



ÁLEX SOUSA PEREIRA

***LIVRO-EXPERIÊNCIA PARA O ENSINO-
APRENDIZAGEM DAS LUTAS NA EDUCAÇÃO
FÍSICA DO ENSINO FUNDAMENTAL E
ENSINO MÉDIO***

LAVRAS-MG

2018

ÁLEX SOUSA PEREIRA

**LIVRO-EXPERIÊNCIA PARA O ENSINO-
APRENDIZAGEM DAS LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA
DO ENSINO FUNDAMENTAL E ENSINO MÉDIO**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação em Educação – Curso Mestrado Profissional, área de concentração em Formação de Professores, para obtenção do título de Mestre.

Orientador:
Dr. Fábio Pinto Gonçalves dos Reis

LAVRAS-MG
2018

Ficha catalográfica elaborada pelo Sistema de Geração de Ficha Catalográfica da Biblioteca
Universitária da UFLA, com dados informados pelo(a) próprio(a) autor(a).

Pereira, Álex Sousa.

Livro-experiência para o ensino-aprendizagem das lutas na
Educação Física do Ensino Fundamental e Ensino Médio / Álex
Sousa Pereira. - 2018.

291 p. : il.

Orientador(a): Fábio Pinto Gonçalves dos Reis.

.
Dissertação (mestrado profissional) - Universidade Federal de
Lavras, 2018.

Bibliografia.

1. lutas da escola. 2. livro-experiência. 3. rizoma das lutas. I.
Reis, Fábio Pinto Gonçalves dos. . II. Título.

ÁLEX SOUSA PEREIRA

**LIVRO-EXPERIÊNCIA PARA O ENSINO-
APRENDIZAGEM DAS LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA
DO ENSINO FUNDAMENTAL E ENSINO MÉDIO**

**BOOK-EXPERIENCE FOR TEACHING-LEARNING OF
COMBAT SPORT IN THE PHYSICAL EDUCATION OF
ELEMENTARY AND HIGH SCHOOL**

Dissertação apresentada à Universidade Federal de Lavras, como parte das exigências do Programa de Pós-Graduação em Educação – Curso Mestrado Profissional, área de concentração em Formação de Professores, para obtenção do título de Mestre.

APROVADA em 25 de Julho de 2018.

Dr. Alcides José Scáglia UNICAMP

Dr. Kleber Tuxen Carneiro Azevedo UFLA

Orientador:
Dr. Fábio Pinto Gonçalves dos Reis

LAVRAS-MG

2018

AGRADECIMENTOS E DEDICATÓRIAS

A minha família que me inspirou a ser esse ser lutante e me garantiu uma base forte e estável com muito amor, para que eu pudesse crescer e sempre seguir lutando. Minha querida mamãe, Leni, meu honrado e forte pai, Rogério e minha maninha, Dayana.

Aos guerreirinhos e guerreirinhas, que seguiram lutando ao meu lado, não importando quão difícil fossem os combates. Vocês são criadores e criadoras de muitas das minhas trajetórias e aventuras.

Ao professor Fábio por ser um grande companheiro, enxergando as minúcias, tecendo conexões e lutando ao meu lado desde o primeiro semestre da graduação e agora nessa desafiante pesquisa. E aos professores Kleber e Alcides por se juntarem a nós nessa luta pelas Lutas na escola.

Ao professor Cláudio que de muitas maneiras me ajudou a compreender os vários aspectos da Educação Física.

Ao professor Raoni pelas “trocas de ideias”, conselhos e sugestões.

À professora Cláudia por me apresentar ao conceito de rizoma e a professora Vivian por me ajudar a compreender alguns aspectos das obras rizomáticas. E aos professores e professoras do Programa de Mestrado Profissional em Educação da Universidade Federal de Lavras.

Aos meus amigos e amigas que estiveram diretamente ligados ao trabalho. Luna pelo apoio incondicional e compreensão pelas horas e horas a frente do computador. Ao Diego, companheiro de longa data, que não importava a hora estava sempre a disposição para conversarmos via WhatsApp. Ao Gabriel e ao Décio pelos desenhos dos personagens que abrilhantaram o Livro-Experiência. Ao Alysson pelo apoio e socorros de contra tempos que aconteceram.

Ao Diego desde 2013 e ao Décio desde 2014, por estarem junto comigo na empreitada do desenvolvimento do evento Cosplay Lavras. Evento que inspirou várias pesquisas e suscitou importantes trajetórias para construção deste trabalho.

Aos grandes mestres de Artes Marciais que fizeram parte de minha vida. Sensei Adriano (Karatê-do), Sensei Alessandro (Karatê-do), Sensei Oeven (Karatê-do) e Shihan Dieter (Ninjutsu).

Aos meus amigos e amigas que passaram, estiveram e ainda estão em minha vida, cada um de vocês transformou um pedacinho dessa metamorfose lutante que estou hoje.

“Eu vou à luta com essa juventude
Que não corre da raia a troco de nada”

Gonzaguinha

“Quem ensina aprende ao ensinar. E quem aprende ensina ao aprender.”

Paulo Freire

RESUMO

Esta pesquisa se debruçou sobre os materiais que auxiliam os/as professores/as no ensino-aprendizagem de Lutas na escola. Realizamos revisão bibliográfica em dois momentos complementares. Primeiro, analisamos os currículos dos cursos de licenciatura em Educação Física de todas as Universidades Federais brasileiras, verificando se neles existiam disciplinas relacionadas ao conteúdo Lutas e quais as perspectivas do trabalho com essa temática. Realizamos também um mapeamento e discutimos as propostas curriculares oficiais para a Educação Física dos estados brasileiro, em especial no que tangia ao conteúdo Lutas. No segundo momento realizamos um levantamento acerca de livros de ensino-aprendizagem da Educação Física e, mais especificamente, livros de ensino-aprendizagem sobre Lutas na/da Educação Física escolar. A intenção foi empreender um estudo aprofundado desse material, a fim de interpretar os dados e contextualizar a temática no campo teórico, proporcionando uma compreensão mais ampliada sobre o tema. Realizamos o levantamento da literatura especializada no sentido de compreender as presenças/ausências da temática das Lutas na formação de professores/as de Educação Física, o que justificou a necessidade de construção de materiais didáticos de apoio. Igualmente, buscamos compreender quais as principais críticas direcionadas aos livros de ensino-aprendizagem já produzidos, vislumbrar as várias perspectivas de trabalho com as Lutas, as possibilidades estruturais, metodológicas e didático-pedagógicas já elaboradas. Obtemos, desta forma, as bases teórico-metodológicas necessárias para a construção de um livro-experiência referente ao conteúdo Lutas. Para tanto, elencamos conteúdos da cultura corporal de movimento relacionados às Lutas, mas não verdadeiras a serem simplesmente ingeridas, elencamos aspectos importantes a serem tratados, problematizados e, se necessários, superados. O livro-experiência conta com uma série de atividades, jogos, reflexões, problematizações, discussões, sugestões de vídeos, imagens e textos, ou seja, um arsenal ampliado de informações necessárias para construção de uma proposta de ensino. Com isso, temos intenção de subsidiar as atividades de planejamento, intervenção e avaliação do/da professor/a, bem como, a de contribuir para as aprendizagens das crianças e jovens.

PALAVRAS-CHAVE: lutas da escola – ensino de lutas – livro-experiência – rizoma das lutas

ABSTRACT

This research focused on the sources that help the teachers in the teaching-learning process of combat sport in school. We carried out a bibliographical review in two complementary moments. First, we analyzed the curricula of the degree courses in Physical Education of all the Brazilian Federal Universities, verifying if existed disciplines related to the content combat sport and what is the perspectives of the development with this theme. Secondly, we mapped and discussed the official curricular proposals for Physical Education in the Brazilian states, especially in what concerns the content of combat sport. In the second moment we made a survey about teaching-learning books of Physical Education and, more specifically, teaching-learning books on combat sport in Physical Education classes. The intention was to undertake an in - depth study of this material in order to interpret the data and contextualize the theme in the theoretical field, providing a broader understanding of the subject. We carried out the survey of the specialized literature in order to understand the presence/absence of the theme of the combat sport in the formation of teachers of physical education, which justified the need to construct didactic materials of support. Likewise, we seek to understand the main criticisms directed to the teaching-learning books already produced, to glimpse the various perspectives of work with the combat sport and martial arts, the structural, methodological and didactic-pedagogical possibilities already elaborated. In this way, we obtain the theoretical and methodological bases necessary for the construction of an experience book regarding the content of the combat sport. To do it, we list contents of the physical education related to the combat sports, but not truths to be simply ingested, we list important aspects to be treated, problematized and, if necessary, overcome. The experience book has a series of activities, games, reflections, problematizations, discussions, suggestions of videos, images and texts, that is, an expanded arsenal of information necessary to build a teaching proposal. With this, we intend to subsidize the activities of planning, intervention and evaluation of the teacher, as well as, to contribute to the learning of children and young people.

KEY WORDS: school combat sport - teaching of combat sport - book-experience - rhizome of martial arts

Sumário

1.	VIDA E PESQUISA COMO UMA COISA SÓ	12
2.	METODOLOGIA PROPOSTA.....	20
3.	MARCO TEÓRICO: para início de conversa... O que estamos chamando de luta?	23
3.1.	Desmistificação dos Argumentos para não Tematização do Conteúdo Lutas na Escola 27	
3.2.	Propostas Metodológicas sobre o Conteúdo Lutas.....	31
3.3.	Rizoma das Lutas	37
4.	PRESENCAS E AUSÊNCIAS DO CONTEÚDO LUTAS NA TRAJETÓRIA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA.....	51
4.1.	Presenças e Ausências das Lutas nos Currículos dos Cursos de Educação Física das Universidades Federais Brasileiras	52
4.2.	Documentos Curriculares Oficiais e o Conteúdo Lutas	58
5.	ORGANIZAÇÃO DIDÁTICO-PEDAGÓGICA-METODOLÓGICA	65
5.1.	Livro-Verdade e Livro-Experiência.....	66
5.2.	Possibilidades Metodológicas para o Ensino das Lutas enquanto Jogo	72
6.	PARTE DOIS: UM LIVRO-EXPERIÊNCIA.....	81
1.	UMA INTRODUÇÃO A NOSSA AVENTURA	5
1.1.	LIVRO-EXPERIÊNCIA: uma jornada inesperada	6
1.2.	OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E DO LIVRO-EXPERIÊNCIA.....	8
1.3.	O FORMATO E UTILIZAÇÃO DO LIVRO: pensando as lutas para além deste livro 11	
2.	LUTAS E ARTES MARCIAIS: conceituações que nos ajudarão nessa jornada	14
2.1.	LUTAS E ARTES MARCIAIS: uma estória sobre a história	17
2.2.	A LUTA PELAS LUTAS NA ESCOLA: desmistificando argumentos	25
2.3.	LUTAS DA ESCOLA: um rizoma de possibilidades.....	29
2.3.1.	O RIZOMA DAS LUTAS: uma promiscuidade de conexões	41
2.4.	PEDAGOGIA DO JOGO: no canto direito do ringue, o Senhor do Jogo.....	45

2.4.1.	O MUNDO DOS JOGOS DE LUTA: o Senhor do Jogo entra em cena	46
2.4.2.	JOGOS DE OPOSIÇÃO: um contraponto ao ensino tradicional ..	48
3.	ENSINO GLOBAL DAS LUTAS	52
3.1.	LUTAS DE CONTATO CONTÍNUO	67
3.2.	LUTAS DE CONTATO INTERMITENTE	86
3.3.	LUTAS DE CONTATO MEDIADO POR IMPLEMENTOS FIXOS	101
3.4.	LUTAS DE CONTATO MEDIADO POR IMPLEMENTOS DE LANÇAMENTO	123
3.5.	LUTAS DE CONTATOS MISTOS	144
4.	SISTEMATIZAÇÃO DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS	160
4.1.	CONSTRUINDO TÉCNICAS/TÁTICAS EFICAZES POR MEIO DE SITUAÇÕES- PROBLEMA	161
4.2.	UMA CONSTRUÇÃO FILOSÓFICA.....	166
4.3.	FORMAS – KATA / KATI / PUMSAE /	168
4.4.	APROFUNDANDO AS ESPECIFICIDADES DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS 170	
4.5.	UM POUCO MAIS SOBRE LUTAS E ARTES MARCIAIS	173
5.	TRANSFORMANDO E CRIANDO LUTAS	193
6.	COMPETIÇÕES PEDAGÓGICAS E FESTIVAIS DE LUTAS.....	195
7.	CONSIDERAÇÕES FINAIS: um ponto de partida	200
7.	PARTE FINAL - CONSIDERAÇÕES FINAIS: conexões entusiásticas	284
8.	REFERÊNCIAS	287

1. VIDA E PESQUISA COMO UMA COISA SÓ

Existem formas de se passar pela vida e maneiras de viver a vida. Dentre as inúmeras possibilidades, eu escolhi viver a vida e fazê-la lutando. As marcas de combates, conflitos e batalhas que vivemos, contam sobre quem fomos e quem estamos nos tornando. Marcas que demonstram nossos encontros e desencontros, nossas mudanças e passagens, conflitos internos que se externalizam e, principalmente, as marcas que nos mudam, nos transformam, nos ressignificam. Marcas de um corpo lutante, um corpo experimentado e que resiste, um corpo que desetiqueta, um corpo rizomático. É esse corpo-história que se expressa em meus processos de formação, de conformação e deformação, que cria, recria, faz e joga com a história.

Das histórias explico o caminho e os entrecruzamentos que me fizeram também um ser lutante e me fizeram ir à busca da pesquisa. Eu já me apaixonei pelas Artes Marciais e suas filosofias se tornaram a extensão de minha vida, desde minha infância quando passei a vestir o quimono, amarrar a faixa e pisar no tatame (parecia tudo um grande jogo). Aplicando golpes aqui e acolá, rolando e fazendo pose, brincando de ser herói, de ser vilão, brincando de ser brincante-lutante. As Artes Marciais e o mundo das Lutas me marcaram de diversas formas, ajudaram a construir esse ser que estou hoje, estou porque ainda não sou. Não estou pronto e acabado, pois sou um ser em transformação e ressignificação. Como diria Raul Seixas, *uma metamorfose ambulante*, ou talvez, uma metamorfose lutante.

O *Caminho das Mãos Vazias* foi à primeira Arte Marcial pela qual vivi e a que mais tempo me dediquei, por muitos anos e com mais de um professor. Funakoshi dizia que o Karatê é como água fervente. Se não receber calor constantemente torna-se água fria (NAKAYAMA, 1996). Essa foi uma das principais marcas deixada em meu corpo-história por essa Arte. A marca que me transformou em um ser lutante, que vive a vida lutando e buscando sempre manter o calor ardente em todas as batalhas dentro e fora dos tatames. Batalhas e conflitos esses que me marcaram e me transformaram, fazendo-me escolher um caminho, entre vários outros possíveis, o do curso de graduação em Educação Física.

Foi adentrando esse “novo ringue” em que novas experiências foram sendo descobertas e reelaboradas. Novos embates que abrilhantaram minha vontade de lutar e continuar aquecendo meu ser lutante. Contudo, um momento ficou marcado para sempre nessa entrada ao ringue universitário, isso aconteceu quando conheci um grande

lutador que mostrou conhecer também os caminhos da *vida aquecida pelo fogo* das Artes Marciais. Um professor que viu algo em mim, ou pelo menos foi o que senti em nosso primeiro “embate”. Isso aconteceu no primeiro período de graduação, melhor dizendo, a primeira entrevista para o Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência - PIBID. Ingressei nesse programa e redescobri um novo lugar, a escola. Muitas experiências, muitas trocas, muito aprendizado no “chão” da escola! Nesse contexto meu corpo-história foi continuamente marcado, em especial, por diferentes perspectivas de ensino-aprendizagem das Lutas e Artes Marciais, que me fizeram pensar para além das técnicas e das próprias modalidades esportivas de combate sistematizadas. Dos vários projetos e oficinas realizadas, acabei desenvolvendo uma monografia de conclusão de curso que teve o objetivo de sistematizar uma metodologia de ensino de Lutas para a Educação Física Escolar.

Passando a ansiedade de apresentar a monografia, a formatura na licenciatura e processo seletivo da pós-graduação, iniciei uma nova jornada ao me aventurar pelo Mestrado Profissional em Educação, na linha de pesquisa de Linguagens, Diversidade Cultural e Inovações Pedagógicas. Esse processo foi uma jornada de muitos desafios, ressignificações e desconstruções.

Após ingressar no mestrado, o professor Fábio me aceitou na orientação, a fim de que eu pudesse dar continuidade a minha pesquisa de graduação. Concomitantemente, comecei a participar do grupo de pesquisa Relações entre Filosofia e Educação para a Sexualidade na Contemporaneidade: a problemática da formação docente – FESEX. No FESEX tive a oportunidade realizar reflexões e análises sobre as temáticas de filosofia, educação, sexualidades e gênero, utilizando-se da orientação teórica pós-estruturalista como referência.

Nesse contexto, a primeira ideia de projeto de pesquisa era compreender a produção de determinadas masculinidades e feminilidades nas aulas de Lutas envolvendo a Educação Física Escolar. No entanto, percebia que quando estava pesquisando sobre tal assunto, vale dizer, extremamente relevante para área, eu não sentia a *água fervente* borbulhando minha curiosidade e o meu tesão intelectual. O sentimento de ausência e a falta de um motivo pelo qual me empenhar rodeavam meus ouvidos até quando fui convidado a ver uma banca de qualificação de um orientando do professor Fábio, na qual os professores Alcides e Kléber fariam parte. E está qualificação me acertou “um direto no queixo” e um “*gyaku zuki*” no estomago, fazendo-me cambaleiar, uma vez que depois das falas dos professores na banca eu fiquei

muito mais interessado naquela pesquisa do que na minha própria. Como isso poderia acontecer? Fiquei zozinho nos dias seguintes, pois eu não poderia estar mais interessado por outra pesquisa que não fosse a minha. Uma luta interna foi travada, então dois ou três dias depois mandei mensagem para Professor Fábio dizendo que não poderia fazer aquela pesquisa. Não que eu quisesse abordar o mesmo tema da qualificação que presenciei, mas eu deveria pesquisar algo que me desse vontade de “voar” atrás das informações, de “dilacerar” os periódicos, de “massacrar” artigos e enveredar-me em problematizações.

Então, iniciei uma nova batalha, ou seja, a busca por outro tema de pesquisa que realmente daria sentido ao meu mestrado. A princípio, a resposta pareceu óbvia, estava na minha frente, justamente quando comecei a organizar o evento *Cosplay Lavras* há 5 anos atrás. Cosplay basicamente refere-se a pessoas que se vestem de seus personagens favoritos de filmes, séries de TV, jogos de vídeo game, de animes e vão a eventos de *cultura geek*. Os cosplayers (pessoas que fazem cosplay) constroem suas fantasias e vão além, se transformando e vivendo de acordo com os personagens que elas escolheram incorporar. O Cosplay Lavras oferece mais que apenas um momento de encontro para os cosplayers. Esse evento que nasceu em minhas mãos é multitemático e inspirado nas grandes convenções de Animes (desenhos animados japoneses), além de convenções estadunidenses (como ComicCon) que ocorrem no Brasil e no mundo. O evento abre um leque de possibilidades culturais, partindo da cultura pop asiática e geek, com comidas típicas, campeonatos, jogos de videogame, gincanas, shows, palestras, chegando até a oferecer vivências com aparatos culturais medievais e de esportes não convencionais como o arco e flecha. O evento proporciona aos participantes, por meio de seus jogos cosplay, várias interações ressignificadas que dão ao participante a possibilidade de subjetivar alguns de seus desejos e sonhos mais internos. Os jogos cosplay são baseados nos filmes, séries de TV, jogos de vídeo games e animes, onde o participante pode mergulhar no imaginário e experimentar verdadeiros combates entre os personagens.

Dessa forma, a ideia dessa pesquisa era entender realmente o que é o cosplay e, para isso, tínhamos que entender como acontecem os eventos de cosplay, assim como os jogos cosplay neles realizados. Esse foi o ponto de partida e, assim, comecei a buscar textos, artigos, dissertações, teses e todo tipo de material que poderia me ajudar a pensar sobre essas questões colocadas. Encontrei algumas dezenas de trabalhos e textos,

nenhum específico na área da Educação Física, o que me fez ter mais vontade de realizar o trabalho, pois seria algo inédito.

A partir daqui, tudo transcorria bem e minha luta interna aquecia o “ser lutante” ao passo que me sentia bem sobre o que pesquisava, até que fui tomado pelo Senhor do Jogo (FREIRE, 2002). No dia 19 de Junho de 2017, terminei a leitura do livro “Jogo: Entre o Riso e o Choro” de João Batista Freire e no dia seguinte fui para o debate sobre o texto na disciplina “Interface entre Jogo, Brincadeira, Brinquedo e a Educação” ministrada pelo professor Fábio. Após leitura e debate fiquei completamente embasbacado, de modo que João Batista Freire foi genial nesse texto, principalmente, na construção histórica do Criador e da Criatura Humana.

Ao ser dominado pelo Senhor do Jogo, fiquei capturado pela linguagem artística e poética desse autor e resolvi problematizar a histórias das Lutas com base em uma escrita que favorecesse a sua apropriação pelos professores de Educação Física. Nesse sentido, escrevi o texto “Lutas e Artes Marciais: uma estória sobre a história” e criei uma narrativa contando a vida de um personagem que voltou no tempo, alguns séculos antes de Cristo. A partir dali ele viveria sem envelhecer e aprenderia todas as Lutas e Artes Marciais que pudesse até chegar novamente no século XXI. Chegando ao nosso século ele poderia afirmar que teve mais de 2.000 anos para aprender Lutas e Artes Marciais, mas não conseguiu aprender metade delas. A trama se desenrolava a partir daí.

Levei esse material para o professor Fábio ver e pensarmos juntos em possibilidades dele se ampliar. Após a leitura atenta do texto, chegamos a uma conclusão. Na realidade, o que eu realmente queria era criar um texto com uma linguagem mais acessível de maneira que os meus colegas da Educação Física e os/as professores/as da Educação Básica pudessem ler sobre as Lutas e seu processo histórico. No entanto, isso tinha acabado de se tornar outra proposta de pesquisa para o desenvolvimento da dissertação.

Assim, o tempo já era um adversário e percebi que, apesar de que o cosplay ser um tema muito significativo, o Senhor do Jogo tinha me incitado a pensar na produção de um material (nesse caso, um livro-experiência) que pudesse subsidiar os/as professores/as no trabalho pedagógico com Lutas na Educação Física escolar. Dessa forma, decidimos trilhar esse caminho, chegando ao tema: *Proposta de um Livro-Experiência para o Ensino-Aprendizagem das Lutas na Educação Física do Ensino Fundamental e Ensino Médio.*

NOTAS INTRODUTÓRIAS...

Juntamente com essa proposta, novas perguntas foram se configurando e que faz muito sentido expô-las, uma vez que muitas delas caminharam por todo processo de escrita desse material de dissertação: um livro é realmente importante no processo formativo de crianças e jovens? Quais os significados de um livro-experiência sobre Lutas no contexto da Educação Física? Por que delimitá-lo para o ensino fundamental e médio? Devemos utilizar o conceito de Lutas e Artes Marciais? Como pensaremos a estrutura e os conteúdos do livro? Quais concepções didático-pedagógicas seguir? É possível criar um “livro aberto” com professores e não para os professores? Como já foi dito, essas e outras perguntas se moveram em conjunto com essa investigação.

Como ponto inicial de reflexões, entendemos atualmente, que o principal objetivo da Educação Física no ambiente escolar seja a inserção e intervenção das crianças e jovens na esfera da cultura corporal de movimento. Para Daólio (2004) cultura é o principal conceito para a Educação Física, porque todas as manifestações corporais humanas “são geradas na dimensão cultural, desde os primórdios da evolução até hoje, expressando-se diversificadamente e com significados próprios no contexto de grupos culturais específicos” (p. 13). Darido (2011), afirma que ao adotarmos o termo cultura corporal de movimento, devemos ter claro que, quando o ser humano produz cultura, o corpo está totalmente inserido neste processo, independente do conhecimento que ele está transformando. Ou seja, nas diversas construções culturais produzidas pela humanidade, jamais podemos excluir a utilização do corpo, pois ele faz parte de qualquer aprendizagem. Portanto, o que queremos evidenciar, quando falamos de cultura corporal de movimento, são recortes desta cultura humana, apresentando características específicas relacionadas ao corpo-movimento (DARIDO, 2011).

A autora afirma que temos um vasto repertório de movimentos acumulados historicamente durante todo processo de desenvolvimento da espécie humana, manifestando-se por meio do jogo, do esporte, da ginástica, da atividade rítmica e expressiva, da luta, além de outros. E é justamente o direito das crianças e jovens a este conhecimento que estamos defendendo, possibilitando que eles/elas tenham condições de usufruir, partilhar, produzir, reproduzir, transformar e construir toda e qualquer forma de manifestação da cultura corporal de movimento. Assim, compartilhamos com as posições de Daólio (2004), ao destacar que a Educação Física deixa de ser pautada

exclusivamente nos princípios biológicos, passando a priorizar os conhecimentos culturais historicamente construídos.

Entendemos, assim como Darido (2011), que a Educação Física e os demais componentes curriculares escolares devem propiciar as crianças e jovens o exercício da cidadania, a formação crítica, a conquista de sua autonomia, por meio do conhecimento, reflexão e transformação da cultura corporal de movimento.

As Lutas fazem parte da cultura corporal de movimento, ou seja, são práticas historicamente importantes e que acompanham os seres humanos ao longo do tempo, sendo uma das mais elementares manifestações dessa cultura. Assim como as danças, os esportes, os jogos, as ginásticas, dentre outras, as Lutas são manifestações inseridas na esfera da cultura corporal de movimento, fazendo parte do modo de ser das pessoas e da sociedade de diferentes formas, ao longo do tempo. É preciso permitir as crianças e jovens o contato e vivências com esses conteúdos, possibilitando-os articular reflexões críticas sobre essas práticas e sobre o mundo em que vivem.

Considero também, que as Lutas estão presentes nos diversos cenários da pedagogia do esporte, praticadas pelos seus diferentes personagens e trazem para o mundo da Educação Física múltiplas possibilidades de pensar sobre tradição, religião, cultura, filosofia, rituais, além de aspectos relacionados ao corpo, movimentos, passíveis de serem transmitidos, preservados e reorganizados às necessidades de vários contextos (BENTO, GARCIA, GRAÇA, 1999; PAES, 2002).

Na contemporaneidade as Lutas recebem o tratamento de categoria esportiva. Essa nova abordagem dada a essas manifestações causou em algumas modalidades a modificação de princípios filosóficos, adaptações e surgimento de novas regras internas no intuito de torná-la uma forma de espetáculo. Esse quadro refere-se à esportivização das práticas corporais na modernidade. Neste contexto, podemos observar a construção e a modificação do que se considera uma manifestação da cultura corporal de movimento.

Sobre o caráter histórico e cultural das Lutas e das demais práticas corporais nos remetemos à reflexão do Coletivo de Autores:

É preciso que o aluno entenda que o homem não nasceu pulando, saltando, arremessando, balançando, jogando etc. Todas essas atividades corporais foram construídas em determinadas épocas históricas, como respostas a determinados estímulos, desafios ou necessidades humanas. Contemporaneamente pode-se afirmar que a dimensão corpórea do homem se materializa nas três atividades produtivas da história da humanidade: linguagem, trabalho e poder. É linguagem um piscar de olhos enquanto expressão de namoro e concordância; um beijo enquanto expressão de

afetividade; uma dança enquanto expressão de luta, de crenças. Com as mãos os surdos se comunicam pela linguagem gestual. É trabalho quando desenvolve diferentes movimentos sistematizados, ordenados, articulados e institucionalizados, transformados, portanto numa produção simbólica: um jogo, uma ginástica, um esporte, uma dança, uma luta. Finalmente, é poder quando expressa uma disputa ou desenvolve a força física para a dominação, por exemplo, numa luta corpo a corpo. Essas três atividades não aparecem na produção humana de forma fragmentada. Articulam-se e, simultaneamente, são linguagem, trabalho e poder (COLETIVO DE AUTORES, 1992, p. 27).

Cabe aos/as professores/as construir junto às crianças e jovens uma leitura na qual as Lutas “não foram dadas” como são hoje: elas foram construídas culturalmente, modificadas e transformadas. Os/as professores/as devem arquitetar estratégias de inclusão de todos e todas, fazendo com que as crianças e jovens percebam que também são produtores e transformadores da cultura.

A escola, diferentemente dos contextos de academias e clubes, necessita de um ensino global das Lutas, evitando o uso de treinamento de técnicas específicas de forma descontextualizada. Independente do nível de ensino, o ensino-aprendizagem do conteúdo Lutas deve transcender a exclusiva apropriação de técnicas sistematizadas. Para as crianças e jovens é importante reflexões sobre luta x mídia; luta x violência; luta x gênero, luta x briga, entre outras. Na escola as crianças e jovens deverão compreender o ato de lutar (por que, para que, com que, contra quem ou o que), além do conteúdo nas suas dimensões procedimentais, conceituais e atitudinais, que não são dissociadas.

A produção bibliográfica específica da Educação Física escolar ainda é pequena, poucos trabalhos fazem menção a utilização de materiais de apoio na área, bem como, propõem a sistematização do conteúdo Lutas. Além disso, os/as professores/as de Educação Física da educação básica normalmente não costumam utilizar livros (a não ser em alguns Estados que possuem proposta na forma de Currículo Básico Comum, entre outras), pois a disciplina está vinculada à perspectiva do saber fazer (DARIDO, 2005). A autora ainda afirma que a dimensão conceitual e atitudinal dos conteúdos são pouco desenvolvidas na prática pedagógica dos/as professores/as de Educação Física ou desenvolvidas na forma de currículo oculto, esporadicamente, quando surgem situações favoráveis. As atuais propostas na área aconselham o tratamento intencional, organizado e sistematizado desses conhecimentos, mas os/as professores/as encontram poucos materiais de suporte para esse tipo de trabalho.

Consideramos que a apresentação de um livro-experiência que contenha um conjunto de princípios, elementos diversificados e uma proposta de sistematização, traria importante contribuição aos/as professores/as de Educação Física escolar.

Contribuições essas como a de refletir sobre a sua própria prática, aporte para o planejamento das aulas, além de oportunizar processos de aprendizagem mais significativos a crianças e jovens. Refletimos também sobre a perspectiva que este é um Mestrado Profissional, ou seja, ele contempla estrutura curricular que preconiza o aprofundamento da formação técnico profissional conquistada na graduação e pela produção de um trabalho de conclusão em que o estudante demonstre capacidade de articular conhecimento básico, domínio do objeto de estudo e sua aplicabilidade profissional relativa à área de concentração. Dessa forma, o objetivo geral desse trabalho, foi elaborar um Livro-Experiência envolvendo o ensino e a aprendizagem das Lutas no contexto da Educação Física escolar do Ensino Fundamental e Ensino Médio.

De forma mais específica, identificamos os livros já elaborados no campo da Educação Física, em especial, os já produzidos sobre o trabalho com as Lutas no ambiente escolar. Depois analisamos o lugar desse conteúdo no processo inicial de formação de professores/as de Educação Física nas Universidades Federais brasileiras, em especial, nos currículos das licenciaturas. Situamos a presença ou ausência das manifestações de Lutas nas propostas curriculares oficiais de estados e municípios, a fim de mapear as lacunas existentes. Por fim, apresentaremos o respectivo livro-experiência como resultado dessa pesquisa.

2. METODOLOGIA PROPOSTA

Esta pesquisa se propôs a debruçar-se sobre um tema que ainda necessita ser muito discutido no âmbito da Educação Física, isto é, os materiais que auxiliam o ensino-aprendizagem de Lutas na escola. E ele se dará em relação às instituições públicas de ensino básico, onde a Educação Física deve proporcionar às crianças e jovens a inserção e apropriação crítica da cultura corporal de movimento em manifestações como as danças, os esportes, os jogos, as ginásticas, as lutas, dentre outras. Mas o que observamos são aulas de Educação Física que ignoram grande parte desses conteúdos, focando-se apenas nas quatro modalidades esportivas hegemônicas (futsal, vôlei, basquete e handebol) ou simplesmente utilizando-as como momento recreativo (DARIDO, 2010).

Para desvelar esse contexto, esse estudo possui uma abordagem qualitativa e caracteriza-se como descritiva (BAUER; GASKEL, 2002). O corpus empírico se estruturou a partir da realização da revisão bibliográfica em dois momentos complementares. Seguem as etapas abaixo:

- 1) Buscamos analisar os currículos dos cursos de licenciatura em Educação Física das Universidades Federais brasileiras, verificando se neles existiam disciplinas relacionadas ao conteúdo Lutas e quais as perspectivas do trabalho com essa temática. Dessa maneira, realizamos uma investigação nas páginas digitais de todas as Universidades Federais brasileiras, procurando em quais delas existiam o curso de licenciatura em Educação Física e que possuísem em suas matrizes curriculares disciplinas obrigatórias sobre conteúdo Lutas.
- 2) Tivemos o objetivo de mapear e discutir as propostas curriculares oficiais para a Educação Física, documentos esses que são criados pelas Secretarias Estaduais de Educação de cada estado brasileiro, em especial no que tangia ao conteúdo Lutas. Para tanto, identificamos vinte (20) propostas curriculares por meio dos endereços eletrônicos das Secretarias Estaduais de Educação de cada estado brasileiro. Nos Estados do Acre, Amapá, Bahia, Pará e Paraíba existem propostas curriculares, no entanto, não conseguimos acesso pela via do contato de internet nas páginas oficiais desses órgãos. No sentido de obter essas informações, enviamos e-mails para as Secretarias

Estaduais de cada um desses estados solicitando os documentos, mas não obtivemos retorno.

No segundo momento realizamos um levantamento acerca dos livros de ensino-aprendizagem, livro de ensino-aprendizagem da Educação Física e, mais especificamente, livros de ensino-aprendizagem sobre Lutas na/da Educação Física escolar. A intenção foi empreender um estudo aprofundado desse material, a fim de interpretar os dados e contextualizar a temática no campo teórico, proporcionando uma compreensão mais ampliada sobre o tema. Podendo, desta forma, obter as bases teórico-metodológicas necessárias para a construção de um livro-experiência referente ao conteúdo Lutas que poderá ser utilizado como material de apoio para professores e professoras de Educação Física escolar.

Segundo Alves-Mazzotti e Gewandsznajder, “as investigações qualitativas, por sua diversidade e flexibilidade, não admitem regras precisas, aplicáveis a uma ampla gama de casos” (1998, p. 147). Dessa forma, a pesquisa qualitativa, como afirma Brandão, “é, pois, profundamente laboriosa” (2000, p. 182), uma vez que são dados que precisam ser compreendidos. Assim, essa pesquisa foi conduzida com vistas à problematização, na tentativa de compreender as questões inicialmente colocadas, mas também fazer emergir outros questionamentos, provocar novos olhares, desestabilizar opiniões e representações.

Uma pesquisa com validade é aquela que atende aos critérios de relevância científica e social que, para Marli André (2007), significa que estejam inseridos num quadro teórico em que fique evidente sua contribuição ao conhecimento já disponível. Conforme essa autora:

Temos valorizado a opção por temas engajados na prática social. Temos cobrado das pesquisas que tenham um objeto bem definido, que os objetivos ou questões sejam claramente formulados, que a metodologia seja adequada aos objetivos e os procedimentos metodológicos suficientemente descritos e justificados. A análise deve ser densa, fundamentada, trazendo as evidências ou as provas das afirmações e conclusões. Deve ficar evidente o avanço do conhecimento, ou seja, o que cada estudo acrescentou ao já conhecido ou sabido (ANDRÉ, 2007, p. 125).

Esses são os critérios definidos pela autora para julgamento de uma pesquisa e são também critérios de validação desta. Portanto, me comprometi em fazer uma pesquisa norteada por esses aspectos e para a relevância científica e social, contribuindo para a ampliação do conhecimento na área de Lutas.

Para obtenção dos dados da pesquisa, utilizei como instrumento de coleta de dados uma pesquisa bibliográfica, que foi realizada na busca de uma literatura

específica no campo da Educação Física. Para tanto, usamos como fontes de coleta o banco de dados do Núcleo Brasileiro de Dissertações e Teses em Educação Física, Esportes, Educação e Educação Especial (NUTESES), artigos presentes em periódicos brasileiros da área e em livros publicados sobre a temática.

Realizamos levantamento da literatura especializada no sentido de compreender as presenças/ausências da temática das Lutas na formação de professores/as de Educação Física, o que justificou a necessidade de construção de materiais didáticos de apoio. Igualmente, buscamos compreender quais as principais críticas direcionadas aos livros de ensino-aprendizagem já produzidos, vislumbrar as várias perspectivas de trabalho com as Lutas, as possibilidades estruturais, metodológicas e didático-pedagógicas já elaboradas. Ou seja, a revisão bibliográfica nos possibilitou ter consistência nas argumentações, a fim de consolidarmos uma fundamentação que alimentou a elaboração do livro-experiência.

3. **MARCO TEÓRICO:** para início de conversa... O que estamos chamando de luta?

A palavra Luta pode conter várias denotações de acordo com a sua utilização por meio da linguagem. Luta-se pela vida, por objetivos pessoais, pela terra, com um oponente em alguma prática esportiva e assim por diante. O dicionário Luft (2017, p. 431) define o ato de lutar (do latim *luctari*) como “combater/pelejar, brigar/disputar, competir/trabalhar arduamente, esforçar-se, empenhar-se”. Já o substantivo Luta é definido como “ação de lutar/qualquer combate corpo a corpo/guerra, pelejar/antagonismo/esforço, empenho” (idem). Ou seja, a palavra Luta recebe diferentes significados, contextos e objetivos (RUFINO, 2012).

Os diversos significados da palavra Luta são tão múltiplos que mesmo no Hino Nacional Brasileiro essa palavra aparece na seguinte passagem: “mas se ergues da justiça à clava forte... verás que um filho teu não foge a luta... nem teme, quem te adora, a própria morte” (ESTRADA, 1922, s/p).

Poderíamos ficar aqui mencionando outros exemplos, mas talvez estas definições não reflitam a diversidade e a pluralidade de significados que tangem o termo das lutas, em especial, no campo da Educação Física. Nesse sentido, Peirano (1990, apud STIGGER, 2005) afirma que o conformismo começa com a definição apressada, já que, ao definirmos, limitamos muito a compreensão. Rufino (2012) também ressalta que pode ser limitador demais buscar por conceitos e definições prévias e rigidamente construídas, ainda mais quando o objetivo é compreender fenômenos e realidades culturais distintas. E Stigger (2005) reitera que “estes conceitos, ao invés de serem esclarecedores, poderão mostrar-se obscuros e redutores de qualquer realidade em estudo” (2005, p. 7).

É possível realizar uma discussão extensa e, muitas vezes polissêmica, sobre os diferentes conceitos e as especificidades das chamadas Lutas, Artes Marciais, Modalidades Esportivas de Combate. Assim, Rufino e Darido (2009) ressaltam que não há um consenso na área da Educação Física sobre qual a nomenclatura utilizar e, provavelmente, ela nem exista.

Apesar da pluralidade de sentido do referido termo e da contradição existente, Gomes (2008) defini luta como:

Prática corporal imprevisível, caracterizada por determinado estado de contato, que possibilita a duas ou mais pessoas se enfrentarem numa constante troca de ações ofensivas e/ou defensivas, regida por regras, com

objetivo mútuo sobre um alvo móvel personificado no oponente (GOMES, 2008, p. 49).

Temos, assim, um conceito ampliado de Lutas que extrapola as modalidades esportivas de combate, que aqui serão compreendidas como:

[...] uma configuração das práticas de lutas, das artes marciais e dos sistemas de combate sistematizados em manifestações culturais modernas, orientadas a partir das decodificações propostas pelas instituições esportivas. Aspectos e conceitos como competição, mensuração, aplicação de conceitos científicos, comparação de resultados, regras e normas codificadas e institucionalizadas, maximização do rendimento corporal e espetacularização da expressão corporal são alguns exemplos dessa transposição moderna de práticas seculares de “combate” (CORREIA, FRANCHINI, 2010, p. 23).

Esses autores ainda distinguem essas práticas de combate das Artes Marciais. Corroborando com Correia e Franchini (2010), para nós:

“Arte Marcial” faz referência a um conjunto de práticas corporais que são configuradas a partir de uma noção aqui denominada de “metáfora da guerra”, uma vez que essas práticas derivam de técnicas de guerra como denota o nome, isto é, marcial (de Marte, deus romano da guerra; Ares para os gregos) [...]. Assim, a partir de sistemas ou técnicas diversas de combate situadas em diferentes contextos sociais, essas elaborações culturais passam por um autêntico processo de ressignificação, em que a dimensão ética e estética ganham uma expressiva proeminência. Desta forma podemos identificar que a expressão “arte” nos sinaliza para uma demanda expressiva, inventiva, imaginária, lúdica e criativa, como elementos a serem inclusos no processo de construção de certas manifestações antropológicas ligadas ao universo das Artes Marciais. Já o termo marcial, relacionado ao campo mitológico faz alusões à dimensão conflituosa das relações humanas. Assim, temos a inclusão contínua de elementos que ultrapassam as demandas pragmáticas e utilitaristas das formas militares e bélicas de combates (p. 24).

Dessa forma, devemos considerar que o ser humano luta há muito tempo, desde os períodos mais antigos de sua origem. O ato de lutar surgiu com a própria existência do ser humano. A princípio, lutar pela comida, com animais, com outros homens, para defender terra, ou seja, lutar para sobreviver (SEVERINO, 1998).

É muito difícil definir a origem dessas práticas corporais por terem se originado em lugares muito distintos e há muito tempo. Como exemplo, podemos citar o Karatê-do no Oriente (primeiro na ilha de Okinawa e depois para todo o Japão), o Pancrácio na Grécia e a Esgrima no Egito (RUFINO, 2012)

Essas práticas corporais também podem ser denominadas de Artes Marciais, transformando-se ao longo do tempo em práticas muito abrangentes e complexas, com diferenças e peculiaridades entre si. Compreendê-las, em toda sua amplitude, é muito complicado devido a essa complexidade. Para Iedwab e Standefer (apud RUFINO, 2013) a Arte Marcial também é patriotismo, religião, filosofia e, sobretudo, o modo de

ser do indivíduo. Os autores destacam ainda que o tema central dessa prática corporal não é o combate, mas a resolução de conflitos que fazem parte da vida.

Há no contexto das Artes Marciais muita tradição, misticismo e histórias envolvidas. Há relatos de feitos sobre-humanos, histórias de façanhas inacreditáveis, lutadores que foram verdadeiros heróis, e assim por diante. Em vários filmes e séries observam-se lutadores capazes de realizar feitos incríveis como derrotar um exército inteiro de homens sozinho, de uma só vez. A história a seguir, citada por Rufino (2012) exemplifica esse misticismo que envolve as artes marciais:

A escuridão fora da cidade

Um estudante de artes marciais foi visitar um famoso dojô de Kyudô (arcoaria Zen) no Havaí.

Perguntou ao sensei se estaria disposto a ensinar-lhe tudo o que pudesse a respeito de fazer a flecha atingir o alvo. O sensei levantou-se do lugar onde estava ajoelhado, levantou o arco bem alto e baixou-o lentamente até a altura do seu peito cheio de ar, estirou a corda e soltou-a, lançando a flecha. Um segundo depois ela estava cravada no centro do alvo.

‘Incrível!’, disse o discípulo. ‘O senhor deve ser o melhor arqueiro da ilha!’

‘Acho que não’, disse o sensei. ‘Minha mestra é uma excelente artista marcial e foi ela que me ensinou tudo que sei’.

‘Talvez eu deva visita-la’, disse o discípulo.

Pegou a balsa e foi à outra ilha, buscando essa lendária mestra de Kyudô. Curiosamente, a mestra era uma senhora de idade que estirava o arco com força e elegância e enviava flechas certeiras ao centro do alvo.

O discípulo aplaudiu-a lentamente e disse: ‘Impressionante! E o que mais a senhora pode me ensinar, que seu outro discípulo não aprendeu?’

A sensei levantou novamente o arco, encaixou na corda uma nova flecha, conduziu sua mente ao local onde estava cravada a flecha anterior.

‘Nossa!’, exclamou o discípulo. ‘Vou aprender com a senhora! A senhora é a melhor de todos!’

‘Acho que não’, disse a mestra. ‘Sugiro que você vá conhecer meu mestre, que mora do outro lado desta ilha, além da montanha’.

O estudante pôs uma mochila nas costas e caminhou por vários dias, até que encontrou um velho que morava numa cabana. Chegou à noite e viu o sensei acendendo uma pequena fogueira fora da cabana – a única luz que via num raio de quilômetros.

O discípulo indagou dos segredos da arte desse mestre. O sensei se levantou, saiu de perto da fogueira e disparou uma flecha para o meio da escuridão. ‘Na noite cai uma folha’, disse ele. O discípulo acendeu uma lanterna e atravessou o campo de vegetação rasteira. Do outro lado do campo, na borda da floresta, encontrou uma árvore, uma faia, em cujo tronco havia se cravado a flecha, que prendera uma folha ao tronco da árvore.

O discípulo ficou boquiaberto. ‘Como o senhor foi capaz de acertar essa folha no meio da noite? Como foi capaz de enxergar?’

