egocentrismo característico dos anos iniciais da infância já são minimizados. O Taekwondo, arte marcial, conhecida como, arte da totalidade (mente, corpo e espírito), nessa idade já pode ser praticada tranquilamente porém com treinos adequados a faixa etária atendida. Nesse sentido a necessidade de uma metodologia diferenciada para crianças se faz necessária. Os jogos e a infância são termos indissociáveis, sendo assim uma metodologia para o ensino do Taekwondo com base nos jogos é a forma mais eficiente e eficaz de desenvolver capacidades e habilidades motoras, além de gestos técnicos referentes aos esportes de forma adequada a realidade da criança.

Palavras-chave: desenvolvimento motor, ludicidade, Taekwondo.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	1
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA.....	1
1.2 OBJETIVOS.....	4
1.2.1 Objetivo geral.....	4
1.2.2 Objetivo específico.....	4
1.3 JUSTIFICATIVA.....	5
1.4 HIPÓTESES.....	6
1.5 METODOLOGIA.....	7
2 DESENVOLVIMENTO	8
2.1 CARACTERÍSTICAS PSICOMOTORAS DE CRIANÇAS DE 07 Á 12 ANOS.....	8
2.1.1 características motoras e psicológicas de crianças.....	8
2.1.2 habilidades motoras.....	13
2.1.3 capacidades físicas.....	15
2.1.3.1 força.....	17
2.1.3.2 velocidade.....	17
2.1.3.3 resistência.....	19
2.1.3.4 flexibilidade.....	19
2.1.3.5 coordenação.....	20
2.1.3.6 ritmo.....	20
2.1.3.7 equilíbrio.....	21
2.1.3.8 agilidade.....	22
2.1.3.9 orientação.....	22
2.2 IMPORTANCIA DA LUDICIDADE E DOS JOGOS NA INFÂNCIA.....	23
2.3 LUTAS NA INFÂNCIA.....	27
2.4 HISTÓRIA DO TAEKWONDO.....	30
2.5 A CRIANÇA E O TAEKWONDO.....	33
2.6 JOGOS DE TAEKWONDO.....	34
3 CONCLUSAO	37
4 REFERENCIAS	38
ANEXOS	42

1 INTRODUÇÃO:

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA

A prática esportiva é sem dúvidas uma das melhores formas de interação social para crianças. Desde as ultimas décadas tem-se observado um elevado número de crianças e adolescentes de ambos os sexos inseridas em programas de iniciação esportiva. Sendo que esta prática quando trabalhada de forma adequada é uma fonte permanente de educação e promoção da saúde. (CAMPOS E BRUM, 2004)

A iniciação esportiva é o meio no qual a criança tem a possibilidade de descobrir e aprender com o seu corpo, através de atividades e experimentações que façam com que corpo e mente, trabalhem em conjunto, no mesmo ritmo e intensidade. Impossível viver separadamente o aspecto físico, mental ou intelectual, toda atividade por mais simples que ela aparente ser, envolve todos esses aspectos entre outros mais específicos.

A Educação Física é uma das únicas áreas de conhecimento científico capaz de educar a criança integralmente, ou seja, em todos os aspectos:

“não há dúvida de que a aprendizagem de habilidades desportivas, quando adequadamente orientada, promove como consequência o desenvolvimento afetivo social, o desenvolvimento cognitivo, o desenvolvimento da condição cardiorespiratoria, e assim por diante. Mas convém repetir, quando é adequadamente orientada.”(TANI et all, 1988, pg.91)

A partir do 3º estágio evolutivo descrito por Piaget, estágio operatório concreto (7 A 12 anos), a criança já parece ter a seu comando um sistema cognitivo coerente e integrado o qual se organiza e manipula o mundo. (BIAGGIO, 1991) esse controle voluntário pode exercer-se com certa rapidez e a partir desse momento, os movimentos tornam-se rápidos e precisos pela aceleração normal diante repetições freqüentes. Nesse momento inicia a fase dos movimentos especializados a qual GALLAHUE (1989) apud LADEWIG (1999) descreve em seus textos como sendo a fase após a obtenção dos padrões fundamentais de movimento, na qual o equilíbrio e as habilidades locomotoras e, manipulativas estão sendo refinadas

progressivamente. Ou seja, nesse momento a prática de esportes de combate, como as lutas, já podem ser inicializadas. A prática de esportes de combate, como no caso o Taekwondo, desperta interesses diversos tais como o aspecto competitivo, benefícios físicos, mentais, espirituais entre outros. Podemos ainda evidenciar aspectos como concentração, disciplina, autocontrole, autoconfiança, persistência, respeito e determinação que são características dos esportes de combate, o Taekwondo é uma modalidade de combate que possui todas essas especificidades podendo ser observadas facilmente em um treino, apresentação ou mesmo em competição.

É evidente a importância e o papel que os esportes de combate tem se pensarmos no desenvolvimento de cidadãos em pessoas integras e de comunhão com a sociedade, porém se tratarmos do ensino desses esportes para crianças, surge a seguinte dúvida: será que os “mestres” e professores conseguem, realizar tal feito respeitando as características biológicas, sociais e motoras desses pequenos cidadãos? WEINECK (1999) observa que “a criança não é um adulto em miniatura; seu crescimento tem proporções diferentes referentes ao adulto, portanto seu treinamento deve ocorrer de forma diferenciada respeitando seu processo de amadurecimento”.

Segundo RUFFONI (2005), o lúdico deve ser a principal ferramenta no desenvolvimento e aprendizado das capacidades e habilidades das crianças. A ludicidade é de fundamental importância para a formação integral da criança. É através do lúdico a criança exalta seu poder de pulsão interior, liberdade de ação, naturalidade, atitude, e assim prazer raramente encontrados em outras atividades. O melhor e adequado meio lúdico se tratando na iniciação esportiva para crianças, é a execução de jogos lúdicos. Assim cita Costa (1991, p.146)

“O jogo proporciona ao sujeito da ação, conhecer o mundo, a si próprio, a consciência social e as descobertas e organizações das coisas do mundo. O jogo é um fazer pensando, é um pensar para fazer, interagindo com o meio, com as pessoas, com as possibilidades de relacionar-se, desempenhar seu real papel convivendo com seus pares numa relação recíproca e com todos esses elementos sentir-se autônoma, independente e capaz, distante da lógica da realidade adulta.”

Com base nos jogos infantis adaptados á cada meio que o permeia, é possível alcançar o desenvolvimento e refinamento do acervo motor da criança igual, ou melhor, que as metodologias de treino tradicionais, tecnicistas e desportivizantes, encontradas na maioria das academias de artes marciais. Os jogos são uma forma saudável e condizente á faixa etária trabalhada para desenvolver valências físicas como força, velocidade, equilíbrio, agilidade, resistência, noção espaço temporal e consciência corporal além de habilidades locomotoras, manipulativas e estabilizantes, respeitando a fase de desenvolvimento morfofuncional, social e psicológica dos educandos.

Sendo assim é relevante para o profissional de Educação Física com atuação na área de lutas conhecer toda a esfera de especificidades pertinente ao processo evolutivo da criança, propondo assim nessa fase, atividades que orientem para uma verdadeira e integral formação do individuo em um cidadão integro. A prática do Taekwondo com suas características moral, espiritual e física, aliada a uma metodologia de ensino com base nos jogos de oposição para crianças, pode ser um perfeito meio para se alcançar essa transformação da criança culminando ainda numa nova perspectiva de iniciação esportiva que transcenda as barreiras de uma sociedade direcionada ao mercado de trabalho e consumismo exarcebado levando a uma atividade voltada á cultura corporal do movimento.

1.2 OBJETIVOS

1.2.1 OBJETIVO GERAL

Através da análise dos fatores referentes ao desenvolvimento maturacional da criança, particularmente da segunda infância (6/7 á 11/12 anos de idade), relacionar os principais aspectos sobre o desenvolvimento das habilidades e capacidades físicas assim como evidenciar a metodologia mais condizente á faixa etária estudada a fim de desenvolver os aspectos do desenvolvimento motor na modalidade de arte marcial Taekwondo, com base nos jogos de oposição.

1.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Como objetivos específicos: revisarei a literatura acerca da análise das principais características motoras e psicológicas da faixa etária da segunda infância; caracterização dos aspectos acerca da ludicidade para o ensino e aprendizagem de gestos motores, habilidades e capacidades físicas; descrição de aspectos referentes ao Taekwondo; descrever a luta para crianças e por fim construir uma nova metodologia com base nos jogos de oposição para o aprendizado do Taekwondo com ênfase no desenvolvimento das habilidades e capacidades físicas.

1.3 JUSTIFICATIVA

A rotina de treinos e competições esportivas pode estressar ou até traumatizar a criança de tal modo que resulte num desinteresse total pelo esporte quando ela chegar à vida adulta.

Nunca devemos esquecer que as crianças estão em fase de crescimento, que seus corpos estão em formação, e o desenvolvimento do corpo com uma atividade a fim de ganhar desempenho poderia trazer problemas de formação, irreparáveis para às crianças

(TESHAINER, s/d)

Segundo Oliveira e Paes (2004) O envolvimento das crianças nas atividades desportivas deve ter caráter lúdico, participativo e alegre, a fim de oportunizar o ensino das técnicas desportivas, estimulando o pensamento tático. Todas as crianças devem ter a possibilidade de acesso aos princípios educativos dos jogos e brincadeiras, influenciando positivamente o processo ensino-aprendizagem.

Diante dessas análises sobre a iniciação esportiva, esse estudo justifica-se pelo fato de a iniciação esportiva ser tema pertinente a formação de um profissional de educação física, levando em conta que a prática de esportes de combate para crianças ter crescido necessitando assim, cada vez mais, da orientação de profissionais capacitados que conheçam as capacidades e habilidades reais de seus alunos.

1.4 HIPÓTESES:

A concentração, a disciplina, o auto-controle, a confiança, a persistência e a determinação são características que facilmente podem ser observadas em um treinamento de Taekwondo (KIM, 1995), porem aspectos relevantes do desenvolvimento integral da criança não são muito trabalhados.

Devemos, em todas as fases do desenvolvimento de uma criança, respeitar a sua individualidade, pois todas são diferentes. Precisamos saber identificar essas diferenças durante este processo e compreender os diferentes comportamentos motores/ cognitivos/ afetivo-sociais que venham a ocorrer, para que possamos obter êxito em nosso treinamento.

Os jogos com base na ludicidade são a melhor ferramenta para ensinar crianças uma determinada modalidade respeitando todas as características da fase de desenvolvimento na qual a criança se encontra.

1.5 METODOLOGIA

Para execução desse trabalho, fizemos, inicialmente uma revisão de literatura sobre os aspectos referentes a iniciação esportiva para crianças com análise de temas como: descrição de aspectos físicos, psicológicos e maturacionais de crianças da fase da segunda infância, 7 a 12 anos de idade; analisar aspectos acerca da importância dos jogos e ludicidade para o aprendizado de modalidades esportivas; análise das principais características das crianças inseridas em modalidades de lutas e; contextualizar a modalidade Taekwondo. Após essa revisão inicial da literatura, elaboramos uma nova proposta de treinamento de Taekwondo, para crianças da faixa etária citada anteriormente. Esta proposta teve base no desenvolvimento de capacidades e habilidades físicas, através do desenvolvimento de jogos de oposição pesquisados na literatura e outros criados pela nossa prática, como instrutor de Taekwondo, que podem ser utilizados para o desenvolvimento desses componentes do desenvolvimento motor.

2 Desenvolvimento

2.1 Características Motoras E Psicológicas De Crianças

A fase da infância é o momento das grandes e maiores transformações da vida do ser humano. É o momento das grandes descobertas, das grandes mudanças em todos os sentidos: cognitivo, morfofuncional, maturacional, psicológico, social entre outros e por isso é o momento que se deve ter a maior sensibilidade e consciência ao desenvolver atividades de treinamento e aprendizagem de habilidades motoras e participação em atividades recreativas, esportivas ou de sociabilização as quais terão influencia durante toda a vida.

