

Os Benefícios Do Judô Na Educação Escolar

Autor: **LOPES**, Marcos Anderson Coelho

Coautores: Schalemburger, Jordana Prunzel

Schalemburger, Aline Sarturi

Gusmão, Guilherme Konrath

De Rosso, Roger Veleda

Orientador (a): PAIM, Maria Cristina Chimelo

Universidade Luterana Do Brasil – ULBRA – Campus – Santa Maria/RS

E-mail: marcoscoelho@hotmai.com

RESUMO:

Este artigo foi elaborado através de estudos com crianças de 7 a 12 anos de idade, alunas do projeto mãos dadas de judô, que fica sediado em Santa Maria RS. Ele nos mostra a importância da atividade física e dos esportes de combate; no caso o Judô, na vida das crianças, o qual ajuda e muito nas capacidades motoras e cognitivas dessas crianças, mas principalmente na formação intelectual. Concluiu assim, que o esporte trabalhado corretamente, respeitando faixas etárias e maturação biológica, é Educação; educação do corpo e da mente. Desse modo deveriam ser inseridos nas escolas, como atividades extracurriculares, não só para crianças, mas para qualquer outra faixa etária.

INTRODUÇÃO:

Os Benefícios do Judô na Educação nos anos iniciais e trabalha a importância do Judô nessa fase da vida. São apresentadas neste estudo a importância desse esporte no processo de desenvolvimento, da capacidade física, intelectual e moral nessas crianças, onde se aprofunda na relação interpessoal entre o aluno e professor.

Este tema é interessante, pois o esporte nessa faixa etária é pouco trabalhado em escolas e, quando trabalhado, na maioria das vezes, é como atividades extracurriculares, onde nem todas as crianças participam. Para a sociedade, os esportes de combate na educação infantil não exploram o lúdico e sim influenciam a violência, mas, para os educadores e estudiosos nessa área, eles auxiliam na formação cognitiva, afetiva e motora das crianças, além de promoverem a interação entre elas. Serão duas instituições de ensino nas quais iremos apontar suas diferenças sobre a prática do Judô na educação infantil.

O principal conceito abordado foi o próprio significado da palavra Judô, o qual em japonês, JU, significa Caminho e DÔ, Suave. (Caminho Suave). Assim formulamos uma ideia de esporte saudável, sem incitação à violência e que, no entanto pode ser praticado não apenas por crianças, mas por qualquer outra faixa etária.

O presente trabalho será realizado através da observação e questionários aos alunos, pelo método qualitativo.

A importância desse estudo a que se propõe é promover o bem comum pela transformação do indivíduo ao meio em que ele está inserido, e que se pode adquirir qualidades mais favoráveis à vida do homem, sob três aspectos: 1- Condicionamento físico; 2- Espírito de Luta e 3- Atitude moral autêntica.

- Condicionamento Físico: Obtido pela prática do esporte que exige esforço físico de forma ordenada e metódica para proporcionar um corpo forte e saudável, prevenindo de doenças e condicionando-o a reagir reflexivamente para evitar acidentes;
- Espírito de Luta: O indivíduo se torna mentalmente, condicionado a proteger seu próprio corpo em circunstâncias difíceis, defendendo-se quando ameaçado. Adquire autoconfiança e autocontrole; portanto o Judô é uma arte para sua autodefesa;

- Atitude Moral Autêntica: Induz a Humildade, através do rigor do treinamento, que proporciona a perseverança, tolerância, cooperação, generosidade, respeito, coragem, postura e cortesia.

Quando falhas do conhecimento social e de moralidade constituem-se em problemas, um método de ensinar a cortesia entre as pessoas e melhorar a atitude social, torna-se importante e, por isso, o Judô desempenha um papel relevante nesse contexto, como instrumento de formar e lapidar os verdadeiros caracteres morais do ser humano.

Assim, visa o contínuo aprimoramento como judoca para a perfeição:

1. Disciplina;
2. Respeito;
3. Educação;
4. Condicionamento Físico;
5. Técnica e
6. Humildade.

Sendo assim, a prática bem orientada do Judô proporciona calma, paz de espírito, dignidade, compaixão e amor ao próximo. Condições essenciais para uma vida próspera e coberta de satisfação. (GONDIM, 2007, p. 15).

É importante divulgar os fundamentos e a verdadeira ética desse esporte para o crescimento do mesmo, a pais, professores, atletas e por fim, a toda comunidade.