‘Fechei os olhos’, disse o mestre. Fez uma reverência e sentou-se de novo junto ao fogo (Trecho extraído do livro: “Um caminho de paz: um guia das tradições das artes marciais para jovens”, p. 89 e 90).

Esse é apenas um exemplo de tudo que está envolto em relação às Artes Marciais e isso tudo, certamente, deve ser levado em conta durante a criação de processos pedagógicos para o seu ensino na escola ou fora dela. O misticismo e a tradição, assim como os comportamentos, as técnicas, dentre outras, foi algo influenciado por diversos fatores, como o aspecto cultural, transmitido ao longo do tempo em cada civilização, denotando a influência desses fatores associados às modalidades de combate.

Espartero (1999, apud GOMES, 2008) argumenta que não é possível afirmar onde realmente se originaram as lutas e artes marciais, pois o processo de criação se deu em vários lugares do mundo, em épocas diferentes, apresentando em cada um desses espaços suas próprias peculiaridades. Logo, é possível afirmar que as Lutas são um patrimônio cultural da humanidade, portanto, que deve ser ensinado na Educação Física Escolar.

Enquanto práticas corporais, as Lutas exercem, dentro do universo simbólico a qual elas fazem parte, uma influência muito grande na vida dos seres humanos dos mais diversos grupos sociais, conforme salientou Daólio (1995, apud RUFINO, 2013). Observa-se, por exemplo, que muitas crianças, desde bem jovens, possuem algumas brincadeiras de lutar, tanto com amigos, quanto sozinhas. Há atualmente inúmeros desenhos animados (cartoons), quadrinhos, mangás (quadrinho japonês), animes (animação japonesa) e jogos de vídeo game, filmes, seriados que enfocam a questão das Lutas, dos combates e dos conflitos em seus enredos, influenciando a formação e o imaginário de muitas crianças e jovens. Fato disto são os grandes eventos de cosplay que vem crescendo nas últimas décadas, grandes eventos como o “Anime Friends” e “ComicCon Experience”, são realizados no Brasil, onde milhares de pessoas desde crianças a adultos, se transformam em personagens fantásticos, imitam suas personalidades e suas ações. Os quais na maioria das vezes criam movimentos ensaiados e coreografados de lutas contra os “arqui-inimigos” do personagem que esta travestindo dos quadrinhos, animações, séries, filmes, vídeo games e assim por diante. Para Funakoshi (1975, p. 128): “as crianças começam a brincar de luta tão logo chegam à idade de entreter-se com qualquer tipo de jogo”.

As lutas e Artes Marciais passaram por muitas transformações e ressignificações até chegar a ser uma atividade esportiva na forma que conhecemos hoje, com seus

códigos próprios e a sua estética corporal. Os lutas e Artes Marciais praticadas atualmente no Brasil são, na sua maioria, importadas de outros países, com culturas diferentes. Criadas para autodefesa ou mesmo por motivos político-sociais, junto com seu conjunto de técnicas, as lutas e Artes Marciais trazem também a cultura de seu país de origem, sendo, assim, não só modalidades esportivas, mas também manifestações culturais (MESQUITA, 2001). Os esportes de combate estão nos Jogos Olímpicos desde seu início. Na primeira edição da era moderna, em 1896, momento também da esportivização das lutas e artes marciais, já estavam presentes a Esgrima e a Luta (parecida com a atual luta greco-romana), pouco tempo depois o Judô com Jigoro Kano participando do Comitê Olímpico em 1909 (COMITÊ OLÍPICO INTERNACIONAL, 2004). Hoje temos ainda o Boxe, o Judô, Taekwondo, a Luta Olímpica e em 2020 será inserida o Karatê-do.

As Lutas como podemos observar, não estão isentas dos processos de transformação, o que torna a reflexão sobre esse processo um importante instrumento de análise sócio-histórico do ser humano. Sendo elas, manifestações corporais criadas pela humanidade, as Lutas são um indispensável conteúdo a ser trabalhado nas aulas de Educação Física Escolar em sua totalidade de manifestações.

3.1. Desmistificação dos Argumentos para não Tematização do Conteúdo Lutas na Escola

Nas aulas de Educação Física escolar as propostas de ensino devem adequar-se as crianças e jovens e não o contrário, almejando com isso despertar o seu interesse e tornar a aprendizagem mais significativa para os/as mesmo/as. Darido (2011), destaca que ninguém pode gostar e se interessar por aquilo que não conhece e que, muitas vezes, temendo um possível estranhamento por parte das crianças e jovens sobre determinados conhecimentos da cultura corporal de movimento, como as Lutas, o/a professor/a omite do plano de ensino tais conhecimentos, principalmente, ao lecionar para adolescentes. Talvez a melhor estratégia não seja a omissão, mas pensar sobre qual metodologia utilizar ao abordar temáticas mais polêmicas.

No caso das Lutas, diversos motivos são apresentados pelos/as professores/as de Educação Física para não inseri-las em suas aulas, Nascimento e Almeida (2007), apontam dois mais recorrentes, a falta de vivência pessoal em lutas por parte dos/as

professores/as, tanto no cotidiano de vida, como no âmbito acadêmico e a preocupação com o fator violência, que julgam ser intrínseco às práticas de luta, o que incompatibiliza a possibilidade de abordagem deste conteúdo na escola. Dentre outros, Darido (2005) afirma que outro elemento restritivo mais recorrente é a falta de materiais e a falta de espaço adequado. Entretanto, acreditamos ser possível e necessário desenvolver este conteúdo. E para isso não é imprescindível ser ou ter sido um praticante da modalidade em questão ou necessitar de espaço e equipamento oficial.

Qualquer conteúdo pode ser tratado na escola, mediante pesquisas e outros recursos. Sendo que o objetivo da Educação Física Escolar não é formar atletas de rendimento, muito menos lutadores e/ou competidores de uma ou outra modalidade esportiva de combate, mas, sim, oferecer subsídios para que todas as crianças e jovens, independentemente de suas características físicas, étnicas, econômicas, sociais, de gênero ou de habilidade, conheçam os diversos aspectos relacionados às manifestações das Lutas. Como, por exemplo, suas origens e significados em nossa e outras culturas, algumas das diversas formas possíveis de praticá-las, suas principais características e finalidades, além de outras.

No que concerne ao argumento de que existe a necessidade de que o/a professor/a deve ser especialista ou ter vivências substanciais em lutas e Artes Marciais para o trato do tema na Educação Física Escolar, Nascimento e Almeida (2007), consolidaram uma intervenção na tentativa de esboçar um entendimento acerca destas questões. Os autores abordaram as lutas institucionalizadas, a partir do plano conceitual, para que as crianças e jovens pudessem se apropriar dos elementos que constituem as lutas, como histórico, rituais, crenças e principais regras, através de trabalho de pesquisa. Outro recurso que eles utilizaram para que as crianças e jovens compreendessem este tema foi a visualização e análise de vídeos das modalidades estudadas. No plano procedimental, os autores deram ênfase os jogos de oposição, fazendo transformação pedagógica das modalidades de luta. Dessa forma, eles incorporaram elementos do esporte nos jogos de oposição, possibilitando a criação de regras e novos jogos propostos pelas próprias crianças e jovens. Partindo da participação das crianças e jovens nos jogos de oposição elaborados pelos colegas, surgiram vários elementos que foram discutidos no plano atitudinal, como respeito às regras, à integridade física e moral dos colegas e às diferenças de gênero, estatura e peso (NASCIMENTO/ALMEIDA, 2007).

Os autores afirmam que essa intervenção os possibilitaram confirmar a tese de que não há necessidade de que os/as professores/as necessitam ter especialização em uma modalidade de luta, desde que o objetivo não esteja pautado na formação de atletas, “mas na produção de conhecimento nas aulas de Educação Física” (p. 10).

Já o argumento que afirma que a violência é algo intrínseco às práticas da luta, e que pode aflorar e/ou despertar ainda mais se o tema for tratado na escola, pois muitas crianças e jovens já demonstram traços de comportamento violento no cotidiano escolar, Nascimento e Almeida (2007), recorrem a Olivier (2000, p. 11), ao referir-se à violência, o autor entende-a como “inerente às relações sociais”, e a concebe como “modos de expressão e de comunicação”, que aparecem em situações de conflito, de ameaças, de incerteza. Oliver (2000) posiciona-se no sentido de que as lutas na escola, sistematizadas e metodologicamente construídas e desenvolvidas, servem como importantes elementos de estruturação motora, psico-afetiva e social, que ajudam “a criança a gerir e a controlar a complexidade das relações violentas no interior do grupo social” (OLIVER, 2000, p. 11, apud NASCIMENTO/ALMEIDA, 2007).

Dessa maneira, os autores afirmaram que após a realização de uma intervenção na tentativa de esboçar um entendimento acerca destas questões, perceberam que não aconteceram comportamentos violentos ou agressivos por parte das crianças e jovens, “nem física, nem verbalmente, no desenvolvimento de todas as aulas, ao contrário, perceberam um envolvimento constante nas tomadas de decisões e um zelo para o cumprimento dos acordos” (NASCIMENTO/ALMEIDA, 2007, p. 17). Os autores ainda destacam que essa constatação os levou a compactuar com a posição de Olivier (2000), anteriormente referida. Sendo que os resultados obtidos, relativizam o argumento da violência como sendo algo restritivo ao trato das lutas na Educação Física Escolar. E compreendem que a maneira de conduzir a tematização deste conteúdo é fundamental. Pois, qualquer que seja o tema a ser abordado, os autores afirmam que se não for fundamentado e tratado pedagogicamente, corre o risco de gerar conflitos e situações hostis, o que confirma o entendimento esboçado por Parlebas de que:

[...] o desporto [ou outro tema] não possui nenhuma virtude mágica. Ele não é em si nem socializante nem anti-socializante. É conforme: ele é aquilo que se fizer dele. A prática do judô ou do rãguebi pode formar tanto patifes como homens perfeitos preocupados com o fair-play (1974, p. 114-115 apud NASCIMENTO/ALMEIDA, 2007).

No que concerne ao argumento de que para a prática de lutas exigem-se locais e materiais específicos e que nem sempre a escola possui, como, por exemplo, salões com

tatames, aparadores de chutes e socos, arcos e flechas, espada, entre outros. Darido (2005), afirma que esses podem ser praticados nos espaços comuns das aulas, sob a ótica do jogo e não da performance de alto rendimento, com os equipamentos trazidos pelas próprias crianças e jovens. Tatames podem ser adaptados em colchonetes, colchões e mesmo em canteiros de grama ou areia, aparadores podem ser criados a partir que materiais que as crianças e jovens tragam de casa como cobertas e travesseiros reunidos dentro de fronhas de travesseiros, arcos e flechas podem ser construídos a partir de canos de PVC, de bambu e peças de alumínio, espadas podem ser feitas de flutuadores de piscina e assim por diante. Além da possibilidade também de “extrapolar os muros da escola” e realizar visitas com as crianças e jovens em instituições e academias, que ofereçam tais atividades para que possam ser experimentadas. Dessa maneira, compreendemos como Darido (2005), que essa argumentação é relativizada, pois existem inúmeras possibilidades de construções de materiais alternativos e ressignificações dos próprios espaços de aula, partindo da ótica do jogo e não da performance de alto rendimento.

Dessa forma, partindo das experiências relatadas e analisadas de Nascimento e Almeida (2007) e de Darido (2005), podemos afirmar que os três principais fatores restritivos ao trato pedagógico do tema de Lutas na Educação Física escolar podem realmente ser relativizados. Essa relativização e o consequente tratamento pedagógico deste tema, em nossa compreensão, estão ligados a uma concepção específica de Educação Física por parte do/a professor/a e aos arranjos metodológicos relativos com essa perspectiva, que neste caso, a “cultura corporal de movimento”.

Compreendemos que as lutas são manifestações da cultura corporal de movimento e se inserem como temáticas fundamentais para o trabalho com a Educação Física no ambiente escolar. Para isso, é preciso pensar em metodologias que intencionalmente possam transformá-las em potência educacional para crianças e jovens. Dessa maneira, a próxima sessão tem o objetivo de apresentar algumas propostas já elaboradas e instituídas no plano acadêmico-científico deste conteúdo.

3.2. Propostas Metodológicas sobre o Conteúdo Lutas

Como descrito anteriormente, qualquer conteúdo pode ser tratado na escola, mediante pesquisas e outros recursos. Reitero que o objetivo da Educação Física escolar não é formar atletas de rendimento, muito menos lutadores e/ou competidores de uma ou outra modalidade esportiva de combate, mas, sim, oferecer subsídios para que todas as crianças e jovens conheçam os diversos aspectos relacionados às manifestações das Lutas. Porém, o conteúdo Lutas na escola geralmente é conhecido por modalidades específicas, ou melhor, por certa quantidade de gestos técnicos específicos. Ouve-se falar do Judô, Karatê-do, Kung fu, Esgrima, dentre outras e suas técnicas, que se referem a conteúdos variados e diferenciados, estanques, especializando os movimentos técnicos no ensino, ou seja, nesse formato cada movimento pertence exclusivamente a certa modalidade e só pode ser ensinado no contexto de suas especificidades (GOMES, 2008). Logo, observa-se um ensino tecnicista, de repetição de técnicas e gestos descontextualizados, sem possibilidade de se pensar sobre a prática ou mesmo pensar sobre porque praticar.

Graça (1995), ainda discute a preocupação excessiva com a técnica enfatizada nos métodos tradicionais de ensino de esportes na escola, que aqui inclui-se as lutas. Bayer (1994, apud GOMES, 2008), critica os métodos que se baseiam em princípios simplistas, com ênfase na repetição de técnicas descontextualizadas, e questionam o ensino das técnicas (como fazer) desvinculado da tática (razões do fazer).

Dessa maneira, Darido (2005), afirma que não basta ensinar, no ambiente escolar, técnicas e movimentos básicos das lutas, mas é preciso ir além, e ensinar o contexto em que se apresentam os movimentos ensinados, integrando as crianças e jovens na esfera da cultura corporal de movimento. Para isso, é preciso pensar em metodologias que intencionalmente possam transformar as lutas em potência educacional para crianças e jovens.

A autora Mariana Gomes (2008), nos mostra alguns caminhos para pensarmos e seguirmos nessa empreitada metodológica, em sua dissertação de mestrado, ela afirma que devido ao grande número de modalidades de lutas, seu trato em ambiente escolar deve ser categorizado para que assim parta de um todo, que é o conteúdo Lutas, para as partes, chegando às especificidades do conhecimento sistematizado e codificado. Para isso utilizam-se critérios como: objetivo de um combate, tipo de contato entre oponentes, suas ações motoras, distancias entre os oponentes, tipo de contato entre

oponentes, tipo de meta no enfrentamento. De acordo com a autora essas práticas se agrupam a partir do que elas têm em comum, como também se separam por suas diferenças.

Ainda em sua dissertação, a autora desenvolve uma reflexão a partir da pedagogia do esporte, que as lutas devem ser tratadas de maneira global, partindo do todo para as partes, ou seja, é preciso que as crianças e jovens tenham a compreensão do que é a luta em sua generalidade para posteriormente chegar às modalidades específicas.

Baseada nos modelos de Jogos Desportivos Coletivos de Bayer, ela propõe os princípios condicionais para o tratamento das lutas, são eles: contato proposital, fusão ataque/defesa, imprevisibilidade, oponente/alvo e regras. Dessa maneira, ela aproxima os elementos em comum entre as Lutas e propõe a sua categorização pela distância, sendo de curta, média e longa distância. Ao classificá-las dessa maneira, a autora nos fornece as principais ações corporais envolvidas em cada uma delas:



Fig. 1 – Classificação das lutas pelas ações corporais.

A partir das proposições da figura 1, a autora estabelece como as Lutas podem ser observadas a partir de seus princípios condicionais, demonstrando a complexidade de interações inerentes ao conteúdo. Observe a figura 2:

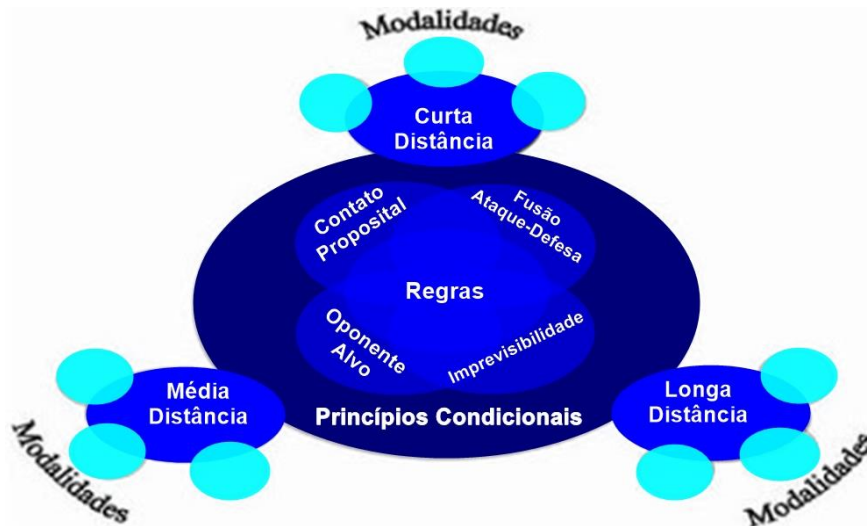


Fig. 2 – Sistema de Interação das Lutas (GOMES, 2008).

Na figura 2 podemos verificar os princípios condicionais no centro, pois esses compõem os elementos comuns que a luta deve conter para ser considerada como tal. Em uma segunda instância se inicia uma setorização das lutas pela classificação em curta, média e longa distância. O Judô e Jiu Jitsu, por exemplo, são lutas de curta distância com contato direto com o oponente durante o combate. Já no caso do Karatê-do e do Muay Thai, que são lutas com aplicação de golpes como chutes, socos, cotoveladas, joelhadas, e que, por isso, são caracterizadas como de média distância. Logo as modalidades que se utilizam de um implemento como o Kendô e a Esgrima, necessitam de um espaço ainda maior entre os oponentes para essa manipulação, enquadram-se nas Lutas de longa distância. O objetivo da autora em organizar as lutas nessas três possibilidades, é para que na iniciação as crianças e jovens aprendam não apenas uma modalidade específica de combate, mas todo um arsenal de possibilidades. Depois que vivenciarem o ensino global, poderão escolher uma modalidade de luta que mais as atraia, pois as habilidades aprendidas nas etapas anteriores são transferíveis (GOMES, 2008).

Avançando nesta discussão Mariana Gomes durante o andamento de seu Doutorado em conjunto com seu co-orientador Alcides Scaglia (2011), desenvolveram uma nova classificação das lutas a partir do princípio condicional *contato proposital* (GOMES, 2008), eles classificaram as lutas pelos tipos de contatos: *Contato contínuo*: engloba as lutas de agarre (curta distância), “os oponentes dependem do contato direto e ininterrupto para realizar todas as ações tático-técnicas” (SCAGLIA/GOMES, 2011, pag. 36), que têm por objetivo projetar o oponente ou finalizá-lo no solo, como Judô,

Jiu-Jitsu, Luta Olímpica, dentre outros; *Contato intermitente*: agrupa as lutas em que o contato ocorre somente no momento do golpe (média distância), as ações objetivam tocar o oponente com os punhos, pernas, cotovelos, joelhos, dentre outros, segundo as regras estipuladas. “No momento da execução das ações tático-técnicas, os oponentes necessitam buscar o contato, já que os mesmos são o alvo do combate” (SCAGLIA/GOMES, 2011, pag. 36), como exemplo, Boxe, Karatê-do, Muay Thai Taekwondo, dentre outros; e o *Contato mediado*: reúne as lutas que utilizam um implemento (longa distância), “para cumprir o objetivo do combate (atingir o adversário de alguma maneira) os oponentes dependem de um implemento/arma” (SCAGLIA/GOMES, 2011, pag. 36), que pode ser uma espada no Kendo, bastão no Ninjutsu, lança no Kung Fu, dentre outros. Scaglia e Gomes (2011), afirmam que estas classificações buscam explorar principalmente as semelhanças presentes entre as diversas modalidades de luta, no que pertence aos objetivos dos combates que por sua vez, ocasionarão ações tático-técnicas das crianças e jovens, o que pode vir a facilitar a didática das lutas, no sentido de deixá-la mais significativa.

Nos baseando nos estudos de Mariana Gomes (2008) e neste estudo em conjunto com Alcides Scaglia (2011), acreditamos que nesta classificação pelo princípio condicional *contato proposital*, caiba mais um tipo de contato, que não foi levada em conta pelos autores e muitas vezes não é levada em conta também nas aulas de lutas na escola. Muitas Artes Marciais e formas de combate utilizaram e utilizam implementos que lançam projeteis ou que são lançados em seus oponentes, como o arco e flecha, facas, lanças, shurikens, kunais, chakrams, bumerangues, dentre outros. Esses implementos de lançamento foram decisivos em muitos combates e são elementos fundamentais da cultura de certas lutas e Artes Marciais, como o Kyudo (O Caminho do Arco), é a Arte Marcial japonesa do tiro com arco e o implemento de lançamento arco e flecha é o objeto mais importante tecnicamente e simbolicamente para está pratica corporal/cultural. Dessa forma, essas manifestações das Lutas não podem ser ignoradas quando pensarmos as Lutas na escola, pois são parte importante do contexto histórico cultural das lutas e Artes Marciais. Logo, compreendo que este possa ser classificado também a partir do princípio condicional “*contato proposital*”, como ‘*lutas de contato mediado por implementos de lançamento*’; baseados nas construções dos autores/a, compreendemos que este contato reunirá as lutas que utilizam um implemento para cumprir o objetivo do combate (atingir o adversário de alguma maneira) os oponentes dependem de um implemento/arma que tenha o objetivo de lançar projeteis ou que

possam ser lançados em seu oponente. Logo, as principais ações corporais envolvidas seriam: a manipulação do implemento, tocar no adversário a partir do lançamento do implemento e a esquiva, e ainda dependendo de qual a perspectiva da aula, um escudo pode ser incorporado para a defesa dos implementos lançados, fazendo uma relação com o outro contato mediado. Como as espadas e bastões das lutas de contato mediado, que agora para facilitar a compreensão, nomearemos de lutas de contato mediado por implemento fixo, os implementos de lançamento como flechas, facas, shurikens, podem ser construídos de materiais adaptados e que prezem pela segurança de quem for utilizá-los, assim como as regras dos jogos de oposição que serão construídos.

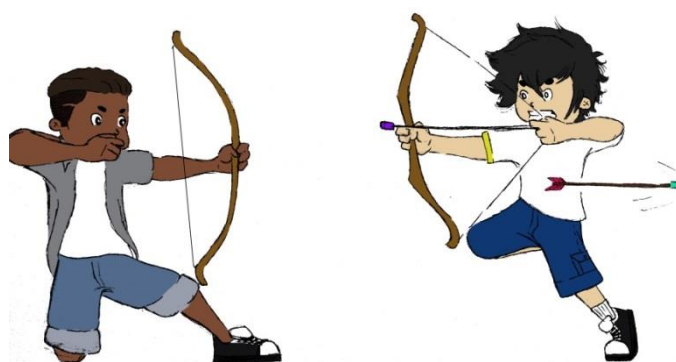


Fig. 3 – Ação corporal para Lutas de Implemento de Lançamento.

Partindo dos três contatos propostos por Scaglia e Gomes (2011): contato contínuo, intermitente e mediado, o autor Marcos Pereira (2017), elaborou a organização da *Rede de Jogos de Luta*, onde compreende que o

conteúdo pode ser identificado por características e semelhanças, agrupadas em sistemas de unidades complexas dentro de um sistema maior. Neste caso, o jogo/luta representa o todo e os tipos de contato, as partes deste todo. Estas se subdividem conforme os vários tipos de lutas, em cada um dos contatos, e conforme os jogos, em cada um dos tipos de lutas. Esta perspectiva sistêmica/complexa estabelece o paradoxo de unidade e de diversidade como uma teia de acontecimentos, movida por ações e interações, em contraposição ao pensamento reducionista que se mostra insuficiente para a compreensão do todo (PEREIRA et al, 2017, pag. 343).

Segundo o autor, a rede dos jogos de luta apresenta, no centro, o jogo/luta que estabelece conexões com os três contatos: contínuo, intermitente, mediado. Ela forma conexões com as lutas específicas e com os jogos de lutas que se conectam entre si e com todo o conteúdo, fazendo relações conforme a figura 4:

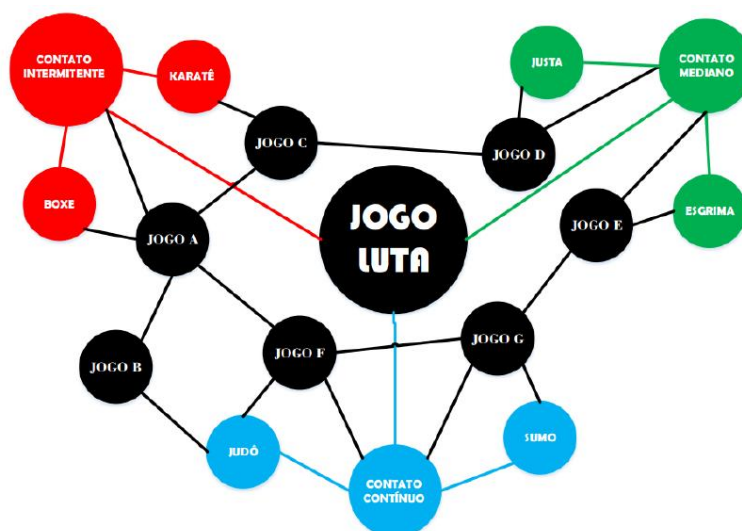


Fig. 4 – Rede de Jogos de Luta (PEREIRA et al, 2017).

Nesta organização da rede dos jogos de luta, os jogos possuem características semelhantes às lutas que fazem ligação, como Jogo F e o Judô, o autor afirma que isso pode auxiliar o ensino dos princípios das lutas. Assim, um jogo também pode conter características semelhantes a outras lutas que não sejam daquelas que estão mais próximas, ou seja, podem ter peculiaridades semelhantes a jogos de outros grupos situacionais. Os jogos que se assemelham com características idênticas servem para o ensino das lutas classificadas em seus grupos situacionais como os jogos F e G e o contato contínuo (PEREIRA et al, 2017).

A rede dos jogos de luta do autor é acrescida da ideia de que as lutas são manifestações de jogo. Com essa rede, o autor pretende organizar todo o conteúdo que deverá ser ensinado com o entendimento do processo de organização. Pode se notar as semelhanças e características entre os jogos de lutas. O/a professor/a pode, dessa maneira, aula após aula, fazer contextualizações, de modo que as crianças e jovens percebam isto até em um simples jogo de empurrar o colega (PEREIRA, 2017).

Percebemos com clareza como os trabalhos de Mariana Gomes (2008) e posteriormente em conjunto com Alcides Scaglia (2011), e se baseando na obra dos dois, Marcos Pereira (2017), trazem grandes contribuições para a pedagogia do esporte aplicado as lutas, principalmente para pensar em metodologias que intencionalmente transformem as Lutas em potência educacional, por uma perspectiva menos tradicional, disciplinar e fechada. Baseando-me na obra desses autores e autora, daremos prosseguimento a nossa discussão sobre o ensino das Lutas na escola, fazendo um

diálogo com Silvio Gallo (2007) em seu debate sobre a educação e currículo, e Deleuze e Guatarri (1980), em sua obra *Mil Platôs*.

3.3. Rizoma das Lutas

Dialogando com Silvio Gallo (2007), percebemos uma relação do ensino tecnicista e tradicional das Lutas na escola, com uma concepção de educação e currículo, isto é, um currículo em que os conteúdos são dispostos para aprendizagem apresentam-se na forma de disciplinas, áreas de saber tomadas de forma autônoma e independente.

Gallo (2007), afirma que subjacente a essa concepção de educação e de currículo, temos a noção de que o mundo, a realidade, constitui uma totalidade que não pode ser compreendida completamente pelo espírito humano. Dessa forma, é necessário separar os saberes em áreas, em aspectos distintos, que devem ser estudados, aprendidos e articulados, numa visão enciclopédica. O autor continua afirmando que, assim, “podemos dizer que o processo educativo implica na perda da totalidade da ignorância para, através da análise (que por sua vez significa a divisão em partes) possibilitar o conhecimento e, finalmente, recuperar a totalidade, agora como sabedoria” (GALLO, 2007, pag. 3).

O autor recorre ao filósofo, geômetra e matemático René Descartes, que criou uma imagem interessante para o conjunto dos conhecimentos que vão se subdividindo e criando novas áreas: a árvore dos saberes.

Nessa imagem, as raízes da árvore representariam o mito, como conhecimento originário; o tronco representaria a filosofia, que dá consistência e sustentação para o todo; os galhos, por sua vez, representariam as diferentes disciplinas científicas, que por sua vez se subdividem em inúmeros ramos. Interessante notar que a imagem da árvore, por mais que dê vazão ao recorte, à divisão e às subdivisões, remete sempre de volta à totalidade, pois há uma única árvore, e para além do conhecimento das partes, podemos chegar ao conhecimento do todo, isto é, tomando distância podemos ver a árvore em sua inteireza (GALLO, 2007, pag. 3).



Fig. 5 – Árvore dos Saberes (adaptação).

Ao observarmos esse modelo, inevitavelmente refletimos sobre o ensino tecnicista e tradicional das Lutas na escola, no qual crianças e jovens têm contato apenas com os ramos da ponta dos galhos da árvore. Lugar esse onde estaria cada modalidade de luta (Karatê-do, Judô, Esgrima, dentre outros), o que é inadmissível, pois as manifestações das Lutas possuem muitas outras dimensões que devem ser trabalhadas nas aulas de Educação Física Escolar.

Por intermédio da árvore, tem-se aspiração à totalidade. No entanto, podemos acabar criando um caminho hierarquizado, onde só temos um ponto de entrada e saída, que não fazem conexões. Entretanto, defendemos que as Lutas e Artes Marciais fazem conexões entre si. Aliás, compreendemos que as modalidades também fazem relações para além das próprias Lutas, para além do ato de jogar, de treinar e de combater, como por exemplo, com a arte, a poesia, as canções, o teatro, livros, ou mesmo com as mídias, os filmes, seriados, desenhos, relações com representação de personagem (cosplay), com o mundo.

Nesse movimento essencialmente moderno de paulatina e crescente especialização dos saberes, Silvio Gallo afirma que “assistimos à perda da totalidade (como ignorância) para possibilitar o conhecimento” (GALLO, 2007, pag. 4). Assim, se criam as diferentes ciências e proliferam os novos saberes. Pensando as Lutas em um sistema arborescente, o processo é reproduzido na dimensão do ensino-aprendizagem, e cada vez mais os saberes poderão se especializar, subdividindo-se cada vez mais. Logo,

quanto mais formos subindo pelos galhos da árvore, mais difícil ficará vislumbrar a árvore em sua totalidade. Podemos, por vezes, chegar mesmo a não ver a dimensão da unidade, de que a árvore é uma só e que aquele ramo daquele galho é parte de um todo (GALLO, 2007). Poderemos perceber como o autor observou nos estudantes, que as crianças e jovens que participam das aulas de lutas, após aprender disciplinarmente, ou seja, vivenciar o conteúdo lutas partindo de uma metodologia que não faça ligações entre toda sua diversidade de práticas e representações, podem não conseguir fazer a operação lógica para recuperar a totalidade, articulando os saberes que aprenderam de forma isolada. Logo, impedindo que os saberes das Lutas sejam relacionados entre si para possibilitar o conhecimento em sua totalidade, como sabedoria.

Mas será, de fato, que o pensamento, o conhecimento e especificamente a interação das lutas seguem a estrutura proposta por um paradigma arborescente? Ou mesmo, uma organização que se feche em si mesma sem fazer ligações e conexões externas? Não seria possível vislumbrar outra maneira, menos hierarquizada de se pensar tais paradigmas?

Gilles Deleuze e Félix Guattari apontam um possível caminho para pensarmos essas questões, na introdução à obra *Mil Platôs: Capitalismo e Esquizofrenia*, publicada na França em 1980, os autores apresentam a noção de rizoma. Gallo (1997), compreende que a

metáfora do rizoma subverte a ordem da metáfora arbórea, tomando como paradigma imagético aquele tipo de caule radiforme de alguns vegetais, formado por uma miríade de pequenas raízes emaranhadas em meio a pequenos bulbos armazenatícios, colocando em questão a relação intrínseca entre as várias áreas do saber, representadas cada uma delas pelas inúmeras linhas fibrosas de um rizoma, que se entrelaçam e se engalfinham formando um conjunto complexo no qual os elementos remetem necessariamente uns aos outros e mesmo para fora do próprio conjunto (pag. 4).

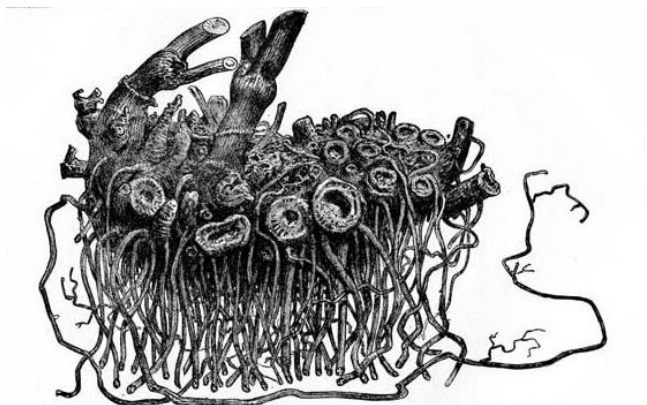


Fig. 6 – Rizoma de Gilles Deleuze e Félix Guattari (1980).

Partindo da reflexão que o autor faz sobre a educação e o currículo e inspirado na obra de Deleuze e Guattari, penso que a imagem do rizoma se converte numa poderosa ferramenta para pensarmos as manifestações das Lutas. Com a imagem arborescente, ficamos na compartimentalização: “os galhos vão se ramificando e se especializando cada vez mais, perdendo contato, pois cada ramo se autonomiza em relação aos demais, embora permaneçam todos parte da mesma árvore” (GALLO, 2007, pag. 7). Ou seja, a comunicação entre os ramos de uma árvore é dificultada, quem sabe, impossibilitada, a comunicação entre as varias formas de lutar e as representações das lutas na arte, na mídia e outros. Impossível não recordar aqui também a imagem de gavetas: as modalidades lutas convertem-se em gavetas de um arquivo, compartimentos estanques, sem comunicação entre si. O sistema das lutas, imagetivamente representado na e pela árvore, faz de nós seres fragmentados, mas fragmentos que remetem a uma unidade perdida (GALLO, 2007).

Com o rizoma as coisas se passam de maneira diferente. Sua imagem remete para uma miríade de linhas que se engalfinham, como num novelo de lã emaranhado pela brincadeira do gato. “Um rizoma é promiscuidade, é mistura, mestiçagem, é mixagem de reinos, produção de singularidades sem implicar no apelo à identidade” (GALLO, 2007, pag. 8). Lembro-me do grande filme do diretor Gore Verbinski, *Piratas do Caribe: No fim do Mundo* (2007), terceiro de sua franquia, que nos mergulha nas aventuras do infame pirata Capitão Jack Sparrow. Neste terceiro filme surge um inimigo extremamente forte liderado pelo temido Capitão Davy Jones e seu lendário navio Holandês Voador, que se ergue contra os piratas. Para sobreviverem a essa batalha eles organizam a reunião da Corte da Irmandade que reuni todos os principais piratas, os lordes piratas, descendentes dos piratas que aprisionaram a poderosa deusa Calypso gerações antes. Os piratas se reúnem e para provar serem os verdadeiros lordes piratas devem apresentar suas “peças de 8”. Quando os piratas aprisionaram Calypso, a deusa do mar, Davy Jones, amante da deusa, a traiu contando a eles como subjuga-la. Eles só precisavam de algum objeto dos lordes piratas para prendê-la, as “peças de 8”. Assim, reuniram novamente as peças dentro de um prato para confirmarem serem os lordes piratas: um colar com uma pequena pedra, uma carta de dama de espadas, um pequeno gancho de madeira enrolado com corda, um pedaço de garrafa de rum quebrada, um par de lentes, uma pequena taça de ferro, um alicate, uma moeda e um olho de madeira. No final, eles libertam a deusa, mas ela se volta contra eles e cria um grande redemoinho e uma forte tempestade no meio da grande batalha entre os navios Pérola Negra e

Holandês Voador. Mas o que nos interessa aqui é o prato, cheio dos objetos mais diferentes possíveis: parece-nos essa uma ótima imagem de rizoma. Um emaranhado de multiplicidades, uma mistura de coisas possivelmente não misturáveis, uma mestiçagem (GALLO, 2007).

Ainda partindo da reflexão sobre educação e currículo de Gallo (2007), se pensarmos as manifestações das Lutas como rizoma e não como árvore, as disciplinas, ou aqui, as modalidades de luta, já não seriam gavetas que não se comunicam, mas soariam como linhas que se misturam, teia de possibilidades, multiplicidade de nós, de conexões, de interconexões. O autor compreende que se um sistema arborescente não estimula e mesmo não permite o diálogo, o rizoma, diferentemente, em sua promiscuidade estimula os encontros e as conjunções. Se a imagem da árvore implica numa interação como sistema fechado e hierarquizado, a imagem do rizoma, por sua vez, implica numa interação como sistema aberto e múltiplo (GALLO, 2007). Isto é, não uma forma de interação das lutas, mas múltiplas formas. Não um mapa, mas muitos mapas. Não um caminho, mas inúmeros caminhos. E sempre com pontos de entrada e trilhas a se percorrer distintas. O que não inviabiliza encontros, mas, ao contrário, os possibilita, os promove, os estimula (GALLO, 2007).

Pensemos na especificidade das modalidades de luta e Artes Marciais por um momento, existem várias técnicas semelhantes entre modalidades que se enquadram nas lutas de contato contínuo, intermitente, mediado por implemento fixo e mediado por implemento de lançamento. Como exemplo, temos as bases técnicas em quatro modalidades de luta diferentes, o “sentado a cavalo” do Sumô (contato contínuo), a Kibada-shi do Karatê-do (contato intermitente), “estrutura de bastão” do Kung Fu (implemento fixo) e a “estrutura de arco e flecha” do Ninjutsu (implemento de lançamento) que são muito próximas. Embora saibamos que os significados dessas técnicas podem ser diferentes no que se concerne ao ato de lutar, uma vez que são modalidades distintas, incitamos a reflexão para pensar outras relações existentes. Na realidade, propomos problematizar as várias lutas que temos hoje no sentido de que foram sendo construídas por várias transformações. Em alguns casos por fusões de duas ou mais Artes Marciais tradicionais, como o Kung Fu Shaolin, que foi uma junção da Arte Marcial Vajramushti da Índia e o Kung Fu Chinês antigo. Criou-se uma Arte Marcial diferente das duas anteriores, mas que tem as duas formando uma nova no seio de um rizoma (SEVERINO, 1988).

Dessa maneira, compreendemos que pensar as manifestações das Lutas não deva ser a partir de um modelo de árvore, mas sim, de um rizoma, de uma pedagogia rizomática, de um rizoma das Lutas. Portanto, enumeraremos certas características aproximativas do rizoma das Lutas inspiradas nas características desenvolvidas pelos autores Deleuze e Guatarri em sua obra *Mil Platôs* de 1980.

Primeiramente iniciaremos pelos princípios de conexão e de heterogeneidade, que os autores compreendem como

qualquer ponto de um rizoma pode ser conectado a qualquer outro e deve sê-lo. É muito diferente da árvore ou da raiz que fixam um ponto, uma ordem. [...] Um rizoma não cessaria de conectar cadeias semióticas, organizações de poder, ocorrências que remetem às artes, às ciências, às lutas sociais. Uma cadeia semiótica é como um tubérculo que aglomera atos muito diversos, lingüísticos, mas também perceptivos, mímicos, gestuais, cogitativos: não existe língua em si, nem universalidade da linguagem, mas um concurso de dialetos, de patoás, de gírias, de línguas especiais (DELEUZE/GUATARRI, 1980, pag. 4).

Qualquer luta, seja de contato contínuo, intermitente, mediado por implemento fixo ou mediado por implemento de lançamento pode se conectar a qualquer outra luta não havendo uma hierarquia nessas conexões, nem mesmo uma ordem intrínseca, ou seja, lutas de contato contínuo fazem ligações com as lutas dos contatos mediados e intermitente, todas fazem conexões entre si. Para além das lutas especificamente, o ato do combate e do treinamento, o rizoma das Lutas também faz conexões com a arte, a poesia, as canções, o teatro, livros, ou mesmo com as mídias, os filmes, seriados, desenhos, relações com representação de personagem (cosplay), com o mundo. Uma cadeia semiótica do rizoma das Lutas é como um tubérculo que aglomera atos muito diversos de combate, mas também de intenções, de rituais, de tradição, de filosofia, de história, de mitos, sendo que não existe uma luta universal, mas um concurso de formas de lutar e de representação dos seres lutantes.

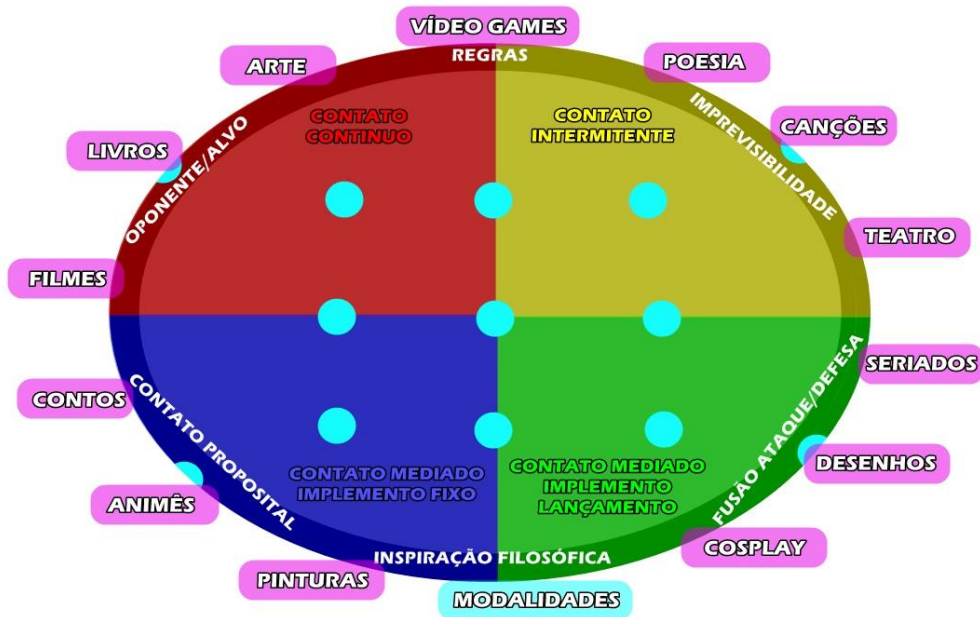


Fig. 7A – Princípios de conexão e heterogeneidade

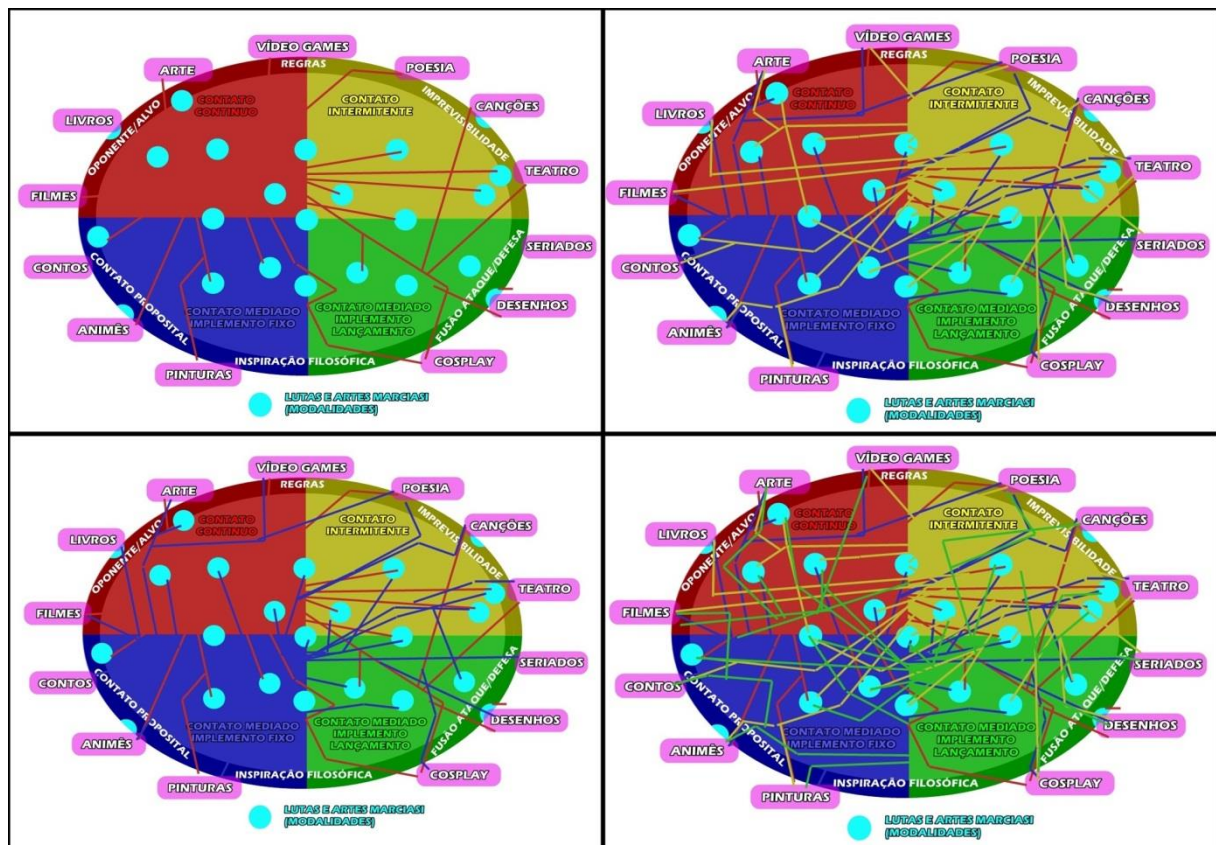


Fig. 7B – Princípios de conexão e de heterogeneidade

Para compreendermos melhor essas conexões, lançamos mão ao princípio da multiplicidade, que os autores compreendem que as

multiplicidades são rizomáticas e denunciam as pseudomultiplicidades arborescentes. Inexistência, pois, de unidade que sirva de pivô no objeto ou que se divida no sujeito. Inexistência de unidade ainda que fosse para abortar no objeto e para "voltar" no sujeito. Uma multiplicidade não tem nem sujeito nem objeto, mas somente determinações, grandezas, dimensões que não podem crescer sem que mude de natureza (as leis de combinação crescem então com a multiplicidade). [...] Não existem pontos ou posições num rizoma como se encontra numa estrutura, numa árvore, numa raiz. Existem somente linhas. [...] As multiplicidades se definem pelo fora: pela linha abstrata, linha de fuga ou de desterritorialização segundo a qual elas mudam de natureza ao se conectarem às outras (DELEUZE/GUATARRI, 1980, pag. 5).