Segundo Weineck (1991) o treinamento e o aprendizado de gestos esportivos devem ser diferenciados de um adulto, pois crianças e adolescentes estão em desenvolvimento contínuo, sofrendo inúmeras transformações físicas, psíquicas e sociais, tendo conseqüências que influenciam nas atividades corporais, bem como na capacidade de suportar carga. O treinamento deve ser planejado considerando-se as etapas de desenvolvimento fisiológico natural do indivíduo, que são: idade pré-escolar, primeira infância escolar, primeira fase puberal ou pubescência, segunda fase puberal ou adolescência. Nestas fases, ocorrem alterações significativas no organismo da criança, e o exercício físico assume papel importante no desenvolvimento morfofuncional. (PINI & CARAZZATTO, 1983)

O desenvolvimento motor pode ser definido como uma contínua alteração no comportamento ao longo da vida que acontece por meio das necessidades de tarefa, da biologia do indivíduo e o ambiente em que vive. Ele é viabilizado tanto pelo processo evolutivo biológico, quanto pelo social. Em cada idade, o movimento toma características significativas e a aquisição ou aparição de determinados comportamentos motores tem repercussões importantes no desenvolvimento da criança. Cada aquisição, recebera influencia de anteriores, tanto no domínio mental, como no motor, através da experiência e troca com o meio (Fonseca, 1988).

Com os domínios, cognitivos, que são operações mentais como a descoberta ou reconhecimento de informação, afetivo das quais fazem parte os sentimentos e emoções e, motor, do qual faz parte os movimentos, Gallahue (1989) apud Paim (2003) descreve em seu modelo, desde a fase dos movimentos reflexos até a fase dos movimentos especializados, que são divididos levando em conta a idade cronológica e o nível de desenvolvimento dos movimentos. A primeira fase como

descreve Gallahue (1989), é a fase dos movimentos reflexos, As reações da criança ao toque, a luz, aos sons e às mudanças de pressão causam movimentos involuntários efetuados subcorticalmente. Os reflexos podem ser classificados como meios para buscar informações, alimento e proteção. Reflexos primitivos tais como o de sucção e o choro são considerados, por alguns estudiosos, mecanismos primitivos de sobrevivência. Sem os mesmos, o recém nascido seria incapaz de obter alimentação.

Em seguida, esta a fase dos movimentos rudimentares onde surgem as primeiras formas de movimentos voluntários. Gallahue (1989) observou que esses movimentos são observados na criança, desde o nascimento até uma idade de aproximadamente dois anos, visto que a aparição delas varia de criança para criança, devido á fatores ambientais e biológicos. Essas primeiras habilidades envolvem movimentos de estabilidade como o controle da cabeça, do pescoço e músculos, em tarefas manipulativas como agarrar, puxar, empurrar e ainda nos locomotores, tais como engatinhar, rastejar e caminhar.

A próxima fase, dos movimentos fundamentais, é a época da descoberta do desempenho de uma variedade de movimentos locomotores, de estabilidade e manipulativos, primeiramente isolados, depois em combinação, um com o outro, é o desenvolvimento dos movimentos rudimentares. Padrões fundamentais de movimento são os básicos e observáveis do comportamento. Atividades locomotoras tais como correr e saltar, atividades de manipulação tais como arremessar e receber, e atividades de estabilidade, tais como caminhar sobre uma trave e equilibrar-se em uma perna só, são exemplos de habilidades fundamentais do movimento que deveriam ser desenvolvidos durante a primeira parte da infância da criança. (GALLAHUE, 1989)

Ladewig (2003) cita que essa fase pode ser dividida em três estágios associados à idade cronológica e ao desenvolvimento das habilidades básicas do movimento: Estágio inicial, aos 2 – 3 anos; estágio elementar dos 4-5 anos, no qual 75% das crianças permanecem nesse estágio e; maduro aos 6-7 anos de idade.

Acrescentando, Gallahue (1989) caracteriza o estágio inicial da fase fundamental como as primeiras tentativas objetivamente orientadas de desempenhar uma habilidade fundamental. A integração dos movimentos espaciais e temporais é pobre, pouco sincronizado, tipicamente os movimentos locomotores, manipulativos e estabilizadores de crianças de dois anos de idade estão no nível

inicial. O 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 devido a de oportunidades para participar, motivação e instrução qualificada.

O estágio maduro é caracterizado como mecanicamente eficiente, coordenado, e de execução controlada. Geralmente, crianças entre 5 e 6 anos tem potencial de desenvolvimento para estar no estágio maduro, na maioria das habilidades fundamentais, esse estágio requer além da maturação uma boa influência, de aspectos ambientais como oportunidades para desenvolvimento de habilidades fundamentais, através da prática dirigida com instrução qualificada. A ausência desses fatores na vida do indivíduo faz com que se torne praticamente impossível ou muito mais difícil o alcance do estágio maduro dentro dessa fase o que irá inibir completamente o desenvolvimento da fase seguinte. (GALLAHUE, 1989)

O quarto estágio está diretamente ligado ao desenvolvimento de esportes ou danças além da manutenção dos níveis de aptidão física. Esse é um período em que as habilidades locomotoras, manipulativas e de estabilidade são progressivamente refinadas, combinadas e elaboradas em uma ordem, tal que possam ser utilizadas em uma crescente demanda de atividades. O desenvolvimento de habilidades relacionadas ao aprendizado das lutas depende uma variedade de fatores cognitivos, afetivos e psicomotores, entre eles o tempo de reação e velocidade de movimentos, coordenação, constituição corporal, altura e peso, costumes, pressão de companheiros e constituição emocional e participação familiar.

Em seu estudo, Gallahue, (1989) divide esse estágio em 3 fases: o primeiro, estágio geral, por volta dos 7 ou 8 anos a criança utiliza e combina formas gerais de movimento para aplicação em esportes. Habilidades gerais de esporte são simplesmente uma aplicação de movimentos fundamentais em forma um pouco mais complexa e específica, esse é o momento de ampliar o leque de possibilidades de movimentos e gestos motores, a fim de utilizar a associação entre mais de uma habilidade, para posteriores práticas esportivas específicas nas próximas fases. No segundo estágio, o específico, dos 11 e 13 anos, diferente da fase anterior onde o movimento era amplo e generalizado para todas as atividades, o indivíduo começa a

tomar decisões conscientes baseadas em variedade de gostos e desgostos, forças e fraquezas, oportunidades e restrições, para estreitar sua base de atividades específicas. E na última fase, dos movimentos especializados, a partir dos 14 anos, a criança dirige sua atenção para uma ou talvez duas atividades de interesse. A participação é mais regular e existe uma frequência e uma rotina de competições que fazem que o indivíduo se especialize em gestos altamente específico do esporte escolhido.

Visto essas principais características e pressupostos teóricos acerca do desenvolvimento motor da criança, delinearemos o estudo à faixa etária definida como segunda infância, que vai dos 6-7 aos 12 anos de idade, o que caracteriza a entrada da criança no âmbito escolar.

A fase da segunda infância, 7 á 12 anos de idade já é uma fase onde se inicia o refinamento das habilidades adquiridas na fase anterior, a fase pré-escolar, sendo mais específicas ao aprendizado de gestos desportivos. Nessa fase a criança apresenta um crescimento em peso e estatura significativos, além disso há um aumento no acervo intelectual. Nesta fase ainda não existe um treinamento sério, mas é a fase do maior desenvolvimento de habilidades motoras relacionadas as diversas modalidades esportivas das crianças. A participação da criança tem que ter como objetivos o desenvolvimentos dessas habilidades assim como o melhora no acervo de suas capacidades e valências físicas, determinantes para sucesso em posteriores atividades esportivas.

Quanto às características psicológicas, podemos destacar Jean Piaget, grande pensador da corrente construtivista, corrente que tenta explicar como a inteligência humana se desenvolve partindo do princípio de que o desenvolvimento da inteligência é determinado pelas ações mútuas entre o indivíduo e o meio. Ele desenvolveu a Teoria Psicogenética, a mais conhecida concepção construtivista da formação da inteligência. FURTADO (1999) acrescenta que Jean Piaget, em sua teoria, explica como o indivíduo, desde o seu nascimento, constrói o conhecimento, de acordo com ele, o desenvolvimento cognitivo é um processo de sucessivas mudanças qualitativas e quantitativas das estruturas cognitivas, derivando cada estrutura de estruturas precedentes, ou seja, o indivíduo constrói e reconstrói continuamente as estruturas que o tornam cada vez mais apto ao equilíbrio.

Para facilitar o entendimento desse desenvolvimento, Piaget dividiu em 4 fases: Estágio sensório motor, que vai dos 0 aos 2 anos de idade; estágio pré-

operacional dos 2 aos 6 anos; estágio das operações concretas, 6 aos 12 anos ;e estágio das operações formais a partir dos 12 anos em média. (FURTADO , 1999)

Para nosso estudo, vamos utilizar apenas o estágio das operações concretas que vai dos 6 aos 12 anos de idade, porém sem esquecer que todos os estágios também contemplam as características do estágio anterior.

No segundo estágio de desenvolvimento, verifica-se que a criança ainda não consegue distinguir fatores reversíveis como, por exemplo, a transformação da água em gelo e em água novamente. O egocentrismo ainda é o preditor das escolhas, a criança ainda não consegue se colocar na perspectiva do outro. Já no terceiro estágio, das operações concretas, a criança quebra se não toda uma grande maioria das dificuldades do estágio anterior, conforme pontua, La Taille (1992) se no período pré-operatório a criança ainda não havia adquirido a capacidade de reversibilidade será construída ao longo dos estágios operatório concreto e formal. Libera-se de seu egocentrismo social e intelectual, que caracteriza a fase anterior, tanto para a inteligência (construção lógica) quanto para a afetividade (cooperação e autonomia pessoal). (PIAGET, 1967) O egocentrismo intelectual e social que caracteriza a fase anterior dá lugar à emergência da capacidade da criança de estabelecer relações e coordenar pontos de vista diferentes (próprios e de outrem) e de integrá-los de modo lógico e coerente. (RAPPAPORT, 1981)

Outro aspecto importante neste estágio refere-se ao aparecimento da capacidade da criança de interiorizar as ações, ou seja, ela começa a realizar operações mentalmente e não mais apenas através de ações físicas típicas da inteligência sensório-motor (se lhe perguntarem, por exemplo, qual é a vareta maior, entre várias, ela será capaz de responder corretamente comparando-as mediante a ação mental, ou seja, sem precisar medi-las usando a ação física). Há novas noções de permanência, de conservação, de velocidade e da construção do espaço.

Este período que corresponde praticamente à idade em que se inicia a frequência à escola elementar que será marcado por grandes aquisições intelectuais, por isso a grande relevância que o profissional que irá trabalhar ou trabalha com crianças no que diz respeito a atividade física e educação conheça todas as características pertinentes ao desenvolvimento motor, psicológico e social para que ocorra uma educação específica e global, aumento do acervo de movimento e sua independência de pensamentos que influenciarão durante toda a vida.

2.1.2 HABILIDADES MOTORAS

Segundo Magill (1984):

[...] “Habilidade motora é qualquer ato ou tarefa, que são ações complexas e intencionais que envolvem toda uma cadeia de mecanismos sensoriais, centrais e motores, com os quais através do processo de aprendizagem se tornam organizados e coordenados de modo tal atingir objetivos pré-determinados com a máxima segurança.”

Ou seja, quase todos os movimentos ou atos motores produzidos pelo corpo humano conscientemente.

A prática esportiva e o desenvolvimento/aprendizado de gestos motores específicos de modalidades de lutas, dependem diretamente do acervo motor e cognitivo que a criança teve durante sua primeira infância, pré-escolar, na qual, se inicia a aquisição de gestos e habilidades fundamentais pertinentes a prática esportiva, esta aquisição depende também dos aspectos cotidianos, e a maneira com que nos relacionamos com fatores ambientais. Manoel (1986), citado por Tani et al (1988) constatou que o estando em constante interação com o meio ambiente, o ser humano enfrenta uma série de problemas, entre os quais estão o de natureza motora. Para solução de tais problemas, o ser humano apresenta soluções motoras que nada mais são do que a expressão das habilidades motoras.