METODOLOGIA:

Fizemos a pesquisa no projeto mãos dadas santa Maria judô, onde tem seu núcleo principal no ginásio Oreco - situada na Av. Paulo lauda, s/n, localizada na COHAB Tancredo Neves, que trabalha o esporte Judô com crianças e adolescentes estudantes de escola pública, onde a modalidade é praticada por ambos os sexos.

As aulas têm duração de 01h e 30 minutos cada, contando com duas turmas tarde, divididas em: 1ª turma: meninos e meninas de 07 a 12 anos, 2ª turma: de 13 a 18 anos. Cada turma tem em média 50 alunos. A responsável por esse projeto é a Sra. Aglaia Pavani 1º Dan de judô que assim ressalta: “o Judô é um esporte muito

disciplinador e gostaria de disponibilizar mais aulas a um maior público, conclui “Acho que toda escola deveria ter algum tipo de esporte para essas crianças, pois esporte é saúde” e agradece o apoio da comunidade”.

No projeto não tivemos autorização para fotografar ou filmar as crianças, sendo que a responsável alegava direitos autorais e falta de autorização dos próprios pais ou responsáveis. Aplicamos dois tipos de questionários, sendo um para as crianças e outro para os pais, com apenas respostas simples, alternativas de SIM ou NÃO, para uma melhor obtenção de dados e para facilitar nas respostas das crianças.

RESULTADOS E CONCLUSÕES:

Os resultados apontaram que a maioria dos praticantes de Judô apresentaram melhorias no poder de concentração e comprometimento com os estudos, disciplina, menos tempo ocioso. A pesquisa também demonstra uma melhora significativa no comportamento dessas crianças em relação à disciplina e socialização das mesmas. Mostra que a prática de atividade física, ajuda a ocupar o tempo ocioso e a gastar mais energia.

Mostraram também que o Judô proporcionou de forma visível às crianças, mais calma, mais disciplina, com maior respeito às regras a elas impostas. São crianças que trabalham o corpo e a mente, portadoras de um desempenho melhor do que as demais, no quesito disciplina. O esporte colabora para retirar as crianças do ócio, dos maus comportamentos e conseqüentemente das drogas.

Concluo que toda pessoa independente de ser criança ou não, deveria praticar o Judô ou algum esporte na escola, para um melhor condicionamento físico. Essa é uma pesquisa à base de dados coletados em projeto para crianças que estudam em escola pública, mas isso também não significa que uma criança só é obediente, educada, quando faz o Judô ou pratica algum esporte. O Judô como esporte contribui muito positivamente no desenvolvimento social, motor e intelectual da criança, pois esporte é saúde, vida, lazer e educação.

Por fim, pudemos observar que o Judô, pode sim ser aplicado na escola normalmente, desde que seja inserido de forma lúdica e saudável, respeitando sempre as fases do desenvolvimento da criança, abordando suas respectivas metodologias,

lembrando que a criança é apenas uma criança e não um atleta ou adulto em miniatura; assim devemos respeitar seus limites e capacidades.

Finalizo este trabalho com uma frase do criador e professor do Judô, Sensei Jigoro Kano, que resume a prática do Judô: “Praticar o Judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como ensinar o corpo a obedecer com precisão. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência”.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- FRANCHINI, E. *Judô-Desempenho competitivo*, São Paulo, Manole, 2001.
- FRANCHINI, E.; NAKAMURA, F. Y.; TAKITO, M. Y.; KISS, M. A. P. D. M. Comparação do desempenho no teste de Wingate para membros superiores entre judocas das classes juvenil, júnior e sênior. *Revista da Educação Física/ UEM*. n. 10 v.1, p. 81-86, 1999.
- GALLAHUE, D. L, OZMUN, J. C. *Compreendendo o Desenvolvimento Motor. Bebês, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo, 2003.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. *Compreendendo o Desenvolvimento Motor*. São Paulo: Phorte, 2005.
- GAMA, Raimundo João. *Manual de Iniciação do Judô*. Rio de Janeiro, Grupo Palestra Sport, 1ª ed., 1986.
- ROBERT, Luiz, *Judô*, Editorial Notícias, Lisboa.
- VIRGÍLIO. S. *A arte do judô*. Campinas. Papyrus, 1986.
- www.scielo.br/pdf/ccrh/v25n64/09.pdf