No rizoma das Lutas não existe uma forte unidade principal, não existe uma luta que é base ou unidade pivotante que dela surgirão outras lutas ou representações das lutas. As lutas fazem conexões com outras lutas e para além das próprias lutas, fazendo com que a cada nova conexão mude a natureza do próprio rizoma, ou seja, a cada nova ligação entre as lutas, elas se transformam e se ressignificam. No rizoma não existem pontos, somente linhas, dessa forma, o conjunto de todas conexões que as lutas fazem se misturam num emaranhado de ligações existentes. Sendo assim a multiplicidade das lutas se define pelo fora: pela linha de fuga na qual as lutas fazem conexões e mudam a sua natureza.

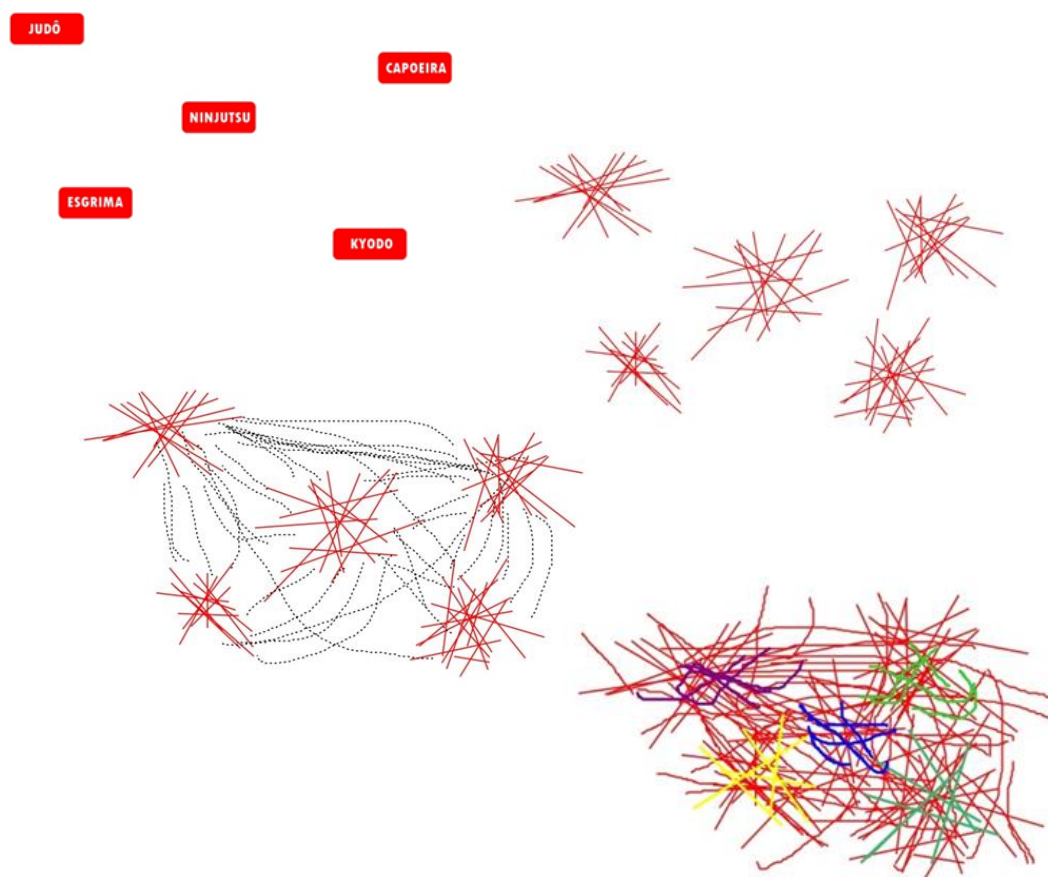


Fig. 8 – Princípio da multiplicidade

Compreendendo a interação das lutas com um sistema sem uma unidade principal e que faz múltiplas conexões heterogêneas, vamos agora ao princípio da ruptura a-significante, onde os autores entendem que todo rizoma

compreende linhas de segmentaridade segundo as quais ele é estratificado, territorializado, organizado, significado, atribuído, etc.; mas compreende também linhas de desterritorialização pelas quais ele foge sem parar. Há ruptura no rizoma cada vez que linhas segmentares explodem numa linha de fuga, mas a linha de fuga faz parte do rizoma. Estas linhas não param de se remeter uma às outras. [...] Como é possível que os movimentos de desterritorialização e os processos de reterritorialização não fossem relativos, não estivessem em perpétua ramificação, presos uns aos outros? A orquídea se desterritorializa, formando uma imagem, um decalque de vespa; mas a vespa se reterritorializa sobre esta imagem. A vespa se desterritorializa, no entanto, tornando-se ela mesma uma peça no aparelho de reprodução da orquídea; mas ela reterritorializa a orquídea, transportando o pólen. A vespa e a orquídea fazem rizoma em sua heterogeneidade. [...] É a mesma coisa quanto ao livro e ao mundo: o livro não é a imagem do mundo segundo uma crença enraizada. Ele faz rizoma com o mundo, há evolução a-paralela do livro e do mundo, o livro assegura a desterritorialização do mundo, mas o mundo opera uma reterritorialização do livro, que se desterritorializa por sua vez em si mesmo no mundo (se ele é disto capaz e se ele pode). (DELEUZE/GUATARRI, 1980, pag. 6).

O rizoma das Lutas tem sempre linhas de fuga, que fazem novas conexões, fazendo reterritorialização e desterritorialização em seu plano de consistência. Notamos estas reterritorializações e desterritorializações no exemplo acima, sobre o Kung Fu Shaolin, que das conexões de duas Artes Marciais, surge no seio desse rizoma uma nova Arte Marcial a partir das conexões das duas lutas e da desterritorialização do plano de consistência daquele rizoma. Além disso, duas lutas que se defrontam podem se reterritorializar e desterritorializar nelas mesmas, quando os/as lutadores/as observam suas técnicas, táticas, rituais, filosofias, eles/as adaptam e se transformam fazendo novas conexões. É da mesma forma com um filme do Jackie Chan ou do Kung Fu Panda e as lutas, um filme de lutas não é a imagem das lutas. Ele faz rizoma com as lutas, há evolução a-paralela do filme e das lutas, o filme assegura a desterritorialização da lutas, mas as lutas operam uma reterritorialização dos filmes, que se desterritorializa por sua vez em si mesmo no mundo (se ele é disto capaz e se ele pode), o que pode acontecer também com seriados, músicas, poesia, teatro, a arte e a mídia, dentre outros. O rizoma das Lutas também pode ser rompido, mas ele retoma de suas linhas de fuga, fazendo novas conexões. É impossível exterminar as lutas, porque elas formam um rizoma do e com o mundo, do qual a maior parte pode até ser destruída, mas sempre terão fios, linhas de fuga por onde ele vai se reconstruir.

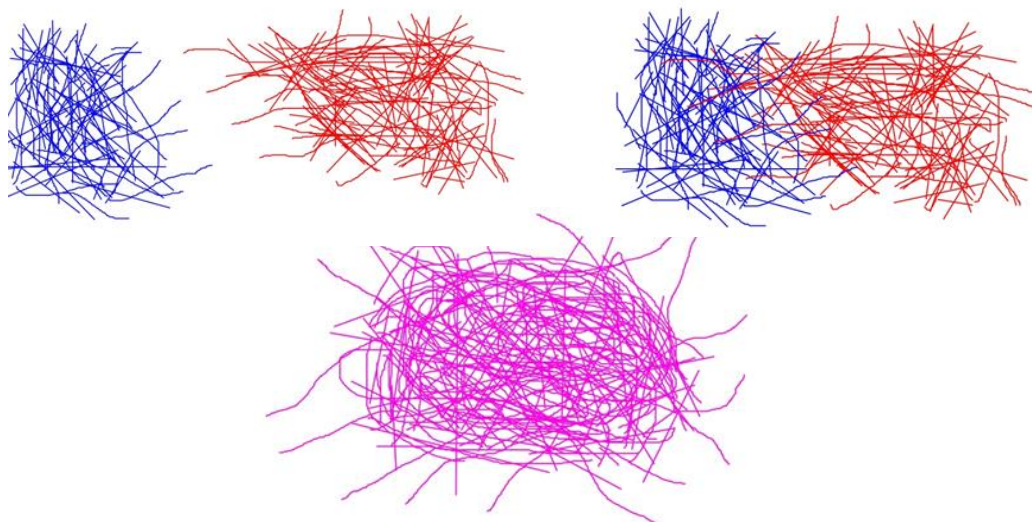


Fig. 9 – Princípio da ruptura a-significante.

O rizoma das Lutas, dessa forma, é um sistema sem uma unidade principal e que faz múltiplas conexões heterogêneas, que podem ser rompidas, mas sempre se reconstroem a partir de suas linhas de fuga. E agora chegamos aos princípios de cartografia e de decalcomania, que os autores compreendem que a

árvore articula e hierarquiza os decalques, os decalques são como folhas da árvore. Diferente é o rizoma, mapa e não decalque. Fazer o mapa, não o decalque. A orquídea não reproduz o decalque da vespa, ela compõe um mapa com a vespa no seio de um rizoma. Se o mapa se opõe ao decalque é por estar inteiramente voltado para uma experimentação ancorada no real. O mapa não reproduz um inconsciente fechado sobre ele mesmo, ele o constrói. Ele contribui para a conexão dos campos, para o desbloqueio dos corpos sem órgãos, para sua abertura máxima sobre um plano de consistência. Ele faz parte do rizoma. O mapa é aberto, é conectável em todas as suas dimensões, desmontável, reversível, suscetível de receber modificações constantemente. Ele pode ser rasgado, revertido, adaptar-se a montagens de qualquer natureza, ser preparado por um indivíduo, um grupo, uma formação social. Pode-se desenhá-lo numa parede, concebê-lo como obra de arte, construí-lo como uma ação política ou como uma meditação. Uma das características mais importantes do rizoma talvez seja a de ter sempre múltiplas entradas (DELEUZE/GUATARRI, 1980, pag. 8).

O rizoma das Lutas pode ser mapeado, cartografado e essa cartografia mostra que ele possui entradas múltiplas, isto é, o rizoma pode ser acessado de várias entradas, podendo assim remeter a quaisquer linhas em seu território. Ou seja, podemos adentrar ao rizoma pelo Judô, por um filme do Bruce Lee, pelo jogo de vídeo games Mortal Kombat, por uma poesia Gichin Funakoshi, ou pelos Princípios Condicionais das Lutas (GOMES, 2008). Partindo dos incontáveis pontos de entrada podemos nos remeter as várias lutas e para além delas, caminhando por inúmeras trilhas distintas de significações das lutas, circundado assim, por todo o rizoma. Porém, o rizoma das Lutas

enquanto mapa pode ser rasgado, revertido, adaptar-se a montagens de qualquer natureza, pode ser montado por uma equipe de Karatê-do, pode ser pintado por um grupo crianças da educação infantil, pode ser representado num festival de lutas, ou seja, pode sempre ser ressignificado, fará sempre reterritorialização e desterritorialização a partir de novas conexões.

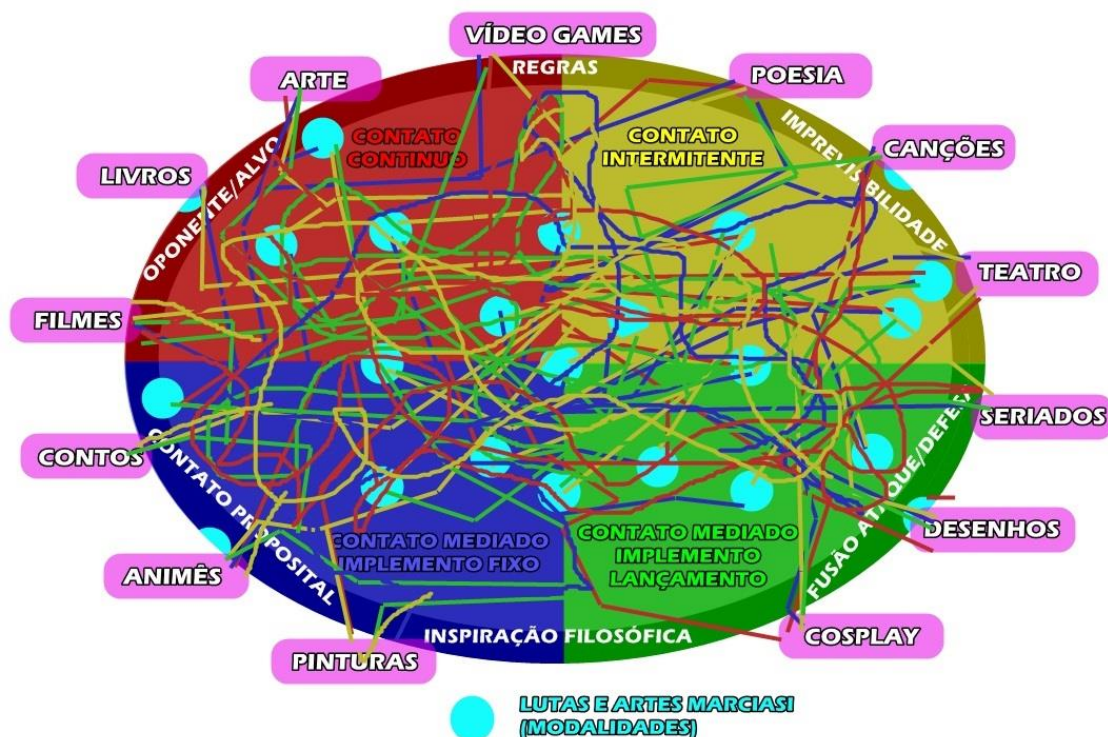


Fig. 10 – Princípios de cartografia e de decalcomania.

Dessa forma, compreendemos o rizoma das Lutas como um sistema que faz múltiplas conexões heterogêneas, entre jogos de oposição, entre grupos situacionais, entre as próprias modalidades de luta e para além delas. Ele se reterritorializa e desterritorializa em seu campo de consistência e pode ser rompido, mas sempre se reconstrói fazendo novas conexões a partir de suas linhas de fuga. O rizoma das Lutas pode ser mapeado, esse mapeamento mostrará que ele tem múltiplas entradas que possibilitarão percorrer por distintas trilhas por todo o rizoma, fazendo novas conexões, logo, ele sempre será ressignificado, fará sempre reterritorialização e desterritorialização a partir dessas novas ligações.

Retomemos a reflexão sobre currículo com Gallo (2007), agora com as apropriações das características do rizoma das Lutas. Se a interação das lutas segundo o

modelo arborescente implica num planejamento anterior, numa escolha das formas de lutar que deverão compor a sequencia de ensino, e na determinação de seus conteúdos, para atingir a uma série de objetivos predeterminados pelo planejamento. No rizoma das Lutas teríamos uma abertura para todo e qualquer caminho, uma abertura para as experiências. Logo, a entrada no rizoma das Lutas não tem a obrigatoriedade de iniciar por nenhum ponto específico, pois os sujeitos da escola ou de projetos de extensão, provavelmente já tiveram contato com as manifestações das Lutas anteriormente. Seja pela prática de uma modalidade específica em clubes e academias, por lutas que passam na televisão ou na internet, jogando e brincando de luta com amigos, ou mesmo, pelos inúmeros filmes, desenhos, jogos de vídeo games, dentre outros, que tem suas temáticas envoltas pelas lutas e pelos combates. As múltiplas entradas nos possibilitam traçar múltiplos caminhos que serão percorridos de acordo com os sujeitos que estarão compondo aquele rizoma. Peço licença aos rigores acadêmicos neste momento para descrever uma cena marcante que vem de minha infância, que demonstra claramente as varias formas de se entrar e percorrer pelo rizoma das Lutas. Certa noite, minha avó com seus mais de 70 anos assistia junto comigo, meu pai e meu tio, Rocky IV de 1985 pela primeira vez. Envolta por toda a emoção dos filmes anteriores e pela grande construção da história desse filme, com Rocky treinando nas montanhas geladas russas, passando por grandes dificuldades, longe de casa em meio a Guerra Fria. Na luta final contra o temido lutador russo, Draco, Rocky Balboa como de costume vem levando muitos socos, sangrando, dando tudo de si, lutando para ficar de pé round após round. Em certo momento quando parecia que Rocky não conseguiria mais lutar, que não conseguiria mais ficar de pé, minha avó que nunca havia praticado uma luta, ou vivenciado práticas de combate em sua vida, levanta do sofá, se ajoelha no chão, junta as mãos olhando para cima e faz uma prece desesperada em alto e bom som: *“Pelo amor de Deus meu senhor, ajuda esse homem a lutar, ajuda ele a ficar de pé, não deixa ele cair!”*; Como dizer que essa senhora que nunca praticou uma luta na vida, nunca subiu em um tatame, muito menos competiu, não adentrou ao rizoma das Lutas, não viveu os sentimentos e emoções das lutas, ela pode até não ter lutado com os punhos, mas ela viveu a luta através das emoções que Rocky Balboa proporciona a nós.

Dessa forma, essa perspectiva rizomática que ainda carece de discussões, tenta ampliar possibilidades, tecer caminhos sem hierarquias e ordens intrínsecas, para que as aulas de luta não sigam uma linearidade fechada. Compreendemos que não há problema em adentrar no rizoma das Lutas por um jogo de vídeo game, por uma modalidade de

luta ou pelos princípios condicionais, pois, após a entrada, múltiplos caminhos serão percorridos nesta perspectiva. Por que os anos finais do Ensino Médio não podem praticar jogos de oposição? Ou por que crianças do ensino fundamental não podem conhecer o Judô? Sendo que algumas podem até já praticar a algum tempo (compreendendo que o Judô e outras modalidades de luta não se resumem a gestos técnicos e treinamento para performance e alto rendimento). O rizoma das Lutas permite que tomemos contato com estas manifestações a partir de qualquer ponto e percorramos por todo ele, o que é extremamente importante, pois é improvável que os sujeitos cheguem às aulas de Educação Física Escolar sem nunca ter tido feito conexões com os fios do rizoma das Lutas. Logo, quando os sujeitos chegam às aulas de lutas já tendo feito conexões com o rizoma das Lutas, se compreendermos as lutas segundo um modelo arborescente, estaremos estratificando, cortando e fechando múltiplos caminhos que os sujeitos poderiam percorrer, múltiplas conexões que serão impedidas. Enquanto o modelo arborescente é fechado, justamente por supor uma unidade (dada de antemão ou a ser recuperada posteriormente), o rizoma das Lutas é aberto, sobretudo por ser uma aposta na multiplicidade, sem almejar uma unidade dada ou a ser construída, mas, exatamente ao contrário, um investimento no desmonte de qualquer simulacro de unidade (GALLO, 2007). Que possibilita as crianças e jovens compreender as várias conexões que tem as manifestações de Lutas, fazendo relações entre as próprias lutas e para além delas, possibilitando o conhecimento em sua totalidade, como sabedoria (GALLO, 2007).

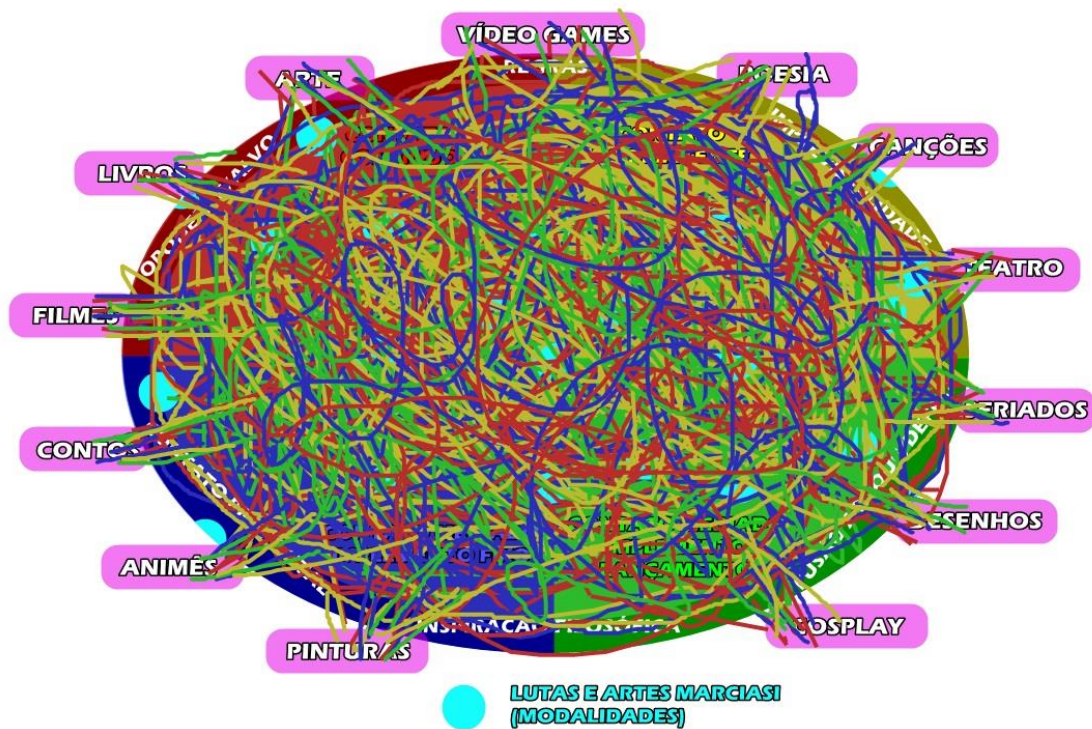


Fig. 11 – O Rizoma das Lutas.

Se a modelo arborescente das Lutas nos remete para uma “pedagogia da ordem”, que investe em hierarquias, planejamentos, organizações, controle, já o rizoma das Lutas, por sua vez, implica numa “pedagogia do caos”, uma “pedagogia rizomática”, isto é, um processo de ensino-aprendizagem que escape ao controle, traçando linhas de fuga, que rompa hierarquias, que desfaça planos prévios. (GALLO, 2007). Que nos faça aventurar-nos, sem armaduras, pelos campos de batalhas das multiplicidades dos saberes lutantes.

4. PRESENÇAS E AUSÊNCIAS DO CONTEÚDO LUTAS NA TRAJETÓRIA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Algumas das propostas curriculares oficiais nacionais e dos Estados brasileiros sugerem o ensino das Lutas, mas as produções científicas apontam possíveis impedimentos no trabalho com esse conteúdo. Esses mesmos trabalhos defendem a necessidade de sistematização das manifestações de Lutas no sentido de contextualizá-la e articulá-la com projetos de formação. No entanto, isso não garante que o conteúdo seja ensinado/aprendido nas aulas de Educação Física, visto que, com bastante frequência, há um distanciamento entre o que é previsto para se ensinar e o que é efetivamente ensinado nas escolas.

Em relação a essas questões, Matos (2015) afirma que o termo currículo guarda diversas especificidades e se manifesta no ambiente escolar em diferentes dimensões, necessitando de terminologias específicas. Nesse sentido, os conhecimentos presentes nas propostas oficiais a serem ensinados nas aulas de Educação Física em seus vários níveis de ensino, compõem o denominado currículo oficial, enquanto que as aprendizagens resultantes de experiências educativas compõem o chamado currículo real.

Se a existência do conteúdo Lutas no currículo formal não, essencialmente, garante sua presença no currículo real, a incorporação do conteúdo Lutas nas orientações oficiais para a Educação Física Escolar contribui para que este conteúdo seja implantado em currículos na formação de professores/as de Educação Física.

Matos (2015) ainda afirma que apesar da previsão curricular oficial e da inclusão da discussão sobre Lutas na formação de professores/as, muitos desafios são apresentados para sua real concretização nos espaços da Educação Física escolar. Nesse sentido, Carreiro (2008) afirma que:

Dentre os conteúdos que podem ser apresentados na Educação Física Escolar, as Lutas são um dos que possivelmente encontram mais resistência, levantados geralmente os argumentos de que há falta de espaço, falta de materiais, falta de roupa adequada e, sobretudo, pela associação às questões de violência.

Breda e colaboradores (2010) também sinalizam como complicações, a recente inclusão deste tema na Educação Física Escolar e, conseqüentemente, a falta de confiança do professor/a em abordar o conteúdo Lutas em suas aulas. Um conjunto de

circunstâncias parece tornar esta insegurança justificada, visto que muitas dificuldades são detectadas, como a carência de propostas pedagógicas de tratamento ao conteúdo Lutas e o pequeno número de publicações sobre o ensino das Lutas. Esses indícios tratados pelos autores suscitam diversas questões, como: por que as Lutas não se estabelecem no currículo real da Educação Física escolar? Quais são as maiores dificuldades enfrentadas na formação dos professores/as? A formação relacionada ao ensino das Lutas nos cursos de Educação Física atende às demandas do cotidiano escolar?

A preocupação em constatar as barreiras impostas e as dificuldades enfrentadas pelos professores/as de Educação Física ao propor ou ensinar o conteúdo Lutas na escola motivaram este capítulo. Ele tem como finalidade investigar a presença/ausência do conteúdo Lutas nos currículos dos cursos de licenciatura em Educação Física nas Universidades Federais brasileiras e o nas propostas curriculares oficiais de alguns Estados do país.

4.1. Presenças e Ausências das Lutas nos Currículos dos Cursos de Educação Física das Universidades Federais Brasileiras

Segundo Neto (2012), o objetivo intrínseco da Universidade é o de reunir e armazenar todo o conhecimento universalmente produzido, com o intuito de analisá-lo, amplificá-lo e distribuí-lo por meio das suas três grandes funções: Ensino, Pesquisa e Extensão. Para satisfazer esse objetivo, ela é constituída de Faculdades e Departamentos, responsáveis pelo desenvolvimento de seus respectivos campos de conhecimento e áreas de atuação.

No que declina à função de socialização do conhecimento (Ensino), existe a área específica denominada licenciatura, responsável pela escolha, análise e adequação do conhecimento, que será distribuído no interior da escola (educação infantil, ensino fundamental, ensino médio e educação de jovens e adultos). Dentre os cursos de licenciatura se encontra a área da Educação Física, responsável pela socialização de todo o conhecimento universalmente construído e representado pelo objeto de ensino (cultura corporal de movimento) manifestado nos jogos, brincadeiras, esportes, danças, ginásticas, circo e lutas. É função da licenciatura em Educação Física preparar academicamente um/a professor/a que seja capaz de analisar, compreender, descrever e

sistematizar qualquer atividade da cultura corporal de movimento, e aplicar esses conhecimentos nas aulas de Educação Física Escolar.

Esclarecidos estes princípios norteadores, agora nos propomos analisar os currículos dos cursos de Educação Física (licenciatura) das Universidades Federais brasileiras, verificando se neles existem disciplinas relacionadas ao conteúdo Lutas e quais as perspectivas das mesmas. Este recorte pelas Universidades Federais se deu primeiramente pela força, o prestígio, o significado e a importância dessas instituições no ambiente acadêmico e social. Em segunda instância a escolha foi pessoalmente delimitada pela inserção do pesquisador em uma Universidade Federal.

Dessa forma, realizamos uma pesquisa em todas as Universidades Federais brasileiras, procurando em quais delas existe o curso de Educação Física Licenciatura, e quais deles possuem em suas matrizes curriculares disciplinas obrigatórias relacionadas ao conteúdo Lutas.

Para expormos os dados da pesquisa agruparemos o conteúdo Lutas em algumas categorias: Pedagogia das Lutas; Artes Marciais; Modalidades Específicas de Combate. O agrupamento de disciplinas que se encaixa na Pedagogia das Lutas são disciplinas que buscam discutir, vivenciar e analisar criticamente os procedimentos didáticos para o ensino e aperfeiçoamento da aprendizagem das lutas, com base nos princípios investigativos da pedagogia do esporte. O agrupamento de disciplinas que se encaixa em Artes Marciais são disciplinas que buscam discutir, vivenciar e analisar algumas modalidades específicas de combate de modo geral, suas construções históricas, técnicas e táticas, relações com a mídia e a sociedade de forma geral. Por fim, o agrupamento de disciplinas que se encaixa nas Modalidades Específicas de Combate são disciplinas que buscam discutir, vivenciar e analisar uma modalidade específica de combate, Judô e/ou Capoeira, suas construções e transformações históricas, técnicas e táticas com um aprofundamento maior, além de suas relações com a mídia e sociedade.

O gráfico 1 mostra o número de cursos que tem disciplinas relacionadas ao conteúdo Lutas:

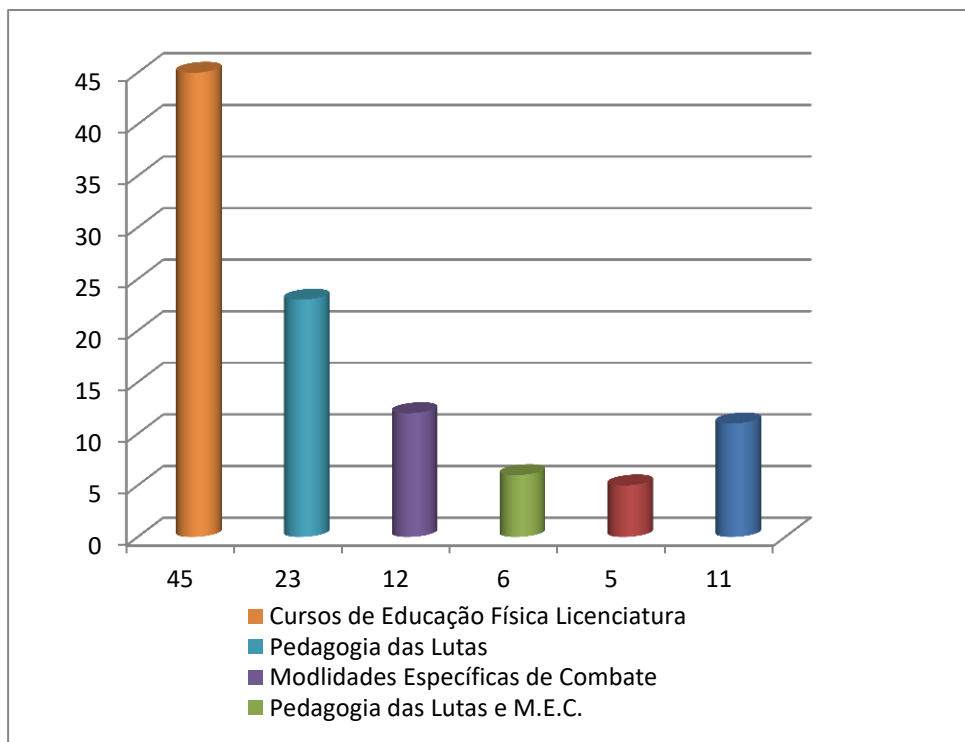


Gráfico 1. Cursos de Educação Física que tem disciplinas relacionadas as Lutas.

Quarenta e cinco (45) das sessenta e três (63) Universidades Federais brasileiras possuem o curso de Educação Física Licenciatura ou Licenciatura Plena. Desses 45 cursos, em 34 deles existe pelo menos uma disciplina obrigatória, em suas matrizes curriculares, relacionada ao conteúdo Lutas. Ou seja, onze (11) cursos de Educação Física de Universidades Federais não têm nenhuma disciplina obrigatória relacionada ao conteúdo lutas.

A ausência do conteúdo Lutas nesses onze (11) cursos de Educação Física pode parecer pouco relevante em relação aos outros trinta e quatro (34) cursos que têm pelo menos uma disciplina obrigatória relacionada às Lutas. Todavia, esse número não pode ser subestimado, pois quantos/as professores/as de Educação Física escolar já se formaram e quantos se formarão sem nunca ter discutido, vivenciado ou analisado algum aspecto desse importante conteúdo da cultura corporal de movimento? Quantas crianças e jovens passaram e passarão por toda sua educação básica sem nunca ter contato com este tema? Pode não parecer um grande número, mas quando multiplicarmos pela quantidade de professores/as que se formam semestralmente e pela quantidade de crianças e jovens que eles/as terão para ministrar suas aulas, a quantidade de pessoas envolvidas crescerá exponencialmente. No entanto, está não é apenas uma discussão numérica, mas uma discussão sobre efeitos deletérios que essa ausência

produz para formação humana das crianças e jovens, notadamente no tocante das práticas corporais.

Analisando de uma perspectiva mais crítica, dos trinta e quatro (34) cursos que existem pelo menos uma disciplina obrigatória sobre o conteúdo Lutas, seis (6) cursos têm apenas disciplinas sobre Capoeira e/ou Judô e os outros cinco (5) têm apenas disciplinas específicas de Artes Marciais. Ou seja, dos trinta e quatro (34) cursos, onze (11) não tem uma disciplina obrigatória que busque discutir, vivenciar e analisar criticamente os procedimentos didáticos para o ensino e aperfeiçoamento da aprendizagem global das lutas, com base nos princípios investigativos da pedagogia do esporte. As disciplinas específicas de Judô e Capoeira tendem a focar nas especificidades, não que elas devam ser banalizadas ou deixadas de lado, mas defendemos que muitas outras também devem ter espaço no currículo de formação, tais como o Karate-do, o Kung Fu, o Huka Huka, o Boxe, a Esgrima, dentre outras.

Silva (2015) afirma que esses currículos que focam o conteúdo Lutas em apenas uma ou outra modalidade tornam-se contraditórios com o que aponta os Parâmetros Curriculares Nacionais (1996) e as Propostas Curriculares de alguns estados como o Estado da Paraíba (2010). Estes documentos indagam que o conteúdo Lutas deve ser tratado amplamente, tendo como base o resgate histórico e princípios filosóficos desse conteúdo, apontando ser necessário seu conhecimento, assim como os demais conteúdos da área. Quando o aprendizado é focado em uma ou outra modalidade apenas, um arcabouço de possibilidades é perdido.

Convém ressaltar que esses dados também nos mostram que dos trinta e quatro (34) cursos de Educação Física que tem disciplinas relacionadas às Lutas, apenas vinte e três (23) levam a compreender por intermédio dos seus títulos e ementas que o objetivo principal seja de realizar análises críticas e construir procedimentos didáticos para o ensino e aperfeiçoamento da aprendizagem das Lutas, com base nos princípios da pedagogia do esporte. Observe o gráfico a baixo:

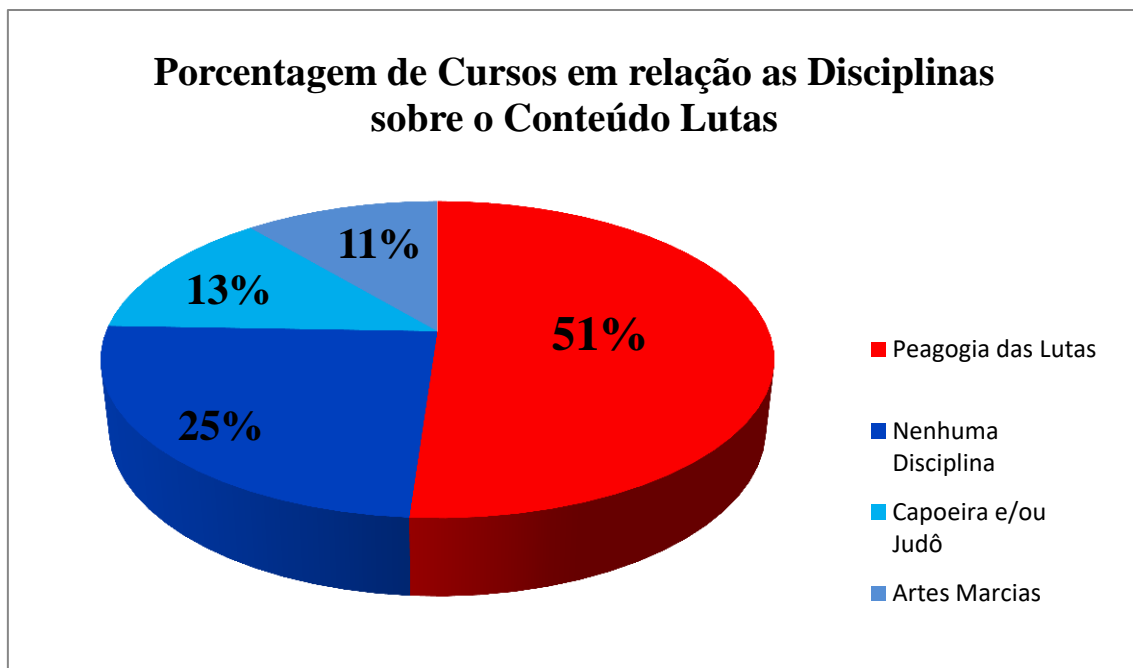


Gráfico 2. Porcentagem de cursos em relação a disciplinas sobre Lutas.

Por meio da leitura do gráfico 2 podemos inferir que quase 50% de todos os cursos de Educação Física das Universidades Federais brasileiras não possuem nenhuma disciplina obrigatória que vincule as Lutas a partir do ensino global, ou seja, um formato que a transcendência é regida pela lógica contrária à das modalidades específicas de combate. Partindo de uma concepção mais abrangente das Lutas permitindo identificar o que elas têm em comum e a partir daí ensiná-las. O gráfico mostra que 38% de todos os cursos de Educação Física Licenciatura das Universidades Federais brasileiras desenvolvem o conteúdo Lutas de forma fragmentada, através de uma ou duas modalidades de luta, sem construir um conhecimento amplo sobre o tema, focando apenas em poucas ou uma modalidade apenas.

Para complicar ainda mais, Matos (2015) realizou um trabalho que vem de encontro ao nosso, ele afirma em sua pesquisa acerca dos currículos das Universidades Federais da Bahia, que um dos problemas reside no fato das próprias disciplinas ofertadas, embora tenham uma denominação genérica como Lutas, Pedagogia das Lutas ou Metodologia do Ensino das Lutas, na prática tratam, muitas vezes, de algumas modalidades específicas, senão apenas uma, em geral, a que o docente domina a partir de vivências como lutador. Ou seja, os dados adquiridos no gráfico 2 podem ser ainda mais alarmantes se formos verificar como realmente acontecem as aulas nessas universidades.

Esses dados indicam o afastamento de propostas de ensino que tratam as Lutas a partir de seus princípios condicionais e aproximações. Desta forma, o autor ressalta que as possibilidades de atuação do/a professor/a ficam limitadas às poucas modalidades, que são, em geral, trabalhadas tradicionalmente com ênfase em seus aspectos técnicos em detrimento das possibilidades de relação com outras expressões através de suas semelhanças. Alves Junior (2006), por sua vez, afirma que as disciplinas que abordam as Lutas, tratam especialmente dos aspectos técnicos, deixando de lado as várias possibilidades educacionais que essa manifestação pode proporcionar. Fica assim caracterizada uma formação tecnicista, baseada em conteúdos extremamente técnicos e instrumentais, voltados para aspectos esportivos e de alto rendimento.

Outro ponto importante é levantado por Antunes (2009) ao problematizar as nomenclaturas utilizadas nas conceituações das lutas e Artes Marciais nas ementas das disciplinas sobre Lutas. Segundo ele, é possível identificar em uma mesma ementa a utilização de vários nomes para se referir ao mesmo tema. Nomes como Lutas, Artes Marciais, Defesa Pessoal e Esportes de Combates são, frequentemente, usados como sinônimos, sem a preocupação com a definição do que são em suas concepções etimológicas. Há a percepção que em alguns estudos essa preocupação se mostra aparente, tais como em Tojal (2004) que separa Lutas, Artes Marciais e Capoeira, Nunes (2006) que categoriza Artes Marciais e Lutas e Silva, Lourenço e Teixeira (2009) que apontam a necessidade de se diferenciar Lutas e Artes Marciais. A análise das disciplinas dos cursos de Educação Física revela que os conteúdos são em sua maioria técnicos, caracterizando um processo de ensino-aprendizagem centralizado na técnica.

Segundo Antunes (2009), mesmo nas disciplinas que trazem novos paradigmas para a utilização das Lutas numa perspectiva educacional, acontece o não estabelecimento de conceitos claros do que são as Artes Marciais, Lutas ou Esportes de Combate, o que, pode ser um fator na seleção de conteúdos que se relacionam com os objetivos educacionais propostos ainda atrelados a conceitos esportivizados.

Dessa maneira, afirmamos a importância que esses cursos de Educação Física criem disciplinas obrigatórias relacionadas ao conteúdo Lutas. Mas para os estudantes de graduação que já se formaram ou que virão a se formar num futuro próximo e não tiveram a oportunidade de se aprofundar no tema, é de suma importância ter o subsídio materiais relacionados ao tema. Materiais esses que devem estar intimamente ligados ao processo de ensino-aprendizagem, ou seja, elaborados e produzidos com a intenção de

auxiliar as necessidades de planejamento, intervenção e avaliação do/a professor/a, bem como, de contribuir para as aprendizagens das crianças e jovens.

4.2. Documentos Curriculares Oficiais e o Conteúdo Lutas

Nesse tópico discutiremos alguns dos documentos curriculares oficiais para a Educação Física no sentido de avaliar como o conteúdo Lutas é proposto. Incluiremos nas análises os Parâmetros Curriculares Nacionais (1996) e a Base Nacional Comum Curricular (2017), pois essas propostas de âmbito nacional têm influenciado a composição de outros documentos elaborados em níveis estaduais e municipais.

Os Parâmetros Curriculares Nacionais tem a intenção de ampliar e aprofundar o debate educacional que envolva as escolas, pais, mães, governos e sociedade e dê origem a uma transformação no sistema educativo brasileiro. Foram elaborados procurando, de um lado, “respeitar diversidades regionais, culturais, políticas existentes no país e, de outro, considerar a necessidade de construir referências nacionais comuns ao processo educativo em todas as regiões brasileiras” (PCNs, 1996, p. 56). Com isso, pretendeu-se criar condições, nas escolas, que permitam as crianças e jovens terem acesso ao conjunto de conhecimentos socialmente elaborados e reconhecidos como necessários ao exercício da cidadania.

Já a Base Nacional Comum Curricular (BNCC, 2017) é um documento de caráter normativo que define o conjunto orgânico e progressivo de aprendizagens essenciais que todos as crianças e jovens devem desenvolver ao longo das etapas e modalidades da Educação Básica. Aplicando-se à educação escolar, tal como a define o § 1º do Artigo 1º da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB, Lei nº 9.394/1996) e indica os conhecimentos e competências que se espera que todas as crianças e jovens brasileiros/as desenvolvam ao longo da escolaridade (BNCC, 2017).

Os Conteúdos Básicos Comuns, Referenciais Curriculares, Orientações Curriculares, Currículos Mínimos, Currículos Base, Parâmetros Curriculares e Diretrizes Curriculares são documentos criados pelas Secretarias Estaduais de Educação de cada estado brasileiro. Esses documentos constituem as propostas curriculares de seus estados, que são inseridas nas escolas da rede pública do Ensino Fundamental e/ou no Ensino Médio. A criação dessas proposições dos currículos escolares se baseia na aquisição organizada dos conhecimentos em níveis para cada idade e ano escolar, como

garantia de um mínimo de qualidade. Essa concepção de currículo fechado está em sintonia com a proposição de Fernstenseifer e Gonzalez (2010, apud NEIRA, 2011) ao defenderem que a construção de um “currículo mínimo” que permita pensar em um saber amplificado. Mas que, simultaneamente, se desenvolva ao longo dos anos escolares em toda a prática, toda sua complexidade e criticidade. Os documentos de forma geral tentam padronizar os conhecimentos, as habilidades e competências a serem adquiridos pelas crianças e jovens na educação básica, bem como, as metas a serem alcançadas pelo/a professor/a. Eles não esgotam todos os conteúdos a serem abordados na escola, mas tentam expressar os aspectos fundamentais de cada disciplina, que não podem deixar de ser ensinados e que as crianças e jovens não podem deixar de aprender.