Em resumo, habilidade motora destaca a intenção ou objetivo como característica da execução da habilidade, ou seja, ao desempenhá-la o indivíduo deve ter a intenção funcional, desportista, recreativa, ou qualquer outra. Para ser considerada uma habilidade, o gesto motor deve ser expressado conscientemente.

Como o desenvolvimento é um aspecto contínuo, ininterrupto e individual, o estudo de habilidades físicas pode ser classificado baseado na quantidade de músculos utilizados para suas execuções sendo habilidades motoras básicas ou específicas.

As habilidades motoras básicas são as bases, o alicerce para as outras habilidades tornando possível a execução posterior de movimentos complexos e especializados. (TANI et al, 1988) Em geral as habilidades combinam vários

elementos de movimento e incorporam todos os fatores relativos ao desenvolvimento motor previamente aprendidos. O mesmo autor ainda define que as habilidades básicas são adquiridas até os 6-7 anos de idade, após esse período nada mais que aprendemos é realmente novo, ou seja, o que ocorre é uma combinação de movimento e refinamento delas.

Após esse padrão de movimento, apresenta-se o padrão das habilidades específicas classificadas como habilidades relativas aos desportos e as danças, estas mais complexas visto que envolvem mais de uma habilidade básica. Gallahue citado por Tani e colaboradores (1988) preconiza sobre a importância da necessidade de promover em um longo processo, a aquisição de habilidades básicas para se chegar ao domínio das habilidades esportivas.

As habilidades podem ter classificação ainda quanto ao tamanho das estruturas envolvidas no movimento, quanto a estabilidade do ambiente em que esta sendo realizada e quanto à função que tem.

Quanto à função da habilidade motora, Ladewig (1999) as classifica em três categorias: locomoção, relacionada a mudança de local, ocorrendo deslocamento corporal em relação à superfície, entre elas podemos destacar as básicas como o andar, correr, saltar, pular, saltitar, nadar, além das combinações como o galopar, trepar e deslizar ; as habilidades de estabilização, que exigem uma certa atenção ao grau de balanço dos movimentos, como exemplo o equilibrar e esquivar e; as manipulativas , sendo classificadas mediante a quantidade de estruturas musculares envolvidas no movimento, podendo ser finas que envolvem pequenos grupamentos musculares, geralmente movimentos de “pinça”, ou amplas, utilizando-se de grandes grupos musculares associada com impor força sobre objetos ou receber força, que requerem menos precisão de movimento que as habilidades motoras finas, entre elas estão as propulsivas (arremessar, chutar, conduzir, rebater, quicar, sacar e rolar) e as controladoras (agarrar, apanhar, dominar, receber e malabarismo). Apesar dos grandes músculos estarem presentes na realização das habilidades motoras finas, os pequenos músculos são os mais utilizados para atingir o objetivo (MAGILL, 2000).

Segundo a estabilidade do ambiente, a habilidade pode ser fechada ou aberta. Nas habilidades motoras fechadas, o ambiente é previsível e os movimentos são estabelecidos antecipadamente como durante uma prova de natação, na qual o ambiente não sofre modificações e o atleta sabe quais os movimentos que irá executar antes da prova. Já as habilidades motoras abertas são executadas em

ambientes imprevisíveis e que modificam no decorrer de sua execução, sendo que o atleta não sabe antecipadamente quais os movimentos que irá executar durante uma competição. Como, no futebol, no qual o atleta não sabe quais as situações e a seqüência que as situações podem ocorrer durante uma partida (SCHMIDT E WRISBERG, 2000 apud CAMPOS, 2004).

No desporto, devido à complexidade de diferentes movimentos, o que acontece é a associação entre mais um tipo de habilidade como no caso da bandeja do basquete que utiliza a habilidade locomotora correr e a manipulativa quicar. Com isso observa a importância do desenvolvimento global das habilidades motoras, principalmente básicas, para que um movimento resultante da associação de mais de uma habilidade não seja comprometida por uma habilidade menos treinada.

Um fator imprescindível para o sucesso da habilidade motora são os “geradores de energia” do nosso corpo, chamados de capacidades físicas, que são os responsáveis pelo nível de qualidade que se desenvolverá a habilidade realizada.

2.1.3 CAPACIDADES FISICAS

Todos os indivíduos na sua trajetória de vida seguem uma seqüência lógica de desenvolvimento e aprendizagem de habilidades motoras. Cada etapa dessa trajetória leva em consideração o instinto de proteção e sobrevivência. Em geral todos após o nascimento, rolam, levantam a cabeça, ficam em quatro apoios, engatinham, ficam de pé procurando equilíbrio, andam, correm, saltam e arremessam, tudo isso com um potencial e nível de *performance* individual que são determinadas pela capacidade de realizar essas tarefas de modo eficaz e eficiente. Podemos conceitualizar capacidades físicas como: “um traço geral ou qualidade de um individuo relacionada com o desempenho de uma variedade de habilidades motoras, sendo assim um componente dessas habilidades”. (Magill, 2000:11),

Capacidades físicas são elementos intrínsecos que permitem a execução dos movimentos em diferentes níveis de volumes e intensidades. O desenvolvimento dessa característica é determinado pela genética e, sobretudo pela treinabilidade e estimulação desse elemento. Qualquer atividade física por mais simples que seja necessita de pelo menos uma capacidade física envolvida na sua execução. Essas

capacidades são divididas em duas categorias: condicionais e coordenativas. (Weineck, 1999)

As capacidades condicionais podem ser caracterizadas como de caráter quantitativo, Barbanti (1996) apud Nunomura (2009) cita que essas capacidades são aquelas essenciais na eficiência do metabolismo energético, determinadas pelos processos que conduzem à obtenção e transformação de energia, isto é, os processos metabólicos nos músculos e sistemas orgânicos. Como condicionais estão: capacidades de resistência, força, velocidade e flexibilidade.

Carvalho, Assunção e Pinheiro (2009) citando Kiphard (1976) definem que a coordenação é a interação harmoniosa e econômica do sistema músculo-esquelético, do sistema nervoso e do sistema nervoso sensorial com o fim de produzir ações motoras precisas e equilibradas. Esses mesmos autores, agora citando Meinel e Schnabel (1987), citam também que as capacidades coordenativas possibilitam ao atleta dominar, de forma segura e econômica, ações motoras em situações previsíveis e imprevisíveis, como também aprender movimentos desportivos.

Sendo assim, as capacidades coordenativas estão ligadas ao caráter qualitativo do movimento, constituindo-se portanto na base para a aprendizagem, execução e domínio dos gestos técnicos. Segundo Weineck (1999), a coordenação motora auxilia na diminuição do gasto energético e do tempo de aprendizagem, no aumento da adaptação e readaptação dos movimentos em relação ao ambiente e às situações diversas, na ampliação do acervo motor e no aumento da eficácia para o aperfeiçoamento de novos movimentos.

Entre as capacidades coordenativas podemos citar a capacidade de equilíbrio, coordenação, agilidade, ritmo, orientação, reação e diferenciação entre outras. Essas capacidades têm períodos distintos de desenvolvimento nas fases da vida. O técnico deve conhecer essas fases ideais para que o treinamento atue de forma efetiva. (Weineck, 1999)

As capacidades físicas coordenativas essenciais (ritmo, coordenação, equilíbrio, reação e orientação) citadas por Hirtz (1986) tem seu período de desenvolvimento entre os 6 ao 10 anos de idade, justificando assim a importância do desenvolvimento das capacidades e habilidades físicas no período da idade escolar da criança.

Para facilitar o entendimento e analisar as capacidades físicas coordenativas e condicionais fundamentais para desenvolvimento otimizado da criança no que diz respeito aos aspectos motores e também cognitivos, fizemos, a análise da definição e de algumas características dessas capacidades. Assim segue abaixo:

2.1.3.1 Força:

Segundo Wilmore e Costill (2001), podemos definir força como o vigor máximo que um músculo ou grupo muscular pode gerar. Ou seja, é a capacidade do músculo de gerar força, deslocando objetos e vencendo resistências .

Em termos gerais essa capacidade pode ser classificada como dinâmica ou estática, dependendo da ação mecânica envolvida. Wilmore e Costill (2001) propõem três situações para a atuação da força: a primeira é a força muscular dinâmica, a qual é dividida em concêntrica onde a geração de força é realizada no momento de encurtamento muscular e em excêntrica onde no alongamento muscular será dada a geração de força; força muscular estática ou isométrica onde a geração de força é feita sem que haja alteração no comprimento das fibras musculares e por último; força rápida ou potência é a uniao entre velocidade e força, uma geração de força com alta velocidade de execução.

O treinamento para objetivar o aumento de força, na idade escolar, pode ser feito utilizando o próprio peso do corpo. Weineck (1999) coloca que o treinamento de força deve ser realizado em todas as faixas etárias respeitando sempre as cargas adequadas a cada idade, até porque a criança e o adolescente têm menor capacidade de suportar carga. Correr, saltar, trepar, lançar e etc., já são estímulos para o desenvolvimento de força dinâmica e posições de sustentação podem desenvolver a força isométrica.

Como essa fase do desenvolvimento infantil existe um aumento de força natural, o treinamento objetivando força, pode ser de grande valia para posteriores utilizações esportiva ou para utilização no próprio cotidiano.

2.1.3.2 Velocidade

A velocidade muscular pode ser caracterizada pela capacidade de reação ou contração do músculo. Entende-se por velocidade "a capacidade, em razão da mobilidade do sistema neuromuscular e do potencial da musculatura para o desenvolvimento da força de executar ações motoras em curtos intervalos, a partir

de aptidões disponíveis do condicionamento" (FREY, 1977 apud WEINECK 1999). A velocidade é um fator de desempenho físico, que sofre perdas visíveis com a idade, portanto quanto mais cedo ela for trabalhada, melhor será sua eficiência.

A quantidade de velocidade desempenhada na ação vai depender da velocidade de contração das fibras musculares que é determinada dependendo do tipo de fibra muscular envolvida na ação. Existem dois tipos de fibras musculares que determinam o nível de velocidade a ser atingida. Fibras brancas, mais grossas e mais velozes, mais exigidas no trabalho muscular intenso e forçado; e as fibras vermelhas, mais lentas e exigidas no trabalho muscular de pouca intensidade. A disposição e a porcentagem das diferentes fibras musculares são fixadas geneticamente.

No esporte, a velocidade manifesta-se de diferentes formas e podem ser classificadas em dois grupos:

Velocidade pura: depende do sistema nervoso central e fatores genéticos, só pode ser treinada minimamente, e ocorre, nos esportes apenas em desempenhos altamente curtos e explosivos ou com resistências externas mínimas. WEINECK (1999) classifica em velocidade de reação, velocidade de frequência de movimentos e velocidade ação. "As velocidades puras podem ser sensivelmente melhoradas, especialmente através do treinamento na idade pré-escolar, até a pré-adolescência." (WEINECK, pg. 382, 1999).

Velocidades complexas: É dependente de outras capacidades funcionais como força e resistência, podemos dizer que ela encontra-se na região limítrofe entre a velocidade e a resistência ou a força. Segundo WEINECK (1999) a velocidade complexa compreende a resistência de força rápida, velocidade de força e resistência de velocidade máxima. As possibilidades de desenvolvê-las, através de treinamento são muito menos restritas do que o desenvolvimento das formas puras de velocidade.

Segundo Israel apud Weineck (1991), a obtenção da velocidade máxima, em limites geneticamente estreitos, sendo indicado a velocidade de reação e a capacidade de aceleração e coordenação, como treinamento até a pubescência, utilizando estímulos variados, aumentando gradativamente o treinamento de corrida de velocidade.