A força das propostas em questão não pode ser subestimada. Neira (2011) afirma que os currículos escritos são inicialmente, muitas vezes, menosprezados pela comunidade docente, mas tendem a gradualmente legitimar os conteúdos relacionados, mesmo que sejam ressignificados pelos/as professores/as. Apesar de reconhecer o currículo como construção social, produto de uma tradição inventada, o autor alerta sobre a necessidade de levar a sério os conhecimentos que concebem nos documentos oficiais, pois, de certa forma, refletem o campo de lutas que é estabelecida na área e acabam por determinar quais conhecimentos são válidos.

Os documentos oficiais tem grande influência na construção e desenvolvimentos das aulas dos/as professores/as da educação básica, assim é importante entendermos como esses documentos vinculam o conteúdo Lutas.

Conseguimos acesso a 20 documentos oficiais dos estados brasileiros por meio das paginas *online* das Secretarias Estaduais de Educação de cada estado. Nos estados do Acre, Amapá, Bahia, Pará e Paraíba existem propostas curriculares, porém, não as encontramos digitalmente em suas páginas na internet. Dessa forma, enviamos e-mails para as Secretarias Estaduais de cada estado solicitando, mas até o momento não recebemos retorno. Segundo Ribeiro (2012) o Estado do Rio Grande do Norte informou por e-mail que não possui proposta curricular. Dessa forma, estabelecemos esse mapeamento:

Proposta curricular para Educação Física por Estado.

ESTADO	DOCUMENTO
Alagoas	Referencial Curricular da educação básica para as escolas públicas de Alagoas, 2010.
Amazonas	Proposta Curricular de Educação Física para o Ensino Médio, Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, 2012.

Ceará	Coleção Escola Aprendiz Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, 2008.
Espirito Santo	Currículo Básico da escola Estadual – Ensino Médio. Volume 1 – Área de Linguagens e Códigos, 2009.
Goiás	Ressignificação: Ensino Médio em Travessia, 2009.
Maranhão	Referenciais Curriculares do Ensino Médio: Estado do Maranhão, 2007.
Mato Grosso	Orientações Curriculares, Área de Linguagem da Educação Básica, 2010.
Mato Grosso do Sul	Currículo Referencial para o Ensino Médio, Área Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, 2003.
Minas Gerais	Proposta Curricular Educação Física, Ensino Fundamental e Médio. Conteúdos Básicos Curriculares, 2008.
Paraná	Diretrizes Curriculares da Educação Básica, Componente Curricular do Ensino (fundamental/médio): Educação Física, 2008.
Pernambuco	Texto subsídio para a prática pedagógica da Educação Física: contribuições para a elaboração da matriz curricular, 2008.
Piauí	Referenciais Curriculares do Ensino Médio da Rede Estadual do Piauí, 2005.
Rio de Janeiro	Proposta Curricular: um novo formato Educação Física, 2010.
Rio Grande do Sul	Lições do Rio Grande do Sul – Referencial Curricular Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, volume 2 – Arte e Educação Física, 2009.
Rondônia	Referencial Curricular do estado de Rondônia Linguagens, Códigos e suas Tecnologias, Componente Curricular: Educação Física do Ensino Médio/ sem data.
Roraima	Referencial Curricular para o Estado de Roraima, 2006.
Santa Catarina	Proposta Curricular, 1998
São Paulo	Proposta Curricular do estado de São Paulo: Educação Física, Ensino Fundamental ciclo II e Ensino Médio, 2008.
Sergipe	Referencial Curricular Rede Estadual de Ensino, Sergipe, 2011.
Tocantins	Proposta Curricular Ensino Médio (PCEM) versão preliminar, 2009.

Tabela 1. Estados e suas propostas curriculares.

Fonte: elaboração própria

Em todos os documentos encontrados, com exceção do Referencial Curricular de Alagoas, as Lutas aparecem como conteúdos entre os tantos outros, tais como os jogos e brincadeiras, as ginásticas, os esportes e as atividades rítmicas e expressivas. Afirmando, assim, que as Lutas são uma importante manifestação da cultura humana, as crianças e jovens não podem ser privados desta importante manifestação. Dessa forma, elas devem ser trabalhadas nas aulas de Educação Física Escolar.

Nos documentos oficiais dos Estados de Sergipe, Alagoas, Maranhão, Espírito Santo e Amazonas as palavras “luta” e “lutas” aparecem no decorrer do texto, porém,

nenhuma das menções está relacionada especificamente ao conteúdo da Educação Física Escolar. De forma geral, nesses documentos a palavra “lutas” é utilizada para definir “lutas sociais” e “lutas por direitos”. Não existe nenhum conceito ligado às Lutas, uma definição ou algo que demonstre o que o as crianças e jovens devem aprender.

Dessa maneira, fica claro como o conteúdo Lutas foi negligenciado na elaboração dessas propostas, uma vez que elas não oferecem subsídios para que o/a professor/ possa trabalhar com o tema. Podemos inferir que essas ausências influenciam o trabalho de professores/as de Educação Física no cotidiano escolar e, ao mesmo tempo, refletem a realidade de alguns cursos de graduação em Educação Física Licenciatura. Se os documentos oficiais que orientam o ensino de seus Estados não trazem esse conteúdo, subentende-se que o mesmo não tem tanta importância na formação de crianças e jovens.

Na Proposta Curricular de Santa Catarina é utilizado apenas um parágrafo para conceituar o que são as Lutas e relacioná-las com a cultura corporal de movimento. Já nas Orientações Curriculares do Mato Grosso utilizam-se alguns parágrafos que tratam das Lutas como fenômeno cultural abordando, principalmente, a capoeira. Nesses dois documentos há um avanço em relação aos descritos anteriormente na medida em que busca definir o conceito de Lutas e contextualizá-la na esfera social. No entanto, ainda é pequena a construção do conteúdo, não existindo informações suficientes no que diz respeito ao que deve ser trabalhado, como deve-se ensinar e avaliar.

O Referencial Curricular de Rondônia traz o conteúdo Lutas de forma muito breve, o expõe e o insere dentro de quadros sobre o tema. As Lutas são colocadas dentro dos Eixos Temáticos “Estética da Linguagem” e “Múltiplas Linguagens”, especificamente no conteúdo “Linguagens da Cultura Esportiva”. Ou seja, o conteúdo Lutas é desenvolvido em conjunto com os esportes, a cada ano é utilizado apenas de um a quatro tópicos com o que deve ser trabalhado.

No entanto, consideramos que as Lutas não se limitam as práticas esportivas. De acordo com Rufino e Darido (2011), para considerarmos que uma prática corporal seja considerada um esporte ela deve ter determinadas características. Entretanto, algumas Lutas sofrem constante processo de resistência por parte de alguns dos seus praticantes em relação ao seu enquadramento como esportes. Por exemplo, a tentativa de esportivizar a capoeira ainda não foi acolhida por parte de mestres e praticantes. Areias (1984) afirma que a capoeira é uma criação dinâmica do ser humano, que se caracteriza como: “música, poesia, festa, brincadeira, diversão e, acima de tudo, uma forma de luta,

manifestação e expressão do povo, do oprimido e do homem em geral em busca de sobrevivência, liberdade e dignidade” (AREIAS, 1984, p. 8).

Rufino e Darido (2011), ainda afirmam que o fato dos esportes e as lutas terem origens diferentes, permitindo que ambos sejam caracterizados separadamente. Dessa forma, as lutas e os esportes podem ser considerados conteúdos diferentes dentro da esfera da cultura corporal de movimento. No entanto, apesar de origens distintas, é inegável que algumas modalidades de luta sofreram o processo de esportivização, tais como o Judô, o Karatê-do, o Taekwondo e outras modalidades olímpicas, por exemplo.

Segundo esses autores, as lutas poderiam estar inseridas dentro dos conteúdos dos esportes, mas, dessa maneira, elas seriam “diluídas” no interior das múltiplas manifestações esportivas existentes. Isso significa que dizer que essa forma de organização favorece um trabalho superficial sobre o tema, dada à força, tradição e presença de determinados esportes (sobretudo alguns esportes coletivos) nas aulas de Educação Física. Dessa maneira, podemos notar que as Lutas são ainda um conteúdo precariamente explorado e pouco difundido nas aulas de Educação Física Escolar. Assim, se este conteúdo for colocado no mesmo eixo-temático juntamente com os esportes, elas praticamente não aparecerão nas aulas de Educação Física na escola, privando as crianças e jovens de vivenciarem essa importante manifestação da cultura corporal de movimento.

Nos documentos oficiais dos Estados do Rio Grande do Sul, Minas Gerais, Roraima e Mato Grosso do Sul as propostas para o trabalho com o conteúdo Lutas foram distribuídas em tópicos que definiam tudo o que deveria ser aprendido acerca dessa manifestação em todos os anos da educação básica. Nesse contexto, convém destacar que a seleção de conteúdos e a sua sistematização é até bem interessante, mas ainda sim os materiais carecem de mais profundidade e contextualização, a simples formatação em tópicos, não abrange suficientemente as necessidades que o tema necessita para construção na escola.

Os documentos oficiais do Estado de Pernambuco, Teresina, Goiás, Roraima, Tocantins, São Paulo, Rio de Janeiro, Paraná e Rio Grande do Sul, bem como, os PCN’s (1996) e o BNCC (2017) procuram explicar e organizar didaticamente o conteúdo Lutas ao distribuí-lo bimestralmente ao longo do ano todo. No entanto, esses conhecimentos são abordados superficialmente e de forma fragmentada, existe sim um grande avanço em relação aos documentos citados anteriormente, mas ainda assim, as informações

contidas não são suficientes para construção didático-metodológica do conteúdo lutas na escola.

Tendo como base a análise desenvolvida por Neira (2011) dos *Cadernos do Professor do Estado de São Paulo*, observamos que a recorrência de reflexões superficiais nos documentos oficiais é facilmente constatada ao analisarmos as habilidades e competências pretendidas no contexto da prática pedagógica. Isto é, mesmo que pontualmente algumas dessas propostas referentes à aprendizagem das Lutas presentes nesses documentos proponham a sua tematização com base nas questões sociais relevantes, tais como as étnico-raciais, de gênero e de classe social, a maioria das competências e habilidades a serem desenvolvidas pelas crianças e jovens envolvem a compreensão e identificação principalmente de aspectos técnicos e táticos das lutas.

Destacamos assim, baseados em Neira (2011), que muitos dos documentos apesar de se basearem na produção científica da área, ainda são incipientes para sedimentar o currículo da educação básica. É o caso das Lutas que, se por um lado, marca a ruptura com a tradição do ensino das modalidades específicas de combate, constituindo uma ampliação dos conhecimentos oferecidos as crianças e jovens, por outro, conduz o/a professor/a a uma prática educativa em sua maioria tecnicista e pouco problematizadora.

Para Torres Santomé (2011), esse “esquecimento” da politização das práticas educativas decorre do medo de lidar com questões socialmente controversas durante as aulas. Na perspectiva instituída por algumas das propostas curriculares, as diferenças e as diversidades são apagadas como, por exemplo, se as fronteiras de gênero não marcassem as experiências de meninos e meninas com as Lutas. Como se alguns grupos religiosos não se afastassem das aulas nas quais a capoeira é objeto de ensino por intolerância a cultura afro-brasileira. E, ainda, como se as Lutas indígenas não fossem folclorizadas na escola.

As Lutas não devem ser compreendidas apenas por seus aspectos técnicos, pois concordamos com Rubem Alves quando declara que “[...] é da beleza da poesia que nascem os guerreiros. Lutam melhor aqueles em cujos corpos moram os sonhos. Para se lutar não basta ter corpo e saber competentes: é preciso ter alma” (apud MARCELLINO, 1989, p. 11).

Devemos compreender as lutas enquanto fenômeno plural e abrangente. Dessa maneira, fica evidente a necessidade da criação de materiais de apoio que juntamente

com os demais componentes curriculares escolares, deva propiciar as crianças e jovens o exercício da cidadania, a conquista de sua autonomia por meio do conhecimento, reflexão e transformação da cultura corporal de movimento relacionada às Lutas.

Diante da análise geral desses documentos, identificamos muitas brechas e muitas fissuras no que tange ao trabalho com o conteúdo Lutas, assim como, a ausência dessa prática corporal nas propostas de vários estados brasileiros. Além disso, sabemos que muitos/as professores/as ainda não trabalham com o conteúdo Lutas em suas aulas pela falta de materiais de apoio que estão intimamente ligados ao processo de ensino-aprendizagem. Com essa discussão esperamos ter justificado a importância da nossa pesquisa no contexto da Educação Física escolar.

5. ORGANIZAÇÃO DIDÁTICO-PEDAGÓGICA-METODOLÓGICA

A intenção desse tópico é apresentar a “organização didático-pedagógica” do livro elaborado, mostra-se relevante, justamente abordar “o quê” desenvolver nas aulas do conteúdo Lutas para que sejam atingidos os objetivos correspondentes à perspectiva da cultura corporal de movimento e à formação da cidadania.

O conceito de conteúdos, aqui defendido, foge à ideia de ser apenas a informação a ser transmitida para as crianças e jovens no momento da aula (DARIDO, 2010). Neste sentido, os conteúdos foram tratados em três dimensões: procedimental, conceitual e atitudinal (ZABALA, 1998).

Segundo Darido (2010), entende-se os conteúdos procedimentais como sendo aqueles relacionados ao “saber fazer”, por conteúdos conceituais, “saber sobre o que se faz” e por conteúdos atitudinais os relacionados ao “saber ser”. A autora afirma que tradicionalmente, os conteúdos procedimentais têm sido tratados quase que com exclusividade nas aulas de Educação Física, limitando-se ao ensino das técnicas de arremessos, chutes, passes, dribles e táticas, geralmente, com o propósito de alcançar padrões de rendimentos excelentes. Em seu entendimento, esta concepção reduz as contribuições da Educação Física para a formação as crianças e jovens. Além de defender o tratamento das três dimensões, lembrando que ensinar as crianças e jovens a pesquisar, organizar-se em grupo, discutir, produzir textos, também representam importantes procedimentos a serem desenvolvidos nas aulas (DARIDO, 2010).

No decorrer da leitura do livro, serão encontradas diversas possibilidades de conteúdos procedimentais a serem tratados, inclusive relacionados às lutas que exigem locais e materiais mais específicos e que nem sempre a escola possui como, por exemplo, salões com tatames, aparadores de chutes e socos, arcos e flechas, espadas, entre outros. Mas demonstraremos, sob a ótica do jogo, e com a proposta de construção de materiais com as crianças e jovens que o “impossível” é aquilo que ainda não foi realizado. Além do mais, podemos também “extrapolar os muros da escola” e realizar visitas com as crianças e jovens em instituições e academias, que ofereçam tais atividades para que possam experimentá-las.

Segundo Darido (2011), os conteúdos atitudinais:

[...] referem-se aos valores e normas de conduta apresentadas pelo estudante “na” ou “para” a prática de atividades corporais. Por exemplo, podemos pensar em conteúdos para que o estudante não apresente postura individualista, que se perceba como um integrante do coletivo, sendo gentil e honesto “NA” realização de práticas corporais e que apresente disposição

“PARA” cultivar práticas corporais de forma sistemática, valorizando-as como importante patrimônio cultural (p. 57).

No que se refere aos conteúdos conceituais, Darido (2011), advoga que as crianças e jovens saibam, por exemplo, sobre a capoeira, a sua origem, sua história contextualizada aos momentos políticos e econômicos do país, seu significado em nossa sociedade, as políticas públicas adotadas relacionadas a esta manifestação cultural, entre outros. Por exemplo, desejamos que as crianças e jovens saibam quais os fatores políticos, econômicos e midiáticos que favoreceram a grande explosão do MMA (Artes Marciais Mistas) através do UFC (Ultimate Fighting Championship) na mídia nos últimos anos.

Esta dimensão dos conteúdos provavelmente seja a que os/as professores/as de Educação Física encontram maior dificuldade para tratar, uma vez que passaram a ser discutidas apenas a partir das mais novas propostas da área, sequer fazendo parte do currículo oculto (DARIDO, 2008).

A autora ainda reforça que, “na prática” as três dimensões ocorrem de forma integrada, sendo possível apenas haver a predominância de alguma das dimensões em determinadas ações ou situações. Ao ensinarmos sobre o conceito de Lutas e suas possibilidades de utilização no cotidiano, poderemos ao mesmo tempo estar desenvolvendo valores de solidariedade, cooperação, justiça, bem como, o interesse por praticá-las. Elas representam uma divisão didática para que o/a professor/a possa elaborar e aplicar planos de ensino e aulas que não privilegiem demasiadamente uma ou outra dimensão em detrimento das demais. Entretanto, a seleção desses conteúdos e a organização do ensino caberá a cada professor/a, de acordo com as necessidades da realidade em que for atuar.

5.1. Livro-Verdade e Livro-Experiência

Gondra e Kohan (2006), no texto de apresentação do livro Foucault 80 anos discorrem sobre o sentido e o uso que ele faz da palavra experiência. Eles contam que Foucault entendia a experiência como uma forma de atividade filosófica e contrapunha sua escrita ao que ele denominou de livro-verdade e livro-experiência. É nessa perspectiva de Foucault que eles afirmam e discutem a existência de uma filosofia-verdade e uma filosofia-experiência. Foi ao encontro com esse texto de Gondra e

Kohan, e através deles Foucault, que me senti instigado a fazer o exercício de pensar, sobre o livro-experiência e o livro-verdade.

[...] há os livros-verdade, escritos para transmitir o que se sabe, para comunicar o que se pensa, e para reafirmar a relação com o saber na qual se encontra instalado o autor no início do livro. E há os livros-experiência, escritos para problematizar a relação com a verdade e, em última instância, para transformar o que se pensa e o que se é (GONDRA/KOHAN, 2006, p. 22).

Inspirado nesta distinção entre verdade e experiência apresentada por Foucault e na ampliação desta discussão por Gondra e Kohan (2006), que experimento pensar as relações entre o livro-verdade e livro-experiência. A primeira constatação que observo é o de pensar que a concepção de um livro-experiência se contrapõe a uma ideia de um livro-verdade. Compreendo que livro-experiência é um tipo de livro que se escreve para problematizar não apenas o que compreendemos como a verdade, mas também com aquilo que pensamos, que sabemos e que somos. Um livro-verdade, ao contrário, é escrito para confirmar aquilo que já se sabe, para transmitir e legitimar o que se pensa e o que se é (FERNANDES, 2009). É importante salientar que o livro-experiência não ignora ou nega a verdade. Ele não está fora dos jogos de verdade, mas, ao contrário do que acontece na perspectiva do livro-verdade, ele relativiza a verdade, a coloca sob suspeita. Dessa forma, não busca respostas universais e homogêneas (FERNANDES, 2009). Nesse sentido, Gondra e Kohan (2006) escrevem:

A experiência afirma uma verdade e se inscreve num jogo de verdade. Contudo, essa afirmação e essa posta em cena de uma verdade tradicional são inscritas num jogo mais amplo que está a serviço de sua problematização, e do estabelecimento, por parte de quem as afirma, de novas relações com o que sabemos, pensamos e somos (GONDRA/KOHAN 2006, p. 22).

Discursando, ainda, com esses autores, na prática de pensar sobre aquilo que fazemos enquanto escrevemos e lemos, eu diria que um livro-verdade é aquele que pretende produzir verdades verdadeiras sobre as coisas e o mundo, que pretende ser tão objetivo quanto exato (FERNANDES, 2009). O livro-verdade tenta controlar, disciplinar e hierarquizar o pensado e o próprio pensamento, define as formas da transmissão exata, fidedigna, fiel, do conhecimento, do que “verdadeiramente” é pensado (GONDRA/KOHAN, 2006).

Já o livro-experiência propõe ao professor/a constituir uma atitude problematizadora, com seus próprios caminhos, com a sua prática pedagógica, com as escolhas teóricas e metodológicas que faz e com o que pensa e sabe sobre sua prática de ensino. Uma prática de ensino que só acontece na medida em que ressignifica-se a relação que o professor/a tem com a verdade e o pensamento (FERNANDES, 2009), ela

“não acalma ou consola os espíritos, não promete qualquer terra prometida; [...] ao contrário, é a saída da própria terra, uma espécie de estrangeirice permanente, um nomadismo instável, mas perene” (GONDRA/KOHAN, 2006, p. 24).

A diferença entre o livro-verdade e o livro-experiências é, arriscaria afirmar, sobretudo,

política, no sentido de serem duas formas radicalmente diferentes de exercer o poder no e do pensamento. Afirmar a dimensão de [experiência no livro] significa então afirmar uma nova política do e no pensamento, uma política que ignora o poder sacralizante e paralisante de certa relação com a verdade (GONDRA/KOHAN, 2006, p. 24).

A distinção entre verdade e experiência nos permite pensar muitas coisas. Relacionando aos dizeres de Gondra e Kohan, sobre colóquios-verdade e colóquios-experiência. No livro-verdade, o sentido principal é transmitir as verdades com as quais os sabedores/escritores já proveram de antemão. Ou seja, pressupõe-se que o que está escrito é a verdade, e o livro tem o objetivo de transmitir o saber do autor, e os leitores vão incorporar os saberes descritos. No livro-experiência, as coisas são um pouco menos unidirecionais, os saberes descritos seguem linhas mais plurais, algumas das quais que permitem e estimulam inaugurar outros saberes. Se no primeiro se busca legitimar o que já se pensa, nesse último trata-se de ir um pouco além do já descrito, de “trair” os pensamentos do livro sobre os saberes que são colocados em jogo (GONDRA/KOHAN, 2006).

A distinção entre verdade e experiência ainda nos permite pensar em questões educacionais, como Gondra e Kohan afirmam

que há uma educação-verdade e uma educação-experiência. A primeira é o governo dos “que sabem”, a organização, estruturação e legitimação dos saberes e dos métodos para transmiti-los, o reino da razão explicadora, como sugere J. Jacotot em O mestre ignorante (RANCIÈRE, 2002). A educação como verdade almeja a disciplina dos corpos, dos saberes e do pensamento e sua sujeição a uma verdade pré-determinada; ao contrário, a educação como experiência é sua indisciplina, em particular a indisciplina do pensamento para não pensar o que há que pensar e, ao contrário, pensar o que a ordem e a hierarquia das verdades estabelecidas não permitiriam pensar (2006, p. 24, 25).

Os autores ainda afirmam que não se trata de glorificar a experiência e condenar a verdade, mas de “explorar quais os limites, as condições, as exigências para que possamos fazer do ensinar e do aprender um jogo que nos permite cada vez ensaiar o exercício de pensar de outro modo, de ser de outro modo” (GONDRA/KOHAN, 2006, p. 25). Para pensarmos de outra forma, porque não poderíamos nos atrever a enfrentar o desafio de sermos alunos e professores-experiência, e assim construir relações

pedagógicas em que percebamos o caráter de continuidade, de não finalização, um caráter arbitrário dos jogos de verdade que estão na base dessas relações. Onde o pensado esteja sempre a serviço do pensar novas possibilidades, “em que o pensamento pudesse dar palavras aos seus silêncios para através delas encontrar, sempre, outras e outras palavras” (GONDRA/KOHAN, 2006, p. 25).

Este caráter singular e contingente do caminho desta escrita literária, na perspectiva da experiência, é traduzido pela não definição de um conjunto de regras que sirvam de linhas gerais e obrigatórias (FERNANDES, 2009). Isso torna a vida do leitor muito mais complicada, pois um livro-experiência não oferece um trajeto seguro, nem promete que com ele chegaremos a um local verdadeiro, logo, isso se caracteriza prontamente com os percalços do ser professor/a, sempre tentamos criar possibilidades e planejamentos, mas sempre nos vemos desviando e nos adaptando em meio a percalços pelos caminhos. Assim, nos deixamos levar a concordar com Foucault quando diz: “É o que somos – os conflitos, as tensões, as angústias que nos atravessam – que, finalmente, é o solo, não ousou dizer sólido, pois por definição ele é minado, perigoso, o solo sobre o qual eu me desloco” (FOUCAULT, 2006a, p. 230).

Foi nesse solo movediço que vim lutando, buscando caminhos e trajetos, tentando agarrar algumas flechas lançadas pelas teorias escolhidas para direcionar o que queria fazer e dizer com, e sobre, o formato deste livro-experiência. Quando enveredei por este caminho de escrita, no mínimo, fiquei apreensivo, pois é um formato de livro que não indica um ponto de chegada qualquer, é preciso coragem para arriscar, é preciso enfrentar, “entrar no ringue com um adversário desconhecido”. Mas minha angústia, no entanto, era: como se luta quando nos lançamos numa batalha tão desafiadora e ‘perigosa’ como pode ser escrever um livro para a Educação Física Escolar onde não pretendemos dar respostas, mas “indisciplinarmente” incitar questionamentos sobre o tema e até mesmo sobre o próprio livro?

Para o abismo, para o buraco, para o desconhecido. Entre uma linguagem e outra; [...] existem pontos de silêncio, vazios de linguagem, vácuos de ângulos classificatórios, pontos de vista não perspectivados, enunciados ainda a serem articulados. É neste lugar silencioso que reside o diferente, que espera aquilo que não se repete, que mora o que não é costumeiro, que responde o que se recusa a ser escutado ecolalicamente. Só aqui é possível produzir abalos; provocar mudanças no que somos capazes de ver e de dizer; dar alegres cambalhotas; radicalizar nossas relações com o poder e o saber; partir as linhas; mudar de orientação; desenhar novas paisagens; promover outras fulgurações. [...] A bifurcação, que permite tal acesso, somente pode passar pela transgressão metodológica. Transgressão constituída pelo que entendo possível chamar de uma pluralidade imetódica de práticas de metodológicas, constituída pelas práticas já existentes, mas acrescida

daquelas que pudermos e necessitamos criar, se e quando saltarmos das pontes (CORAZZA, 2007, p.122).

É sobre os labirintos, as trilhas, as pontes, as armadilhas e os discursos da criação de um livro-experiência, que passaremos a tratar a partir daqui. Baseados nesta imagem do livro-experiência e nos estudos de Suraya Darido e seu grupo de estudos (2011), sentimos a necessidade de elencar eixos temáticos acerca dos conteúdos da cultura corporal de movimento relacionados às Lutas, possíveis de serem desenvolvidos nas aulas de Educação Física escolar. Assim, procuramos apontar em cada um desses eixos temáticos, não verdades a serem simplesmente ingeridas, mas aspectos importantes a serem tratados, problematizados, e se necessários, superados. Os eixos temáticos selecionados foram: “Lutas e Artes Marciais: conceituações, problematizações e ressignificações”; “Ensino Global das Lutas”; “Sistematização das Lutas e Artes Marciais”; “Transformando e Criando Lutas”; “Competições Pedagógicas e Festivais de Lutas”. Assim sendo, na preparação de cada eixo temático, indicamos possibilidades de atividades, jogos, reflexões, problematizações, discussões, imagens, textos, ou seja, um repertório ampliado do que é necessário para construção dos conteúdos da cultura corporal de movimento relacionado às Lutas para a escola.

No entanto, compreendemos que por mais informações que um livro contenha e por mais bem escrito que tenha sido, não é possível que qualquer livro tenha todo o conhecimento necessário para o ensino de qualquer conteúdo na escola. Os limites físicos de um livro impresso, ou mesmo um e-book fechado, são gritantes quando pensamos na velocidade que novas informações e ressignificações do conhecimento acontecem pelos meios digitais nessa era de novas tecnologias, além da impossibilidade de utilização de vídeos ou imagens em larga escala. Dessa forma, pensando nesses e em outros limites de um livro impresso, posteriormente a construção do livro-experiência criaremos um portal digital, um site que estará integrado com todo o desenvolvimento do livro. Este site fará conexões com cada eixo temático e para além deles, trazendo vídeos para exposição e exemplificação, textos para aprofundamento no tema para o professor/a, textos para discussão junto às crianças e jovens nas aulas, imagens para suscitar debates, jogos para se trabalhar nas aulas, dentre outros. Logo, o site diminuirá as ausências que o livro físico tem, trazendo muito mais conteúdo para o aprofundamento no tema, reunido num mesmo lugar e que segue o mesmo rigor teórico das informações descritas no livro. Por exemplo, no site teremos vários vídeos demonstrativos de técnicas de lutas como o Karatê-do, Kung fu, Capoeira, dentre

outros. Esses vídeos servirão para o professor/a dar exemplos das técnicas e problematizar as possíveis práticas. Assim, não é necessário ter experiências prévias dessas lutas, pois a demonstração pode ser feita por meio da apresentação dos vídeos.

Compreendemos também que as informações contidas no livro, em certo momento ficarão ultrapassadas pela própria transformação da cultura corporal de movimento e pelas novas conexões que o rizoma das Lutas nunca para de tecer, dessa maneira, o site se tornará uma ótima ferramenta para a atualização das perspectivas que hora ou outra se ressignificarão. Mas, além das informações que serão postadas, um espaço será criado com vistas ao compartilhamento de experiências sobre as Lutas, onde professores/as poderão contribuir para o desenvolvimento do conteúdo, poderão postar ideias de aulas, projetos realizados, fotos, textos, vídeos, todo tipo de material que possa contribuir para a coletividade. Possibilitaremos também uma comunicação entre os professores/as que têm experiência com o tema e outros que estão iniciando o mergulho no conteúdo, através de um fórum de debates digital, fazendo assim uma rede de troca e compartilhamento de informações que circundam pelas manifestações das Lutas.

Dessa forma, temos um livro que estará completamente entrelaçado com o site e com um fórum permanente de discussões, o que cria grandes possibilidades e amplia um leque para o ensino de Lutas na Educação Física escolar. No entanto, compreendemos que mesmo com todas as possibilidades que um livro, um site e um fórum pode proporcionar, ainda não é possível fornecer uma metodologia pronta e acabada para o professor/a. Principalmente por tratarmos com escolas plurais, com professores/as, crianças e jovens educandos/as plurais, cada escola e os sujeitos dessas escolas tem suas vidas marcadas pela construção de múltiplas experiências e múltiplas identidades. Ou seja, não é possível criar uma forma exata de se ensinar Lutas, pois os sujeitos que vão vivenciar as lutas são plurais, logo, exige-se plurais formas de se ensinar as Lutas.

Pensando nesta impossibilidade de criar uma metodologia fechada, um manual, uma receita a ser seguida, que o formato deste livro é aberto, é um livro-experiência que parte de problematizações e da pedagogia do jogo. Não fornecemos projetos prontos, mas caminhos para que os professores/as em conjunto com suas crianças e jovens construam juntos, não criamos formatos de aulas, mas disponibilizamos jogos, discussões, problematizações possíveis para que o professor/a construa e desenvolva sua própria aula. Ou seja, fornecemos subsídios para que o professor/a seja autor/a da sua

prática docente de acordo com as necessidades, potencialidades e limites de sua escola, suas crianças e jovens e os seus próprios.

O grande potencial do formato de utilização deste livro-experiência é a possibilidade de pensar as lutas para além do próprio livro, ou seja, oferecemos possibilidades de jogos, vivências, leituras, reflexões, um repertório ampliado do que é necessário para construção das Lutas na escola. Mas não fechados em uma “receita” a ser seguida, este livro-experiência cria múltiplos pontos de partidas e múltiplos caminhos para se seguir ou se desviar, oferecendo possibilidades para se aproveitar, mas também incentivando ações que vão para além do próprio livro, do site e do fórum. Desejamos que os saberes deste livro-experiência sejam “traídos” e que novos conhecimentos se tornem parte do rizoma das Lutas. Logo, o professor/a escolherá, pensando na realidade de sua escola e de suas crianças e jovens, o que, quando, como e com quais transformações irá utilizar do livro, ou seja, o livro não terá, de certa forma, início, meio e fim a ser seguido linearmente, pois não criamos um manual para ensinar lutas, está mais para várias portas e vários trajetos para se inserir e transformar o rizoma das Lutas. Os/as professores/as terão completa liberdade em caminhar, tracejar, ignorar, lutar por todo o livro, decidindo quais combates e batalhas, quais desafios serão enfrentados junto com suas crianças e jovens.

5.2. Possibilidades Metodológicas para o Ensino das Lutas enquanto Jogo

A presente sessão tem por objetivo apresentar as contribuições da pedagogia do jogo para o ensino das Lutas na escola. Huizinga (1999) define jogo como uma atividade livre, capaz de absorver quem está inserido nesse universo simbólico. Além disso, o jogo é praticado dentro de limites espaciais e temporais, além de seguir certa ordem e regras determinadas. O jogo é capaz de unir pessoas com fins em comum, sendo uma das manifestações mais elementares dos seres humanos.

Freire e Scaglia concebem o jogo como uma metáfora da vida, uma forma de simulação lúdica da realidade, “[...] que se manifesta, se concretiza, quando as pessoas praticam esporte, quando lutam, quando fazem ginástica, ou quando as crianças brincam” (2003, p. 33).

Freire, ainda leva em consideração a perspectiva de quem pratica o jogo. De acordo com o autor:

O jogo é uma coisa nova feita de coisas velhas. Quem vai ao jogo, leva para jogar, as coisas que já possui, que pertencem ao seu campo de conhecimento, que foram aprendidas anteriormente em procedimentos de adaptação, de suprimento de necessidades objetivas. Os ingredientes do jogo, são as coisas velhas fechadas pela objetividade que marcou sua aprendizagem (FREIRE, 2005, p. 119).

A justificativa da inserção do jogo na escola é o seu grande potencial educativo. Scaglia (2004), afirma que as crianças e jovens devem ir à escola não apenas para jogar ou aprender a brincar e nem mesmo aprender saberes pelo jogo de forma descontextualizada. As crianças e jovens devem ir à escola para trabalhar e viver plenamente o jogo, aprendendo com e pelo jogo, jogando de forma encadeada por situações contextualizadas.

Leonardo e colaboradores (2009) descrevem as principais características do jogo baseados na obra de Huizinga (1999), um dos principais estudiosos do jogo, essas características que tornam a compreensão do jogo mais acessível, porém, não esgotam o fenômeno. Observe a tabela 2:

PRINCIPAIS CARACTERÍSTICAS DO JOGO	
Ocupação voluntária	O jogador pode suspender o jogo a qualquer momento, ficando livre de imposições externas, sendo a obrigatoriedade advinda de estímulos internos, que absorvem inteiramente os praticantes e os levam a um fim que pode ser diferente para os demais envolvidos no jogo. Logo, o jogo não comporta coação externa. (LEONARDO et al, 2009, pag 237)
Frivolidade e o Êxtase Pólos que delimitam o âmbito do jogo	São os limites em meio aos quais o jogo se concretiza. Se o jogador extrapola o êxtase (prazer, a emoção, o deslumbre), deixa de jogar; o mesmo acontece se encara o jogo com desprezo (frivolidade). (LEONARDO et al, 2009, pag 237)
Regras	Possibilitam o aparecimento da ordem em meio à desordem harmônica. Essas regras podem ser explícitas, implícitas, flexíveis ou rígidas, porém são fixas, obrigatórias e respeitadas por todos os jogadores, sendo todas as regras previamente aceitas pelos jogadores. Dessa forma, todos que iniciam o jogo sabem das suas regras e das consequências decorrentes do resultado final. (LEONARDO et al, 2009, pag 237)

<p>Tem um fim em si mesmo ----- Impulso de auto-superação ----- Caráter lúdico</p>	<p>O jogo não se trata de preparação para algo maior, ele tem um fim em si mesmo. Um fim na sua própria realização. Logo, jogo visa às repetições de condutas (ações) que visam a superação do que está sendo colocado em jogo no momento, e também a busca de auto-superação que o próprio jogador se impõe. Pode-se entrever que o impulso de auto-superação se caracteriza como o catalisador do prazer decorrente do jogo, além de proporcionar liberdade de expressão do ser que joga suas vontades a cabo de seu entendimento, evidenciando seu caráter lúdico. (LEONARDO et al, 2009, pag 237)</p>
<p>Incerteza e Imprevisibilidade</p>	<p>Enquanto o jogo acontece ocorrem inúmeras mudanças, alternâncias, sucessões e associações. Ou seja, ele propicia em meio ao acaso um ambiente instável, totalmente propício e facilitador para o aprendizado. (LEONARDO et al, 2009, pag 237)</p>
<p>Sensação de arrebatamento ----- Encarado com seriedade</p>	<p>A sensação de arrebatamento é possibilitada por seu ritmo e harmonia extremamente cativantes, ou seja, a presença da alegria no ato de jogar. Entretanto, ao mesmo tempo em que gera alegria é seriamente encarado por seus praticantes, pois somente essa seriedade é que garante o acesso ao jogo. Geralmente, se o jogo perde sua seriedade, ele deixa de ser jogado pelos seus praticantes. Assim, o jogo, ao mesmo tempo, é lúdico e sério, e talvez aí se encontre uma das suas mais valiosas virtudes. Assim sendo, o jogo apresenta inúmeras outras características paradoxais, tais como ordem, desordem, tensão, movimento, mudança, solenidade, ritmo e entusiasmo. (LEONARDO et al, 2009, pag 237)</p>
<p>Suspensão da realidade</p>	<p>É a forma de manipulação de algo que não é vida corrente, nem real (mantendo semelhanças e vínculos com o sagrado, o profano e seus rituais). É um momento de deformação da vida cotidiana, um jogo de faz de conta - quando possível consciente, levando-se em conta o nível de desenvolvimento cognitivo do jogador. (LEONARDO et al, 2009, pag 238)</p>

Tabela 2 – Principais características do jogo.

Tabela foi construída baseada em Leonardo e colaboradores (2009, pag 237 a 238).

Segundo Leonardo (2009), compreendendo que o jogo é dotado dessas características, o/a professor/a tem a possibilidade de organizar práticas pedagógicas

fundamentadas na teoria do jogo, e assim “ter uma maior certeza de que a atividade pensada como jogo será realmente jogada plenamente pelos seus alunos e não apenas executada como uma atividade qualquer” (pag. 238), podendo, dessa maneira, alcançar o objetivo da aprendizagem que é construir no jogo um elemento que fundamente uma prática significativa para suas crianças e jovens.

A escola é um ambiente de ensino e aprendizagem, que se estabelece de valores, conhecimentos e saberes, que devem organizar e sistematizar metodologias para desenvolver o conteúdo da melhor forma possível. Essas metodologias devem romper com métodos tradicionais de ensino, em que as crianças e jovens nas aulas de luta apenas repetem técnicas, reproduzindo o que o professor(a)/treinador(a) solicita (BREDA 2010). Contrapondo ao ensino tradicional, as Lutas partindo da pedagogia do jogo como estratégia pedagógica/metodológica consegue transcender os métodos tradicionais de ensino do conteúdo na Educação Física Escolar.

Através dos jogos é possível realizar reflexões em relação a algumas situações de jogo, que transcendem para vida cotidiana. Os jogos nos dão possibilidades de criar atividades que tem características básicas relacionadas ao conteúdo Lutas. Assim é possível criar jogos que aproximem de uma situação real de luta.

No quadro a seguir, construído por Marcos Pereira (2017), adaptado de Scaglia e Souza (2004), demonstra uma comparação entre as diferenças dos métodos de ensino das lutas:

MÉTODO TRADICIONAL DE ENSINO DAS LUTAS	PEDAGOGIA DO JOGO/LUTA
Aulas organizadas e sistematizadas, centradas na técnica e no educador.	Aulas organizadas e sistematizadas, centradas no jogo e no educando.
Prioriza a execução correta dos movimentos, sendo o educador que solicita e o educando apenas reproduz o gesto mecânico (educando sendo apenas um cumpridor de tarefas).	Estimula o educando a resolver situações problemas que aparecem ao decorrer do jogo e a responder questionamentos durante toda a aula.
Somente apresenta movimentos previsíveis, e o educador que geralmente toma as decisões pelo educando, o tornando dependente.	Explora durante as aulas movimentos que enriqueçam o repertório de respostas do educando para solucionar as situações problemas presentes no jogo que são imprevisíveis, estimulando sua autonomia e a

	criatividade.
Prioriza geralmente uma modalidade de luta (na maioria das vezes a modalidade que o educador era praticante).	Favorece ensinar várias lutas pelos tipos de contatos, de acordo com suas semelhanças e características.

Tabela 3 - Comparação entre as diferenças dos métodos de ensino das lutas (PEREIRA et al, 2017, p. 3).

Marcos Pereira compreende que

Estas características do método tradicional de ensino interrompem o processo de aprendizado do educando, além do ensino estar todo centrado no educador que toma as decisões por eles, assim robotizando todo o processo de ensino das Lutas. Agora um conteúdo tendo o jogo/Luta como estratégia pedagógica, sendo sistematizado, e organizando as Lutas em contatos (contínuo, intermitente e mediado por implemento), por suas semelhanças e características, e aplicado mediante as dimensões dos conteúdos (conceitual, atitudinal e procedimental), estimula o desenvolvimento motor, cognitivo, afetivo e social como também a criatividade do educando, sempre respeitando as características de desenvolvimento do educando e com uma seqüência pedagógica apropriada (et al, 2017, p. 3).

Dessa forma, para trabalharmos visando o desenvolvimento integral das crianças e jovens, usaremos do jogo como alternativa metodológica para inserção das lutas na escola. Partindo de “jogos de oposição” ou “jogos de combate” para o ensino das lutas na Educação Física Escolar é possível criar jogos que se aproximem de situações reais de luta. Ao utilizarmos dos princípios condicionais e dos jogos de oposição, as crianças e jovens poderão vivenciar as lutas segundo as suas várias características, isto é, características relacionadas às lutas de contato contínuo, intermitente, mediado por implemento fixo e mediado por implemento de lançamento. É preciso lembrar que as lutas têm muito em comum, assim, por meio dos jogos de oposição criaremos problemas práticos para construção de conhecimentos tático-técnicos relacionados a esse fenômeno.

Os jogos de oposição aqui abordados têm como característica o ato de confrontação que acontece entre duplas, trios ou em grupos. Esses jogos nos dão possibilidades de criar atividades que tem características básicas relacionadas ao conteúdo Lutas, tais como Oliver (2000), apresenta em uma organização dos jogos, dividindo-os em seis grupos: 1. Jogos de rapidez e atenção; 2. Conquista de objetos; 3. Conquista de territórios; 4. Para desequilibrar; 5. Para reter, imobilizar e livrar-se; 6. Para combater. Baseando-nos em Oliver, nos princípios condicionais das lutas e na

pedagogia do jogo, propomos a categorização dos jogos pelos gestos motores para resolução de problemas:

Jogos de desequilibrar: são jogos que o intuito é fazer o oponente se desequilibrar, desfazendo o apoio do oponente no solo, ao mesmo tempo que se mantém equilibrado.

Jogos de conquistar/invadir território: jogos onde o objetivo do jogador é diminuir o território de seu oponente à medida que o jogador amplie seu território. Envolvem ações de defender, conquistar e excluir o oponente de determinado território.

Jogos de controlar: são aqueles que o objetivo é restringir o movimento do oponente através de imobilizações, sem deixar que o oponente o imobilize também.

Jogos de golpear: são jogos onde o objetivo é tocar no oponente através de movimentos provindo de socos, chutes, cotoveladas e joelhadas, assim como criar estratégias de defesa, como bloqueios e esquivas, de acordo com as regras estabelecidas.

Jogos de tocar: são jogos que o objetivo é manusear um implemento e através deste, tocar o oponente ou um alvo e se defender através de bloqueios e esquivas, de acordo com as regras estabelecidas.

Jogos de lançar: são jogos que o objetivo é manusear um implemento e através do lançamento deste ou de um projétil lançado pelo implemento, acertar o oponente ou um alvo, assim como se defender utilizando implementos de bloqueio e esquivas, de acordo com as regras estabelecidas.

Cada jogo se diferenciará um do outro a partir do grau de relacionamento dos princípios condicionais (contato proposital, fusão ataque/defesa, imprevisibilidade, oponente/alvo e regras). Durante o desenvolvimento das atividades podemos colocar mais de um objetivo para os jogos, fazendo com que o jogo possa abordar características de outros tipos de jogos.

Logo, os princípios condicionais inferem a elaboração de diferentes situações de luta. Scaglia e Gomes (2011), afirmam que as crianças e jovens, “a partir desta compreensão estão preparados para aprender as “especificidades em comum”, presentes nos grupos situacionais” (pag. 9). Nesse sentido, o ensino de Lutas de contato contínuo/intermitente/mediado por implemento fixo/mediado por implemento de lançamento, consideramos as características específicas de cada grupo e não somente de cada modalidade.

Os jogos de oposição de contato contínuo devem ser elaborados pensando em habilidades como desequilibrar, derrubar, projetar, rolar, cair, agarrar, fixar, excluir,

dentre outras, ou seja, serão exploradas através do contato, na busca de um objetivo delimitado pelas regras (SCAGLIA/GOMES, 2011). As regras vão determinar se um lutador deve imobilizar o outro e se isso pode ser feito com o uso de braços e pernas, por exemplo. Logo, criam-se estratégias para que tais situações se resolvam. Muitas vezes, é possível, que as crianças e jovens cheguem às técnicas/táticas tradicionais de certas modalidades, fato que pode ser ressaltado e demonstrado quando necessário (SCAGLIA/GOMES, 2011).

Para que as crianças e jovens possam desenvolver as atividades de contato contínuo, é necessário que haja um espaço adequado às exigências da prática. O tatame é o local ideal para que todos lutem livremente, porém Scaglia e Gomes (2011), afirmam que colchões, colchonetes, lonas, lençóis ou mesmo um gramado, são exemplos de adaptações que tornam a prática acessível. Além disso, as regras podem se ajustar ao espaço possível, garantindo a segurança das crianças e jovens durante as aulas.

Os jogos de contato intermitente vão dispor de toques, chutes, socos, esquivas, saltos, giros, combinações desses elementos simultaneamente. Entretanto, Scaglia e Gomes (2011), compreendem que as regras das atividades que demandarão o nível de complexidade de execução dessas habilidades. Por exemplo, ao invés de socar, o educando pode apenas tocar com a mão apertada determinada parte do corpo do adversário. Em certos momentos pode utilizar apenas as mãos ou os pés, e em outro pode-se combinar os dois. A proposta das atividades que vai determinar a intensidade dos golpes, o chute para acertar uma bexiga é diferente de um chute num aparador. Esses jogos objetivam a vivência e criação de golpes, com a exploração dos segmentos do corpo (SCAGLIA/GOMES, 2011).

Nos jogos de contato mediado por implemento fixo e de lançamento há o cuidado com a utilização ou construção de implementos que sirvam como meio para atingir os objetivos das atividades propostas. Os jogos de implemento fixo vão dispor de habilidades de manipulação para ataques e defesas por bloqueio e esquivas. Os jogos de implementos de lançamentos serão habilidades para manipulação do implemento a ser lançado ou para lançamento do projétil num alvo e a esquiva de projéteis. Caso façamos uma união dos dois contatos mediados, podemos, por exemplo, desenvolver habilidades manipulativas de bloqueio de projéteis lançados utilizando implementos fixos, como escudos. As regras das atividades que demandarão o nível de complexidade de execução dessas habilidades manipulativas. Por exemplo, ao invés do lutador acertar a espada em

qualquer parte do corpo do oponente, podemos selecionar apenas as pernas para se tocar no adversário. Em certos momentos pode segurar o implemento com apenas uma mão, e em outro com as duas. A proposta das atividades que vai determinar a intensidade dos golpes, o lançamento de flechas em um alvo fixo é diferente de um lançamento em um adversário em movimento. Esses jogos objetivam a vivência e criação de golpes, com a exploração da “ampliação” dos segmentos do corpo através dos implementos. Scaglia e Gomes (2011), ainda afirmam, que apesar de o oponente/alvo ser uma condição para a luta, ações referentes à manipulação de implementos podem ser construídas com o intuito de atingir outros alvos. Os autores compreendem que, as crianças e jovens e professores/as que melhor poderão dar significado a cada implemento construído. Habilidades manipulativas, de ambidestria, criação de implementos com a utilização de materiais alternativos são boas possibilidades pedagógicas para as aulas deste grupo (SCAGLIA/GOMES, 2011).

Os autores também afirmam que para os jogos de contato intermitente e mediados o espaço pode ser facilmente encontrado, pois as atividades podem acontecer completamente de pé. Porém, com a disposição de um local onde se possam realizar atividades de contato contínuo, o autor em questão assegura que será possível ensinar sem necessariamente seguir uma sequência entre os grupos situacionais, já que estão na “mesma linha” e podem ser ensinados a qualquer momento do processo (2011).

Desta maneira o que for ensinado em cada grupo situacional poderá ser transferido durante a aprendizagem de outras modalidades de luta e também para a execução das Formas, pois os movimentos são passíveis de serem transmitidos, preservados e reorganizados às necessidades de cada contexto. Além do desenvolvimento do repertório motor das crianças e jovens, exploraremos suas capacidades de resolução de problemas. Scaglia e Gomes (2011), afirmam que a compreensão da dinâmica interna das lutas, uma vez compreendida, tende a poder ser transferida, tanto na aprendizagem dos movimentos de um mesmo grupo, quanto de grupos diferentes. Assim os vícios da especialização em uma modalidade são diminuídos, já que a ênfase desse processo metodológico se dá em relação às razões do fazer e não ao como fazer (SCAGLIA/GOMES, 2011). Dessa forma, os autores asseguram que as crianças e jovens terão uma base motora de Lutas melhor (um leque aumentado), possibilitando a aprendizagem das técnicas específicas de qualquer modalidade.

A partir da vivência dos movimentos de contato contínuo, intermitente e os contatos mediados, é possível que as crianças e jovens aprendam e criem formas. As ações de ataque e defesa podem ser arranjadas em sequências, coreografadas e combinadas, na presença de adversários reais ou imaginários, demonstrando a essência das Lutas (SCAGLIA/GOMES, 2011).

Em concordância com esta metodologia sistematizada a partir da organização do conteúdo das Lutas por meio da pedagogia do jogo, consideramos como Pereira (2017), seu grande potencial na Educação Física Escolar, rompendo com modelos tradicionais de ensinar Lutas, assegurando as crianças e jovens uma tomada de consciência das ações por meio de situações problemas e criando questionamentos a partir das ações nos jogos durante o processo de ensino aprendizagem, além de oportunizar vivências lúdicas e eficazes que estimularão a criatividade das crianças e jovens a todo o momento.

6. PARTE DOIS: UM LIVRO-EXPERIÊNCIA

PEDAGOGIA DAS LUTAS

POSSIBILIDADES PARA O ENSINO FUNDAMENTAL E ENSINO MÉDIO

ÁLEX SOUSA PEREIRA



Sumário

1.	UMA INTRODUÇÃO A NOSSA AVENTURA	5
1.1.	LIVRO-EXPERIÊNCIA: uma jornada inesperada	6
1.2.	OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E DO LIVRO-EXPERIÊNCIA.....	8
1.3.	O FORMATO E UTILIZAÇÃO DO LIVRO: pensando as lutas para além deste livro 11	
2.	LUTAS E ARTES MARCIAIS: conceituações que nos ajudarão nessa jornada	14
2.1.	LUTAS E ARTES MARCIAIS: uma estória sobre a história	17
2.2.	A LUTA PELAS LUTAS NA ESCOLA: desmistificando argumentos	25
2.3.	LUTAS DA ESCOLA: um rizoma de possibilidades.....	29
2.3.1.	O RIZOMA DAS LUTAS: uma promiscuidade de conexões	41
2.4.	PEDAGOGIA DO JOGO: no canto direito do ringue, o Senhor do Jogo.....	45
2.4.1.	O MUNDO DOS JOGOS DE LUTA: o Senhor do Jogo entra em cena	46
2.4.2.	JOGOS DE OPOSIÇÃO: um contraponto ao ensino tradicional ..	48
3.	ENSINO GLOBAL DAS LUTAS	52
3.1.	LUTAS DE CONTATO CONTÍNUO	67
3.2.	LUTAS DE CONTATO INTERMITENTE	86
3.3.	LUTAS DE CONTATO MEDIADO POR IMPLEMENTOS FIXOS	101
3.4.	LUTAS DE CONTATO MEDIADO POR IMPLEMENTOS DE LANÇAMENTO	123
3.5.	LUTAS DE CONTATOS MISTOS	144
4.	SISTEMATIZAÇÃO DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS	160
4.1.	CONSTRUINDO TÉCNICAS/TÁTICAS EFICAZES POR MEIO DE SITUAÇÕES- PROBLEMA	161
4.2.	UMA CONSTRUÇÃO FILOSÓFICA.....	166
4.3.	FORMAS – KATA / KATI / PUMSAE /	168
4.4.	APROFUNDANDO AS ESPECIFICIDADES DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS 170	
4.5.	UM POUCO MAIS SOBRE LUTAS E ARTES MARCIAIS	173

5.	TRANSFORMANDO E CRIANDO LUTAS	193
6.	COMPETIÇÕES PEDAGÓGICAS E FESTIVAIS DE LUTAS.....	195
7.	CONSIDERAÇÕES FINAIS: um ponto de partida	200

COMPANHEIROS DE VIAGEM

Luke, Nati, Davi e Lee vão nos ajudar a caminhar nessa incrível aventura pelas Lutas e Artes Marciais! Conheça-os um pouco mais:

USA A FORÇA DO Oponente

Personalidade

Luke é um pouco tímido, mas depois de alguns minutos fica muito animado e toda timidez some. Ele usa a força do oponente, mas consegue usar sua força também. Ele quase que mistura o Sumô com o Jiu Jitsu.



Luke

Curte Lutas com imobilizações



Nati

AGILIDADE E FORÇA

Personalidade

Nati é uma garota muito animada, sempre toma a frente nas atividades. Ela tenta usar sua agilidade e força para ganhar dos oponentes, mas também é bem esperta na arte de "fintar".

Curte Lutas com espadas e escudos

ESQUIVA E CONTRA-ATAQUES RÁPIDOS

Personalidade

Davi é um garoto muito animado, consegue lutar por muito tempo sem se cansar, muitas vezes pega seus colegas em contra-ataques rápidos.

Davi

Curte Lutas com arco e flecha



Lee

ATAQUE SURPRESA E AGILIDADE

Personalidade:

Lee é uma garota tímida, que não fala muito, mas está sempre querendo participar de tudo. Sempre pega seus colegas de surpresa, é quase uma ninja.

Curte Lutas com socos e chutes



1. UMA INTRODUÇÃO A NOSSA AVENTURA

LUTANDO PELO DESCOLORIRÁ DA AQUARELA

(Inspirado na música "Aquarela" de Vinicius de Moraes e Toquinho)

Num pergaminho qualquer
Eu desenho um sol nascente
E com cinco ou seis retas
Faço um Samurai elegante

Corro o lápis à frente da mão
E me dou uma espada
E se preciso correr, com três riscos
Tenho um belo arco e flecha

Se pinguinhos de tinta
Voam da ponta do pincel
Num instante imagino
Uma chuva de flechas a voar do céu

Vão voando, contornando
A imensa ilha de norte a sul
Vou com elas viajando
Até chegar ao mar azul

Pinto um barco a vela
Lutando e navegando
Até os monges encontrar
E com eles aprender a lutar

Entre as nuvens vem surgindo
Uma bela filosofia a se pensar
Tudo fica bem diferente
Parecem luzes reluzentes

Basta imaginar e guerreando estaremos
Numa aventura inimaginável
E se a gente quiser
Para sempre podemos lutar

...

Num pergaminho qualquer
Eu desenho um exército de partida
Feito de alguns bons amigos
Buscando a luta interna de suas vidas

De um continente a outro
Consgo passar num segundo
E numa meia lua de compasso
Jogo com todo o mundo

Um menino caminha lutando
E lutando chega a um ringue
E ali logo em frente a observar
Uma vida de aventuras a esperar

E a vida é um combate
Que tentamos sempre ganhar
Com muita garra e serenidade
Pensando nas táticas a se usar

Sem pedir licença
Muda nossa estratégia
E nos mostra algo
Bem além do ganhar

Nessa luta não nos cabe
Ver o imprevisível que virá
Ao soar do gongo ninguém sabe
Bem ao certo como vai terminar

Mas vamos todos
Num transcendente Dojô
De artes marciais que um dia enfim
Vai nos honrar

Num pergaminho qualquer
Eu desenho um sol nascente
Que vai nos honrar

E com duas ou três retas
Desenho um belo arco e flecha
A nos lançar

Numa meia lua de compasso
Jogaremos com todo o mundo
Para sempre poderemos lutar.

Álex Jhow



天生



1.

LIVRO-EXPERIÊNCIA:

uma jornada inesperada

Problematizações, transformações, (re)significações, (re)invenções, são palavras que nos guiarão pelas páginas deste livro. Este é um livro para professores e professoras que se arriscam e têm coragem para enfrentar seus medos e grandes desafios. Não se engane professor/a, você será desafiado/a nas páginas que se seguem.

Esses desafios já aparecerão no formato desse livro, pois ele se contrapõe a um modelo de livro que indica verdades prontas e acabadas sobre as coisas e o mundo, que pretende ser tão objetivo quanto exato. O “livro-verdade” tenta te controlar, disciplinar e hierarquizar o que já foi pensado e o próprio pensamento de quem o lê, define os caminhos a serem seguidos por meio de instruções. Ou seja, o livro-verdade tenta lhe induzir a aceitar e aplicar exatamente o que ali foi descrito, sem possibilidade de questionamento.

Já o livro-experiência, como esse que tem em mãos, lhe desafiará a constituir uma atitude problematizadora, “obrigando-o/a” a andar com suas próprias pernas no sentido de construir sua própria prática pedagógica. Assim, esse livro não lhe mostrará um caminho iluminado e linear, ao contrário, esse material sugere a desconstrução dessas trajetórias retilíneas. Na realidade, proporá um labirinto de trilhas em meio à mata fechada, entre árvores e riachos, escuridão e luz, um perene e instável nomadismo.



Esse livro não lhe mostrará um caminho linear e seguro. Está mais para um labirinto de trilhas em meio à mata fechada, entre árvores e riachos, escuridão e luz, um perene e instável nomadismo.

Para seguirmos esse caminho de desafios e percalços, lanço uma provocação a você professor/a. De nos atrevermos a enfrentar o desafio de sermos professores/as-experiência, e assim construir junto com nossas crianças e jovens algumas relações pedagógicas nas quais o conhecimento não se apresente como algo dado, mas sempre em transformação. Aviso que os caminhos já percorridos não serão esquecidos, mas que deverão ser problematizados e ressignificados se necessário.

Mas por que desenvolver um livro-experiência que não pretende dar respostas, mas “indisciplinarmente” incitar questionamentos sobre o ensino das Lutas e até mesmo

sobre o próprio livro? Esse material lhe convidará a “entrar no ringue com um adversário desconhecido”! Compreendemos que por mais informações que um livro contenha e por mais bem escrito que tenha sido, não é possível acumular todo o conhecimento necessário para o ensino de conteúdos na escola. E também não é possível fornecer uma metodologia pronta e acabada para ser desenvolvida nesse contexto. Para tanto, as crianças e jovens, os sujeitos da escola, devem ser ouvidos para

Esse material lhe convidará a “entrar no ringue com um adversário desconhecido”!

a construção da prática pedagógica, trazer suas perspectivas, as construções de suas identidades, suas angústias para o debate, buscando ampliar suas leituras de si no mundo, garantindo o seu direito ao conhecimento.

Compreender a condição das infâncias e das juventudes e suas múltiplas vozes, uma vez que os sujeitos têm suas vidas marcadas pelas experiências diversificadas que constituem suas identidades. Não é possível criar uma estratégia única de se ensinar Lutas na escola, pois os sujeitos que vão vivenciá-las são plurais. Sendo assim, forneceremos alguns subsídios para que você seja autor/a de sua prática docente de acordo com as particularidades, as potencialidades, os limites e as especificidades do contexto educacional, das crianças e dos jovens.

Por fim, esperamos que esse “livro-experiência” facilite a sua entrada no universo das Lutas e aponte os vários caminhos para serem seguidos (ou desviados), oferecendo uma ambiência pedagógica na qual você terá a liberdade de ressignificar, modificar, tracejar, ignorar, lutar e decidir quais batalhas enfrentar.

Você está convidado/a para adentrar no empolgante e desafiante mundo das Lutas! Não será fácil, mas garantimos que será inesquecível! Vamos às batalhas? Que comecem os jogos!

Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado na obra a seguir

- GONDRA, J. G., KOHAN, W. O. **Foucault: 80 anos**. Autêntica Editora, 2006.

1.2.

OBJETIVOS DA EDUCAÇÃO FÍSICA E DO LIVRO-EXPERIÊNCIA

Para entendermos as Lutas da Escola, primeiramente, temos que pensar sobre o conceito de Educação Física escolar que iremos assumir nesse livro. Para compreender isso, apresentaremos brevemente parte da trajetória histórica dessa área de conhecimento e sua relação com os processos de escolarização. Vamos lá?!

Durante os últimos anos, principalmente nas décadas de 1980 e 1990, a concepção de Educação Física no interior do âmbito escolar vem se modificando. Para Professora Soares, por exemplo, a Educação Física na escola é um espaço de aprendizagem e, portanto, de ensino. Ela afirma que historicamente a Educação Física ocidental moderna tem ensinado o jogo, a ginástica, as lutas, a dança, os esportes. Esses são conteúdos clássicos que permanecem ao longo do tempo transformando inúmeros de seus aspectos, para se afirmar como conteúdo da cultura, como linguagem singular do homem no tempo.



Na clássica obra da área da Educação Física intitulada a Metodologia de ensino da educação física, os autores compreendem que a “perspectiva sobre a cultura corporal busca desenvolver uma reflexão pedagógica sobre o acervo de formas e representação do mundo que o homem tem produzido no decorrer da história, exteriorizadas pela expressão corporal: jogos, danças, lutas, exercícios ginásticos, esporte, malabarismo, contorcionismo, mímica e outros, que podem ser identificados como formas de representação simbólica de realidades vividas pelo homem, historicamente criadas e culturalmente desenvolvidas”.

Podemos também observar a visão apresentada pelos Parâmetros Curriculares Nacionais. De acordo com esse referencial, a Educação Física pode ser entendida como uma área que trata de um tipo de conhecimento, denominado Cultura Corporal de Movimento e que tem como temas o jogo, a ginástica, o esporte, as lutas, a dança, a capoeira, e outras temáticas.

Educação Física trata de um conhecimento: a Cultura Corporal de Movimento e tem como temas o jogo, a ginástica, o esporte, as lutas, a dança e outras temáticas

Atualmente, entendemos que o principal objetivo da Educação Física no ambiente escolar seja a inserção e intervenção das crianças e jovens na esfera da cultura corporal de movimento. Nesse aspecto, professor Daólio firma que a cultura é o principal conceito para a educação física, porque todas as manifestações corporais humanas são geradas na dimensão cultural, desde os primórdios da evolução até hoje, expressando-se diversificadamente e com significados próprios no contexto de grupos culturais específicos.

Dessa forma, este livro-experiência adotara a perspectiva da cultura corporal de movimento, assim, temos clareza que, quando o ser humano produz cultura, o corpo está inserido nesse processo, independente do conhecimento que ele está construindo ou transformando. Logo, das diversas construções culturais produzidas pela humanidade, jamais poderemos excluir a presença do corpo, pois ele faz parte de qualquer aprendizagem. Comprendemos dessa forma, que o/a professor/a de Educação Física, deve tratar do ser humano nas suas manifestações culturais relacionadas ao corpo e ao movimento humano. Dessa forma, o que queremos evidenciar, quando falamos de cultura corporal de movimento, são recortes da cultura humana, apresentando características específicas relacionadas ao corpo-movimento.

A humanidade acumulou historicamente um vasto repertório de movimentos, que manifestam-se por meio do jogo, do esporte, da ginástica, da atividade rítmica e expressiva, da luta, dentre outros. Comprendemos e defendemos que é direito das crianças e jovens ter acesso a esse conhecimento e que tenham condições de partilhar, usufruir, produzir, reproduzir e transformar toda e qualquer forma de manifestação da cultura corporal de movimento. Entendemos, portanto, que a Educação Física não é mais pautada exclusivamente nos princípios biológicos, passando a priorizar os conhecimentos culturais historicamente construídos.



A Educação Física, assim como a proposta desse livro, deve oportunizar as crianças e jovens o exercício da cidadania, buscando em sua prática pedagógica a formação crítica e reflexiva, direcionando-os/as para a conquista de autonomia, por meio do conhecimento, reflexão e transformação da cultura corporal de movimento.

Ao abordamos o conteúdo Lutas, queremos que as crianças e jovens, além de aprender a praticar para usufruir dessa atividade em momentos de lazer, também sejam capazes de contextualizar, modificar e reconstruir essa prática corporal.

Não temos a intenção e nem a Educação Física escolar teria como proporcionar as crianças e jovens conhecer todas as formas de manifestações de lutas relacionadas à cultura corporal de movimento. No entanto, podemos oferecer uma abrangência maior destas manifestações, de forma que, não restrinja os sujeitos a terem contato superficial com a cultura das Lutas.

Pretendemos, conforme professora Darido, que o processo de ensino e aprendizagem transcenda o limite da realização de movimentos, possibilitando crianças e jovens olharem criticamente para sociedade onde estão inseridos por meio da prática corporal de Lutas.

Buscar uma formação crítica e reflexiva, a conquista de autonomia, por meio do conhecimento, reflexão e transformação da cultura corporal de movimento.

Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- FEDERICI, C. G. **O que não é educação física**. Movimento e Percepção, 2004.
- 'DARIDO, S. C.; et al. **Livro didático na educação física escolar: compartilhando experiências**. Motriz, Rio Claro, , 2010.
- DAOLIO, J. A cultura da educação física escolar. Revista Virtual EF, 2004
- SOARES, C. L. et al. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- BRASIL. SECRETARIA DE EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL. Parâmetros curriculares nacionais: educação física. MEC/SEF, 1998.

1.3.

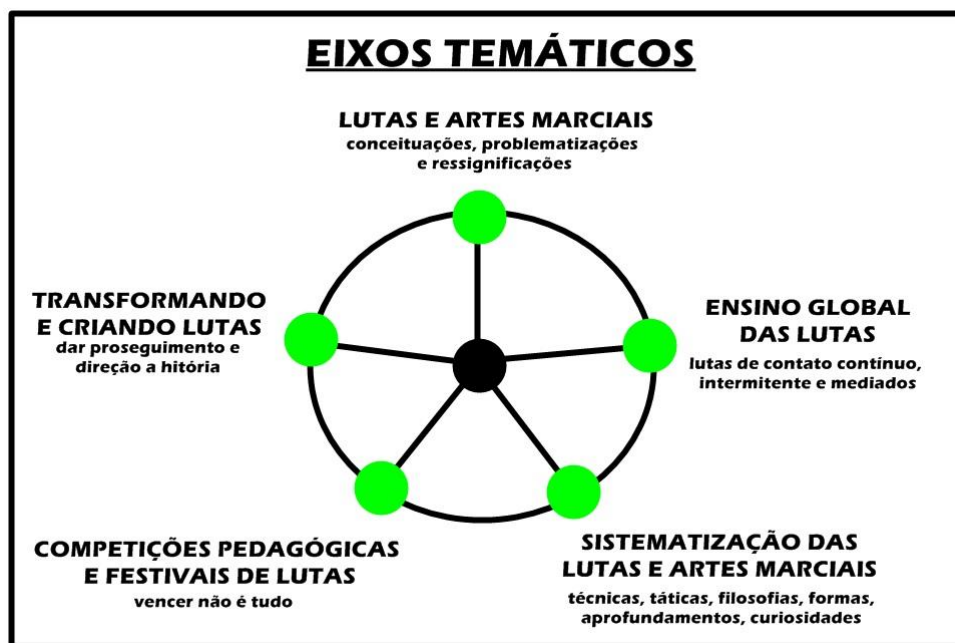
O FORMATO E UTILIZAÇÃO DO LIVRO: pensando as lutas para além deste livro

Este é um livro-experiência e como descrito anteriormente não tem um caráter fechado, pelo contrário, ele é aberto, possível de problematizações e ressignificações. Assim, o livro foi elaborado com conteúdos que possam ser desenvolvidos em vários momentos do Ensino Fundamental e Ensino Médio, pensando numa metodologia a partir de problematizações e da pedagogia do jogo.

As experiências corporais sugeridas aqui não irão partir de técnicas já sistematizadas, fechadas e descontextualizadas, mas sim de jogos que oportunizem a aprendizagem global das Lutas por crianças e jovens.

O grande potencial do formato de utilização deste livro é a possibilidade de pensar as lutas para além do próprio livro, ou seja, ao oferecemos várias possibilidades para a construção das Lutas da Escola, acabamos por incentivar ações que transcendem o próprio livro.

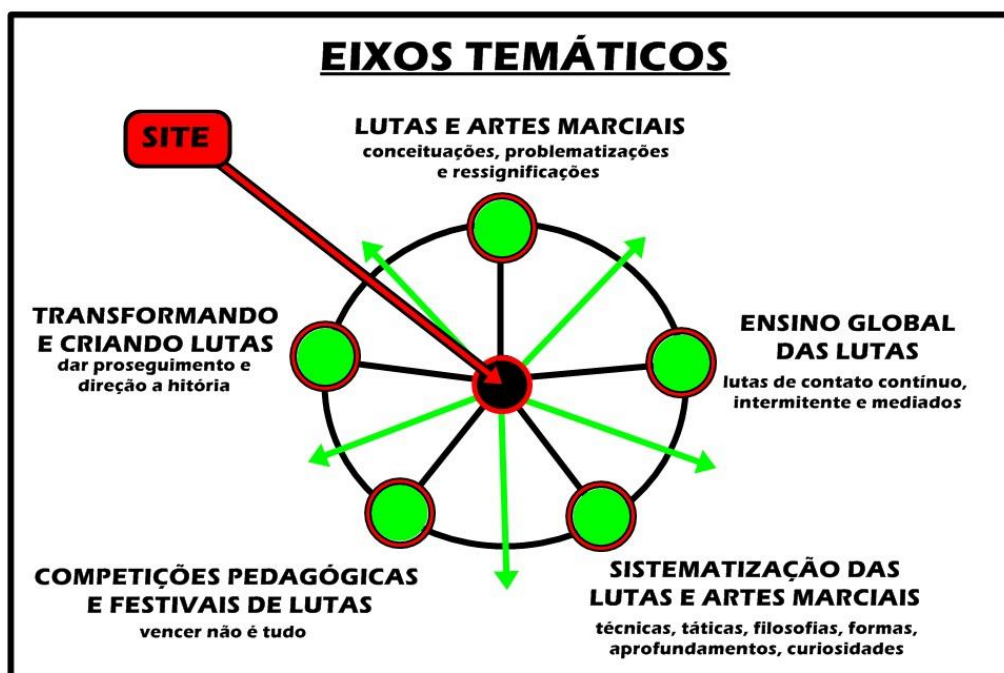
Nessa direção, criamos eixos temáticos que estão separados na forma de capítulos, mas que se comunicam e não se fecham em si mesmos.



Dentro de cada Eixo Temático indicamos atividades, vivências, jogos, reflexões, problematizações, discussões, exemplos de vídeos, imagens, textos, potencializando a construção dos conteúdos da cultura corporal de movimento que se relacionam às Lutas.

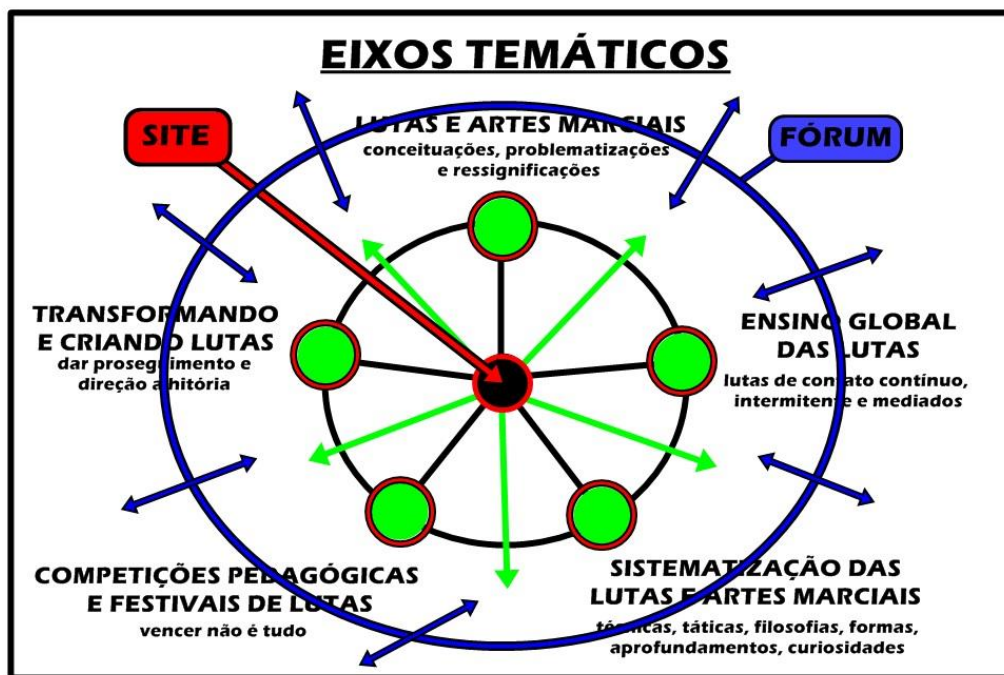
No entanto, entendemos que os limites físicos das páginas deste livro são gritantes quando pensamos na velocidade que novas informações circulam pelos meios digitais. Pensando nisso e em outros limites das páginas de um livro, criamos um portal digital que estará integrado ao desenvolvimento de todas as ações pedagógicas nas escolas. Esse portal faz conexões com cada eixo temático trazendo vídeos para exposição e exemplificação, textos para aprofundamento e discussão junto às crianças e jovens nas aulas, imagens para suscitar debates, jogos, entre outros. O objetivo é amenizar as lacunas que o livro traz no sentido de ampliar o repertório de possibilidade na ação docente. Por exemplo, no site temos vários vídeos demonstrativos de técnicas de Lutas como o Karatê-do, Kung fu, Capoeira e muito mais.

**Nos Eixos Temáticos
têm atividades, vivências,
jogos, reflexões,
problematizações,
discussões, exemplos de
vídeos, imagens, textos,
dentre outros.**



Compreendemos também que as informações contidas no livro, em certo momento ficarão limitadas pela própria transformação da cultura corporal de movimento e pelas novas conexões que as Lutas podem tecer. Dessa maneira, o site é uma ótima ferramenta para a atualização das perspectivas que hora ou outra se ressignificarão.

Além disso, no site um espaço foi criado exclusivamente para você professor/a compartilhar suas experiências sobre as práticas com Lutas, podendo postar ideias de aulas, projetos realizados, fotos, textos, vídeos, todo tipo de material que possa contribuir para a coletividade de professores/as. Esse espaço também possibilita a comunicação com professores/as que têm experiência com o tema e outros que estão iniciando o mergulho no conteúdo. Faremos isso por meio de um fórum digital de debates, construindo junto com você uma rede de troca de conhecimentos que permeiam esse processo de construção da prática pedagógica.



Dessa forma, temos um livro que está completamente entrelaçado com o site e com um fórum permanente de discussões, o que cria um leque de experiências para o ensino de Lutas na Educação Física escolar.

Assim, os eixos temáticos serão os capítulos do livro, mas não são capítulos isolados, eles dialogam entre si. Isso significa que esse é um livro para ser lido por inteiro e deve ser pensado, negado, problematizado, desconstruído. Esse é o grande desafio nas páginas que se seguem!



2

LUTAS E ARTES MARCIAIS:

conceituações que nos ajudarão nessa jornada



LUTAS

A palavra Luta pode conter várias denotações de acordo com a sua utilização por meio da linguagem. Luta-se pela vida, por objetivos pessoais, pelo território, com um oponente em alguma prática esportiva e assim por diante. O dicionário Luft define o ato de lutar (do latim *luctari*) como “combater/pelejar, brigar/disputar, competir/trabalhar arduamente, esforçar-se, empenhar-se”. Já o substantivo Luta é definido como “ação de lutar/qualquer combate corpo a corpo/guerra, pelejar/antagonismo/esforço, empenho” (idem). Ou seja, a palavra Luta recebe diferentes significados, contextos e objetivos.

Prática corporal imprevisível, caracterizada por determinado estado de contato, que possibilita a duas ou mais pessoas se enfrentarem numa constante troca de ações ofensivas e/ou defensivas, regida por regras, com objetivo mútuo sobre um alvo móvel personificado no oponente.

Os diversos significados da palavra Luta são tão múltiplos que mesmo no Hino Nacional Brasileiro essa palavra aparece na seguinte passagem: “mas se ergues da justiça à clava forte... verás que um filho teu não foge a luta... nem teme, quem te adora, a própria morte”.

Poderíamos ficar aqui mencionando muitos exemplos, mas talvez estas definições não reflitam a diversidade e a pluralidade de significados que tangem o termo

das lutas, em especial, no campo da Educação Física. É possível realizar uma discussão extensa e, muitas vezes polissêmica, sobre os diferentes conceitos e as especificidades das chamadas Lutas, Artes Marciais, Modalidades Esportivas de Combate. Assim, ressaltamos que não há um consenso na área da Educação Física sobre qual a nomenclatura utilizar e, provavelmente, ela nem exista.

ARTES MARCIAIS

A expressão “arte” nos sinaliza para uma demanda expressiva, inventiva, imaginária, lúdica e criativa, como elementos a serem inclusos no processo de construção de certas manifestações antropológicas ligadas ao universo das Artes Marciais. Já o termo marcial, relacionado ao campo mitológico faz alusões à dimensão conflituosa das relações humanas. Assim, temos a inclusão contínua de elementos que ultrapassam as demandas pragmáticas e utilitaristas das formas militares e bélicas de combates

MODALIDADES ESPORTIVAS DE COMBATE

Dessa forma, devemos considerar que o ser humano luta há muito tempo, desde os períodos mais antigos de sua origem. O ato de lutar surgiu com a própria existência do ser humano. A princípio, lutar pela comida, com animais, com outros homens, para defender terra, ou seja, lutar para sobreviver.

É muito difícil definir a origem dessas práticas corporais por terem se originado em lugares muito distintos e há muito tempo. Essas práticas corporais, transformaram-se ao longo do tempo em práticas muito abrangentes e complexas, com diferenças e peculiaridades entre si. Compreendê-las, em toda sua amplitude, é muito complicado devido a essa complexidade. Pois a Arte Marcial também é patriotismo, religião, filosofia e, sobretudo, o modo de ser do indivíduo. O tema central dessa prática corporal não é o combate, mas a resolução de conflitos que fazem parte da vida.

É da construção histórica dessa linguagem humana que trataremos na próxima sessão.

Uma configuração das práticas de lutas, das artes marciais e dos sistemas de combate sistematizados em manifestações culturais modernas, orientadas a partir das decodificações propostas pelas instituições esportivas. Aspectos e conceitos como competição, mensuração, aplicação de conceitos científicos, comparação de resultados, regras e normas codificadas e institucionalizadas, maximização do rendimento corporal e espetacularização da expressão corporal são alguns exemplos dessa transposição moderna de práticas seculares de "combate"

Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. **Possíveis diálogos entre a educação física escolar e o conteúdo de lutas na perspectiva da cultura corporal.** Conexões, Campinas. 2013.
- STIGGER, M. P. **Educação Física, esporte e diversidade.** Campinas: Autores Associados, 2005.
- GOMES, M. S. P. **Procedimentos Pedagógicos para o ensino de lutas: contextos e possibilidades.** 2008. Dissertação (Mestrado em Educação

Física). Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.

- FRANCHINI, E.; TAKITO, M.Y.; RODRIGUES, F.B.; MANOEL, E.J. **Considerações sobre a inclusão de atividades motoras típicas de artes marciais em um programa de Educação Física.** 1996.

2.1.

LUTAS E ARTES MARCIAIS: uma estória sobre a história

Para construção dessa nossa trajetória convidamos a experiente e espirituosa personagem (fictícia) que afirma ter vivido por milhares de anos vivenciando as formas de Lutas e Artes Marciais construídas através dos séculos pela humanidade em diversas culturas, sociedades e regiões do mundo.

Boa tarde Mestre, poderia nos contar um pouco mais sobre você, qual seu nome, de onde é e qual sua principal Arte Marcial?

Boa tarde! Bom, já fui chamado de muitos nomes, como Hiroki no Japão, Chang na China, Odara na Índia, entre outros, mas por volta do ano de 1986 comecei a responder pelo nome de Connor Ramirez, por motivos diversos. Bom, não me lembro ao certo onde nasci, pois quando sai de lá eu não sabia onde era lá e fui para muito longe.

Sobre as Artes Marciais, eu venho de uma linhagem chamada “O Mestre das Artes” que tem o objetivo de estudar toda e qualquer manifestação de Lutas e Artes Marciais pelo mundo afora. Como temos a habilidade de envelhecer muito lentamente, estamos aqui há alguns milênios conhecendo, nos apropriando e transmitindo os saberes, expressões e manifestações culturais e sociais das Artes Marciais. Em nossa linhagem somos três mestres e duas mestras, atualmente não sei por onde eles e elas andam. Estou no Brasil há

algumas décadas conhecendo, aprendendo e observando as transformações da Capoeira, do Brazilian Jiu-Jitsu e de algumas lutas indígenas como o Huka Huka, vale dizer, muito intrigante essa forma de lutar.

O senhor deve ter muitas histórias vividas, poderia nos contar um pouco sobre as origens e transformações das Artes Marciais?

Como diria meu velho amigo Miyamoto Musashi: “Os homens devem moldar seu caminho. A partir do momento em que você vir o caminho em tudo o que fizer, você se tornará o caminho.” É sobre esse caminho que se trata as Artes Marciais, um caminho que sempre se transforma, que as vezes se repete, que às vezes leva-nos a penhascos ou a dunas de areia apontando para o meio do oceano. Mas que nunca, indubitavelmente nunca, tem um verdadeiro fim, mas sempre esplendorosas renovações.

- Dentre esses inúmeros e plurais caminhos, confirmar realmente um ponto inicial, ou a origem das Artes Marciais em seus primórdios é tão difícil quanto parar um ataque de Musashi com uma espada afiada por horas, utilizando apenas as mãos vazias (risos). Entretanto, podemos pensar que o ato de lutar, de se defender e de atacar aparece junto com a própria humanidade. Pois, para que a humanidade sobrevivesse através dos tempos, tivemos que nos defender contra animais selvagens, contra outros humanos e atacar pessoas em busca de alimentos e segurança. Dessa forma, lutamos, arremessamos pedras, utilizamos pedaços de madeira, os próprios punhos e pernas, tudo que era possível e necessário para garantir nossa sobrevivência. Esses movimentos de ataque e defesa, na chamada “pré-história”, alguns milhares de anos a.C., nós aprendemos por meio de imitações, por métodos de tentativa e erro, assim, muitos morriam para que alguns percebessem seus erros e aprendessem com eles, pois não havia metodologias sistematizadas de treinamento.

- Gostaria de fazer um adendo, pois um importante ponto a se destacar sobre os caminhos das Artes Marciais é seu caráter sociocultural. Como disse, realmente as primeiras formas de lutar surgem pela necessidade de nos defendermos e defender nossos territórios. No entanto, com o tempo, novas manifestações sociais das Lutas foram sendo desenvolvidas, como a sua



<http://theartofmartial.com/inscricao/miyamoto-musashi-2.html>



www.youtube.com/watch?v=yEWr5iBq8

utilização em rituais, posteriormente na preparação de exércitos para guerra, como jogos e brincadeiras em muitas culturas, como exercício físico, dentre varias outras utilizações.

- Durante muitos milênios a humanidade sobreviveu lutando com todas suas forças, mas com o tempo, próximo ao final do período “pré-histórico”, por volta de 3500 anos a.C., nós caminhamos para um “processo de civilização”. Começamos a construir nossas vidas em pequenos conglomerados urbanos, troncando produtos, deixando de ser nômades, aprendendo e desenvolvendo atividades agrárias e de criação de animais. Nesse período, percebemos também que era importante capacitar nossos jovens por intermédio de exercícios naturais, de caráter utilitário e guerreiro, a fim de torná-los hábeis para sobrevivência e perpetuação da humanidade.

- Durante esse período muitos povos foram dizimados por doenças, muitos desapareceram. Dessa maneira, inúmeros caminhos e trajetórias se cruzaram e se desviaram, muitas histórias deixaram de ser contadas. Não tenho como precisar quando e onde aconteceu o processo de transformação de atividades de sobrevivência para as diferentes Lutas e Artes Marciais que as procederam. Alias, tenho certa certeza que não aconteceram de forma paralela e linear, mas em diferentes regiões e tempos diversos pela história.

Comprendemos muito bem Mestre Connor. Não é possível confirmar quando e onde aconteceu todo esse processo, porém, existem registros históricos sobre uma Arte Marcial chamada Vajramushti, muito antiga, você poderia nos contar sobre ela?

- Com certeza. Pensar sobre Vajramushti é pensar sobre a Índia e sobre o próprio Buda, pois, provavelmente, essa Arte Marcial é uma das primeiras que passou por essa transformação segundo a qual os mestres consolidaram um processo sistematizado de treinamento. Se me recordo bem, tive contato com essa Arte por volta do século V a.C. na Índia, mas ela data de aproximadamente cinco mil anos a.C. Vajramushti é um nome originado do sânscrito que, se me lembro bem, a tradução literal seria “punho real ou punho direto”. Entre seus ilustres praticantes, posso indicar o próprio Buda, que era um príncipe guerreiro que aprendeu o Vajramushti como parte de



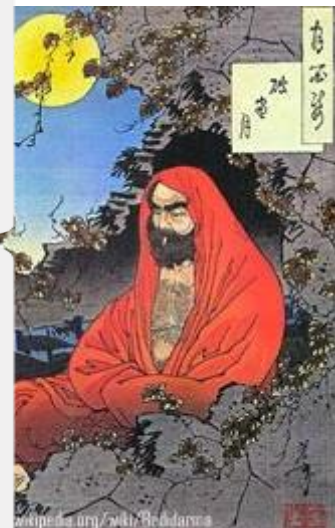
https://pt.pngtree.com/freepng/sitting-on-the-buddha_2847830.html

sua educação militar. De origem indiana, essa Arte Marcial envolvia técnicas de combate, meditação e estudos variados. Buda em sua esplendorosa peregrinação difundiu a “arte do punho real” em consonância com o budismo, como uma prática acética, relativa à união da mente e do corpo.

- Bom, continuando a história de Vajramushti, alguns séculos depois disso, século VI d.C., se não me engano, conheci um príncipe indiano chamado Bodhidharma que seria responsável por desenvolver uma das Artes Marciais mais difundidas da humanidade, o Kung Fu, especificamente o Kung Fu Shaolin.

- Esse príncipe embarcou em uma viagem até reino de Wei, hospedando-se no Templo de Shaolin (também chamado Sil-lum) no monte Shao-shih, localizado nas montanhas Sung. Depois de chegar, dizem que ele meditou em frente a uma parede por nove anos. Em sua meditação, fundou o Budismo Chan ou Zen. Tão importante quanto, Bodhidharma também iniciou o treinamento dos monges do templo, com técnicas guerreiras de defesa pessoal.

- Eu não poderia falar sobre o Vajramushti, sem falar do Kung Fu Shaolin, suas histórias são tão conectadas que merecem ser contadas juntas. Assim seguirei contando sobre os Shaolin por mais um momento. Durante a Dinastia Manchu (1644-1912) na China, relatos chegaram até mim sobre o ataque e a destruição do Templo de Shaolin. Acontecido isso, os monges Shaolin sobreviventes disseminaram as técnicas secretas de defesa pessoal do templo para o povo Chinês, técnicas essas que serviram de base para a maioria dos estilos de Kung Fu conhecidos até hoje. Após a destruição do templo e a disseminação dos ensinamentos do Kung Fu Shaolin para o povo, posso dizer que foi esse estilo de combate que, após muitas transformações, deu origem a muitas Artes Marciais do Oriente.



- Nossa Mestre Connor, realmente a história dessas duas Artes está entrelaçada. Poderia nos contar um pouco mais sobre as Artes Marciais, suas filosofias e sua essência?

- Bom, se eu for descrever aqui as inúmeras Artes Marciais e formas de Luta orientais teríamos que ficar aqui por alguns meses e até anos. Todavia, em termos gerais, temos o que seja o denominador comum entre elas, isto é, na China seria o **TAO** e no Japão o **BUDÔ**.

- O Tao é a verdade primeira e última nas disciplinas do taoísmo, sendo a chave secreta das Artes Marciais Chinesas. O Tao pode ser considerado o meio e o fim, o tudo e o nada. Ele é o ponto em que o indivíduo entra em comunhão com o cosmos, é a fusão da natureza, é a mãe magna dona do seio onde tudo que foi criado, existe. É talvez a natureza mesma, deificada. É a urgência da vida que devido ao seu poder, apenas pode ser explicada por meio de símbolos. É a força criadora e, ao mesmo tempo, destruidora.

- O que é o **Tao**? Perguntei a um filósofo chinês, respondeu-me: é um aspecto Yin, é um aspecto Yang, é a matéria e é o espírito, é mais que eles dois juntos.

- O que é o **Tao**? Perguntei a um poeta chinês, respondeu-me:

O homem segue a Lei da terra.

A terra segue a Lei do céu.

O céu segue a lei do **Tao**.

O **Tao** segue sua própria Lei

- O que é o **Tao**? Perguntei a um Mestre Shaolin, respondeu-me: o Tao é o domínio da mente sobre o corpo e do espírito sobre a matéria que possibilita o estado de invulnerabilidade que possui um Mestre Shaolin.

- Como podem perceber, o **Tao** não é para ser explicado ou descrito, o Tao é algo para ser sentido e vivido intensamente. E quando vivido verdadeiramente a vida passa a ser vista com olhos diferentes.

- Agora no Japão, o **DÔ** significa o caminho, é a forma que nos permite compreender perfeitamente a natureza de nossas próprias mentes e o caminho a seguir. O **Dô** é o aporte que o Zen Budismo oferece a todos os praticantes de **Kendo**, **Kyudo**, **Karatê-do**, **Yudo**, **Aikido**, **Chado**, **Judô**, dentre inúmeras outras, junto com o Za Zen, que é a meditação Budista introduzida primeiramente na China, por Bodhidharma. O **BUDÔ** é a essência das Artes Marciais japonesas e envolve a experiência direta em relação à ética, respeito e filosofia.



- Realmente Mestre Connor, a essência das Artes Marciais é muito mais que aplicação de técnicas. O senhor poderia falar um pouco sobre essas e outras formas de combate?