2.1.3.3 Resistência

Capacidade de realizar um movimento eficaz por um período de tempo prolongado com ausência de fadiga. Pode ser dividida em resistência muscular local e resistência muscular geral, ambas subdivididas em anaeróbias e aeróbias. Ou seja, podemos trabalhar a resistência de forma localizada em um pequeno grupamento muscular ou de maneira mais ampla recrutando grandes grupos musculares ao mesmo tempo, tanto a primeira quanto a segunda podem estar relacionadas com trabalhos de longa duração e intensidade moderada (aeróbios), ou de curta duração e maior intensidade (resistência anaeróbia). Ainda podemos observar resistência de força, caracterizada pela manutenção da força estática e a resistência cardio-respiratória que envolve a participação do coração, circulação e musculatura.

A resistência, segundo Weineck (1991), deve ser introduzida como treinamento, desde a idade pré-escolar, principalmente quando este treinamento for baseado na resistência aeróbica, com índices submáximos e de maneira contínua, não excedendo o limite fisiológico da criança, e considerando as distâncias não deve ultrapassar 500-600 m., nesta faixa etária.

3.1.3.4 Flexibilidade

Achour Júnior (1996), define a flexibilidade pela máxima amplitude de movimento em uma ou mais articulações sem o risco de lesão. A flexibilidade é bastante específica para cada articulação, podendo variar de indivíduo para indivíduo e até no mesmo indivíduo.

Basicamente a flexibilidade é resultante da capacidade de elasticidade demonstrada pelos músculos e os tecidos conectivos, combinados à mobilidade articular. (WEINECK, 1991) Em alguns esportes é uma das capacidades mais importantes na determinação do nível de excelência do atleta, níveis de flexibilidade inadequados podem resultar no aumento da probabilidade de ocorrerem lesões músculo-esqueléticas, ou ainda tornar impossível a realização de determinados movimentos.

A manutenção de bons níveis de flexibilidade nas principais articulações tem sido comumente associada a maior resistência a lesões; menor propensão quanto à incidência de dores musculares, principalmente na região dorsal e lombar; e na prevenção contra problemas posturais. (ACHOUR JÚNIOR, 1996)

A flexibilidade possui a característica de ter seu ápice de desenvolvimento nas fases da infância e adolescência, havendo na fase adulta uma progressiva perda. Ela deve ser treinada com naturalidade dos movimentos até a segunda infância devido a fragilidade dos componentes envolvidos. Na terceira infância, pode-se iniciar o treinamento de flexibilidade com finalidade esportiva, exigindo um elevado grau de desenvolvimento dessa qualidade física. (RASSILAN, 2006)

2.1.3.5 Coordenação

Segundo WEINECK (1991) pode ser definida como a ação conjunta do sistema nervoso e da musculatura esquelética, dentro de uma seqüência de movimentos objetivos. As capacidades de coordenação são a base de uma boa coordenação sensório-motora; quanto mais elevado for seu nível, mais rápido e mais seguramente poderão se aprender movimentos novos ou difíceis.

A capacidade coordenativa permite ao esportista dominar as ações motoras previstas ou não previstas de forma mais segura, com menor dispêndio de energia, maior precisão e harmonia na execução de movimentos.

As capacidades de coordenação se classificam em geral e específica. A capacidade de coordenação geral é o resultado de uma instrução de movimentos polivalentes nos diferentes esportes, essa regula a capacidade de executar racionalmente várias habilidades motoras, sem relação com a especialização do desporto. As capacidades de coordenação específica se desenvolvem mais no quadro das modalidades esportivas e são caracterizadas pela faculdade de variação na técnica do esporte referido, é atingida como resultado da execução de muitas repetições de habilidades específicas e elementos técnicos, durante uma carreira atlética. (WEINECK, 1994 apud GONÇALVEZ; NOGUEIRA, 2006)

De acordo com Weineck (1991), um vasto repertório de ações coordenativas deve ser privilegiado na idade pré-escolar, com exercícios de fácil execução, conjugando habilidades motoras. Já na primeira infância escolar devem ser um pouco mais complexas, o desempenho coordenativo de habilidades deve ser conjugado com seqüências objetivas e de rápida execução. O final desta fase é indicado como a melhor para aprendizagem motora, isto se deve pela melhora do domínio corporal e coordenação motora (Meinel apud Weineck, 1991)

2.1.3.6 Ritmo

A palavra ritmo, do grego *rhythmos*, designa aquilo que flui, que se move, um movimento regulado (ARTAXO e MONTEIRO, 2000 apud BORGES; SOUZA; PEREIRA, 2008)

Ainda, segundo o dicionário de língua portuguesa, encontramos que o ritmo, em relação ao movimento é: “uma sucessão de movimentos ou situações que, embora não se processem com regularidade absoluta, constituem um conjunto fluente e homogêneo no tempo.” (AURELIO, p.1240, 1975)

O ritmo está presente onde existe movimento. Este pode ser observado de diversas formas: na música, na dança, nos processos fisiológicos como circulação sanguínea, respiração, batimentos cardíacos e nos esportes, ele é encontrado na seqüência de ações motoras entre outras milhares de formas. O ritmo é uma qualidade fundamental existente em todo ser humano, porém de uma forma diferenciada, pois cada indivíduo possui uma característica de ritmo e uma maneira própria de manifestá-la. (ARRIBAS ,2002 apud BORGES;SOUZA;PEREIRA, 2008)

Arribas (2002) situa que a primeira infância é a idade mais indicada para iniciar o cultivo do sentido rítmico, pois a espontaneidade e a liberdade de expressão da criança nesta fase favorece o trabalho e o aprendizado da ritmicidade.

O desenvolvimento dessa capacidade na idade infantil, pode ser estimulado utilizando componentes pedagógicos como a música, dança, percussão, jogos além da prática através do movimento, em sentido rítmico, juntamente com outras capacidades, como a força, a velocidade, o equilíbrio e a flexibilidade, para assegurar a sua consistência e seus benefícios em um futuro próximo.

Artaxo e Monteiro (2000) citados por Borges;Souza;Pereira (2008), afirmam que as atividades rítmicas, desenvolvidas com crianças, devem ser iniciadas com pouca variação e serem mais simples, sempre se observando as particularidades de cada criança, dando ênfase ao ritmo biológico delas.

2.1.3.7 Equilíbrio

O equilíbrio é a capacidade que permite manter uma posição, mesmo em condições difíceis, ou que permite recuperar essa mesma posição caso ela seja perturbada. Segundo o dicionário de língua brasileira é definida como a “manutenção de um corpo na sua posição ou postura normal, sem oscilações ou desvios, igualdade absoluta entre forças opostas.” (AURÉLIO, p.544, 1975)

Essa capacidade pode ser analisada de diferentes maneiras: em posição de pé no solo, sustentando com as mãos no solo, equilibrando objetos com a mão ou em diferentes parte do corpo.

Equilíbrio é um sistema complexo que depende de um sistema de informações e respostas que trabalham em sintonia com a finalidade de obter movimentos coordenados e sincronizados. Compõem este sistema multi-sensorial a visão, o aparelho vestibular e as estruturas somatosensoriais e sua integração com o sistema nervoso central.(ALMEIDA, 2008)

O equilíbrio divide-se em três categorias: equilíbrio estático, que é o ficar parado em determinada posição; equilíbrio dinâmico, que é conseguido no movimento e que depende do dinamismo dos processos nervosos, andar e; equilíbrio recuperado, que é a qualidade física que explica a recuperação do equilíbrio em qualquer posição como por exemplo, o salto do cavalo, na ginástica artística a saída da barra fixa e ainda a cortada no voleibol.

2.1.3.8 Agilidade

Tubino (1984) apud Gonçalves; Nogueira (2006) define a agilidade como a velocidade de troca de direção. Portanto, o fator tempo é uma variável importante para essa capacidade, bem como a presença implícita da velocidade. A flexibilidade e a coordenação motora também podem ser consideradas como pré-requisitos para o desenvolvimento da agilidade..A agilidade deve ser treinada desde a fase de preparação geral. É importante salientar que a agilidade é capacidade específica para a maioria dos desportos

As principais características da agilidade são: habilidade do indivíduo mover o corpo no espaço; movimentos rápidos de troca de direção, partidas, paradas rápidas, destreza em manipulações, movimentos rápidos e precisos em situações determinadas ou indeterminadas.

A agilidade se desenvolve por meio de exercícios que exigem uma inversão rápida dos movimentos com a participação de todo o corpo.

2.1.3.9 Orientação

Esta capacidade pode ser dividida em orientação espacial e orientação temporal. A orientação espacial possibilita que o indivíduo orientar-se no espaço, em

direção, localização e tempo, enquanto realiza determinados movimentos em diferentes velocidades e trajetórias, ou seja, é a capacidade de reagir a um estímulo externo em termos de deslocação ou de estabilização de postura. A organização espacial depende simultaneamente da estrutura de nosso próprio corpo (estrutura anatômica, biomecânica, fisiológica, etc.), da natureza do meio que nos rodeia e de suas características (ROSA NETO, 1996).

A orientação temporal é a capacidade que permite a avaliação do movimento de objetos realizado no espaço em relação ao tempo utilizado. Todas as modalidades sensoriais participam pouco ou muito na percepção espacial: a visão; a audição; o tato; a propriocepção; e o olfato. A orientação espacial designa nossa habilidade para avaliar com precisão a relação física entre nosso corpo e o meio ambiente, e tratar as modificações no curso de nossos deslocamentos (OLIVEIRA, 2001).

A organização temporal inclui uma dimensão lógica (conhecimento da ordem e duração, os acontecimentos se sucedem com intervalos), uma dimensão convencional (sistema cultural de referências, horas, dias, semanas, meses, e anos) e um aspecto de vivência, que aparece antes dos outros dois (percepção e memória da sucessão e da duração dos acontecimentos na ausência de elementos lógicos ou convencionais). (BALBÉ; DIAS; SOUZA, 2009)

Todas as capacidades físicas devem ser desenvolvidas durante a infância, visto que é nessa fase que existe a maior potencialidade de aprendizagem de gestos motores assim como suas respectivas performances.

2.2 IMPORTÂNCIA DA LUDICIDADE E DOS JOGOS NA INFÂNCIA

A palavra ludicidade tem sua origem na palavra latina "ludus" que quer dizer "jogo", entretanto sua aplicação não se delimita apenas ao jogo, ao brincar, ao movimento espontâneo, mas também aplica-se como um traço essencialmente psicofisiológico, ou seja, uma necessidade básica da personalidade do corpo e da mente no comportamento humano, as implicações das necessidades lúdicas extrapolaram as demarcações do brincar espontâneo de modo que a definição deixou de ser o simples sinônimo de jogo. O lúdico faz parte das atividades

essenciais da dinâmica humana, trabalhando com a cultura corporal, movimento e expressão (ALMEIDA, 2006).

A ludicidade é um aspecto facilitador para a criança que busca a autonomia e valoriza a afetividade que envolve o processo do aprender. Brincando, as crianças aprendem a cooperar com os companheiros, a obedecer as regras do jogo, a respeitar os direitos dos outros, a acatar a autoridade, a assumir responsabilidade, a aceitar penalidades que lhe são impostas, a dar oportunidades aos demais; enfim, a viver em sociedade (ROJAS, 2006).

A atividade lúdica é uma ação inerente na criança, é o espaço ideal para o desenvolvimento de habilidades e capacidades físicas, cognitivas, sociais, enfim todo tipo de aprendizagem pertinente a sua idade, por isso conceber o lúdico como atividade apenas de prazer e diversão, negando seu caráter educativo é uma concepção ingênua e sem fundamento. Segundo Almeida (2009), a criança aprende através da atividade lúdica ao encontrar na própria vida, nas pessoas reais, a complementação para as suas necessidades.