- Sem dúvida amigos/as, convido-lhes a pensarmos sobre alguns códigos de certas formas de Luta. Se analisarmos com cautela, encontraremos alguns pontos em comum entre lutas Orientais e Ocidentais, que superam fronteiras e tempos. A maioria delas está impregnada de conotações religiosas, lendas, mitos e personagens que alcançam os deuses, tornando-se quase imortais.

- No **Oriente**, encontramos o código de honra **Samurai** chamado **"Bushido"**, com seus conceitos morais, estéticos, religiosos e metafísicos. Entre as principais virtudes do código de honra dos samurais, podemos citar justiça (gi), **coragem** (yuu), **benevolência** (jin), **educação** (rei), **sinceridade** (makoto), **honra** (meyo) e a **lealdade** (chuugi). Para essa classe guerreira, seguir o Bushido, era dar ênfase à lealdade, fidelidade, auto-sacrifício, justiça, modos refinados, humildade, espírito marcial e honra, mas, acima de tudo, **morrer com toda dignidade**. O Samurai, quase sempre, optava pela morte, ao contrário da desonra, que constituía uma mancha que marcaria toda a família deste guerreiro.



- No **Ocidente**, encontramos as **"Ordens da Cavalaria"** pautada nas tradições da antiga **"Ordens dos Cavaleiros da Távora Redonda"** que fora desenvolvida ao redor da inigualável figura do Rei Arthur. Encontramos também, a mística **"Ordem dos Cavaleiros Templários"**, na qual suas atitudes eram sempre ritualísticas, sendo **o cavaleiro, o cavalo e o escudeiro**, os símbolos da própria vida. O cavaleiro como parte espiritual, o cavalo a matéria e o escudeiro representando o laço da união entre o Espírito e a Matéria. O escudeiro era quem preparava o cavalo para que ele pudesse servir ao cavaleiro. Suas vestes e ferramentas também se lançavam a essas conexões, o Escudo era a pureza do cavaleiro, a proteção de sua virtude. A Lança era a verdade, o Elmo era a vergonha, a Armadura era o castelo e o muro contra os vícios e erros. O Punhal, a misericórdia, a Túnica e a capa formavam os muitos trabalhos cumpridos e a cumprir, e a Insígnia ou Divisa, era o que representa ou distingue este símbolo vivente que é o cavaleiro.



- Na **Grécia Antiga**, achamos o **Aretê**, que poderia ser traduzido como uma **virtude**. É uma palavra de origem grega que expressa o conceito de excelência, ligado à noção do propósito a que o indivíduo se destina. Mas Aretê significava também a coragem e a força de enfrentar todas as adversidades, era uma virtude a que todos/as aspiravam. Em suma, Aretê é uma superioridade ou uma excelência própria da nobreza, um conjunto de qualidades físicas, espirituais e morais tais como a **bravura**, a **coragem**, a **força**, a **destreza do guerreiro**, a **eloquência** e a **persuasão**.



- Podemos perceber certas características que aproximam essas perspectivas filosóficas das Artes Marciais, tais como os significados das armas, vestimentas, rituais e técnicas de combate.

- Muito interessante Mestre Connor. Infelizmente nosso tempo está acabando, mas o senhor poderia nos falar como podemos saber mais sobre essas Lutas e Artes Marciais?

- Claro que sim. Assim como a origem da sociedade se perde entre mitos e lendas, do mesmo modo a história das Artes Marciais é mitológica, envolta por lendas, tratados, enciclopédias e misticismo. Essas obras épicas, de modo geral, não descrevem especificamente uma ou outra modalidade de Luta ou Arte Marcial. Elas trazem um pouco do que esses povos sentiam, viam e acreditavam acerca de determinados temas, traduzindo parte do aporte cultural. E isso se torna bastante importante se quisermos compreender as Artes Marciais, de modo que se estudarmos apenas suas técnicas e táticas retiradas de seus contextos, comprometeremos sua compreensão. As Artes Marciais são muito mais que apenas aplicação de golpes, ao passo que são imbricadas ao patriotismo, à religião, à filosofia e, sobretudo, aos modos de ser e viver de um povo. Assim, o tema central das Artes Marciais não é o combate, mas a resolução de conflitos e a superação de obstáculos que fazem parte da vida.

- Certo Mestre Connor. Muito obrigado por caminhar conosco nessa jornada pela história das Artes Marciais. O senhor gostaria de comentar algo mais?

- Bom, nós passamos rapidamente pelas origens das formas de lutar no âmbito da história destacando alguns dos seus preceitos filosóficos. Poderíamos ficar por muito tempo conversando sobre as Artes Marciais e formas de combate construídas, desenvolvidas e transformadas pela humanidade em diversas regiões pelo mundo. **Penso que essa trajetória esteja longe do fim e reitero que dificilmente chegaremos ao fim, haja vista que muitos caminhos e descaminhos ainda nos esperam!**

- Agradecemos novamente Mestre Connor, por sua gentileza e atenção em nos receber e compartilhar sua grande experiência.

Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- RUFINO, L. G. B. A Pedagogia das lutas: caminhos e possibilidades. Paco Editorial, 2012.
- BREDÁ, M., GALATTI, L., SCAGLIA, A. J., PAES, R. R. Pedagogia do esporte aplicada às lutas. São Paulo: Phorte. (2010)
- SEVERINO, R. E. O espírito das artes marciais. Roque Enrique Severino, 1988.
- NAKAYAMA, M. O melhor do karate: Vol. 1. Visão abrangente, práticas. São Paulo, Editora Cultrix, 1996.
- MUSAHI, M. O livro dos cinco anéis. Clio Editora, 2010

A LUTA PELAS LUTAS NA ESCOLA: desmistificando argumentos

Compreendemos que nas aulas de Educação Física escolar as propostas de ensino devem adequar-se as crianças e jovens e não o contrário, almejando que consigamos despertar o seu interesse e tornar a aprendizagem mais significativa para eles e elas. Ou seja, ninguém pode gostar e se interessar por aquilo que não conhece e que, muitas vezes, temendo um possível estranhamento sobre determinados conhecimentos da cultura corporal de movimento, como as Lutas, o/a professor/a omite da proposta de ensino. Não compreendemos a omissão como melhor estratégia e, no caso das Lutas, diversos motivos são apresentados pelos/as professores/as de Educação Física para não inseri-las em suas aulas. Entre os mais recorrentes apontamos três:

- 1.
A falta de vivência pessoal em Lutas por parte dos/as professores/as, tanto no cotidiano de vida, como no âmbito acadêmico;**
- 2.
A preocupação com o fator violência, que julgam ser intrínseco às práticas de Luta;**
- 3.
A falta de materiais oficiais e a falta de espaços adequados.**

Esses são os argumentos mais recorrentes para negação da tematização do conteúdo Lutas nas aulas de Educação Física escolar. Entretanto, defendemos ser possível e necessário desenvolver esse conteúdo na escola e para isso não é imprescindível ser ou ter sido um praticante da modalidade em questão ou necessitar de espaço e equipamento oficial.

Compreendemos que mediante pesquisas e outros recursos, qualquer conteúdo pode ser tratado na escola, de tal modo que o objetivo da Educação Física não é o de formar atletas, muito menos lutadores e/ou competidores de uma ou outra modalidade Luta. Mas, sim, oferecer subsídios para que todas as crianças e jovens,

independentemente de suas características físicas, étnicas, econômicas, sociais, de gênero ou de habilidade, conheçam os diversos aspectos entrelaçados nessa manifestação. Como, por exemplo, suas origens e significados em nossa e outras culturas, algumas das diversas formas possíveis de praticá-las, suas principais características e finalidades.

Que entre no ringue o primeiro argumento! A necessidade de que o/a professor/a deve ser especialista ou ter vivências substanciais em Lutas e Artes Marciais para o trato do tema na Educação Física Escolar. Podemos abordar as Lutas a partir do plano conceitual por meio de um processo de pesquisa, a fim de que as crianças e jovens possam se apropriar dos elementos históricos, ritualísticos, crenças e regras fundantes. Ou seja, você pode construir uma estratégia de trabalho na qual as próprias crianças e jovens, mediante sua supervisão, poderão aprender e explorar conhecimentos acerca do tema. Outro recurso é utilizar a visualização e análise de vídeos e fotos das modalidades estudadas, dessa forma professor/a, você não precisará saber realizar e fazer demonstrações de técnicas marciais.



No plano da experiência corporal propriamente dita, podemos dar ênfase aos jogos de oposição, transformando pedagogicamente as modalidades de Luta. Dessa forma, eles e elas poderão incorporar elementos das Lutas nos jogos de oposição, possibilitando a criação de novos jogos pelas próprias crianças e jovens. A vivência dos novos jogos de oposição elaborados pelos colegas, provavelmente, incitarão atitudes de respeito e adequação às regras, à integridade física e moral dos/as colegas envolvidos/as e às diferenças de gênero, estatura e peso.

Podemos construir uma estratégia de trabalho na qual as próprias crianças e jovens, mediante sua supervisão, poderão aprender e ampliar conhecimentos acerca do tema.

Ao abordarmos as Lutas por esta perspectiva, não há necessidade de que você professor/a tenha especialização em uma modalidade de Luta, uma vez que o objetivo da aula não deve ser o de formar atletas, mas o de se apropriar conhecimentos e proporcionar experiência de formação aos envolvidos/as.



O primeiro argumento foi à lona! Que entre no ringue o segundo argumento! A violência é algo intrínseco às práticas de Luta? Quem pratica Luta pode se tornar violento?

A violência pode ser vista como algo presente nas relações sociais e a concebemos como modos de expressão e de comunicação que aparecem em situações de conflito, de ameaças, de incerteza, de medo, de tensão. Dessa forma,

nos posicionamos no sentido de que o desenvolvimento das Lutas na escola, sistematizadas transformadas didaticamente, pode ajudar as crianças e jovens a gerir e a controlar a complexidade das relações violentas no interior do grupo social.

Se compararmos, por exemplo, atos violentos que acontecem em campeonatos de futebol as competições de Judô, o Karatê-do ou o Taekwondo, talvez encontraremos mais dessas manifestações nos campos e nas torcidas organizadas do que nos torneios envolvendo essas Artes Marciais. Como isso se justifica? A violência é algo inerente às práticas de Lutas?

Compreendemos que a maneira de conduzir a tematização desse conteúdo é fundamental, pois as Lutas, assim como os esportes, são aquilo que fazemos delas. Qualquer aspecto abordado nas aulas de Lutas, se não for devidamente fundamentado e tratado pedagogicamente, corre o risco de gerar conflitos e situações de hostilidade entre os/as envolvidos/as.

Segundo argumento foi à lona! Que entre no ringue o terceiro argumento! Para a prática de Lutas exigem-se locais e materiais específicos e que nem sempre a escola possui, como, por exemplo, salões com tatames, aparadores de chutes e socos, arcos, flechas, espadas, entre outros.

As experiências com as Lutas podem acontecer em espaços comuns das aulas, sob a ótica do jogo e não da performance e alto-rendimento, com equipamentos produzidos pelas próprias crianças e jovens. Tatames podem ser adaptados em colchonetes, colchões e mesmo em canteiros de grama ou areia, aparadores podem ser criados a partir de materiais que as crianças e jovens trazem de casa, como cobertas e



As experiências com as Lutas podem acontecer em espaços comuns das aulas, sob a ótica do jogo e não da performance e alto-rendimento,

travesseiros. Arcos e flechas podem ser construídos a partir de canos de PVC, de bambu e peças de alumínio, espadas podem ser feitas de flutuadores de piscina e assim por diante. Além da possibilidade também de “extrapolar os muros da escola” e realizar visitas com as crianças e jovens em instituições e academias, que ofereçam tais modalidades para que possam ser experimentadas. Dessa maneira, apontamos a existência de inúmeras formas de construir materiais alternativos e ressignificar os próprios espaços de aprendizagem.

K.O. O terceiro argumento vai a nocaute!

Podemos afirmar que os três principais fatores restritivos ao trato pedagógico do conteúdo Lutas na Educação Física escolar podem realmente ser relativizados. Tal relativização está veiculada a uma concepção específica de Educação Física por parte do/a professor/a que, neste caso, coloca como objeto de estudo a “cultura corporal de movimento”.

De fato, as Lutas são manifestações da cultura corporal de movimento e se inserem como temáticas fundamentais para o trabalho com a Educação Física no ambiente escolar. Para isso, é preciso pensar em metodologias que intencionalmente possam transformá-las em potência educacional para crianças e jovens. Não é tarefa fácil caminhar pelas Lutas e Artes Marciais, ainda mais quando estamos falando delas na escola, mas se você chegou até aqui é porque tem garra, força de vontade para sempre continuar lutando. Dessa maneira, vamos à próxima sessão, onde apresentaremos algumas propostas já elaboradas e instituídas no plano acadêmico-científico envolvendo esse conteúdo com o objetivo de fornecer algumas “armas” para você possa seguir lutando.



Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- NASCIMENTO, P. R. B.; ALMEIDA L. **A tematização das lutas na Educação Física Escolar: restrições e possibilidades.** Movimento, Porto Alegre, 2007.
- OLIVIER, J. C. **Das brigas aos jogos com regras: enfrentando a indisciplina na escola.** Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.
- DARIDO, S. C.; **Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

2.3.

LUTAS DA ESCOLA: um rizoma de possibilidades

Agora iniciaremos “o combate” problematizador e nele são permitidos “golpes” de resignificação, transformação e inovação. Ensino tradicional/tecnicista de repetição de técnicas descontextualizadas é “golpe” baixo. A regra é clara, golpe baixo desclassifica o/a lutador/a. Que se inicie o combate!



Partimos do pressuposto de que qualquer conteúdo pode ser trabalhado na escola desde que passe por transformação didático-pedagógica e, como sempre, receba uma boa pitada de coragem e criatividade. Podemos afirmar que o conteúdo Lutas na escola geralmente é desenvolvido a partir de modalidades específicas (Judô, Karatê-do, Boxe, Esgrima, Capoeira), centrando o ensino nas técnicas gestuais pertencentes exclusivamente a uma ou outra Luta. Esse processo de ensino, quase sempre, se pauta na repetição de gestos técnicos e descontextualizados, desestimulando os sujeitos a pensarem a prática ou mesmo refletirem sobre quando e por que executar tais movimentos.



Esse é o golpe baixo em nossa luta, nas Lutas da escola, uma vez que essa preocupação excessiva com o ensino das técnicas (como fazer) desvinculado da tática (razões do fazer) causa o desinteresse de muitas crianças e jovens pelo conteúdo. Haja vista que se a aula é voltada exclusivamente para o desenvolvimento da técnica, as crianças e jovens devem se adaptar e treinar o gesto “correto” e não as práticas se transformarem para se tornarem possíveis a elas. É preciso ir além e se aventurar nos contextos e significados que dos movimentos ensinados, integrando as crianças e jovens à esfera da cultura corporal de movimento. Para isso, temos que pensar em metodologias que intencionalmente possam transformar as Lutas em potência educacional àqueles/as que as praticam.

É preciso ir além e se aventurar nos contextos e significados que dos movimentos ensinados, integrando as crianças e jovens à esfera da cultura corporal de movimento

Tendo isso em vista, assumimos que as Lutas devam ser ensinadas globalmente, ou seja, partindo do todo chegaremos às modalidades específicas. É importante que as crianças e jovens tenham a compreensão do que é Luta em sua generalidade para, posteriormente, chegar às modalidades específicas. E nesse processo de aprendizagem do todo para as partes, nunca podemos perder de vista o caráter plural e rizomático das Lutas e Artes Marciais. É imprescindível estabelecer conexões entre as varias formas de lutar



e para além delas, pois as Lutas e Artes Marciais também podem ser pensadas e aprendidas a partir da arte, da poesia, das canções, do teatro, livros, ou mesmo das mídias, dos filmes, seriados, desenhos, relações com representação de personagem (cosplay), com o mundo. Tudo o que se relaciona com as formas de lutar e com a cultura das Lutas e Artes Marciais pode e deve subsidiar as aulas de Educação Física.

Sendo assim, descreveremos a baixo algumas características que são denominadoras comuns entre todas as Lutas e Artes Marciais. Ou seja, independentemente das manifestações selecionadas, esses aspectos são condições indispensáveis para que uma atividade seja caracterizada como Luta. Os Princípios Condicionais das Lutas desenvolvidos pela Professora Mariana Gomes, são esses:



- **Contato Proposital:** o contato nas Lutas pode ocorrer de diversas maneiras, através das mãos, braços, pernas, pés, todo o corpo ou mediado por implementos; e este contato pode ser contínuo ou intermitente. Mas ele deve acontecer para que exista a luta e para que ela se desenvolva. Esse princípio condicional exige que os oponentes se toquem (intenção/propósito) de alguma forma (técnica-tática) para conquistarem o objetivo da luta e obter êxito sobre os adversários.



- **Fusão Ataque/Defesa:** Em jogos coletivos assim como nas Lutas, existe o ataque e a defesa. O diferencial das Lutas é a possibilidade do ataque e da defesa serem simultâneos e até certo ponto “fundidos”. Podemos observar em combates, lutadores que se atacam e defendem simultaneamente, onde um lutador, por exemplo, pode estar se defendendo com os braços e atacando com a perna. Isso acontece de





forma diferente nos jogos coletivos, independente de como a equipe é organizada ofensivamente ou defensivamente, enquanto uma estiver atacando a outra sempre estará se defendendo.

- **Imprevisibilidade:** condição devido à relação de interdependência entre os lutadores e, principalmente, à possibilidade das ações ofensivas e defensivas serem simultâneas. Não existem estratégias completamente previsíveis numa Luta, pois as ações de um lutador podem ou não ser respostas às ações do adversário, já que as estratégias de ação são anteriores à realização técnica que também podem ser simultâneas. Por mais que se treine ou se planeje uma forma de atuação numa Luta, é a relação entre os oponentes durante a luta que ditará a organização ou reorganização da estratégia montada anteriormente. Essa imprevisibilidade faz com que o pensar a luta seja tão importante quanto o realizar a ação da luta.

- **Oponente/Alvo:** isso implica que o seu alvo é o seu próprio oponente, ou seja, é um alvo móvel que também executará ações de ataque e defesa. Os alvos sendo os próprios lutadores, o contato é o meio pelo qual deverão atingi-los. Com o alvo personificado no adversário, a luta torna-se incondicionalmente imprevisível.



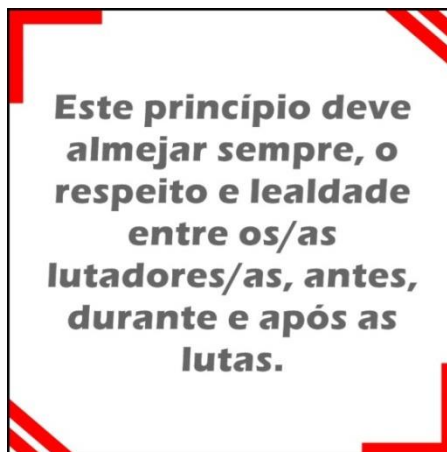
- **Regras:** presentes em qualquer manifestação de Luta. Desde as mais primitivas, quando ainda não havia maneiras de registrá-las, elas já existiam: regras sociais, políticas e éticas. As Lutadas dependem das regras para sua legitimidade e elas devem ser respeitadas para que aconteça um combate. O que é permitido ou proibido determinará as técnicas e táticas que os lutadores poderão utilizar. É esse princípio



condicional que define se, para atingir o alvo, poderão usar as mãos, as pernas; se o contato deve ser direto; se haverá o uso do implemento, dentre outros. Se a regra exige que os lutadores utilizem espadas para atingir uma determinada área do corpo do oponente, cabe a eles organizarem estratégias táticas (razões do fazer) aliadas às técnicas (como fazer), para a resolução dos problemas gerados. Portanto, são as regras que vão determinar as técnicas e táticas de cada forma de luta. É por isso que o soco, por exemplo, pode ser executado de inúmeras maneiras, porque cada modalidade, a partir de suas regras específicas, desenvolveu técnicas historicamente para solucionar os problemas que surgiam em função dessas mesmas regras, ou seja, de que vale um soco com o objetivo de derrubar o adversário se a regra permite apenas que se encoste nele?

Em conjunto com os Princípios Condicionais, descreveremos a baixo um Princípio Norteador para o ensino das Lutas na escola:

- **Inspiração Filosófica:** filosofias, códigos guerreiros éticos e sociais sempre estiveram presentes em todas as Artes Marciais orientais e na maioria das Lutas do resto do mundo. Este é um princípio para ser construído por você professor/a ou em conjunto com suas crianças e jovens. Você pode se basear no Tao da China, no Budô do Japão, em qualquer outra base filosófica das Artes Marciais ou em relações de duas ou mais. Este princípio deve almejar sempre, o respeito e lealdade entre os/as lutadores/as, antes, durante e após as lutas. Deve prezar pelo aprendizado mutuo de todos os envolvidos nas aulas, ambicionando sempre melhorar as habilidades individuais, mas nunca em detrimento dos colegas.





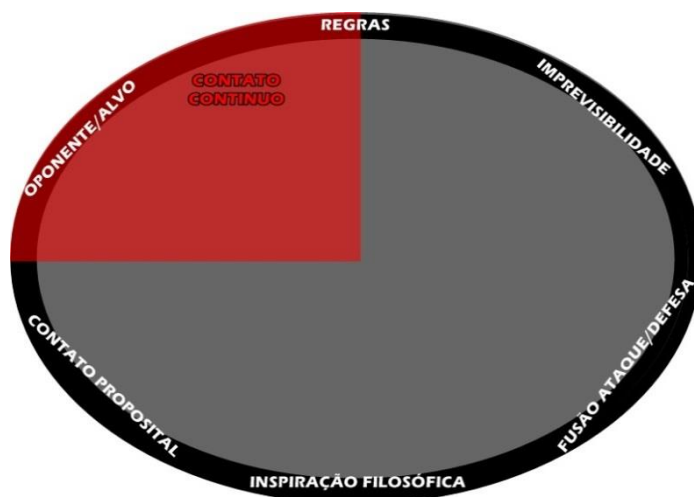
Dessa forma, partindo destes seis princípios, podemos criar e legitimar diversas práticas como parte do conhecimento das Lutas, o que torna esse universo ainda mais amplo e possível de ser ensinado, não somente por meio de suas especificidades, mas principalmente, por todas as características que se têm em comum.

Pensando nesses pontos de intersecção, alguns elementos são recorrentes no repertório de diversas Lutas, podendo ser complementares entre si, como as projeções existentes no Judô, Jiu Jitsu e na Luta Greco-Romana, por exemplo, que dependem do agarre para sua execução. O soco ou o chute utilizado no Karatê-do também pode ser usado com objetivos e maneiras de execução diferentes no Kick Boxing, Kung Fu, Muay Thai e outros mais.

Em relação aos movimentos com os implementos, espadas, bastões, lanças, podemos considerar a postura, algumas posições corporais e técnicas comuns. A presença de um implemento nas Lutas, qual seja, requer no processo de ensino-aprendizagem algumas formas semelhantes de manipulação, deslocamento e esquiva, ou seja, a incorporação da espada na lógica do ato de lutar. Com isso, o aprendizado de uma projeção, de um soco, da manipulação de uma espada ou do lançamento de uma flecha pode ser transferido para várias Lutas diferentes, não apenas pelo “movimento em si”, mas também pelo seu significado naquele contexto específico.

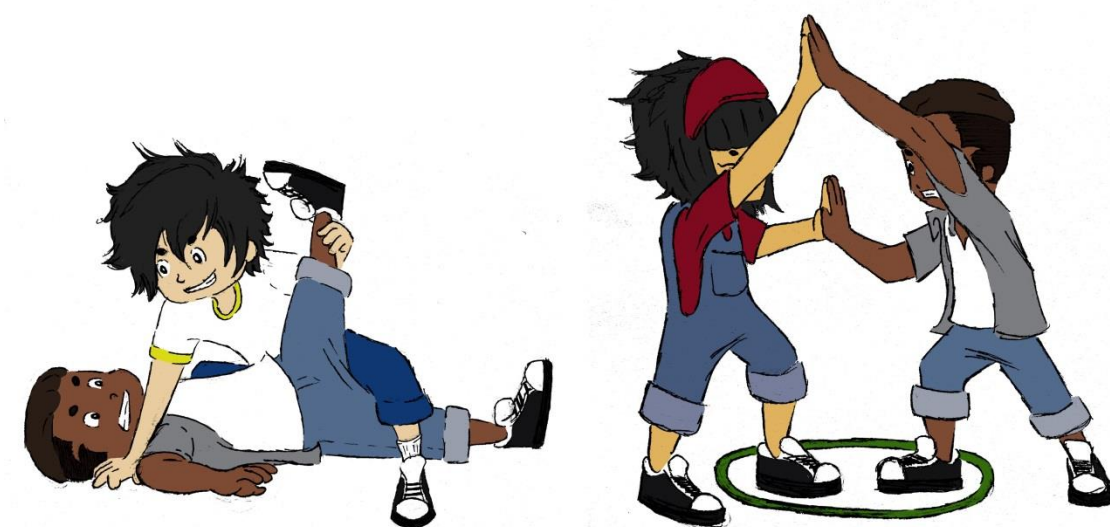
Partindo da presença de elementos comuns entre as Lutas, foi desenvolvida uma classificação baseada no contato entre os oponentes, a saber: lutas de contato contínuo, lutas de contato intermitente, lutas de contato mediado por implemento fixo, lutas de contato mediado por implementos de lançamento.

- **Lutas de Contato Contínuo:** engloba as lutas de agarre (lutas de curta distância), nas quais os oponentes dependem do contato direto e ininterrupto para realizar todas as ações tático-técnicas. Esse grupo de Lutas tem por objetivo projetar o oponente, excluí-lo de um espaço ou finalizá-lo no solo, como Judô, Jiu-Jitsu, Luta Greco-Romana, Sumô, entre outras.

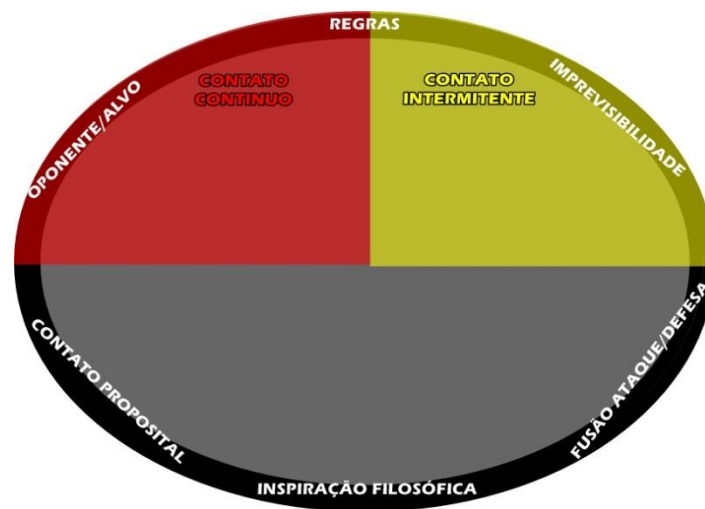


Principais ações corporais:

(desequilibrar, rolar, controlar, cair, esquivar, desvincular-se, projetar, excluir, etc)



- **Lutas de Contato Intermitente:** agrupa as Lutas em que o contato ocorre somente no momento do golpe (lutas de média distância), assim existe um espaço moderado entre os oponentes que permite a aproximação em situações de ataque e defesa, pois a intenção e o propósito ofensivo vão determinar em que momento acontecerá o contato. No momento da execução das ações tático-técnicas, os oponentes necessitam buscar o contato, já que eles são o alvo do combate. Como exemplo temos o Boxe, o Karatê-do, o Muay Thai, o Taekwondo, a Capoeira, entre outros.



Principais ações corporais:

(tocar, golpear, bloquear e esquivar utilizando: pernas, joelhos, pés, quadris, mãos, braços, cotovelos, ombros, etc)



- **Lutas de Contato Mediado por Implemento Fixo:** reúne as Lutas que utilizam implementos fixos (lutas de distância para implementos fixos), sendo que deve haver uma distância maior entre os oponentes para que eles possam manipular de forma adequada esse implemento. Para cumprir o objetivo do combate (atingir o adversário de alguma maneira) os oponentes dependem de um implemento/arma, que pode ser uma espada no Kendo, bastão no Ninjutsu, lança no Kung Fu, entre outros.

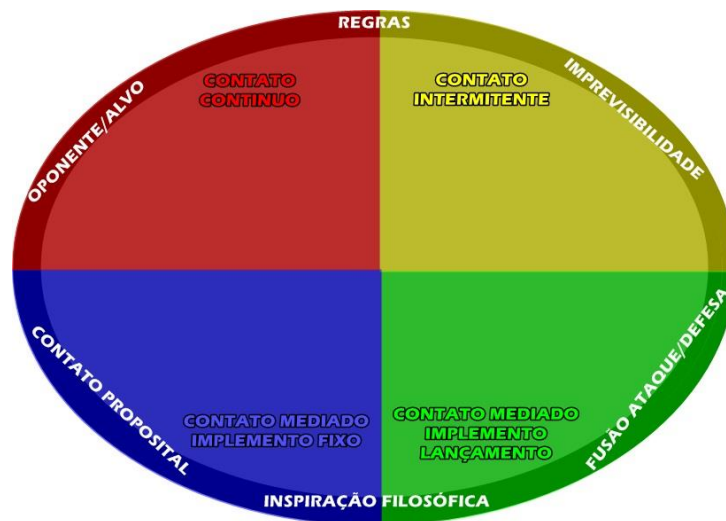


Principais ações corporais:

(esquivar ou bloquear e tocar por intermédio da manipulação de um implemento)

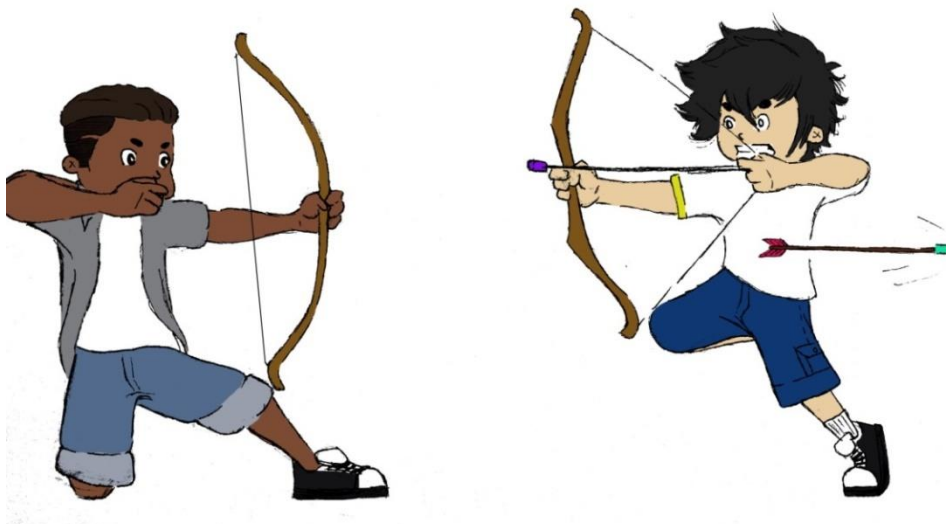


- **Lutas de Contato Mediado por Implemento de Lançamento:** engloba as lutas que utilizam um implemento de lançamento (lutas de distância para implementos de lançamento) e deve haver uma grande distância entre os oponentes para que eles possam manipular e lançar o implemento de forma adequada. Para cumprir o objetivo do combate (atingir o adversário de alguma maneira) os oponentes dependem de um implemento/arma que tenha o objetivo de lançar projeteis ou que possam ser lançados em seu oponente, como o arco e flecha, facas, lanças, shurikens (estrela ninja), kunais (lâmina de ferro com um grande furo na base) chakrams (arma de arremesso circular), bumerangues, dentre outros. Como exemplo temos o Kyodo, o Ninjutsu e o ShurikenJutsu.



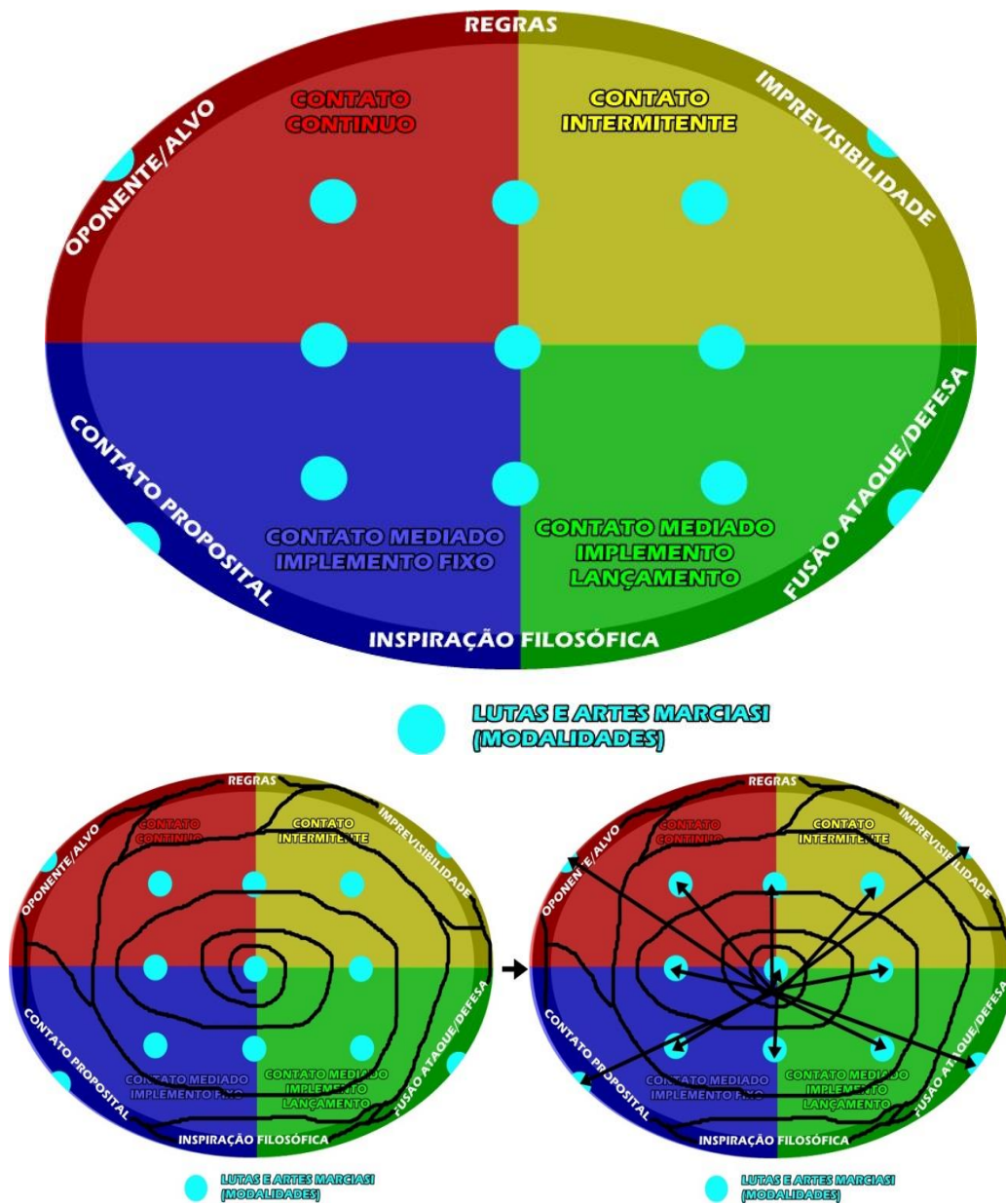
Principais ações corporais:

(esquivar, lançar e tocar o adversário por intermédio do lançamento do implemento)



Com base nessas classificações, buscamos explorar as semelhanças encontradas entre as diversas formas de lutar, no que diz respeito aos objetivos dos combates. Objetivos esses que, por sua vez, estimularão o desenvolvimento de ações tático-técnicas por parte dos/as envolvidos/as e facilitarão a aprendizagem significativa das Lutas em ambientes escolares.

Ao identificarmos toda a complexidade das Lutas, pensamos uma proposta de organização desse conhecimento com uma finalidade que anseia transcender as categorizações. Muito mais do que ordenar o conhecimento ou dividi-lo em categorias, o objetivo é contribuir para ampliar os processos de ensino-aprendizagem das Lutas na escola.



O sistema representa a complexidade de algumas das interações entre os elementos do fenômeno das Lutas e suas manifestações. Assim, é possível transcender o ensino linear de uma ou outra modalidade de Luta e pensar em uma perspectiva global que enfatize os aspectos comuns entre as modalidades.

Por fim, concluímos que essa classificação permite transcender o ensino tradicional no ambiente escolar, na medida em que o aspecto central da aprendizagem dos indivíduos sedimenta-se na elaboração de estratégias táticas para a resolução de problemas de diferentes ordens surgidos nas ações e experiências com as Lutas.

É possível transcender o ensino linear de uma ou outra modalidade de Luta e pensar em uma perspectiva global que enfatize os aspectos comuns entre as modalidades.

Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- RUFINO, L. G. B., DARIDO, S. C. **O ensino das lutas na escola: possibilidades para a educação física**. Penso Editora, 2015.
- GOMES, M. S. P. **Procedimentos pedagógicos para o ensino das lutas: contextos e possibilidades**. UNICAMP, 2008.
- VAGO, T. M. **O “esporte na escola” e o “esporte da escola”: da negação radical para uma relação de tensão permanente**. Movimento, 1996.
- SCAGLIA, A. J.; GOMES, M. S. P. **Projeto de Extensão - Crescendo com as Lutas**. Limeira: FCA/UNICAMP, 2011.

2.3.1. **O RIZOMA DAS LUTAS:** **uma promiscuidade de conexões**

Ao refletirmos acerca do sistema que representa a complexidade das interações entre as Lutas, marcamos a posição de que essas manifestações não devem ser compreendidas como pontos separados. Mas sim como um conjunto de ações, filosofias, regras e vestimentas que se misturam em um emaranhado de conexões com outras Lutas e para além delas. Essas interligações podem ser representadas por meio da metáfora do Rizoma, sendo que ele é formado por uma miríade de pequenas raízes emaranhadas em meio a pequenos bulbos armazenáticos, onde podemos colocar em questão a relação intrínseca entre as várias manifestações das Lutas. Cada uma dessas é representada pelas inúmeras linhas fibrosas que tecem um Rizoma, que se entrelaçam e se engalfinham formando um conjunto complexo no qual os elementos remetem necessariamente uns aos outros e mesmo para fora do próprio conjunto.

Rizoma, sendo que ele é formado por uma miríade de pequenas raízes emaranhadas em meio a pequenos bulbos armazenáticos, onde podemos colocar em questão a relação intrínseca entre as várias manifestações das Lutas

Estamos caminhando por essa estrada em nossa jornada, pois compreendemos que a imagem do Rizoma pode se converter numa poderosa ferramenta para pensarmos as manifestações das Lutas. Isso porque as Lutas não são como gavetas de um arquivo, com compartimentos estanques, sem comunicação entre si. Elas são como um Rizoma que remete para uma miríade de linhas que se engalfinham, como num novelo de lã emaranhado pela brincadeira do gato. Um rizoma é promiscuidade, é mistura, mestiçagem, é mixagem de reinos, produção de singularidades sem implicar no apelo à identidade.

Ao pensarmos sobre a especificidade das Lutas e Artes Marciais, notamos que existem várias técnicas semelhantes entre modalidades que se enquadram nas Lutas de contato contínuo, intermitente e nos contatos mediados. Como exemplo, temos as bases técnicas em quatro modalidades de Luta diferentes, o “sentado a cavalo” do Sumô (contato contínuo), a Kibada-shi do Karatê-do (contato intermitente), “estrutura de bastão” do Kung Fu (implemento fixo) e a “estrutura de arco e flecha” do Ninjutsu

**rizoma
promiscuidade
mestiçagem
mixagem**



**Só quer dizer
que as lutas
tem conexões
;)**



(implemento de lançamento) que são muito próximas. Embora saibamos que os significados dessas técnicas podem ser diferentes no que concerne ao ato de lutar, uma vez que são modalidades distintas, queremos incitar a reflexão para pensarmos outras relações existentes.

Na realidade, propomos problematizar as várias Lutas que temos hoje no sentido de que foram sendo construídas por várias transformações. Em alguns casos por fusões de duas ou mais formas de lutar como, por exemplo, no caso do Kung Fu Shaolin. Essa prática surgiu de uma junção da Arte Marcial Vajramushti da Índia e as formas de Luta já existentes na China. Assim, criou-se uma forma de lutar diferente das duas anteriores, mas que tem as duas formando um

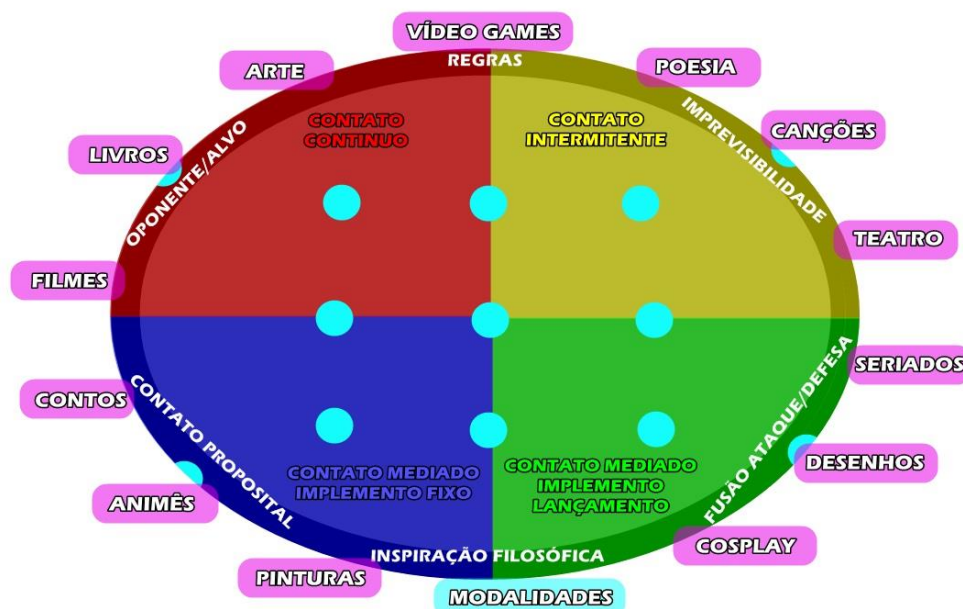
elemento novo no seio de um Rizoma.

Dessa maneira, o ensino das Lutas na escola não deve ser embasado por um sistema linear e fechado, mas sim por intermédio de uma “pedagogia rizomática” que (des)conserte, (des)construa e des(organize) esse universo tão rico e complexo.

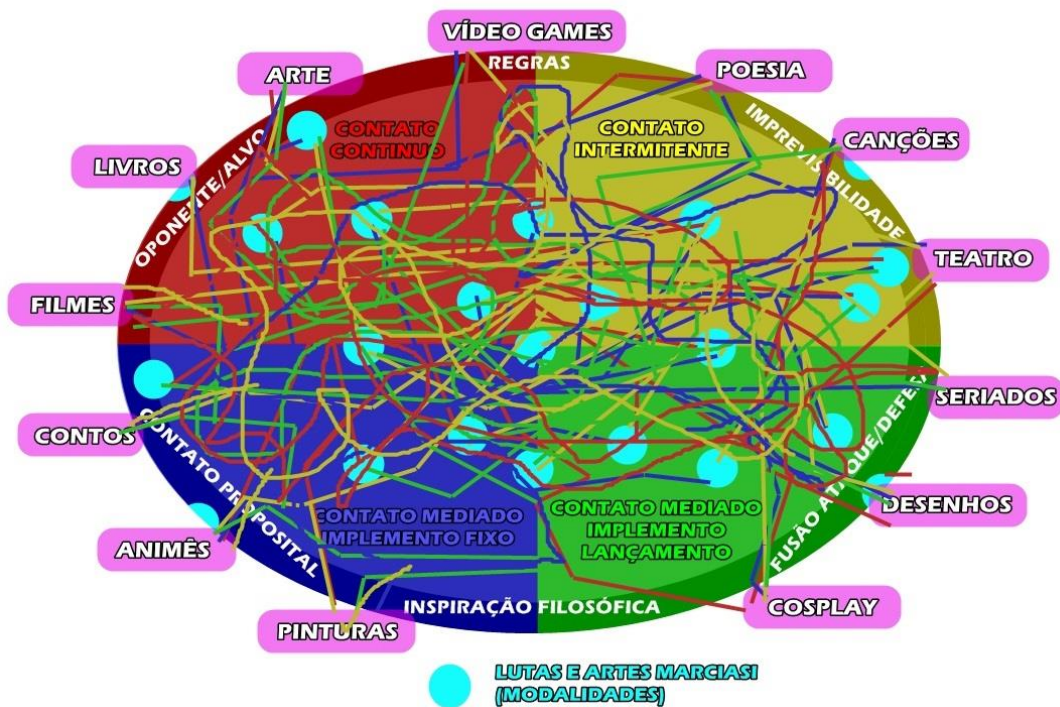
Uma característica muito importante do Rizoma das Lutas é que ele possui entradas múltiplas, ou seja, podemos adentrar ao rizoma pelo Judô, por um filme do Bruce Lee, pelo jogo de vídeo games Mortal Kombat, por uma poesia Gichin Funakoshi, ...