“Na atividade lúdica, o que importa não é apenas o produto da atividade, o que dela resulta, mas a própria ação, o momento vivido. Possibilita a quem a vivencia, momentos de encontro consigo e com o outro, momentos de fantasia e de realidade, de ressignificação e percepção, momentos de auto-conhecimento e conhecimento do outro, de cuidar de si e olhar para o outro, momentos de vida.” (ALMEIDA, 2009)

A partir da consideração de que as atividades lúdicas contribuem para o desenvolvimento Intelectual da criança, Platão ensinava matemática às crianças em forma de jogo e preconizava que os primeiros anos da criança deveriam ser ocupados por jogos educativos (AGUIAR, 1998, apud IAVORSKI; JUNIOR, 2008).

Os jogos e as brincadeiras são meios privilegiados de inserção da realidade expressando a forma como a criança reflete, ordena, desorganiza, destrói e reconstrói o mundo da sua forma. Neles a criança tem a oportunidade de se conhecer, conhecer relações entre pessoas e entre pessoa e o ambiente, explorando suas características físicas.

Segundo Jacquin, (1960) o jogo pode ser definido como uma atividade espontânea e desinteressada, a qual pode ser inclusa alguma regra escolhida, a ser observada, ou um objeto a ser superado. Porém com o surgimento de inúmeras formas de lazer moderno, como os jogos virtuais, fez com que o lúdico se transformasse numa atividade passiva, limitada, muitas vezes individualista. Transformando as crianças em espectadoras de uma ação desprovida de qualquer esforço físico, minimizando assim o desenvolvimento de capacidades como a criatividade, que, com os jogos coletivos e práticos poderiam ser maximizados.

O jogo na escola apresenta benefício a toda criança, um desenvolvimento completo do corpo e da mente por inteiro. Por isso, na atividade lúdica, o que importa não é apenas o produto da atividade que dela resulta, mas a própria ação, momentos de fantasia que são transformados em realidade, momentos de percepção, de conhecimentos, momentos de vida. (IAVORSKI; JUNIOR, 2008)

O desenvolvimento da criança é estabelecido através das experiências e aprendizagens que ela vai tendo durante todos os estágios de crescimento. A criança desde cedo tem características egocêntricas, não nasce sabendo compartilhar com os outros. Os jogos são, sem dúvidas, uma grande ferramenta para o amadurecimento e fortalecimento das relações humanas com amizade, companheirismo, e enriquecem a formação do caráter e personalidade da criança, além de habituar a criança a considerar diferentes pontos de vista, ajudando assim a criar uma ordem social de respeito mútuo.

Assim como outras atividades propostas para crianças, os jogos devem respeitar o nível de maturação e desenvolvimento dos mesmos. No período referido, dos 7 aos 12 anos de idade, período operacional concreto como visto nos capítulos anteriores, a criança já aceita jogos com regras, daí a melhor chance para promover a socialização que após compreendida se estenderá por toda a vida.

Para a facilitação do nosso estudo, nos referenciamos em alguns estudiosos , que desenvolveram métodos para classificação ou entendimento dos fatores relacionados com os jogos. Para desenvolvimento do nosso trabalho, utilizaremos a classificação sugerida por Piaget, que a nosso ver parece ser a mais aplicável. Piaget citado por Negrine (1994) dividiu o jogo em três categorias: Jogos de exercício; jogos simbólicos e jogos de regras, estes se apresentam mediante a fase de desenvolvimento da criança.

Os jogos de exercício, também podem ser denominados como jogos sensório motores, devido a fase de desenvolvimento que se enquadra, período sensório motor. Nessa fase a criança ainda não chega a construir sistemas lúdicos e independentes, os jogos consistem do movimento pelo movimento, movidas apenas pelo prazer de manipular, cuja característica principal é a instabilidade. Nessa fase as crianças fazem sem saber, na verdade, o que estão fazendo. Para Piaget apud Freire (2002, p.116) "O jogo de exercício não tem outra finalidade que não o próprio prazer de funcionamento".

O jogo simbólico é o ato de faz-de-conta, é a transcrição e leitura da realidade pela criança através de símbolos, o momento em que seu pensamento e sua imaginação fluem, tendo um papel semelhante ao de jogo de exercício. Piaget citado por Negrine (1994) coloca que o jogo permite a assimilação do mundo exterior ao "eu", como meio muito mais poderoso que o simples exercício.

No segundo estágio evolutivo, entre os 7 e 11 anos de idade, os jogos não seguem o mesmo itinerário dos anteriores, devido a seu nível de desenvolvimento. (PIAGET apud NEGRINE, 1994) O jogo com regras representam as coordenações sociais, as normas que devem ser respeitadas para se viver em sociedade. A regra é imposta pelo grupo, por mais que a atividade pareça ser "séria", a criança não deixa que escape a fantasia aos vãos da imaginação. O jogo de regra é estruturado pelo seu caráter coletivo, sociabilizador, porém não permite que escape o jogo simbólico nem o jogo de exercício, pois todos trabalham juntos. (IAVORSKI; JUNIOR, 2008)

Como observado, o jogo apresenta-se como uma rica ferramenta para aquisição de novos conhecimentos globais para a criança. O desenvolvimento da criança é inerente ao seu desenvolvimento lúdico, sobretudo sobre o aspecto da imaginação e criação. Seu desenvolvimento físico também está aliado com as formas de movimento desempenhadas pela criança. A descoberta do seu corpo através dos jogos lúdicos parece ser a maneira mais eficaz e eficiente de desenvolver motora-psicológica-socialmente a criança. Com as lutas isso não é diferente, o aprendizado de gestos técnicos não pode negligenciar as características e o nível de desenvolvimento da criança.

Uma proposta para o ensino das lutas para crianças são os chamados jogos de oposição, que é uma metodologia para o ensino de luta, a partir do desenvolvimento de jogos da ludicidade, voltados para o desenvolvimento das capacidades e habilidades do praticante como veremos nos próximos capítulos.

2.3 LUTAS NA INFANCIA

A luta esta intimamente ligada com a fase da infância e o desenvolvimento da sociedade. Não é difícil encontrar crianças brincando de luta nos intervalos das aulas, colecionando figurinhas dos heróis que lutam em seus desenhos animados. A mídia é um grande difusor das artes marciais e lutas em geral, sobretudo a esfera televisiva com a edição de desenhos animados para crianças, envolvendo personagens lutadores, com seus grandes poderes e técnicas de luta com uma plasticidade e estética que atraem a atenção de qualquer criança.

“De acordo com os PCN’s, todo contato corporal em uma disputa entre oponentes, obedecendo e respeitando regras com o intuito de subjugar com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado esforço na combinação de ataque e defesa, é caracterizado como luta. Podem ser citados como exemplo de lutas, desde as brincadeiras de cabo de guerra e braço de ferro até as práticas mais complexas de capoeira, judô e caratê.” (RUFFONI; MOTTA, p.5, 2006)

A origem da lutas data a época em que o ser humano iniciava a descoberta dos relatos de causa a efeito, a compreender que certas leis físicas e técnicas dos golpes, dos estrangulamentos, das imobilizações poderiam assegurar-lhe uma melhor caça ou salvar suas vidas quando tivessem que combater com homens ou com animais.(SANTOS; OLIVEIRA, 2006)

Parafraseando Ruffoni e Motta (2006) vemos que a luta sempre esteve presente na evolução do homem, ou de forma organizada como formas sistematizadas de modalidades conhecidas, como forma instintiva de proteção, na defesa, como num combate contra uma fera ou um inimigo, ou de ataque, como a caça e o combate na guerra, usando o corpo ou armas.

Com isso vê-se uma breve distinção entre luta e arte marcial. Assim sendo fica importante a definição destes dois termos, de significado e emprego muito próximos, mas que nem sempre devem ser usados para a mesma finalidade. Luta, do Latim *lucta*, significa um combate, entre pessoas ou grupos com ou sem armas,

caracterizando uma disputa. Artes marciais no Latim *arte*, (“conjunto de preceitos ou regras para bem dizer ou fazer qualquer coisa”), e *martiale* (“referente à guerra; bélico”, “relativo a militares ou a guerreiros”). (LANÇANOVA, 2007)

Diferente de outros esportes, a luta, em forma de arte marcial, está intimamente ligada com o processo cultural e filosófico que cada estilo ou modalidade agrega. O aprendizado não passa apenas pelos aspectos técnicos da modalidade, mas principalmente pelos aspectos que dão identidade a toda prática situada no quadro designado como artes marciais, que é o culto á verdade e a prática da filosofia relacionada com a historia e cultura da modalidade em questão.

Segundo Lançanova (2007) as lutas apresentam-se como uma rica ferramenta de aprendizagem, devido sua ação corporal exclusiva, sua natureza histórica, e o rico acervo cultural originário, o qual desenvolve a mente e o corpo de forma indissociáveis.

O ensino da luta também está incluso no processo escolar, devendo ser tema da educação física escolar. Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais, (1997), o trabalho com lutas na escola deve ser feito através de estratégias metodológicas que não visem apenas à técnica pela técnica, mas sim que a criança possa vivenciar os aspectos corporais das lutas de uma maneira que lhes proporcione prazer e respeite suas características de crescimento. O desenvolvimento de lutas na infância proporciona o desempenho de vários aspectos, de cunho motor, cognitivo e afetivo social.

A lateralidade, o controle do tônus muscular, a coordenação global, o equilíbrio, a idéia de tempo e espaço e a noção de corpo podem ser vistas como características do aspecto motor. No aspecto cognitivo, existe um favorecimento por parte das lutas no raciocínio, na formulação de estratégias e na atenção. No aspecto afetivo e social, podemos observar aspectos importantes, tais como reação a determinadas atitudes, à posturas sociais, a socialização, a perseverança, o respeito e a determinação. (FERREIRA, 2009)

Estes aspectos podem ser desenvolvidos tanto na escola quanto nas academias ou escolas de lutas voltadas para a criança. Segundo os PCN's, o ensino das lutas para crianças deve envolver vários aspectos relacionados com o desenvolvimento global da criança como a vivência de situações que envolvam perceber, relacionar e desenvolver as capacidades físicas e habilidades motoras presentes nas lutas praticadas; vivenciar situações em que seja necessário

compreender e utilizar as técnicas para a resolução de problemas em situações de luta (técnica e tática individual, aplicados aos fundamentos de ataque e defesa); vivência de atividades que envolvam as lutas, dentro do contexto escolar, de forma recreativa e competitiva. (BRASIL, 1998: 97, apud FERREIRA, 2009)

Nesse sentido a melhor ferramenta para o ensino das lutas são os chamados jogos de oposição o qual segundo Santos; Oliveira, (2006, p.6) “têm como identidade as mesmas características dos esportes de combate praticados desde o início das civilizações”.

A prática desses jogos tem como característica o confronto que acontece entre duplas, trios ou em grupos. Os principais objetivos dessa prática são: vencer o adversário, impor-se fisicamente ao outro, respeitar às regras e mais importante, assegurar a segurança do parceiro durante as atividades. (SANTOS; OLIVEIRA, 2006)

A prática dos jogos de oposição têm como característica principal a ludicidade, já referida em capítulos anteriores. O desenvolvimento desses jogos é feito através de atividades lúdicas, que tem como objetivo a disputa entre companheiros, os quais a todo momento tentam sobrepujar, pela técnica e tática, o outro, afim de alcançar o objetivo estipulado para o jogo executado. Os benefícios alcançados com essa prática são os mesmos citados acima, cognitivo, sócio-afetivo e motor, com destaque para a canalização da agressividade e o respeito ao companheiro e a si próprio, através da segurança de ambos no confronto.

O desenvolvimento da prática de jogos de oposição permite 3 classificações dependendo da modalidade de luta no qual se quer trabalhar no futuro.

A primeira classificação segundo Santos; Oliveira, (2006), são destinadas às modalidades como o Judô, a Luta olímpica, Jiu-Jitsu e o sumô. Esses jogos têm a característica de aproximação dos combatentes, são jogos procedentes dos esportes de combate que mantém contato direto corpo a corpo, os quais consistem em tirar, empurrar, desequilibrar, projetar e imobilizar.