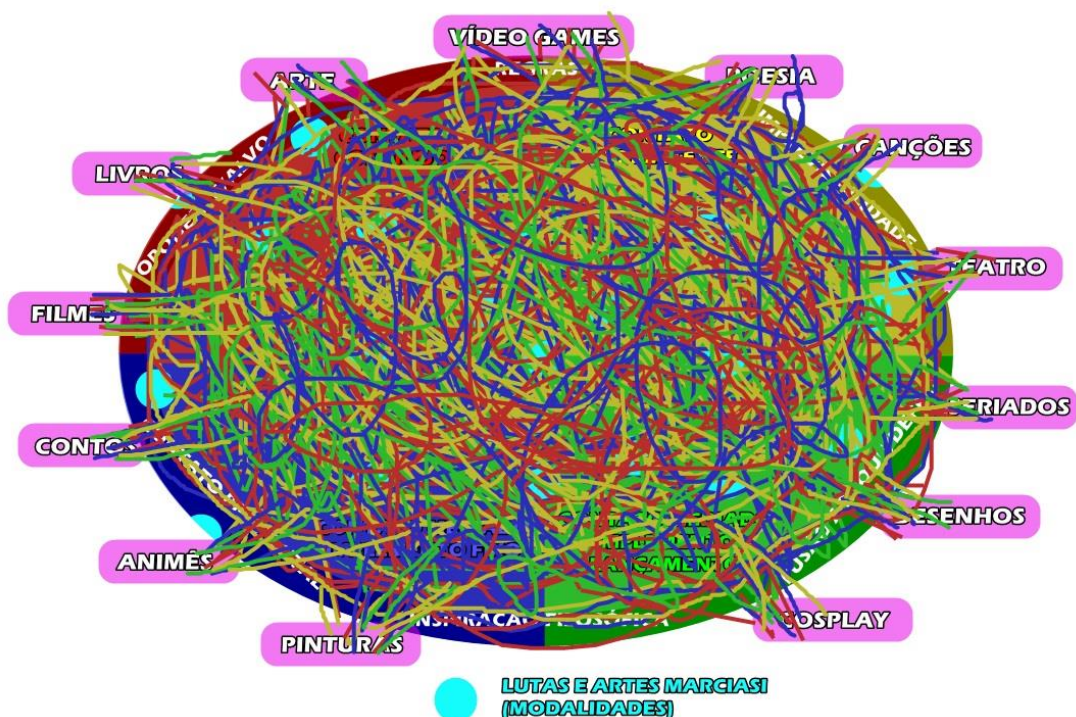
Podemos adentrar ao rizoma pelo Judô, por um filme do Bruce Lee, pelo jogo de vídeo games Mortal Kombat, por uma poesia Gichin Funakoshi, ...



Na abordagem rizomática essas conexões podem ter sido estabelecidas na origem de cada Arte Marcial, ou mesmo, quando os/as lutadores/as observavam as técnicas, táticas, rituais, filosofias em outras práticas e se apropriavam desses elementos.



A imagem do Rizoma implica uma interação como sistema aberto e múltiplo. Estabelece não apenas possibilidade de interação entre as Lutas, mas múltiplas formas. Não um caminho, mas inúmeros caminhos. O que não inviabiliza encontros, mas, ao contrário, os possibilita, os promove, os estimula.



Bom, o que estamos querendo dizer com todas essas conexões e possibilidades? Afirmar que o modelo construído na sessão anterior deve ser jogado fora, por que é linear e de certa forma hierarquizado? Não, de maneira alguma! O sistema de interação das Lutas que parte dos princípios condicionais é um modelo que subverte o ensino tradicional/tecnicista e amplia possibilidades para o ensino-aprendizagem.

O que estamos defendendo é que o fenômeno Lutas não pode ser pensado e ensinado como se suas manifestações fossem estanques e fechadas. O ensino no ambiente escolar pode partir nos princípios comuns das Lutas, mas é improvável que as crianças e jovens nunca tenham tido contato com elas. Seja pela prática de uma Arte Marcial em clubes e academias, seja o acesso por meio da televisão, internet, filmes,

desenhos e jogos de vídeo games. Se os sujeitos da escola têm múltiplos conhecimentos e trazem inúmeras experiências, a construção do planejamento e do desenvolvimento das propostas também deve seguir essa lógica.

Nesse contexto, o Rizoma das Lutas subsidia uma “pedagogia do caos”, isto é, um processo de ensino-aprendizagem que escape ao controle, trace linhas de fuga, rompa hierarquias e desfaça planos prévios. Que nos faça aventurar, sem armaduras, pelos campos de batalhas das multiplicidades dos saberes lutantes.

Parece impossível efetuar essa perspectiva na prática, não? Dissemos que desafios fariam parte dessa jornada, mas agora o navio já zarparou e você não tem mais para onde correr, nem se esconder. Contudo, não se preocupe porque nós estamos juntos nessa grande aventura! Vamos à batalha...

Se os sujeitos da escola têm múltiplos conhecimentos e trazem inúmeras experiências, a construção do planejamento e do desenvolvimento das propostas também deve seguir essa lógica.



Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- GUATTARI, F.; DELEUZE, G. **Mil Platôs: Capitalismo e Esquizofrenia**. Editora 34, 1980.
- GALLO, S. **Deleuze e a Educação**. Editora Autentica, 2003.

2.4.

PEDAGOGIA DO JOGO: no canto direito do ringue, o Senhor do Jogo.

Quem vai ao jogo, leva para jogar, as coisas que já foram aprendidas nas experiências de vida. Os ingredientes do jogo são as coisas velhas fechadas pela objetividade que marcaram suas aprendizagens e que serão transformadas e renovadas ao contato com o ambiente do novo jogo.

Jogo
Simulação lúdica da realidade que se manifesta e se concretiza quando as pessoas praticam esporte, fazem ginástica, as crianças manipulam brinquedos e, sem dúvida, quando praticamos LUTAS.

Não poderíamos desenvolver outra perspectiva metodológica para o ensino de Lutas na escola que não fosse a partir da Pedagogia do Jogo. O Jogo, como forma de expressão das Lutas, é uma manifestação tão elementar que se originou com a própria história da humanidade ou foi o propulsor dela.

Nesse sentido, o ensino das Lutas por meio da pedagogia do jogo toma um caminho pouco convencional, pois essa abordagem metodológica nos convida a adentrar um mundo desconhecido, um universo de heróis e vilões, de guerreiros e guerreiras. Assim, invadiremos o mundo do jogo e seremos capturados pelo Senhor do Jogo, espaço-tempo em que, talvez, tudo pode acontecer.

2.4.1.

O MUNDO DOS JOGOS DE LUTA: o Senhor do Jogo entra em cena

O mundo do jogo, um lugar de subjetivação e transformação onde exercemos certo poder sobre o real, o de imaginar para além dele. O jogo é concreto, palpável, factual, manifestação, mas ele também é irreal, representação, simulacro (predomínio do subjetivo). É mais um estado de espírito do que apenas exteriorização de comportamentos objetivos gerados por regramentos sociais latentes. É a ascendência da forma sobre o conteúdo em um contexto no qual a fantasia sobrepuja a realidade concreta.

As crianças e jovens ao adentrarem ao mundo do jogo, transformam tudo o que podem. Por um lado, pedaços de madeira e plástico se transmutam em espadas, armas de fogo, varinhas mágicas e, por outro, alguns personagens (heróis e vilões) podem ser incorporados e vividos naquele momento. No mundo do jogo, temos a oportunidade de extravasar as incertezas sobre o que podemos ou não fazer, pois tudo pode acontecer. Nesse contexto é que as jogadas, até antes nunca vistas, se realizam, como num passe de mágica, dando azo à arte, valorizando-se assim, o estético em detrimento ao funcional e pragmático.

Ainda é nesse mundo que temos a permissão para repetir quantas vezes quisermos as ações aprendidas nas mais variadas situações dos jogos. Nesse espontâneo impulso à repetição, que surge no jogador, o renovar-se permanente do jogo, que cunha sua forma. Desse modo,

repetem-se as ações pelo simples prazer de cada repetição, tornar a sentir o mesmo prazer dantes sentido, e, conseqüentemente, aperfeiçoando o aprendido.

No interior dos jogos (de Luta) existe uma “liberdade” onde o jogador é o Ser do Jogo, tem poder, porém, sua liberdade e poder são relativos, pois eles são cerceados pelo real, ou por aquilo que se está sendo colocado em jogo. Ou seja, o jogador tem a liberdade de decidir por uma ou outra possibilidade. Contudo, essa liberdade não é sem risco. Antes, o próprio jogo é um risco para o jogador. O atrativo que o jogo exerce sobre o jogador reside



designstack.co/2015/12/comic-book-heroes-in-super-shadows/



designstack.co/2015/12/comic-book-heroes-in-super-shadows/



designstack.co/2015/12/comic-book-heroes-in-super-shadows/

exatamente nesse risco. Usufruímos com isso de uma liberdade de decisão que, ao mesmo tempo, está sendo inapelavelmente restringida.



designstack.co/2015/12/comic-book-heroes-in-super-shadows/

É nesse atrativo risco que entra em cena a figura do Senhor do jogo. Ele é o legislador, o ente que controla e restringe o jogo de forma subjetiva, como um sedutor que embala o jogador por meio do ritmo harmônico de seu jogo. O Senhor do Jogo, o sujeito metafórico do jogo, joga com o jogador. Ele se comporta como as forças que agem sobre o Universo e sobre nós, manifestando-se como a gravidade ou o eletromagnetismo que estão o tempo todo agindo sobre nós, mas nem sempre conseguimos percebê-los. Além disso, ele se pronuncia em diversos momentos das nossas vidas, ou em todos eles, como por exemplo, quando estamos estudando ou ouvindo música.

O Senhor do Jogo, especificamente no contexto das Lutas e Artes Marciais, potencializa-se. As tradições, filosofias, os mitos, os heróis, as lendas, os golpes, as armas, as armaduras, sobretudo, as chances de se colocar em risco o tempo todo acabam nutrindo um ambiente imaginativo que impulsiona o Senhor do Jogo a agir fortemente sobre os/as jogadores/lutadores/as.



designstack.co/2015/12/comic-book-heroes-in-super-shadows/

Nos jogos de Luta, o corpo a corpo, os golpes incríveis e as armas cortantes como o vento alimentam o imaginário de nossas crianças e jovens. Logo eles/as criam o jogo, são os/as Seres do jogo e ressignificam os golpes, espadas, escudos, bastões e armaduras. No entanto, ao jogá-los cedem às imposições do Senhor do Jogo, o qual determina as leis que regulam o acaso. Assim o “legislador do acaso” passa a comandar o processo sistêmico organizacional, desencadeando progressiva busca à ordem frente à desordem que se instaura em cada situação de jogo.

Os/as jogadores/lutadores/as, como Seres do Jogo, interagem com sua subjetividade e a dos seus colegas e acabam sendo cooptados por esse outro mundo, o que faz com que eles/as continuem lutando.



designstack.co/2015/12/comic-book-heroes-in-super-shadows/

**Essa sessão foi
inspirada no Livro
de João Batista
Freire
Jogo: entre
o riso e o choro**

2.4.2. **JOGOS DE OPOSIÇÃO: um contraponto ao ensino tradicional**

A pedagogia do jogo busca romper com métodos tradicionais de ensino segundo os quais crianças e jovens apenas reproduzem técnicas que o/a professor/a solicita. Os jogos nos oportunizam criar atividades que tem características básicas relacionadas ao conteúdo Lutas, assim, podemos criar jogos que se aproximam bastante de uma situação real de luta.

O quadro a seguir demonstra uma comparação entre as diferenças dos métodos de ensino das Lutas:

MÉTODO TRADICIONAL DE ENSINO DAS LUTAS	PEDAGOGIA DO JOGO/LUTA
Aulas organizadas e sistematizadas, centradas na técnica e no educador/a.	Aulas organizadas e sistematizadas, centradas no jogo e no educando/a.
Prioriza a execução correta dos movimentos, sendo o educador/a que solicita e o educando/a apenas reproduz o gesto mecânico (educando/a sendo apenas um cumpridor de tarefas).	Estimula o educando/a a resolver situações problemas que aparecem ao decorrer do jogo e a responder questionamentos durante toda a aula.
Somente apresenta movimentos previsíveis, e o educador/a que geralmente toma as decisões pelo educando/a, o tornando dependente.	Explora durante as aulas movimentos que enriqueçam o repertório de respostas do educando/a para solucionar as situações problemas presentes no jogo que são imprevisíveis, estimulando sua autonomia e a criatividade.
Prioriza geralmente uma modalidade de luta (na maioria das vezes a modalidade que o educador/a era praticante).	Favorece ensinar várias lutas pelos tipos de contatos, de acordo com suas semelhanças e características.

Tabela 1 - Comparação entre as diferenças dos métodos de ensino das lutas (PEREIRA, 2017, p. 3).

As características do método tradicional de ensino atrapalham o processo de aprendizado das crianças e jovens, pois além do ensino estar todo centrado no/a professor/a que toma as decisões por eles/as, todo o processo de ensino das Lutas fica

mecânico. Ao adotarmos os jogos de Luta como estratégia pedagógica, crianças e jovens poderão vivenciar o ato de lutar conforme a caracterização pelo contato entre os oponentes (contínuo, intermitente, mediado por implemento fixo e de lançamento). Cabe lembrarmos também que as Lutas possuem muitos elementos comuns e isso favorece os/as professores/as criarem problemas corporais que permitam a construção de conhecimentos tático-técnicos relacionados a esse fenômeno.

Os jogos de Luta, também conhecidos como jogos de oposição, têm como característica o confronto entre duas ou mais pessoas, haja vista que podem ser desenvolvidos pequenos e grandes grupos. Esses jogos nos dão possibilidades de criar propostas com elementos bem próximos aos de uma modalidade de Luta sistematizada.

Tendo como base os princípios condicionais das lutas e a pedagogia do jogo, propomos a classificação dos jogos de acordo com a resolução de problemas específicos, a saber:

- **Jogos de controlar:** são aqueles cujo objetivo é restringir o movimento do oponente por meio de imobilizações, sem deixar que o oponente o imobilize também.
- **Jogos de conquistar/invadir território:** jogos onde o objetivo do jogador é diminuir o território de seu oponente à medida que o jogador amplie seu território. Envolve ações de defender, conquistar e excluir o oponente de determinado território.
- **Jogos de desequilibrar:** são jogos que o intuito é fazer o oponente se desequilibrar, desfazendo o apoio do oponente no solo, ao mesmo tempo, em que se mantém equilibrado.
- **Jogos de golpear:** são jogos em que o propósito é tocar o oponente por meio de socos, chutes, cotoveladas e joelhadas, assim como, o de criar estratégias de defesa, como bloqueios e esquivas, de acordo com as regras estabelecidas.
- **Jogos de tocar:** são jogos cujo objetivo é manusear um implemento e tocá-lo no oponente ou um alvo, defendendo-se por meio de bloqueios e esquivas, de acordo com as regras estabelecidas.
- **Jogos de lançar:** são jogos que visam o manuseio de um implemento e o seu lançamento (ou ainda, um projétil lançado pelo



implemento) na tentativa de acertar o oponente ou um alvo, assim como, possibilita defender-se utilizando implementos de bloqueio e esquivas, de acordo com as regras estabelecidas.

Cada jogo de oposição se diferenciara a partir do grau de relacionamento dos princípios condicionais (contato proposital, fusão ataque/defesa, imprevisibilidade, oponente/alvo e regras). O trabalho com esses princípios oportunizam a elaboração de diferentes situações de Luta por meio de jogos que explorem contextos bem particulares das referidas modalidades. Contudo, é preciso ressaltar que o conhecimento ensinado em determinado grupo situacional poderá ser transferido durante a aprendizagem de outras Lutas. Assim, os vícios da especialização em uma modalidade tendem a ser minimizados, já que a ênfase desse processo metodológico se dá em relação “às razões do fazer” e não apenas ao “como fazer”. Dessa forma, crianças e jovens poderão adquirir um repertório de conhecimento tático-técnico, possibilitando a aprendizagem de elementos específicos de qualquer modalidade de Luta.

O conhecimento ensinado em determinado grupo situacional poderá ser transferido durante a aprendizagem de outras lutas.

Ao optarmos pelo ensino do conteúdo Lutas por meio da pedagogia do jogo, divorciamo-nos dos modelos mais tradicionais e asseguramos que os indivíduos envolvidos no processo tomem consciência das suas ações por meio de situações-problema estruturadas pelos/as docentes.

Saiba mais:

Este capítulo foi construído baseado nas obras a seguir

- FREIRE, J. B. **O jogo: entre o riso e o choro**. Campinas: Autores Associados, 2002.
- SCAGLIA, A. J.; GOMES, M. S. P. **Projeto de Extensão - Crescendo com as Lutas**. Limeira: FCA/UNICAMP, 2011.
- HUIZINGA, J. **Homo Ludens: o jogo como elemento da cultura**. Editora Perspectiva, 1999.

- PEREIRA, M. P. V. C.; CIRINO, C.; CORRÊA, A. O.; FARIAS, G. O. **Lutas na escola: sistematização do conteúdo por meio a teia do conhecimento das lutas em rede.** Conexões, 2017.
- FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A. J. **Educação como prática corporal.** São Paulo: Scipione, 2003.
- BREDA, M.; GALATTI, L. SCAGLIA, J. S.; PAES, R. P. **Pedagogia do esporte aplicada às lutas.** São Paulo: Phorte, 2010

3

ENSINO GLOBAL DAS LUTAS



ANDA LOGO
QUERO LUTAR!





Ao compreendermos as Lutas como uma manifestação rizomática, defendemos que nelas existem múltiplos pontos de entrada e diversas conexões possíveis de serem estabelecidas nesse universo. Cabe ressaltar, portanto, que esta parte do livro está separada em sessões, porém, muito mais do que ordenar o conhecimento ou dividi-lo em partes, a intenção é que esse material seja lido por completo.

Nas páginas que se seguirão vocês encontrarão: 1) vivências das mais diversificadas; 2) pequenos textos que servirão de gatilho para debates muito importantes; 3) sugestões de livros, textos, filmes, seriados, animes, jogos eletrônicos, vídeos, sites, construção de materiais alternativos, obras de arte, entre outros. Todos esses aparatos pedagógicos, midiáticos e culturais podem ser utilizados para construção e desenvolvimentos de suas aulas e projetos, das formas mais diversas possíveis.

O livro está separada em sessões, porém, muito mais do que ordenar o conhecimento ou dividi-lo em partes, a intenção é que esse material seja lido por completo.

Buscamos transcender o ensino tradicional/tecnicista, assumindo que o ensino das Lutas deve ser abordado pelas semelhanças presentes entre as diversas formas de lutar, no que diz respeito à aprendizagem pelos aspectos tático-técnicos.

Sendo assim, os jogos de oposição que serão abordados têm como característica o ato de confrontação que acontece entre duplas, trios ou em grupos. As vivências desses jogos nos darão possibilidades de criar situações-problema que exigirão que as crianças e jovens busquem soluções com base nas movimentações características das Lutas e Artes Marciais.

Cada jogo se diferenciará um do outro a partir do grau de relacionamento dos princípios condicionais (contato proposital, fusão ataque/defesa, imprevisibilidade, oponente/alvo e regras). Durante o desenvolvimento das atividades podemos colocar mais de um objetivo para os jogos, criando assim diferentes situações para as crianças e jovens terem de solucionar.

Leitura 1

DEPOIMENTO DE UM ATLETA E A QUESTÃO DA VIOLÊNCIA

Muitas pessoas temem as artes marciais e seus praticantes porque acham que são eles os responsáveis pela violência neste mundo. Uma vez que eles aprendem técnicas consideradas "mortais" ou "fatais". Muitos acreditam que os artistas marciais são violentos e, sem exagero, perigosos.

Então para que servem o uso das artes marciais? As pessoas poderiam se perguntar. Servem, antes de tudo, para modificar em tudo na vida de uma pessoa. Até em atividades que não tenham nada a ver com esporte ou movimento, a pessoa apresenta um rendimento e uma criatividade maior. Contribuem também na formação da personalidade da criança iniciando os treinamentos juntamente com as atividades escolares.

Além de melhorar a vida de uma pessoa, as artes marciais ajudam o artista marcial a encarar a violência como um mal que pode ser combatido e não como uma arma a ser usada. Para que brigar? Para que machucar ou matar alguém? O que se ganha com isso?

Assim, nós praticantes de artes marciais não podíamos nos ausentar de tais discussões principalmente pelo fato

de as lutas marciais estarem geralmente associadas aos atos de violência praticados por pessoas que se dizem "lutadores" e que na verdade não passam de criminosos comuns.

Nós, praticantes de Taekwondo há muitos anos, somos mais importantes ainda nesse processo de contenção da violência, utilizando nossos conhecimentos marciais e filosóficos para formar cidadãos dignos e corretos. Na prática do Taekwondo prezamos antes de qualquer coisa a disciplina entre os atletas e incentivamos constantemente o exercício do respeito pelo próximo e a busca do autocontrole.

Se você quer praticar o Taekwondo, escolha uma academia e um professor que sigam uma doutrina séria e disciplinada, com ênfase na prática filosófica do Taekwondo juntamente com a parte esportiva. Procure sempre indicações de amigo sobre professores e academias devidamente registradas nas federações e confederações oficiais de taekwondo.

Fonte: Wilton M. Rosa, faixa preta, 1º dan de Taekwondo, WTF; fonte: Livro - Para Ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola, 2010



Discussão

- Você acha que as pessoas que praticam lutas são mais violentas? Por quê?
- Você acha que é importante aprender lutas na escola? Por quê?



Vivência

LUTA E BRIGA

Material: computador, data show, jornais, revistas, internet.

Realização: essa atividade consiste em iniciar uma discussão sobre as diferenças entre luta e briga/violência, utilizando-se de vídeos para despertar o debate.

Passar um vídeo de uma briga acontecendo, por exemplo, de algum carnaval no qual duas ou mais pessoas batem em uma, utilizando de garrafas, pedras ou outros materiais. Vídeo esse em que fique estampada a violência, a deslealdade, a covardia, ausência de regras, riscos reais para a integridade física e mental das pessoas presentes. A hostilidade na briga demonstra a intenção cega de fazer com que o outro se torne mera coisa. No limite, veremos na briga, a “desumanização” do outro, haja vista que mata momentaneamente a humanidade da pessoa, pois sua intenção é machucar e, possivelmente, até chegar à morte.

Após passar o primeiro vídeo, peça aos educandos que listem junto com você as características dos acontecimentos comentados acima. Após essa caracterização, passe um novo vídeo, agora de uma demonstração de alguma Arte Marcial como o Karatê-do, Judô, Capoeira, entre outras. Utilize um vídeo que demonstre como essas Lutas são aprendidas, o local, o cuidado que os praticantes têm uns com os outros, as técnicas bem sistematizadas e aplicadas com segurança, a lealdade, ausência de covardia, regras sempre bem desenvolvidas e seguidas, ausência de riscos reais contra a vida dos praticantes. Após passar o segundo vídeo, peça aos educandos que listem as características dos acontecimentos desse vídeo.

Depois de feitas as caracterizações, desenvolva uma discussão com os educandos sobre as diferenças entre as características dos vídeos, relacionando o que tem em comum e no que se diferenciam. O objetivo dessa atividade é chegar ao ponto que os educandos percebam as diferenças entre Luta e briga.

Essa diferenciação é muito importante, pois é a partir dela que os educandos vão perceber nas aulas o que devem ou não fazer. Uma forma interessante de reforçar isso

durante as aulas é fazer discussões sobre ações que os próprios educandos realizam, quando fogem da regra do jogo, por exemplo.

Variação: uma possível forma de ampliar essa discussão pode ser construindo um caça figuras no qual você pode colocar varias imagens caracterizando Luta ou briga e peça que eles enumerem diferenciando-as. Outra possibilidade é a utilização de recortes de jornais e revistas, impressões e desenhos, materiais que podem ser utilizados para desenvolver painéis e cartazes diferenciando a briga da Luta.

QUADRO COMPARATIVO	
BRIGAS	LUTAS
Violência	Esporte
Não tem regras	Possui regras
Desrespeito ao oponente	Respeito ao oponente
Tem como objetivo agredir fisicamente e psicologicamente	Não busca agredir o parceiro, afim de que ele sofra lesões.
Covardia: Desigualdade numérica, diferença de idade, tamanho, peso, etc.	Possui igualdades: faixa, peso, adversário, etc.
Ocorrem em lugares variados	Possui espaço adequado
Desorganizadas	Organizadas
Não necessita somente de um contato físico, podendo ser verbalmente.	Necessita de um contato físico (esporte)
Podem ser ocasionadas por vários motivos	Está presente no esporte e também no contexto social
Ganha um “inimigo”	Ganha um amigo
Só tem a perder	Ganha até quando perde
Impulso, age sem pensar, com maldade, etc.	Técnica, raciocínio, agilidade, reflexo, estratégias, etc.





Discussão

- Você acha que na escola devemos aprender lutas ou brigas? Por quê?
- Qual a diferença entre luta e briga? Cite alguma luta que você conhece e diga a diferença dela para uma briga.



Vivências

LUTA DE DEDÃO

Material: nenhum

Realização: com os dois educandos em pé ou sentados, eles devem dar uma das mãos e deixar o dedão para cima. O objetivo é prender o dedão do colega com seu próprio dedão. Ganha quem conseguir pegar o dedão do outro primeiro.

Varição: pode colocar os educandos para lutar com as duas mãos ao mesmo tempo, ou até em uma roda, com um grupo que lutará com as pessoas que estarão ao seu lado na roda.





Você Sabia?

- Existe uma modalidade de Luta com o dedão que tem até disputa de Campeonato Mundial?

BRAÇO DE FERRO

Material: Nenhum

Realização: com os dois educandos deitados de bruços ou sentados a uma mesa, um de frente para o outro, eles devem tentar levar o dorso da mão do colega até encostar na superfície (chão ou mesa). Ganha quem conseguir primeiro.

Variação: colocar os educandos em pé com as pernas e pés parados em um mesmo lugar e as mãos como na atividade anterior, o objetivo pode ser tirar o equilíbrio do colega. Ou seja, ganha quem conseguir fazer o pé do outro se mexer, ou encostar alguma parte do corpo no chão, fora a planta dos pés. Não é permitido usar a outra mão para nada.



Você Sabia?

- Braço de Ferro é uma modalidade com competições regulamentadas e com grandes premiações.



Sugestão

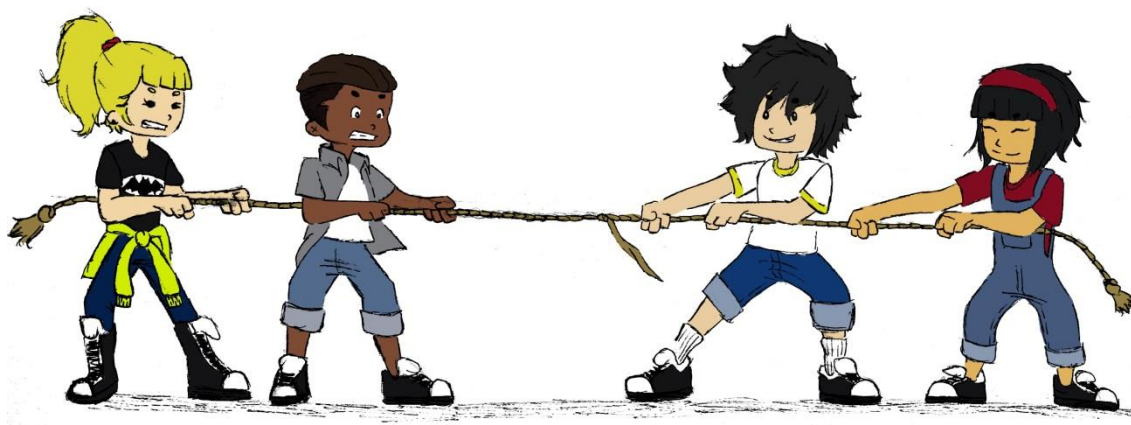
- Filme sobre a modalidade braço de ferro: Falcão: O Campeão dos Campeões.

CABO DE GUERRA

Material: corda ou cordas

Realização: nessa atividade os educandos podem ser divididos em duas grandes equipes ou varias pequenas equipes, desde que seja um número par de equipes e com a mesma quantidade de integrantes. O objetivo da atividade é puxar a equipe adversária por meio da corda e fazê-los ultrapassar a linha demarcada no centro da atividade. Ganha a equipe que conseguir fazer passar parte da equipe adversária pela linha ou toda a equipe. Essa regra pode ser construída de acordo com o espaço disponível.

Variação: Essa atividade pode ser feita com três equipes puxando em direções opostas. Você demarcar três grandes linhas a frente de cada grupo, se uma das equipes passar por uma das linhas adversárias, ela foi eliminada e terminam os outros dois grupos, até que sobre apenas um.



PÉ DE CHUMBO (OU DE CONCRETO, VAI SABER)

Material: bambolês ou cordas ou giz para desenhar um círculo no chão.

Realização: nessa atividade os dois educandos devem colocar um dos pés dentro do círculo. O objetivo é tentar levantar ou tirar o pé do colega de dentro do círculo, enquanto não deixa o seu próprio pé sair do chão ou do círculo. Não são permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc. Ganha quem conseguir tirar o pé do outro primeiro, do chão ou do círculo, sem deixar que o seu saia.

Variação: uma possibilidade é pedir que os educandos fiquem de costas um para o outro e alcancem o mesmo objetivo. Outra ideia é colocar três educandos em um círculo apenas, sendo assim, ganha o ultimo que não levantar ou tirar o pé do círculo.

Pensar sobre a vivência: a importância do equilíbrio para as artes marciais.



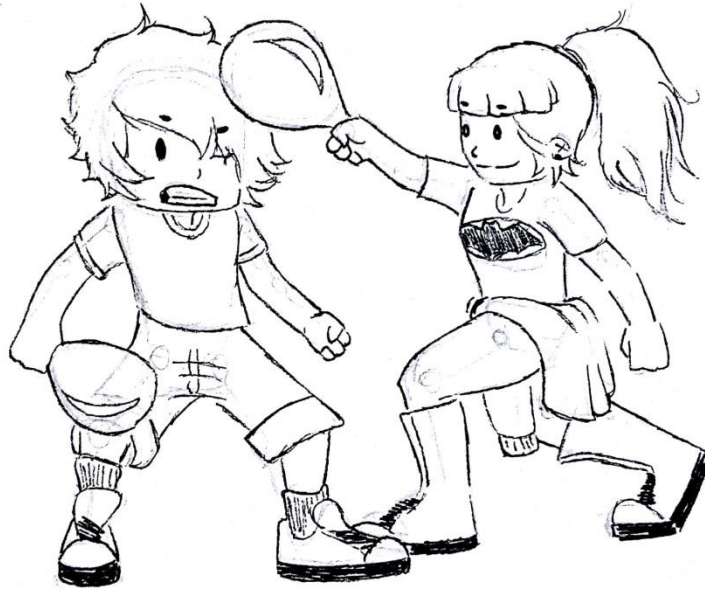
MACHADO EXPLOSIVO

Material: balões/bexigas

Realização: nessa atividade os educandos podem ficar em duplas um de frente para o outro, cada um com um balão cheio em uma das mãos. O objetivo do jogo é acertar a bexiga no corpo, braços ou pernas do colega sem soltar o balão e sem deixar que seja acertado. A vitória pode ser estipulada pela regra que achar melhor, quem acertar mais vezes em menos tempo, quem acertar em certa parte do corpo primeiro, ou mesmo, as duas possibilidades juntas.

Variação: os educandos podem segurar dois balões, um em cada mão em vez de um. Também pode construir regras para que a Luta seja entre mais de dois oponentes, chegando até a turma toda lutando juntos, ou mesmo, separando as equipes que podem se enfrentar. Ainda podemos também, tentar estourar o balão do adversário com as próprias mãos em vez de bater com o balão, ou seja, o objetivo é estourar o balão do adversário e não deixar estourar o seu.

Pensar sobre a vivência: Os balões podem ser enxergados como espadas ou bastões.



LUTA DE SACI

Material: Nenhum

Realização: com os dois educandos de pé, um de frente para o outro, o dois devem levantar uma das pernas (pedir para eles segurarem a perna ou não com uma das mãos, fica a seu critério professor/a). Utilizando as mãos e até o próprio corpo, o objetivo do jogo é desequilibrar o colega e o fazer colocar o pé que estava suspenso no chão, ou colocar qualquer parte do corpo no chão também, fora a sola do pé que já estava no chão. Não são permitido golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc. Ganha o jogo quem fizer o adversário colocar o pé no chão primeiro.

Varição: essa atividade pode ser feita com mais pessoas e até grupos, onde todos começam juntos e vence o ultimo que ficar com o pé no ar, sem encosta-lo no chão.

Pensar sobre a vivência: a importância do equilíbrio para as artes marciais.



LUTA PELA BOLA

Material: bola (pode ser de basquete, futsal, handebol, vôlei, dentre outras).

Realização: nessa atividade os educandos podem ficar em duplas e em pé, dois segurando uma mesma bola só com a palma das mãos. Após o sinal eles devem tentar tomar a bola um do outro. Não são permitido golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc. Vence quem conseguir tirar a bola do outro primeiro.

Variação: uma variação possível é alterar a regra para a vitória, como por exemplo, em vez de ganhar quem apenas tirar a bola do outro, ganhará quem tirar a bola e mantê-la em sua posse definitiva por pelo menos 10 segundos, não podendo correr com a bola. Outra possibilidade é colocar mais que uma dupla na disputa pela bola, com mais pessoas disputando poderá ficar mais difícil à Luta.

Pensar sobre a vivência: importância de como usar a própria força para puxar ou manter algo próximo de você.



A ORIGEM DAS LUTAS

Há milhares de anos as lutas vêm sendo praticadas por milhões de pessoas em todo o mundo. A verdade é que, desde que o homem passou a ter conhecimento de que com suas habilidades poderia vencer adversários na luta pela própria sobrevivência, a humanidade passou a desenvolver técnicas de caça com a utilização do próprio corpo, baseadas em observações aos animais predadores no ataque às suas presas.

Na antiga China, apesar de existirem algumas formas de boxe Chinês, o Templo de Shaolin do Norte foi o maior centro de ensino de Artes Marciais do país. Porém, por ser um templo, seus integrantes eram todos monges e, como tais, praticavam a meditação, a caligrafia, a pintura e, em último plano, as Artes Marciais, que tinham como objetivo melhorar a saúde do corpo fortificando-o para que pudesse dar moradia a um espírito em paz.

Conta a história que um monge hindu chamado Bodhidharma caminho

da Índia até a China, pois acreditava que o budismo na China estava tomando um rumo errado. Lá chegando, após algum tempo, o monge seguiu para o templo Shaolin onde passou a ensinar conceitos e técnicas de meditação. Bodhidharma passou então a lhes ensinar exercícios e movimentos que mais tarde se consagrariam por todo o mundo.

Mais tarde o Templo Shaolin foi destruído, dizimando quase todos os monges que lá viviam. Conta a lenda, que desses monges, cinco sobreviveram, cada um com seu estilo de luta, conseguiram escapar e para sobreviver começaram a ensinar suas artes ao povo. Dessa forma as Artes Marciais foram difundidas para o mundo. Surgiu o Kung Fu e outras artes. Os mestres passaram seus ensinamentos a seus discípulos que, por sua vez, passaram para outros que adaptaram o estilo aprendido para suas habilidades e necessidades. E assim foram criados novos estilos e modalidades de luta, as Artes Marciais romperam os muros do Templo Shaolin.

(Fonte: Livro - Para Ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola, 2010).



Discussão

- Como você acha que as Lutas tiveram suas origens? Por quê?
- Você acha que as Lutas de hoje são iguais as de suas origens? Por quê?



Sugestões



LIVROS E TEXTOS



- Sobre os aspectos psicológicos das Artes Marciais, o livro: O Caminho do Guerreiro: A Contribuição das Artes Marciais para o Equilíbrio Físico e Espiritual de Vera Lúcia Sugai, São Paulo: Editora Gente, 2000.
- Sobre jogos de oposição, o livro: Lutas na Escola: a perspectiva do currículo cultural de Hugo Nunes e José Medeiros, Editora Fontoura, 2017.
- O Caminho Do Guerreiro: O Paradoxo das Artes Marciais, dos autores Howard Reid e Michael Croucher.
- O Espirito das Artes Marciais do autor Roque Severino, 1988.



SITES



<http://www.karatedobrasil.com/>

<http://www.cbj.com.br/>

<http://www.cbtkd.org.br/>



FILMES, SERIADOS, DESENHOS, ANIMES, JOGOS ELETRÔNICOS.



- Sobre o senso comum da origem de todas as Artes Marciais se deram de fato no Oriente, os filmes: Coração Valente e Alexandre: o grande.
- Sobre diferentes lutas e artes marciais do mundo, o canal do YouTube: <https://www.youtube.com/channel/UCFHVhHX5kiVuTtVoddpdwdg>
- Sobre o desenvolvimento da sobrevivência humana na pré-história, o filme: 10.000 Antes de Cristo e o jogo eletrônico: Far Cry Primal.
- Caso não seja possível conseguir um vídeo game para o jogo, é possível ver vídeos de gameplay no YouTube, sobre todos os jogos que são desenvolvidos por todas as plataformas de vídeo games da atualidade.
- Sobre desenvolvimento de lutas e Artes Marciais na África, o jogo: Assassins Creed: Origins.



CULTURA, ARTE E MÍDIA



Nesta sessão forneceremos sugestões de obras de arte, poesias, pinturas, esculturas, fotografias, músicas, dentre outros, o objetivo primeiro aqui é trazer a tona como esses aparatos capturam as lutas e artes marciais e como eles se relacionam com os mesmos. Ou seja, você poderá mostrar essas e outras obras para suas crianças e jovens, uma representação diferente das formas de lutar, assim como também poderá desenvolver essas obras de arte com suas crianças e jovens, trazendo a tona essa característica que está envolta nas artes marciais a milênios. Os próprios monges Shaolin consideravam a escrita poética uma importante forma de meditação; os Samurais compreendiam que a habilidade da pintura era tão importante quanto às técnicas com a espada. Logo, incentivar essas e outras vivências é importante para desenvolvermos várias relações com as Lutas e Artes Marciais, não apenas o ato de defesa e ataque. Dessa forma, segue a primeira rodada de sugestões:

POEMAS, TEXTOS, FRASES, PINTURAS E ESCULTURAS SOBRE LUTAS E
ARTES MARCIAIS:

A alegria está na luta, na tentativa, no
sofrimento envolvido e não na vitória
propriamente dita.

(Mahatma Gandhi)

Que os fracos abate,
Que os fortes, os bravos
Só pode exaltar.

(Gonçalves Dias)

Não chores, meu filho;
Não chores, que a vida
É luta renhida:

Viver é lutar.

A vida é combate,

A humanidade se diz livre, mais luta a
vida inteira para conquistar sua própria
liberdade.

(Luana Barbosa)

Sophie Dickens: Judô



Fonte: <https://br.pinterest.com/pin/484137028671251299>. Acessado dia 26 de Maio de 2018.

3.1.

LUTAS DE CONTATO CONTÍNUO



Conceituando

As lutas de contato contínuo serão desenvolvidas por meio dos jogos de oposição elaborados para ampliar habilidades como desequilibrar, derrubar, projetar, rolar, cair, agarrar, fixar, excluir, na busca de um objetivo tático delimitado pelas regras. As regras vão determinar se um lutador deve imobilizar o outro e se isso pode ser feito com o uso de braços e pernas, por exemplo. Logo, criam-se estratégias para que tais situações se resolvam. Muitas vezes, é possível que as crianças e jovens cheguem às técnicas/táticas básicas de certas modalidades, fato esse que pode ser ressaltado e evidenciado quando necessário.

Para que as crianças e jovens possam desenvolver as atividades de contato contínuo, é necessário que haja um espaço (adequado) às exigências da prática. O tatame é o local ideal para que todos lutem livremente, porém, colchões, colchonetes, lonas, lençóis, tapetes, mesmo um gramado ou um campo de areia são exemplos de adaptações que tornam a prática acessível. Além disso, as regras podem se ajustar ao espaço possível, garantindo a segurança das crianças e jovens durante as aulas.

**Lutas
de contato contínuo
ampliar habilidades
como desequilibrar,
derrubar, projetar,
rolar, cair, agarrar,
fixar, excluir.**

O (não)Lugar das Mulheres nas Artes Marciais: a voz das lutadoras

Hoje em dia houve-se falar em lutadoras mulheres, como a Ronda Rousey, há quem pense que o mundo das lutas se mostra completamente receptivo às mulheres. De fato, houve uma evolução significativa ao longo dos últimos anos para as lutadoras nas artes marciais. No entanto, a realidade delas está longe de ser a ideal, principalmente quando comparada aos homens, e a correção da desigualdade que persiste é projetada para um futuro, que as mulheres esperam que não esteja tão distante.

Uma das maiores atletas da história do MMA, Cristiane "Cyborg" Justino é a prova de que a discriminação pode ser um obstáculo também para atletas de alto nível. Ao lembrar o início de sua história no esporte, ela mostra que o preconceito pode começar dentro de casa.

- No começo da minha carreira, sim, sofri preconceito, não era "normal" uma mulher lutar. Até na minha casa mesmo, minha mãe dizia: "Não quero minha filha lutando". No começo, não falei para ela que eu fazia luta. Quando aparecia com um olho roxo, falava que

era no handebol, nunca falava que era da luta. As atletas ficam mais fortes e com o braço maior quando treinam. Você fica diferente da "mulher comum".

Lutadora da categoria peso-galo do Ultimate, Bethe Correia contou que escuta frases preconceituosas com frequência. Ela destacou que a luta é constantemente relacionada a um comportamento "masculino".

- Isso acontece sempre, são as mesmas piadinhas de sempre. As pessoas dizem: "Ela é um menino, não é menina". Também acham que todas as lutadoras são lésbicas. Orientação sexual independe do trabalho que você escolhe ou de outras atividades na sua vida. Sempre ouço gente dizendo que nós, lutadoras, somos homens.

Infelizmente, os episódios de machismo não ficaram no passado. Uma das pioneiras do MMA feminino no Brasil, Carmem Casca-Grossa, hoje aposentada, revelou que foi vítima de preconceito ao participar de um evento como árbitra.

- Há um mês, fui convidada para ser árbitra de um evento que contava

com lutas masculinas e femininas. Assim que entrei no ringue para a primeira luta, fui chamada de "sapatão", fui vaiada, me ofenderam e falaram para eu "procurar o que fazer em casa". Precisei parar a luta, pegar o microfone e falar. Critiquei todo aquele preconceito. Acho ridículo isso.

Especialista em questões de gênero e esporte, a professora da Universidade Estadual de Maringá Patricia Lessa, afirmou que o machismo no mundo das lutas é reflexo da sociedade, de uma maneira geral, que dita quais lugares pertencem ou não às mulheres. Lessa garantiu que essa desigualdade acarreta em prejuízos como: menos investimentos, falta de campeonatos específicos para as mulheres e falta de patrocínio.

- As Artes Marciais não são diferentes de outros esportes, segue a mesma tendência sexista. O esporte, como uma instituição ancorada em valores dominantes, teve ao longo da história muitas práticas que foram e ainda são interdadas às mulheres. A ideia de que as mulheres possuem maior vulnerabilidade ou mesmo uma fragilidade inata deixou muitas mulheres de fora de eventos desportivos oficiais. Ilustrativa no Brasil foi a legislação desportiva de 1941, quando o então Conselho Nacional de Desportos

(CND) criou o Decreto Lei nº 3.199, que no artigo nº 54 dizia que as mulheres não poderiam praticar esportes "incompatíveis com sua natureza". A participação das mulheres nos esportes estava limitada pela legislação e pelo controle do Estado sobre seus corpos, não sendo permitida às mulheres a prática de vários esportes, inclusive lutas de qualquer natureza, e isso durou até 1979. A entrada das mulheres nas competições oficiais do UFC, por exemplo, deu-se muito tempo depois da masculina, isso causa uma desigualdade e mesmo uma "hierarquia de gênero".

A mulher mais graduada do mundo, primeira a conquistar a faixa preta no jiu-jítsu e responsável pela solicitação do primeiro campeonato feminino da modalidade, Yvone Duarte se orgulha do pioneirismo, mas destaca as dificuldades de chegar ao topo, tanto no passado quanto no presente.

- Ainda há machismo na sociedade, e isso também aparece no jiu-jítsu. As equipes de meninas ainda são muito menores se comparadas às masculinas. Nós, mulheres, temos que lutar no tatame, mas temos outras lutas fora, como a luta contra o preconceito.

Presente no início da jornada feminina nas lutas, Yvone Duarte garantiu que o assunto precisa ser sempre discutido para que as mulheres

continuem alcançando conquistas nas questões de igualdade de gênero.

(Fonte: adaptada de <http://sportv.globo.com/site/combate/noticia/2017/03/mulheres-na-luta-desafios-do-passado-presente-e-futuro-nas-artes-marciais.html>).



Vivência

UM GOLPE NO MACHISMO

Material: internet, jornais e revistas.

Realização: essa atividade consiste em separar a turma em dois grupos para um grande debate: um grupo será favorável à participação das mulheres nas Lutas, enquanto o outro será contrário. O primeiro grupo deverá buscar subsídios que compreendam que as Lutas são praticas femininas tanto quanto masculinas, pesquisando por referencias que deem suporte aos argumentos. O segundo grupo deverá argumentar em prol da discriminação das mulheres nas Lutas, buscando valorizar que essas práticas sejam destinadas somente para os homens.