A segunda classificação é mais destinada as modalidades que tem como característica não manter contato direto com seu oponente como o Taekwondo, Caratê, Boxe, etc. esse contato só é feito no ato de aplicação de uma técnica. (SANTOS; OLIVEIRA, 2006)

E a última classificação é destinada a Esgrima e ao Kendô, modalidades que utilizam um instrumento mediador para a execução do combate, no caso são as

espadas, os sabres e os floretes. No Kendô é a espada de Bambu, conhecida como “shinai”.

Santos; Oliveira, (2006) destacam atenção especial á aspectos referentes a segurança durante a atividade:

“Durante a aplicação dos Jogos de Oposição precisamos levar em consideração alguns critérios de segurança para que não ocorram acidentes. Sendo assim devemos propor espaços delimitados que ofereçam segurança para a criança; tempos de jogo limitados e curtos (30 sec, 1 min, 1min30) com sinal de início e fim de jogo; durante o jogo não utilizar jóias ou qualquer objeto que possa ferir; retirar os sapatos (quando necessário); estabelecer com os alunos as regras de segurança que conduzem a atividade; fazer um aquecimento específico que recorra à ações elementares da oposição: tirar, levar, cair, rolar etc.”

Sendo assim a metodologia de jogos de oposição para o aprendizado de algumas modalidades de luta, em especial o Taekwondo, modalidade norteadora desse trabalho, parece ser a mais eficiente e eficaz, visto que, atende a todas as características referentes a infância e ao desenvolvimento global da criança.

2.4 HISTÓRIA DO TAEKWONDO

Desde os tempos primitivos, não importa onde vivessem, os homens tinham que desenvolver técnicas pessoais de combate para que obtivessem o alimento e para se defender contra inimigos, inclusive animais selvagens. Tinham também, que inventar armas, de forma a tornar efetiva a defesa e facilitar sua subsistência.

Mesmo após a invenção das armas, contudo, o homem nunca deixou de promover o desenvolvimento do corpo e da mente, através da prática de diversas modalidades esportivas ou marciais, especialmente na forma de ritos religiosos em festas comemorativas.

O Taekwondo, cuja tradução significa “o caminho dos pés e das mãos” surgiu na Coréia, há aproximadamente 1300 anos, em um período onde a península

coreana foi dividida em três reinos. E esse período ficou conhecido como "período dos três reinos" e é considerado um dos mais importantes da história coreana, pois precedeu a unificação da península em uma nação. (WWW.TAEKWONDO.PARANA.NET)

Os reinos eram Silla localizado à sudeste , Koguryo ao norte e Baek Je à sudoeste . A origem destes reinos remonta ao Séc. 1 AC. Durante séculos estes reinos lutaram entre si pelo contróle da bacia do Rio Han, pois esse era a principal via de comércio com a China, então aquele que obtivesse o contróle sobre a bacia obteria hegemonia na península

Silla, o menor deles, era constantemente invadido e saqueado pelos dois vizinhos, e, durante o reinado de Chin Heung, os jovens aristocratas e os militares formaram uma tropa de elite, chamada HWA RANG-DO (similar aos Samurais, no Japão). Essa tropa guerreira, em complemento ao treinamento normal com lanças, arco e flechas, espada; também se adestrou na prática da disciplina mental, física e várias formas de lutas com os pés e as mãos, como o "SOO-BAK" e outras. Para que se tornassem verdadeiros guerreiros e não assassinos a mando de seu Rei, lhes foi imposto um rígido código de honra cujos cinco princípios deram a origem à sua filosofia:

- 1. Obediência ao Rei;**
- 2. Respeito aos pais;**
- 3. Lealdade para com os amigos;**
- 4. Nunca recuar ante o inimigo;**
- 5. Só matar quando não houver alternativa.**

A disciplina e organização desses jovens teve como resultado a gradativa hegemonia do Reino de Silla sobre os reinos oponentes. Esta hegemonia se concretizou no ano de 670 D.C., quando os Reinos de Koguryo e Baek Je foram unificados sob a bandeira de Silla. Este é historicamente o ano de surgimento do Taekwondo sendo Surabul o local de início e Kim Yum Shim o seu fundador (BANG, s/d). Após esta época até o início deste século as artes marciais, em especial o Tae Kyon , se desenvolveram na Coréia, pois este país desenvolveu-se sem qualquer influência estrangeira durante séculos, chegando a ser conhecido como "Reino Eremita", tal era o seu isolamento, principalmente do ocidente. Porém tal paz foi interrompida no ano de 1909 quando o Japão invadiu o país, suprimindo todas as

manifestações culturais do povo coreano, especialmente as artes marciais, já que estas tinham um cunho extremamente nacionalista. A ocupação japonesa perdurou até 1945, quando o fim da II Guerra mundial contribuiu para o fim da ocupação. Durante este período, apesar de proibido, o Tae Kwon, continuou sendo mantido secretamente.

A esta altura as artes marciais, em especial as japonesas, já haviam sido muito difundidas, o mesmo não ocorrendo com o Taekwondo, justamente pelos anos de isolamento a que a Coréia foi submetida. O absurdo chegou a tal ponto que muitos mestres coreanos que emigraram para a América foram obrigados a divulgar suas academias como sendo de Karatê para que não morressem de fome, tamanho era o preconceito e a falta de informação sobre o Taekwondo. (KIM, 1995)

Em 1965 foi criada a Korea Taekwondo Association e seu primeiro presidente foi o General Choi Hong Hee. Mais tarde (1966) o General Choi Hong Hee fundou na Coréia a Internacional Taekwondo Federation e começou a formar turmas de “instrutores internacionais” enviando-os á vários países do mundo para difundir o esporte. Em julho de 1970, a federação internacional envia ao Brasil o Mestre Sang Min Cho – 8º Dan, que introduziu o Taekwondo em São Paulo. Em março de 1972, nos enviou o Mestre Woo Jae Lee – 6º Dan que o introduziu no Rio de Janeiro, nesse mesmo ano, por problemas políticos, o General Choi mudou a sede da Internacional Taekwondo Federation, para Toronto no Canadá. (KIM, 1995)

Varias adaptações foram feitas para que pudessem ser realizadas competições de Taekwondo, surgindo então os equipamentos de proteção. As adaptações foram necessárias, pois o Taekwondo não surgiu inicialmente como esporte, mas sim como um meio de defesa, sendo especialmente ensinado nas Forças Armadas Coreana.

Vendo a expansão Taekwondo pelo mundo, O presidente Park Chung Hee convocou os notáveis da modalidade para uma assembléia e nela foi criada, no dia 28 de maio de 1973, a WTF (World Taekwondo Federation), Federação Mundial de Taekwondo, como sede em Seul (Coréia do Sul) sob a presidência do Dr. Un Yon Kim e que têm como estilo o Kukkiwon . A WTF iniciou as adaptações dos mestres internacionais ao novo estilo e continuou a expansão da arte, através de novas turmas de instrutores internacionais.

No Brasil a filiação á WTF só aconteceu em 1975, após a criação do Departamento Nacional de Taekwondo (um ano antes) na Federação Brasileira de Pugilismo, pelo Grão mestre Woo Jae Lee.

Atualmente a WTF está estabelecida em 124 países, atingindo uma população de aproximadamente 30 milhões de praticantes e é esporte participante nos Jogos Olímpicos, Jogos Pan-americanos, Jogos Asiáticos, Jogos Africanos, Jogos Centro Americanos entre outras competições internacionais e nacionais. (WWW.TAEKWONDO.PARANA.NET)

2.5 A CRIANÇA E O TAEKWONDO

O taekwondo é uma modalidade de luta, no quadro das artes marciais, caracterizado, sobretudo pela grande utilização das pernas. Nas aulas de taekwondo, o individuo tem como objetivo a execução de técnicas de ataque e defesa onde as bases de pernas têm papel fundamental para o êxito da mesma. As técnicas de mão também são fundamentais para técnicas de bloqueios e socos.

“A característica mais marcante do Taekwondo é o grande numero de técnicas de pernas. O praticante de Taekwondo deve treinar estas técnicas até ser capaz de desferir golpes com as pernas com a mesma rapidez e precisão que com os braços.” (GIL, p..52, 1990)

Outros movimentos característicos do Taekwondo, são os “poonses”, definidos como movimentos de ataque e defesa contra um oponente imaginário, desenvolvendo a concentração, o auto contrôle e a execução e técnicas, com um alto nível de perfeição. Cada graduação tem seu próprio “poonse” que tem um significado mediante a graduação atingida, as quais são baseadas em elementos da natureza. Em media são 11 graduações com cores e significados diferentes, determinando seu grau de desenvolvimento na luta.

A luta no Taekwondo, não permite o contato direto corpo a corpo, como no judô, ou no jiu-jitsu. É uma luta aberta, que pode ser treinada de duas formas: luta de combate, que é a aplicação de técnicas de chutes no tronco e na cabeça do adversário e golpes de soco, apenas no tronco do adversário e; lutas combinadas, onde os adversários dão somente três passos e executam um de cada vez,

movimentos de ataque e defesa, com contato físico previamente aprendidos. (GIL, 1990)

Para as crianças, o Taekwondo começa apenas como uma modalidade muito divertida, que lhes dá grande satisfação ao participar. Contudo, ao longo do seu desenvolvimento, a prática de Taekwondo promove nelas o gosto pela atividade física. E elas começam a colocar objetivos, treinando e dedicando-se para atingi-los. (PEREIRA, 2006)

O ingresso de crianças em aulas de taekwondo tem iniciativa, sobretudo dos pais. A importância da prática de atividade física, realizar atividades extracurriculares, aprender técnicas de defesa pessoal, disciplina, canalização da agressividade e da energia ilimitada das crianças, são alguns dos fatores que levam os pais a matricularem seus filhos em atividades esportivas, dentre elas o Taekwondo.

As crianças têm seu treinamento concebido através do seu nível de conhecimento e desenvolvimento, seu treino deve ser programado com ênfase na ludicidade e na participação interessada da criança ante a atividade. O aprendizado de técnicas e gestos motores deve ser feito através de atividades condizentes com a faixa etária atendida. O desenvolvimento de habilidades e capacidades motoras devem ser mais importantes no planejamento do treinamento de que a realização e repetição de gestos técnicos específicos da luta. Com isso a execução de jogos lúdicos é a melhor via para atingir objetivos com a prática da luta respeitando as especificidades das crianças.

2.6 JOGOS DE TAEKWONDO

A iniciação esportiva é tema de grande repercussão e existem vários estudos sobre qual é a melhor metodologia de treinamento e qual é a eficácia dos mesmos. Esses estudos analisaram e comprovaram a necessidade da aplicabilidade de atividades adaptadas á realidade maturacional, psicológica e social da criança. Cada atividade deve ser pertinente ao nível de desenvolvimento de cada fase da infância, visto que cada capacidade têm seu momento propício para alcançar o melhor desenvolvimento dos alunos.

Weineck (1999) cita que crianças, da faixa etária de 7 a 11 anos, apresentam grande determinação para as brincadeiras com variação de movimentos e dedicam um percentual significativo de suas atividades para os jogos, que formam de maneira múltipla. Devido a isso, acredita-se que se deve proporcionar então, um ambiente agradável para que o desenvolvimento ocorra sem maiores prejuízos. As crianças devem aprimorar o padrão de movimento cuja execução objetive apenas a estimulação e, assim, construa seu próprio repertório motor, com ausência de sobrecarga.

Hahn (1989) apud Oliveira e Paes (2008) descreve que o desenvolvimento das capacidades coordenação, velocidade e flexibilidade, deve ser feito na fase da segunda infância, dos 7 aos 11/12 anos de idade, pois esse é o período propício para o início desse desenvolvimento. As crianças encontram-se favorecidas, em função da plasticidade do sistema nervoso central, e as atividades devem ser desenvolvidas sob diversos ângulos: complexidade, variabilidade, diversidade e continuidade durante todo o seu processo maturacional.

As atividades lúdicas em forma de brincadeiras e jogos podem contribuir para desenvolver, nas crianças, essas capacidades físicas, e também habilidades básicas para futuras especializações, como agilidade, mobilidade, equilíbrio e ritmo. Deve-se evitar a apreensão com a execução errônea do gesto técnico, pois cada forma diferente de movimento em relação ao modelo técnico pode ser aceita, deixando para a fase posterior as cobranças em relação à perfeição dos gestos motores.

Além de desenvolver esses aspectos, o jogo, pode servir para fixar regras de conduta e convívio social. Através dos jogos se pode simular-se situações da vida real e transmitir as crianças, valores corretos e condutas adequadas para cada situação. As relações sociais infantis supõem interação e coordenação dos interesses mútuos, onde são adquiridos modelos de comportamento social através dos jogos. Além disso, a criança aprende a necessidade de adquirir um comportamento cooperativo e organização para alcançar os objetivos em grupo. As crianças aprendem o que é aceitável e inaceitável no seu comportamento e, mediante a socialização, conhecem o conceito de moralidade.

Sendo assim, a proposta de iniciação de Taekwondo, utilizando-se dos jogos de oposição, nos parece ser a metodologia mais adequada para se ensinar Taekwondo a utilização do lúdico, respeitando especificidades das crianças e propondo atividades condizentes com o desenvolvimento global delas.. Em Portugal,

mais precisamente no bairro Amora, na cidade de Seixal, existe uma academia, a qual desenvolveu uma escola de Taekwondo, baseada nos jogos, porém sua continuidade é duvidosa por falta de informações atuais e inexistência de contato, via e-mail, por parte dos mesmos. Existe um site dessa escola de Taekwondo com alguns jogos utilizados afim de desenvolver as capacidades e habilidades físicas, além da socialização das crianças. Utilizamos alguns jogos, como exemplo, para a iniciação de crianças na atividade Taekwondo. Esses jogos e e outros criados por nós para o aprendizado do Taekwondo podem ser vistos nos anexos.

3 CONCLUSÃO

O respeito à individualidade e as especificidades das crianças são temas pertinentes quando se trata de iniciação esportiva. Após muitos estudos, especialistas na área do desenvolvimento motor analisaram e evidenciaram que o treinamento de diversas formas de habilidades, manipulativas, estabilizantes e de locomoção, e ainda das capacidades físicas em seus momentos propícios para o desenvolvimento, segundo a faixa etária, levariam a criança a um nível excelente de desenvolvimento motor, com um amplo acervo motor, o que facilitaria o trabalho técnico e específico das outras fases de desenvolvimento na prática de modalidades esportivas, nas idades correspondentes ao aprendizado dos esportes formais.

Segundo Weineck (1991), a ampliação do repertório motor e a melhora e aquisição de algumas habilidades devem estar no centro da formação esportiva na fase escolar, estas deveriam ser utilizadas no sentido de desenvolver um grande número de técnicas básicas das habilidades fundamentais, para que depois sejam aperfeiçoadas.

O trabalho das habilidades e capacidades motoras na segunda infância, objetiva o desenvolvimento da criança em diversos aspectos, dentre eles podemos citar: o conhecimento dos esquemas motores básicos; utilização correta do espaço e do corpo relacionando com o ambiente; aceitação de normas e regras; conhecimento dos papéis de cada jogador e assim de cada pessoa na sociedade; comportamento social entre as pessoas assim como a aceitação das suas limitações entre outros aspectos relevantes da criança.

Sendo assim detectamos que o ensino de Taekwondo, através dos jogos de oposição, na segunda infância, se tornou mais motivador e a metodologia de desenvolvimento global se encaixa com o encontrado na análise bibliográfica que realizamos, como a mais adequada para alcançar uma melhor formação do acervo motor global dos educandos da faixa etária estudada, fugindo assim das metodologias tradicionais, tecnicistas que especificam o treinamento prematuramente inserindo gestos técnicos avançados, limitando o aprendizado de outras habilidades, restringindo o acervo motor a apenas à modalidade treinada e que posteriormente possam ser necessárias para outras modalidades esportivas ou em ocasiões que sejam necessárias durante a vida.

4 REFERÊNCIAS

ACHOUR JÚNIOR, A. **Bases para o exercício de alongamento relacionado com a saúde e no desempenho atlético**. Londrina, PR: Midiograf, 1996.

ALMEIDA, Anne. **Recreação ludicidade como instrumento pedagógico**. 2009. disponível em: <http://www.cdof.com.br/recrea22.htm> acessado em 10/11/2009

ALMEIDA, Marcos. **Qualidade física equilíbrio**. 2008 Disponível em: <http://pt.shvoong.com/medicine-and-health/1790127-qualidade-f%C3%ADsica-equil%C3%ADbrio/> acessado em 30/10/2009.

BALBÉ, Giovane Pereira, DIAS Roges Ghidini, SOUZA Luciani da Silva. **Educação Física e suas contribuições para o desenvolvimento motor na educação infantil**. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 13, n. 129 - Fevereiro de 2009 disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd129/educacao-fisica-e-desenvolvimento-motor-na-educacao-infantil.htm> ACESSADO EM 25/10/2009

BARBANTI, V. **Treinamento físico: bases científicas**. São Paulo: CLR Baliero, 1996.

BIAGGIO, Ângela M. B. **Psicologia do desenvolvimento**. Petrópolis: Vozes, 1988

BORGES, Thais Salgueiro, SOUZA, Vânia de Fátima Matias, PEREIRA, Vanildo Rodrigues. **Educação Física infantil e desenvolvimento do ritmo motor na infância** Revista Digital - Buenos Aires - Ano 13 – n. 123 - Agosto de 2008. Disponível: em <http://www.efdeportes.com/efd123/educacao-fisica-infantil-e-desenvolvimento-do-ritmo-motor-na-infancia.htm> acessado em 25/10/2009

BRASIL. Secretaria de educação fundamental. (1997). **Parâmetros curriculares nacionais: educação física**. Brasília: MEC/SEF.

CAMPOS, Wagner de., BRUM, Vilma Pinheiro da Cruz. **Criança no esporte**. Primapress Curitiba, 2004.

CAMPOS, Rosangela Soares. **Estudo comparativo das habilidades motoras e cognitivas em praticantes de futebol de diferentes locais de prática**. Dissertação de Mestrado Universidade Federal do Paraná. 2004.

CARVALHO, Joaquim; ASSUNÇÃO, Luis; PINHEIRO, Valter **A importância do treino das capacidades coordenativas na infância** (2009). Disponível em <http://www.efdeportes.com/efd132/treino-das-capacidades-coordenativas.htm>. acessado em 08/10/2009.

COSTA, G. A. **Jogo como prática pedagógica e educação física: uma proposta educacional alternativa**. Dissertação apresentada como exigência parcial para obtenção do grau de mestre em educação. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 1991.

FERREIRA, Heraldo Simões. **A utilização das lutas como conteúdo das aulas de Educação Física**. 2009. disponível em: www.efdeportes.com/.../lutas-como-conteudo-das-aulas-de-educacao-fisica.htm acessado em: 02/11/2009

FONSECA, Vitor da. **Da filogênese à ontogênese da motricidade**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1988. 309 pp. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd78/motor.htm> acessado em 25/10/2009

FURTADO, O.; BOCK, A.M.B; TEIXEIRA, M.L.T. **Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia**. 13.ed. São Paulo: Saraiva, 1999

GALLAHUE, D.L. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor. Bebês, Crianças, Adolescentes e Adultos**. São Paulo: Phorte, 1ª Edição, 1989..

GIL, Konstantin. **Taekwondo a luta coreana**. Rio de Janeiro: Ediouro, 1990.

GO, TANI ET ALL, **Educação Física escolar, fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo, Ed.E.P.U: Editora da Universidade de São Paulo, 1988.

GONÇALVES, Guillermo de Ávila, NOGUEIRA, Rogério Marcus de Oliveira. **O treinamento específico para goleiros de futebol: uma proposta de macrociclo**. Estudos, Goiânia, v. 33, n.7/8, p. 531-543, jul./ago. 2006 disponível em: <http://seer.ucg.br/index.php/estudos/article/view/136/102>. acessado em 25/10/2009

IAVORSKI, Joyce, JUNIOR, Rubens Venditti **A ludicidade no desenvolvimento e aprendizado da criança na escola: reflexões sobre a Educação Física, jogo e inteligências múltiplas**. Revista Digital - Buenos Aires - Ano 13 – n. 119 - Abril de 2008. disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd119/a-ludicidade-no-desenvolvimento-e-aprendizado-da-crianca-na-escola.htm> acessado em 10/11/2009

JACQUIN, Guy. **A educação pelo jogo**. São Paulo. Flamboyant, 1960

KIM, Yeo Jin. **Arte marcial coreana: Taekwondo**. Sao Paulo: Thirê, 1995

LADEWIG, IVERSON. **Apostila da disciplina de Desenvolvimento Motor**. 1999

LA TAILLE., Y. *Prefácio*. In: PIAGET, J. *A construção do real na criança*. 3.ed. São Paulo: Editora Ática, 2003

MAGILL, R.. **A Aprendizagem motora: conceitos e aplicações**. São Paulo: Edgard Blucher, 2000

MEINEL, K., SCHNABEL, G. **Teoria del Movimiento**: 7. ed. Buenos Aires: Stadium. (1987)

NUNOMURA, Myriam, PIRES, Fernanda Regina, CARRARA, Paulo. **Análise do treinamento na ginástica artística brasileira**. Revista brasileira de ciências do esporte. Vol. 31, No 1 (2009)

OLIVEIRA, Valdomiro de., PAES, Roberto Rodrigues. **A pedagogia da iniciação esportiva: um estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos**. Extraído de : www.efdeportes.com acesso em 20 de junho de 2008.

PAIM, Maria Cristina Chimelo. **Desenvolvimento motor de crianças pré-escolar entre 5 e 6 anos**. 2003
Extraído de <http://www.efdeportes.com/efd58/5anos.htm>

PEREIRA, Kiosa Nim Rita. **Benefícios da prática de taekwondo para crianças**. 2006 disponível em: http://casalnovو.tkd-atrl.com/form_textomes_detalhe.php?id_textomes=1

PIAGET, Jean W.F. **Seis Estudos de Psicologia**. Trad. Maria A.M. D'Amorim; Paulo S.L. Silva. Rio de Janeiro: Forense, 1967.


PINI, M. & CARAZZATTO, J.G.: **Idade de Início da Atividade Física**. *Fisiologia Esportiva*; Rio de Janeiro, 1983. Cap.12, p. 247-267.

RAPPAPORT, C.R. **Modelo piagetiano**. In RAPPAPORT; FIORI; DAVIS. *Teorias do Desenvolvimento: conceitos fundamentais*. EPU, 1981.

RASSILAN, Eluana Alexandra . **Evolução da flexibilidade em crianças de 7 a 14 anos de idade de uma escola particular do município de timóteo-mg**. MOVIMENTUM - Revista Digital de Educação Física - Ipatinga: Unileste-MG - V.1 - Ago./dez. 2006. disponível em http://www.unilestemg.br/movimentum/index_arquivos/movimentum_rassilan_eluana.pdf acessado em 28/10/2009

ROJAS.L. **O Lúdico: hora de ensinar x hora de brincar**. Disponível em: <http://www.anped.org.br> acessado em 10/11/2009

RUFFONI, Ricardo. **Análise metodológica da prática do judô**. 2004. 105 p. Mestrado em Ciência da Motricidade Humana - Universidade Castelo Branco. Rio de Janeiro.

RUFFONI, R. ; MOTTA, Alexandre . **Lutas na infância: uma reflexão pedagógica**. The FIEP Bulletin , foz do iguaçu, v. 73, p. 05-07, 2006

SANTOS, Sergio Luiz Carlos dos; OLIVEIRA, Sergio Roberto de Lara. **Lutas aplicadas a educação física escolar**. Prefeitura Municipal de Curitiba, Secretaria Municipal da Educação (2006)

SCHMIDT, R.; WRISBERG, C. **Motor learning and performance**. Human Kinetics, 2000.

Taekwondo Sol Nascente .**Jogos de Taekwondo** http://solnascente.tkd-atrl.com/form_jogos.php

TANI, G.; MANOEL J. E.; KOKUBUN, E.; PROENÇA, E. J. **Educação Física escolar: fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: EPU, 1988.

TESHAINER, Marcus. **Iniciação esportiva ou pequeno campeão?** s/d Extraído de :
www.webrun.com.br acesso em 19 de junho de 2008.

WEINECK, Jürgen. **Treinamento ideal**. 9ª ed. São Paulo: Manole, 1999.

WEINECK, Jürgen.: **Fundamentos Gerais da Biologia do Esporte para Infância e Adolescência**; *Biologia do Esporte*; São Paulo: Manole, 1991.

WILMORE, J. H; COSTIL, D. L.. **Fisiologia do esporte e do exercício**. 2 ed. São Paulo: Manole, 2001

ANEXOS

1 SUGESTOES PEDAGOGICAS PARA O ENSINO DE TAEKWONDO ATRAVES DOS JOGOS DE OPOSIÇÃO.

Os jogos abaixo são desenvolvidos pela escola de Taekwondo “Sol Nascente” de Portugal, estão disponíveis no “site” www.solnascente.tkd-atrl.com :

“Jogo do caranguejo”:

Materiais: nenhum.

Formação: em grupo, sendo que um é o “pegador”.

Execução: No início do jogo existe um caranguejo. Sua função é correr atrás dos colegas, sempre em posição de caranguejo (apenas o apoio das mãos e pés no solo) e tentar tocá-los. O toque deve ser feito com as pernas. Quando há um toque, o individuo que foi tocado passa a ser outro caranguejo. Assim, simultaneamente até que todos os indivíduos do jogo se tornem caranguejos. Este jogo é importante para desenvolver capacidades, sobretudo de força, com o fortalecimento de músculos abdominais e tríceps primeiramente, além de ser um jogo divertido.

“Jogo da policia”

Materiais: raquetes especificas do Taekwondo ou um material macio fácil de ser manipulado.

Formação: em grupo, sendo um integrante, ou mais dependendo do numero de alunos, o pegador, “policia”.

Execução: Um jogo que simula perseguição entre “policia” e “ladrão”, onde os “ladrões” tentam fugir da “policia”. Para que a “policia” pegue os “ladrões”, os integrantes desse grupo devem bater com um a raquete de borracha, específica da luta, ou o material escolhido que não machuque, nos glúteos dos “ladrões”. O jogo desenvolve-se, até que todos os ladrões sejam apanhados.

Este jogo é importante para as capacidades físicas: resistência, agilidade e as capacidades cognitivas.

“Cabo de guerra”

Matérias: uma corda demarcada no meio com um lenço amarrado.

Formação: em duas equipes com numero igual de participantes.

Execução: Dividir a turma em duas equipes. Utiliza-se uma corda demarcada no meio com um lenço, e duas demarcações no solo eqüidistantes. Cada equipe se posiciona em um lado da corda segurando-a com as mãos. Ao sinal, as duas equipes puxam com força a corda tentando arrastar a equipe adversária para seu lado do campo, fazendo com que o lenço que sinalizava o meio da corda ultrapasse a linha do seu lado do campo.

Esta atividade desenvolve a força de membros superiores e inferiores além do trabalho em equipe, a organização e a cooperação entre os participantes.

“Jogo das palmadas”

Materiais: nenhum.

Formação: em duplas.

Execução: Em duplas. Um de frente para o outro, com uma das mãos segurando a mão contrária do companheiro de dupla (mão direita com mão esquerda). O objetivo do jogo é dar palmadas, sem força, no lado da perna do parceiro, sem soltar a mão que esta segurando a mão do colega. O parceiro que acertar mais vezes durante um tempo pré definido vence. Esse jogo desenvolve estratégia, agilidade, coordenação e imaginação, em jogo de oposição direta entre dois indivíduos.

“Jogo do boneco”

Materiais: nenhum.

Formação: em duplas

Execução: Em duplas, um dos indivíduos se comportara como uma marionete, ou seja, sem ações motoras próprias, o outro da dupla que irá manipular os movimentos que esse deverá fazer. O objetivo é que o “escultor”, escolha situações difíceis, com movimentos exigindo flexibilidade e equilíbrio. Esse jogo desenvolve a percepção corporal do praticante a medida que molda os movimentos do parceiro, além de ser um bom exercício para desenvolver a flexibilidade passiva.

“Jogo das bolas de esponja”

Materiais: bolinhas de esponja ou de tênis.

Formação: em grupo, sendo que um participante será o “atirador”

Execução: É um jogo de tiro ao alvo, onde os alvos são os colegas que estão na brincadeira. Para seu desenvolvimento se necessitará bolinhas de esponja. Cada

participante tem três vidas e a cada vez que é atingido perde uma delas. O objetivo do jogo é que o aluno “atirador” acerte todos os outros indivíduos 3 vezes. Esse jogo desenvolve a coordenação e atenção.

“Jogo da caixa sem fundo”

Materiais: uma caixa com varias bolinhas e com pelo menos duas cores de bolinhas diferentes.

Formação: em dois ou mais grupos, dependendo da quantidade de cores de bolinhas disponível, além de um participante para ser o “guardião” da caixa.

Execução. Um individuo é designado para cuidar da caixa e os outros são divididos em duas equipes ou mais, dependendo do número de cores de bolinhas existente. A função de cada grupo é colocar as bolinhas da sua cor escolhida dentro da caixa antes da equipe adversária. Porém o guardião da caixa dificultará, retirando e espalhando as bolinhas. O objetivo do guardião é não deixar que a caixa se encha e dos grupos é encher a caixa com sua respectiva cor de bolinha. Este jogo estimula a atenção, coordenação, resistência, além de desenvolver o trabalho em equipe.

“Jogo da corrida”

Materiais: raquetes de Taekwondo, ou bolinhas de borracha, na quantidade de alunos participantes.

Formação: Individual.

Execução: Distribuiremos as bolinhas, lado a lado, a uma distância estipulada pelo professor, assim se faz o mesmo com as crianças. Ao sinal do professor, todos correm em direção às bolinhas, tentando apanhar uma delas. O jogo começa com uma bolinha a menos que o número de participantes, a criança que ficar sem bolinha sai momentaneamente da atividade. Assim faz-se até que sobre apenas duas crianças e uma bolinha. Elas disputarão a última bolinha.

Este jogo desenvolve a capacidade de reação, atenção, velocidade, além de começar a transmitir as crianças o conceito de vitória e derrota, sem dramatizar a derrota ou valorizar a vitória.

Esses jogos são mais gerais para desenvolvimento de capacidades e habilidades físicas gerais das crianças. Para o desenvolvimento de características motoras mais próximas a modalidade esportiva a ser treinada, no caso o Taekwondo, podemos citar jogos mais específicos com os gestos motores do

esporte, sempre contando com o fator ludicidade. Alguns exemplos de jogos para o Taekwondo, são jogos de oposição:

“Jogo do balão”

Materiais: uma bexiga/balão por dupla.

Formação: em duplas.

Execução: Com a bexiga cheia os dois da dupla ficam frente a frente e atentos ao soltar do balão pelo professor. Cada um realizará um golpe na bexiga fazendo com que ela passe para o lado do outro sem deixá-la cair no chão. Perderá quem deixar a bexiga tocar o solo. Essa atividade desenvolve a atenção, a agilidade, orientação e habilidades de chute e soco.

“Jogo do balão 2”

Materiais: uma bexiga/balão por dupla e protetores de tórax para todos os participantes.

Formação: em duplas.

Execução: Contando com o balão novamente, só que agora os golpes não serão no balão, mas no protetor do adversário. O indivíduo que levar três pontos, chutes ou socos no protetor de tórax perderá. Durante a luta, um por vez deve atacar o balão fazendo que este continue no ar. Desenvolve-se, com esse jogo, sobretudo, a atenção e orientação. Outras capacidades e habilidades específicas, como o chute e o soco também serão melhorados.

“Jogo do pega ataque”

Materiais: nenhum.

Formação: em grupo sendo que um participante será o “pegador”.

Execução: Escolhe-se um pegador. É como o pega-pega normal. Cada vez que o pegador tocar em um indivíduo da turma, este deverá ficar na posição de luta (específica do taekwondo) colado, este só será “salvo” quando outro indivíduo da turma parar na sua frente e realizar um golpe, que deverá ser repetido pelo indivíduo “colado”. Este jogo desenvolverá capacidades de velocidade e agilidade, além de habilidades específicas do taekwondo.

“Luta do saci”

Materiais: protetor de tórax para todos os participantes.

Formação: em duplas.

Execução: cada participante deverá segurar uma perna com uma das mãos, na posição de flexão do joelho, os integrantes da dupla tentarão empurrar com os punhos e desequilibrar o oponente fazendo com que ele toque o solo com o pé que está preso a sua mão. O contato dos punhos deve ser feito empurrando apenas no protetor de tórax.

Esse jogo desenvolve acima de tudo o equilíbrio e habilidades referentes ao soco.

“Esgrima”

Materiais: protetor de tórax para todos os participantes.

Formação: em duplas.

Execução: Uma mão fica atrás das costas e a outra servirá para atacar o oponente. Utilizando o protetor de tórax, os elementos da dupla tentaram atacar os respectivos tóraxes, utilizando apenas a mão que esteja livre, fazendo simultaneamente sua defesa com a mesma mão. Este jogo desenvolve a agilidade e velocidade de reação.

“Criação de poomse”

Materiais: nenhum.

Formação: em 2 ou mais grupos dependendo do número de participantes.

Execução: Cada grupo terá que inventar um “poomse” com os movimentos aprendidos até então. Este jogo desenvolverá o trabalho em equipe e a cooperação.

“Luta sentado”

Materiais: nenhum.

Formação: em duplas.

Execução: em duplas, sentados frente a frente apoiando os glúteos e mãos no solo e as solas dos pés na sola dos pés do companheiro. Ao sinal os dois deverão fazer força, tentando desequilibrar e derrubar o oponente. Este jogo desenvolverá principalmente a força.

“Jogo do ataque às bolinhas”

Materiais: bolinhas de borracha macias.

Formação: em duplas.

Execução: Um dos indivíduos da dupla começa sem as bolinhas e fica de costas, sendo que o outro que está com as bolinhas fica de frente para esse. Ao sinal do professor o indivíduo que está com as bolinhas deve atirar sem muita força uma delas em direção ao colega que estava de costas, este por sua vez vira de frente e tentará golpear a bolinha com os pés ou punhos. Essa atividade desenvolverá a velocidade de reação.

“Luta dos grampos”

Materiais: grampos de roupas. Três para cada participante.

Formação: em duplas.

Execução: Cada indivíduo da dupla prenderá quatro grampos distribuídos pela barriga e peito. O objetivo é tirar todos os grampos do dobok do companheiro, se defendendo para que o mesmo não aconteça. Desenvolve-se a agilidade e velocidade de reação nesse jogo.

Todos os jogos deverão ser executados sempre com a máxima segurança de local, objetos e condutas corretas durante a execução, observados pelo professor, que intervirá ao menor sinal de perigo. Estes jogos são ideais para desenvolver as capacidades e habilidades físicas das crianças de forma divertida e adequada a idade atendida. Outro fator importante, acerca dos jogos, é a realização de “FeedBack” pelo professor após cada final de aula, apontando para os benefícios das atividades, do trabalho em equipe e assuntos relevantes da atividade.

Os jogos de Taekwondo, dentro da programação da aula, utilizariam por volta da metade da aula. Por exemplo, Uma aula com 60 minutos de duração, poderia ser assim dividida: 15 minutos aquecimento e alongamento; 30 minutos de jogos de Taekwondo; 10 minutos para desenvolvimento de “poomse” e combates, e 5 minutos para a volta à calma e feedback sobre o treino