As argumentações deverão ocorrer em formato de um júri simulado no qual três educandos deverão ser os juízes, ou seja, julgarão as argumentações de ambas as partes. Cada arguição será realizada em formato de exposição inicial, réplica e tréplica. Você professor/a deverá ser imparcial durante o “julgamento”, mas deverá fazer questionamentos aos argumentos dos dois grupos.



Sugestões

- Sobre a inserção das mulheres nas Artes Marciais, o artigo:
A inserção da mulher na arte marcial: o caso do kung fu de Simone Ferraz e Marco Almeida, EFDeportes, 2012.
- Sobre o envolvimento das mulheres em Artes Marciais, os filmes:
O Clã das Adagas Voadoras.
A Menina de Ouro.
Sobre questões socioculturais e de gênero, a animação: Mulan



Discussão

- Por que ainda há tanto preconceito com relação a prática de lutas por mulheres?
- Que características as lutas apresentam que levam a entender que mulheres não podem praticar?
- É possível que as mulheres também lutem?
- Até que ponto o preconceito em relação à participação das mulheres na luta não foi uma questão construída culturalmente?
- É possível transformar tal visão preconceituosa? O que devemos fazer para isso?

Após a discussão, sugerimos a construção de cartazes e painéis condenando o preconceito e discriminação de gênero em relação às Lutas e Artes Marciais e para além delas, na sociedade como um todo.





Vivências

EMPURRA EMPURRA

Realização: nessa atividade os educandos devem ficar em duplas, em pé, um de frente para o outro com as mãos dadas a frente ou com as mãos nos ombros um do outro. O objetivo do jogo é empurrar o adversário fazendo com que “quebre” seu equilíbrio e chegue para trás. O primeiro que der um passo para trás ou se desequilibrar deixando o tronco ir para trás, perde.

Variação: essa atividade pode ser feita ao contrario também, em vez de empurrar, passasse a puxar, e quem ganha é o que conseguir fazer o outro dar um passo a frente ou deixar o tronco se desequilibrar e ir para frente.

Pensar sobre a vivência: percebendo alguns educandos que estão ganhando com mais facilidade, peça que ele demonstre para os colegas o que está fazendo para ganhar. Pergunte a todos quais estratégias que podem ser construídas para melhorar a eficiência dos movimentos.



TIRANDO DO NINHO

Material: bambolês ou cordas ou giz para desenhar um círculo no chão.

Realização: nessa atividade um dos educandos ficará com os dois pés dentro do bambolê e o outro de fora. O objetivo da atividade consiste no educando que está de fora tentar tirar pelo menos um dos pés do que está dentro do bambolê em no máximo 10 segundos. Caso ultrapasse os 10 segundos (pode ser mais ou menos tempo, fica a seu critério professor/a), e não o retirou de dentro do círculo, o de dentro ganhou, caso consiga retirar do círculo, o de fora ganha. Não são permitido golpes de percussão, como socos e chutes, apenas empurrar, puxar, etc.

Variação: podemos colocar os dois educandos dentro de círculos próximos, e ganha quem permanecer dentro de seu círculo. Outra possibilidade é colocar um tentando tirar o colega de dentro do círculo e outro colega tentando ajudar mantê-lo dentro do círculo, o que pode ser ampliado para mais atacantes e mais defensores de acordo com a turma.



CABO DE GUERRA EQUILIBRADO

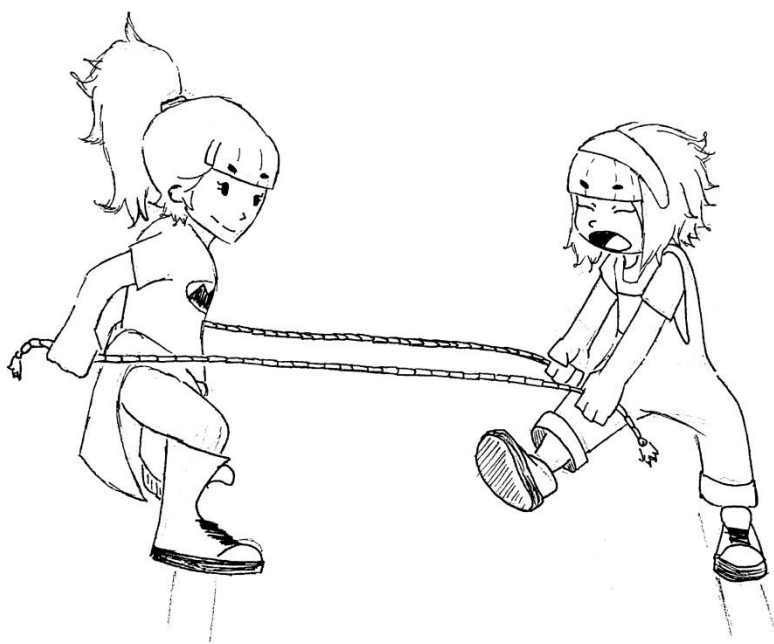
Material: cordas pequenas e giz

Realização: nessa atividade os educandos devem ficar um de frente para o outro com as pernas abertas, com os pés em cima de uma linha feita no chão (base parecida

com o “sentado a cavalo” do Sumô), e segurando uma corda em cada mão. O objetivo do jogo é tencionar a corda da maneira que puder para desequilibrar o colega e fazer que ele tire um ou os dois pés de cima da linha. Ganha quem ficar com os dois pés em cima da linha e perde quem tirar pelo menos um dos pés de cima da linha ou encostar qualquer parte do corpo no chão, fora as solas dos pés.

Varição: os educando podem ficar de costas um para o outro e executar o mesmo objetivo. Outra possibilidade é fazer a disputa com mais educandos, fazendo varias linhas paralelas no chão, onde um aluno disputará por uma mão com o colega da sua frente à esquerda e na mão direita disputará com o da sua frente à direita. Ganhará a equipe que tiver mais pessoas com os dois pés em cima da linha.

Pensar sobre a vivência: importância de uma base forte e preparada para o equilíbrio.



LUTA BAIXA PELA BOLA

Material: bola (pode ser de basquete, futsal, handebol, vôlei, dentre outras).

Realização: nessa atividade os educandos podem ficar em duplas (ajoelhados) ao passo que os dois segurem uma mesma bola só com a palma das mãos. Após o sinal eles devem tentar tomar a bola um do outro, sem ficar em pé ou agachados, sempre com os joelhos no chão. Não são permitido golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc. Vence quem conseguir tirar a bola do outro primeiro.

Variação: uma variação possível é alterar a regra para a vitória, como por exemplo, em vez de ganhar quem apenas tira a bola do outro, ganhará quem tirar a bola e mantê-la em sua posse definitiva por pelo menos 10 segundos. Outra possibilidade é colocar mais que uma dupla na disputa pela bola, com mais pessoas disputando poderá ficar mais difícil à Luta.

Pensar sobre a vivência: importância de como usar a própria força para puxar ou manter algo próximo de você.



LUTA DE URSO

Realização: nessa atividade os dois educandos devem ficar um de frente para o outro e ajoelhados. O objetivo do jogo é tentar colocar as costas do colega no chão, sem deixar que ele coloque as suas próprias costas no chão. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc. Ganha o primeiro que conseguir levar o colega a colocar alguma parte das costas no chão.

Variação: uma possível variação é na regra que dá a vitória, em vez de só encostar as costas no chão, pode-se marcar um tempo para que a criança tenha que manter o colega imobilizado com as costas inteira ou parte das costas no chão por 10 segundos, talvez.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre formas de imobilização eficientes e com segurança.



SUMOZINHO

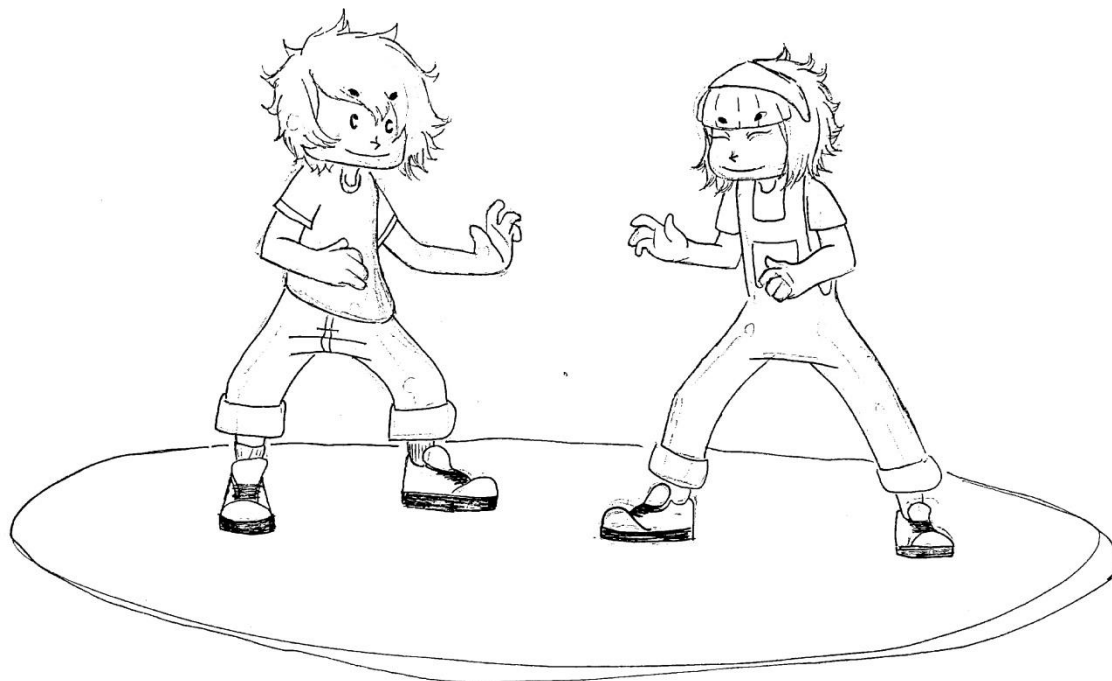
Material: cordas ou giz ou fita crepe

Realização: nessa atividade os dois educandos devem ficar dentro de um círculo de pelo menos 2 metros de diâmetro. O objetivo do jogo é tirar o adversário de dentro do círculo, fazê-lo pisar fora ou colocar qualquer parte de seu corpo fora do círculo encostada no chão. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc. Ganha quem não sair do círculo e tirar o outro dele.

Variação: nessa atividade podemos adicionar a regra de não poder tocar no chão com nenhuma parte do corpo que não seja as solas dos pés. Ou seja, a pessoa perderá se sair de dentro do círculo ou se colocar no chão o joelho ou qualquer outra parte do corpo, mesmo dentro do círculo. Podemos também deixar que duplas se enfrentem dentro do círculo, ou mesmo 3x3 ou 4x4. Vencerá a dupla ou grupo que permanecer dentro do círculo.

Outra possibilidade é substituir o círculo por duas linhas com três metros de distância entre elas, separar os educando em equipes de quatro pessoas, que terão o objetivo de ultrapassar a linha dos adversários, enquanto eles também tentam passar pela deles. Ganha a equipe que passar inteira pela linha adversária em primeiro lugar. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre a utilização da força e sobre a utilização da força do oponente contra ele mesmo.



DEFENDENDO O TERRITÓRIO

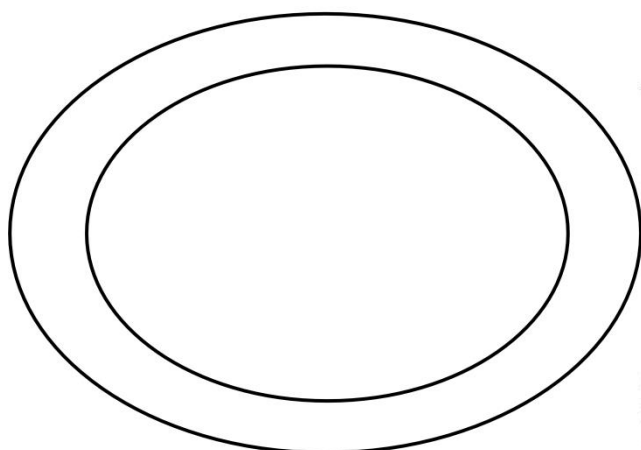
Material: corda ou giz

Realização: essa atividade consiste em fazer dois círculos no chão, um de aproximadamente 1,5 metros de diâmetro e outro em volta dele de 2 metros de diâmetro. Individualmente ou em grupo, o objetivo do jogo é defender o círculo pequeno, ou seja, um grupo de educandos ficará em volta do círculo tentando impedir que outro grupo chegue ao círculo pequeno. Professor/a, você pode estipular um tempo máximo que a equipe de fora terá para alcançar o objetivo, talvez 40 segundos. Passado o tempo se a equipe alcançou o círculo pequeno que seja colocando parte do pé para dentro, o ataque ganhou, se a defesa impediu que eles alcançassem, foram vitoriosos. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, empurrar, puxar, etc.

Varição: uma variação possível é colocar objetos dentro do círculo interno, sendo assim, o objetivo não é só alcançar o espaço, mas conseguir pegar os objetos que estão dentro do círculo, enquanto o outro grupo tenta impedir. Numa outra variação, podemos colocar um grupo dentro do círculo com o objetivo de sair, ao invés de tentar

entrar, logo o outro grupo tentará impedir a saída deles. Da mesma forma pode ser estipulado um tempo para que o grupo tente sair e ser vitorioso, se não conseguirem, quem ganha é o grupo que os segurou do lado de dentro.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre a defesa de cercos da idade média.



BATALHA PELA BOLA

Material: bambolê ou giz e bola (pode ser de basquete, futsal, handebol, vôlei, dentre outras).

Realização: separa-se duas equipes de no máximo cinco integrantes, essas duas equipes devem ficar sentadas em linhas paralelas com no mínimo 3 metros de distância entre elas. Uma bola deve ser colocada no centro entre as duas equipes e os bambolês colocados nas laterais entre as duas linhas de educandos.

Escolha cinco números e indique um número para cada integrante das duas equipes. Ou seja, as duas equipes terão um oponente indicado para ser chamado pelo mesmo número. Supondo que os números sejam 1, 2, 3, 4 e 5... quando você chamar o número 3, sairá das duas equipes o número 3 para disputa da bola.

A atividade consiste em você chamar um número e os dois educandos irem sempre com os joelhos no chão, ou partes do corpo como as costas ou o quadril no chão, para chegarem até a bola, pegá-la e leva-la até o círculo para fazer o ponto. Sendo assim, uma das equipes terá que coloca-la em um círculo e a outra equipe sempre fará pontos no círculo oposto, independente de onde eles saírem das linhas. Eles podem pegar a bola, arrastar os colegas puxando a bola, rolar, empurrar, segurar, a fim de alcançar o objetivo. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes,

apenas, empurrar, puxar, etc. A bola não pode ser arremessada no círculo, ela deve ser colocada, ou seja, a pessoa que colocar a bola tem que estar com as mãos nela enquanto coloca.

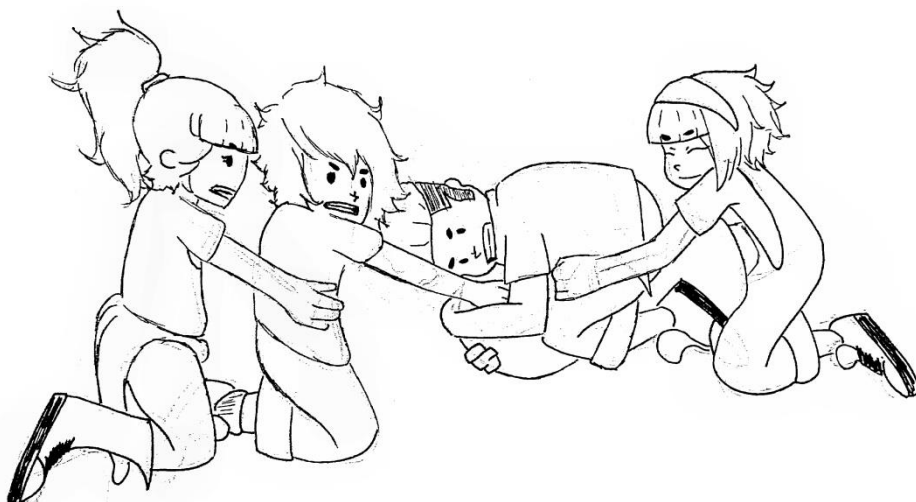
Ganhará a equipe que conseguir fazer mais pontos. Você professor/a, pode estipular uma quantidade de pontos ou de tempo em que a atividade acontecerá.



Varição: essa é uma atividade que os educandos se empolgam muito, então, sempre fique atento a possíveis acidentes. É possível chamar mais de um número por vez, e durante uma disputa leve muito tempo, avise que vai chamar ajuda e chame mais um número para a disputa.

Outra possibilidade é fazer disputas como torneios, pois, geralmente as turmas têm mais que 10 educandos, chegando até 40. Dessa forma, faça 8 equipes com cinco integrantes cada, e dê os mesmo números para todas as equipes, assim, quando falar um número todos os 8 grupos vão participar. Partindo daí, você pode revezar as equipes entre elas mesmas.

Pensar sobre a vivência:
importância de
organizar uma
estratégia em equipe.



Leitura 2

KABADDI: UMA LUTA COLETIVA

As atividades de Luta são todas individuais, certo? Nem sempre! Embora a maioria dessas modalidades seja considerada como práticas corporais individuais, existem Lutas coletivas. Uma delas é o Kabaddi.

Na verdade, o Kabaddi é uma modalidade esportiva que mistura aspectos de algumas outras modalidades conhecidas, como o Rúgbi e o Westling (Luta Olímpica). Essa prática é bem antiga. Alguns dizem que se originou há mais de 4 mil anos, sendo bastante popular na Índia, entre outros países asiáticos.

O Kabaddi é essencialmente um jogo coletivo, ou seja, duas equipes competem entre si, vencendo aquela que obter a maior pontuação. A pontuação é dada a partir da captura ou do toque dos jogadores da equipe adversária. As equipes são compostas por 12 jogadores, sendo que sete são titulares e cinco são reservas.

Para que ocorra a pontuação, as equipes devem estar em lados opostos da quadra. Após o sorteio para ver quem inicia a equipe que ataca deve enviar um de seus atletas/lutadores ao território

de outra equipe. Ninguém pode tocar na pessoa que está atacando até ela tocar em alguém ou avançar a linha de defesa da outra equipe. Após esse toque em uma ou mais pessoas da outra equipe, ela deve correr o mais rápido possível até o meio da quadra para se livrar e concretizar o ponto.

Os jogadores da equipe adversária só podem buscar tocar o jogador da equipe que está atacando quando este tocar em alguém do time de defesa que aí sim poderá segurar e impedir que esse atacante volte ao centro da quadra, ou então avance para a linha de defesa. Cada tentativa de ataque tem duração de, no máximo, 30 segundos. A pessoa que foi tocada pelo atacante sai do jogo, deixando a equipe mais vulnerável.

A partir dessa lógica, as equipes vão alternando suas funções ora uma atacando e outra defendendo e vice-versa. O jogo possui dois tempos de 20 minutos, totalizando 40 minutos de ações com uma pausa de 5 minutos para a mudança de lados. Os locais da prática do Kabaddi variam bastante, podendo

ser realizadas em quadras, campos de grama, areia, entre outros.

Professor/a, sugerimos que adapte as regras do Kabaddi para realização dessa prática com seus educandos. Seguem a baixo alguns vídeos sobre a modalidade:

https://www.youtube.com/watch?v=9ZKHILxfW_0&t=6s

<https://www.youtube.com/watch?v=TNIVy4VL3Tc>

<https://www.youtube.com/watch?v=LKg-ttCocEY>

<https://www.youtube.com/watch?v=SRQn67opAdI>

<https://www.youtube.com/watch?v=y8Ic1ZTvXrA>



Discussão

- O Kabaddi é uma luta individual ou coletiva? Por quê?
- Quais as semelhanças e diferenças entre o kabaddi e outras práticas de luta conhecidas?



Leitura 3

A MELHOR FORMA DE UTILIZAR A FORÇA

Em Artes Marciais como o Judô e o Jiu Jitsu, é muito importante o estudo da utilização da força, procurando a melhor maneira de aplicar

as técnicas ou escapar delas por meio de uma movimentação adequada, sem usar força desnecessariamente, ou seja, aplicar a técnica aproveitando a força do adversário. Exemplificando melhor, supondo que a força de um homem pode ser avaliada em unidades, digamos que a força do homem que está a minha frente seja dez unidades e minha força é menor que a dele, representando-se por sete unidades. Então, se ele me empurra com toda sua energia, certamente serei impulsionado para trás ou atirado no solo, ainda que empregue toda minha força contra ele. Isso aconteceria porque eu teria usado toda minha força contra ele, opondo força contra força. Mas se, em vez de defrontar, eu cedesse à força, recuando meu corpo tanto quanto necessário, mantendo o equilíbrio, então, o adversário se inclinaria

naturalmente para frente, perdendo o equilíbrio. Nessa nova posição, ele ficará fraco (não em capacidade física real, mas em resultado de sua posição desfavorável) a ponto de sua força ser representada, de momento, por apenas três unidades, em vez de dez unidades iniciais. Entretanto, eu, mantendo meu equilíbrio, conservo toda minha força, tal como de início, em uma posição vantajosa, e posso derrotar meu adversário utilizando apenas metade de minha energia, isto é, metade das minhas sete unidades ou três unidades e meia da minha energia contra as três dele. Isso deixa metade da minha energia disponível para qualquer outra finalidade. A habilidade vence a rigidez e a força.

(Fonte: livro Para Ensinar Educação Física: possibilidades de intervenção na escola, Suraya Darido, 2010).



Discussão

- Você acha que um lutador com força física inferior ao seu adversário pode vencer uma luta? Por quê?
- Como você lutaria contra um adversário que é mais forte e mais pesado que você? Por quê?
- Você acha que um homem com força física inferior a outro pode vencer uma luta? Uma mulher pode vencer uma luta contra um homem? Por quê?

Leitura 4

BUDÔ: O SEGREDO DA FILOSOFIA JAPONESA

A capacidade de assumir duas posturas, de ataque e defesa, espiritualmente, pode ser chamada, atualmente, de Budô, filosofia que inspirou as artes marciais japonesas atuais, como Aikidô, Judô, Jukendô, Karatê-do, Kendô, Kyudô, Sumô, dentre outras. Formada pelos ideogramas “bu”, que significa “guerreiro”, e “do”, que significa “caminho”, essa filosofia tem forte influência do zen budismo, uma vez que estipula como meta final a iluminação do ser.

Assim, podemos dizer que a prática do Budô vai muito além das lutas nos tatame. Ela é a bússola para o caminho espiritual do budoka, praticantes dessa arte. Aos olhos das artes marciais japonesas modernas, o Budô é compreendido como a relação

entre a ética e a cultura japonesa. Não desanimar diante das adversidades, mas sim aprender com os desafios, ser disciplinado e respeitar o oponente são alguns dos ensinamentos do Budô.

Os grandes budokas dizem que é com o espírito em harmonia que a pessoa criará uma percepção para agir com energia e coragem a diversas situações que a vida lhe apresentar. A missão do Budô é fazer com que cada praticante, por meio das boas maneiras, se torne um cidadão melhor para a sociedade. Pensando assim, o praticante de artes marciais, pode utilizar os ensinamentos do Budô para controlar suas emoções e impulsos, tornando-se assim, um verdadeiro guerreiro iluminado.

(adaptado da fonte: www.madeinjapan.com.br)



Discussão

- Você acredita que as filosofias das Artes Marciais são importantes? Por quê?
- O que você entende quando se diz que o objetivo das Artes Marciais não é o ato de lutar, mas o equilíbrio e a paz interior? Por quê?

Sugestões



LIVROS E TEXTOS



- Sobre a história e a prática do Judô, os livros:
Judô: da escola à competição de Carlos Baptista, Editora Sprint, 2000.
El Judo al Alcance de Todos de Aine Saudi, Editora Sintesis 1968.
- Sobre o Brazilian Jiu Jitsu, o livro:
Gracie - Jiu-jitsu' de Helio Gracie, Editora Saraiva, 2007.



SITES



www.cbj.com.br/
www.cbjj.com.br/
www.br.emb-japan.go.jp/cultura/sumo.html



FILMES, SERIADOS, DESENHOS, ANIMES, JOGOS ELETRÔNICOS.



- Sobre as origens do Judô, o filme: A Saga do Judô.
- Sobre a cultura japonesa e o Sumô, o filme: Sumo, Suor e Peleja.



CULTURA, ARTE E MÍDIA



Nunca te orgulhes de haver vencido a um adversário, ao que venceste hoje poderá derrotar-te amanhã. A única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância. (Jigoro Kano)

Para muitos o chão é o fim de tudo, para nós é só o começo.
(Hélio Gracie)



Kitagawa Utamaro: Uma Encantadora

Luta de Sumô

Descrição

O termo ukiyo-e, literalmente "retratos do mundo flutuante" se refere a um gênero de obra de arte japonesa no período Edo (1600-1868). A luta de Sumô se tornou um esporte profissional no começo do período Edo e era um entretenimento popular nas áreas urbanas, junto com o Kabuki. Enquanto os sumo muitas vezes mostravam lutadores famosos entrando no ringue, em pé na rua, ou no meio de um jogo, esta gravura mostra duas crianças em um combate "encantador" e divertido.

(Fonte: <https://www.wdl.org/pt/item/4378/>. Acessado dia 26 de Maio de 2018).

3.2.

LUTAS DE CONTATO INTERMITENTE



Conceituando

As Lutas de contato intermitente serão baseadas nos jogos de oposição que vão dispor de toques, chutes, socos, esquivas, saltos, giros e combinações desses elementos simultaneamente. Contudo, as regras específicas das atividades que demandarão o nível de complexidade de execução dessas habilidades. Por exemplo, ao invés de socar, o educando pode apenas tocar com a mão aberta determinada parte do corpo do oponente. Em certos momentos pode utilizar apenas as mãos ou os pés, e em outro pode combinar os dois. A proposta das atividades que vai determinar a intensidade dos golpes, uma vez que o chute para acertar uma bexiga é diferente de um chute num aparador. Esses jogos objetivam a vivência e criação de golpes, com a exploração dos segmentos do corpo.

Lutas de contato intermitente dispões de toques, chutes, socos, esquivas, saltos, giros e combinações desses elementos simultaneamente

Leitura 1

SOBRE ARTES MARCIAIS E A CULTURA MIDIÁTICA

Símbolo máximo de tudo que é marcial e tradicional, as artes marciais sofreram uma explosão de popularidade nas últimas décadas. Pode-se atribuir esse sucesso ao surgimento do interesse pelo gênero como forma de exercício e autodefesa. Hoje as artes marciais orientais provenientes da China, Japão e

Coreia são muito populares e amplamente praticadas.

De forma mais significativa, essa manifestação se tornou o queridinho da mídia popular nos últimos trinta anos. Popularizadas em livros, histórias em quadrinhos, seriados, desenhos e especialmente

filmes, as artes marciais, antes domínio exclusivo dos monges guerreiros e peregrinos espiritualistas, hoje são aceitas como parte da cultura popular. Nas últimas décadas, essa manifestação evoluiu de um formato mais *cult* para um com apelo de massa muito maior.

Consequência disso foi à crescente criação de eventos relacionados a essa cultura midiática, as convenções de cosplay, que chegaram ao Brasil na década de 1990. Convenções que reúnem públicos interessados em filmes ficção científica, mangás, histórias em quadrinhos japoneses, animes, seriados de televisão, jogos de vídeo games, a cultura pop em geral. O cosplay basicamente refere-se a pessoas que se vestem de seus personagens favoritos. No entanto, não é um simples "fantasiar-se" para um evento. Os cosplayers (pessoas que fazem cosplay) constroem suas fantasias e vão além, elas se transformam e se moldam de acordo com suas vontades, elas mudam a si mesmas para que em suas produções e realizações, elas se tornem e vivam o personagem que elas escolheram para ser naquele dia.

A construção desses personagens é baseada nos aparatos culturais citados a cima, mas é importante destacar a escolha que esses

e essas jovens fazem, em sua maioria, por personagens que lutam. Das centenas de personagens que existem nos inúmeros filmes, seriados, animes, revistas em quadrinhos, jogos de vídeo game e computador, entre outros, muitos não tem nenhuma relação com as lutas, artes marciais ou formas de combate, mas a maioria dos cosplayers escolhem personagens que lutam. Essa escolha caracteriza bem a influencia das artes marciais vinculadas por diversos aparatos midiáticos na sociedade.

Essa relação das lutas com as mídias, mais especificamente com aparatos culturais relacionados com a cultura pop compreendem as lutas de diversas perspectivas. Ora como a luta do bem contra o mal, também como a trajetória de heróis que se sacrificam pelo bem maior, ora por personagens que querem se provar a qualquer custo, a ilustração de pessoas que conseguem "vencer na vida" por meio das lutas e, muitas vezes, a relação dos companheiros das artes marciais como a própria família. Logo, as conotações dirigidas às lutas vêm se transformando e com essas transformações também vem à procura da sociedade pelas lutas que são representadas por esses aparatos midiáticos. Quando essa procura se depara com as lutas reais, muitas vezes vemos conflitos de ressignificação,

tanto da pessoa que chegou à aula de Kung Fu querendo aprender a voar por muitos metros e encontra uma tradição e filosofia que mudam suas perspectivas. Também quando mestres de artes marciais veem filmes e pressionados

pela sociedade, transformam mesmo que em pequenos detalhes de suas artes para conseguir discípulos. Dessa forma, podemos compreender o poder das mídias na vinculação das lutas e na transformação dessas práticas corporais.



Vivência

DAS MÍDIAS PARA O COSPLAY LUTANTE

Material: computador, internet, revistas em quadrinhos.

Realização: essa atividade consiste que os educandos busquem em filmes, seriados, desenhos, animês, revistas em quadrinhos, mangás, jogos eletrônicos, jogos de carta e tabuleiro, dentre outros aparatos midiáticos, movimentos de Luta para serem apresentados. Nessa atividade é interessante deixar claro a liberdade que eles terão, não se restringindo a socos e chutes, alguns dos desenhos de Artes Marciais mais aclamados pelos jovens tem diversos poderes. O objetivo é que eles busquem esses movimentos, apresentem de cinco a dez movimentos para a turma e fale um pouco sobre o aparato midiático no qual se inspirou.

Após as apresentações converse com os educandos sobre os movimentos e relacione com as Lutas e Artes Marciais. Pode iniciar o debate perguntando se os movimentos de certo filme ou desenho foram baseados em Artes Marciais ou não.



Discussão

- Será que os filmes, seriados, desenhos, jogos de vídeo games são baseados em artes marciais? Por quê?
- Será que as mídias compreendem as lutas de maneira ampliada? Por quê?
- Como as mídias influenciam o imaginário das pessoas em relação às lutas? Por quê?

Será que posso aprender a lutar igual o Goku?



Posso aprender lutas de desenho também?!!





Sugestões

- **Filmes, seriados, desenhos, animes, jogos eletrônicos.**
 - Sobre as representações dos filmes de Hollywood das lutas, vídeo: Trabalho e consumo, mídias e lutas:
www.youtube.com/watch?v=UGIyCXo3uGY
 - Sobre as representações dos filmes de Hollywood das lutas, filme: ‘As artes marciais no cinema’.
 - Alguns dos filmes, desenhos e jogos mais assistidos e jogados com relação com as lutas: Rocky; Filmes dos atores Jackie Chan, Bruce Lee e Jet Lee; Dragon Ball Z; Naruto; Cavaleiros do Zodíaco; Power Rangers; Jogo Mortal Kombat; Jogo Street Fighter.
- **Livros e Textos**
 - Sobre a relação entre mídia e esporte, o artigo:
A janela de vidro: esporte, televisão e Educação Física de Mauro Betti. Papyrus, 1997.
 - Sobre a representação de personagens cosplay, o livro:
Cena cosplay: comunicação, consumo, memória nas culturas juvenis de Mônica Nunes, 2015.



Vivências

OMBRO DE AQUILES

Realização: em duplas os educandos devem estar dispostos em pé de frente para o outro. O objetivo desse jogo é tocar o ombro do colega sem deixar que ele toque seu próprio ombro. Professor/a você pode definir a regra da vitória, isto é, pode ser pela quantidade de vezes que tocou no ombro em certo tempo, por exemplo. As regras dessa atividade podem ser modificadas em partes, apenas com um atacando e outro podendo somente esquivar com os ombros. Num segundo momento, os dois podem atacar e esquivar e, por fim, os dois poderão atacar, esquivar e bloquear os ataques que estiverem chegando. Nessas atividades devemos deixar claro que a força deve ser moderada, pois o objetivo é apenas o toque, não sendo permitido nenhum outro tipo de golpe.

Variação: essa atividade pode ser realizada com mais pessoas, por exemplo, 3x3 ou até mais e a vitória pode ser dada a quem tocou mais vezes no ombro dos colegas.

Pensar sobre a vivência: essa parece uma atividade simplória, mas se analisarmos o movimento de estender o braço para alcançar o ombro, podemos verificar uma semelhança muito grande com o jab do Boxe ou o kizame zuki do Karatê-do (soco com o braço da frente). Ou seja, essa atividade vai construir um movimento de alcance que o braço tem para acertar um golpe no adversário, a movimentação para fintá-lo, a esquiva de golpes, o bloqueio de ataques, em suma, a leitura tática da Luta.



CALCANHAR DE AQUILES (OU O PÉ INTEIRO MESMO)

Material: nenhum

Realização: em duplas os educandos devem estar dispostos em pé de frente para o outro. O objetivo desse jogo é com o próprio pé tentar tocar o pé do colega, sem deixar que o colega intencionalmente toque no seu próprio pé. Professor/a, você pode definir a regra da vitória pela quantidade de vezes que o educando conseguiu tocar o outro em certo tempo, por exemplo. As regras dessa atividade podem ser modificadas em partes, pode começar apenas com um atacando e outro podendo apenas esquivar. Em um segundo momento, os dois podem atacar e esquivar.

Varição: essa atividade pode ser realizada com mais pessoas, por exemplo, 3x3 ou até mais, a vitória pode ser dada a quem encostou mais vezes nos pés dos colegas, por exemplo.



LUTA DE PREGADORES

Material: pregadores de roupa (ou fitas de TNT, ou pequenas cordas)

Realização: em duplas os educandos devem estar dispostos em pé de frente para o outro e com pregadores em suas roupas, pelo menos três, um no ombro, no peito e no abdômen. O objetivo desse jogo é tentar capturar o pregador do colega enquanto não pode deixa-lo pegar seus próprios pregadores. Ganha quem pegar todos os pregadores do adversário ficando pelo menos com um pregador em seu corpo. A pontuação pode ser feita de acordo com os pregadores que ele pegou, somado aos pregadores que ele não perdeu. As regras dessa atividade também podem ser modificadas em partes, podemos começar apenas com um atacando e outro podendo apenas esquivar, depois os dois podem atacar e esquivar e, por fim, os dois atacando, esquivando e bloqueando.

Varição: uma variação possível é colocar os pregadores apenas na calça, tendo o mesmo objetivo do anterior. Outra possibilidade é fazer uma Luta com mais integrantes, como três ou mais pessoas, o vencedor será o que manteve pelo menos um pregador preso e conseguiu a maior quantidade de pregadores dos colegas. Nesta ultima,

you can even stipulate the scoring rule, multiplying the number of punches acquired by the number of punches that still have a punch on their body. Emphasizing, in the importance of self-defense as well.



Pensar sobre a vivência: essa parece uma atividade simplória, mas se analisarmos o movimento de estender o braço para alcançar o alvo, no caso o punho, podemos verificar uma semelhança muito grande com socos de muitas Artes Marciais. Ou seja, essa atividade vai construir um movimento de alcance que o braço tem para acertar um golpe no adversário, a movimentação para fingir o adversário, a esquiva de golpes, o bloqueio de ataques, a leitura tática da Luta.



BATALHA DE QUEIMADA OU VOLEI

Material: bola macia

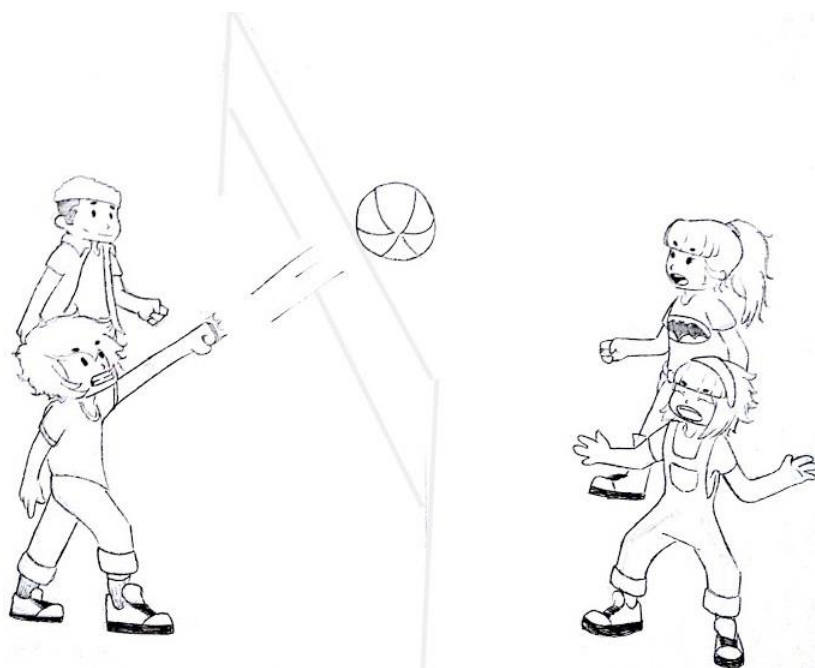
Realização: nessa atividade utilizaremos as regras básicas do vôlei com algumas diferenças. Todos os movimentos que terão o toque na bola deverão ser feitos a partir de golpes de Lutas, desde o saque, a recepção, levantamento e ataque, a partir de socos, chutes, cotoveladas, joelhadas, etc.

Na queimada também utilizaremos as regras básicas da queimada, mas com a diferença de que sempre que um educando desviar a bola com um golpe de alguma Arte Marcial, ele não será queimado. Podemos solicitar também que o educando grite o

nome do golpe em português ou na língua da Arte Marcial enquanto executa o desvio da bola, ou será queimado.

Variação: podemos pensar em outras modalidades esportivas coletivas ou individuais para resinificarmos, como a peteca e o tênis.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre as técnicas realizadas e se fazem parte de Artes Marciais sistematizadas.



LUTA PELA BANDEIRA

Material: pregadores ou fitas e garrafas pet ou bolas ou cones.

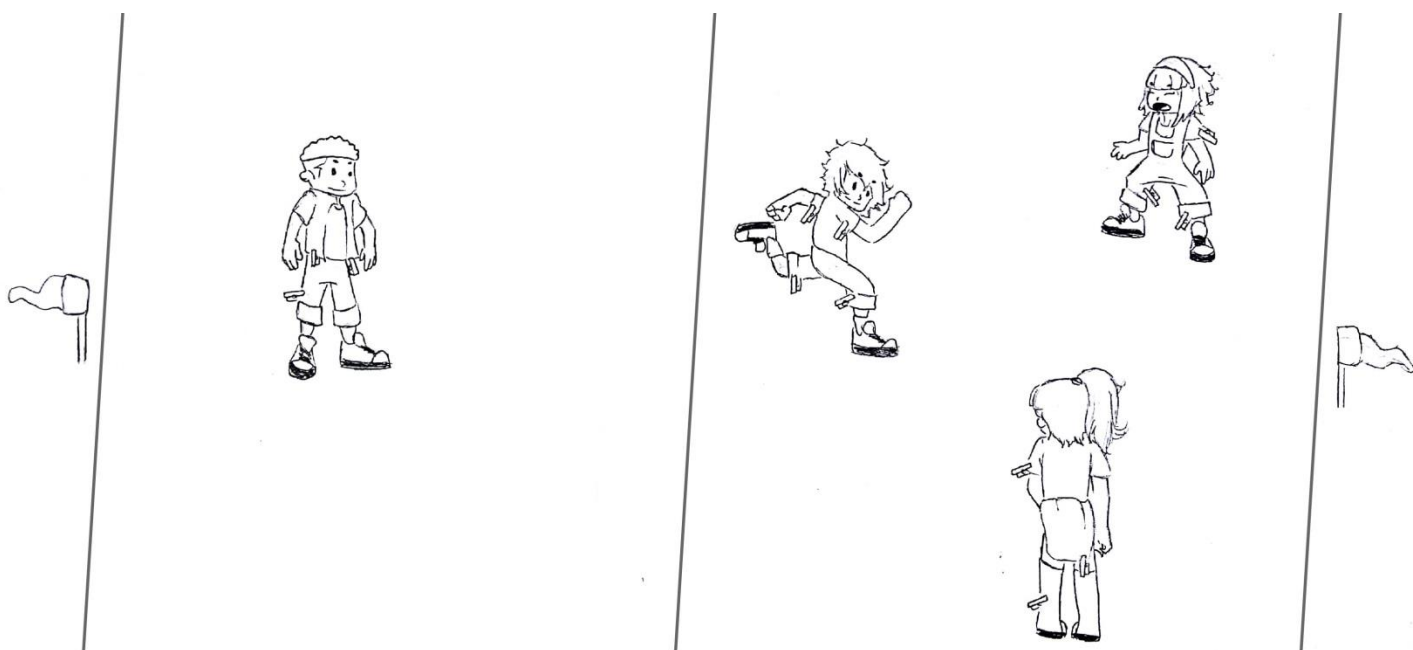
Realização: utilizaremos as regras básicas do rouba bandeira ou pique bandeira, duas equipes defendem sua bandeira enquanto tentam roubar a da equipe adversária, quando alguém passa pelo território adversário sem ser “colado” e chega até a bandeira, não pode ser “colado” até que entre novamente no território. O objetivo é atravessar o território adversário, pegar a bandeira e trazer para o próprio território. A diferença aqui será na forma que a equipe impedirá os adversários de passarem, em vez de tocar na pessoa, os adversários terão que capturar o pregador em suas vestes.

Dessa forma, todos os educandos no início da atividade terão um pregador que deve ser colocado no ombro ou no peito. Com esse pregador ele poderá tentar atravessar o território adversário para alcançar a bandeira, durante essa travessia ele corre o risco

de perder seu pregador para os defensores. Se ele perder terá que voltar para o seu território e só poderá tentar atravessar novamente se conseguir um novo pregador, que poderá ser adquirido defendendo a bandeira e pegando de um adversário atacante, ou se um colega de equipe tiver dois e passar para ele. No entanto, se durante a tentativa de travessia ele perder seu pregador, mas antes disso conseguir pegar de um ou mais adversários defensores, terá que voltar para seu território, mas todos os pregadores que pegou irão de volta para seu território. Logo, os pregadores capturados no campo de ataque podem ser usados para tentar atravessar o território atrás da bandeira novamente.

Varição: para essa atividade podem ser usadas fitas presas na cintura também.

Pensar sobre a vivência: organização de estratégia de ataque e defesa em equipe.



JO-KEN-PÔ MARCIAL

Realização: essa atividade é uma adaptação do tradicional jo-ken-po (pedra, papel e tesoura), haja vista que os educandos devem estar em pé de costas para o outro, com uma distância de aproximadamente 2 metros. Após o sinal, os educandos deverão virar executando um dos três movimentos: soco, um chute baixo ou uma esquiva baixa (posição abaixada). Sendo que:

- Soco ganha do chute baixo;
- Chute baixo ganha da esquiva baixa;

- Esquiva baixa ganha do soco

Varição: essa atividade pode ser variada de acordo com os golpes. É interessante pensar junto com os educandos outras possibilidades de combinações para ampliar o jogo ou para modificar.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre quais defesas/esquivas funcionam com cada tipo de ataque.



Leitura 2

BODY COMBAT: DA LUTA A GINÁSTICA

Meio Luta, meio ginástica, o body combat é uma atividade animada, uma aula aeróbica que combina movimentos, socos, chutes, joelhadas e deslocamentos derivados de várias atividades consideradas de autodefesa e Lutas, como Karatê-do, Boxe, Tai-chi-chuan, Kick Boxing e outros.

Esta pratica adquiriu enorme sucesso devido a melhora do

condicionamento cardiorrespiratório e elevada queima de caloria. Mas, além destes benefícios, há outros, como melhora da coordenação motora, da força, da agilidade e flexibilidade. Além da interessante transformação cultural das praticas de Luta.

A pratica é dividida em 10 fases, cada uma com uma musica e trabalho específico, a saber:

Primeira fase

- Aquecimento dos membros superiores e inferiores.
- Segunda fase
 - Primeiro combate: trabalha com socos e chutes
- Terceira fase
 - Primeiro power training: música de intensidade alta e pratica de socos e deslocamentos.
- Quarta fase
 - Segundo combate: trabalha com socos e chutes
- Quinta fase
 - Segundo power training: música de intensidade alta e pratica de socos e deslocamentos.
- Sexta fase
 - Terceiro combate: trabalha com socos e chutes
- Sétima fase
 - Muay Thai: exercícios de joelhada, cotoveladas, etc.
- Oitava fase
 - Terceiro power training: música de intensidade alta e pratica de socos, chutes e deslocamentos.
- Nona fase
 - Flexões e abdominais
- Décima fase
 - Alongamentos

(Fonte: Livro 'O Ensino das Lutas na Escola: possibilidades para Educação Física'. Luiz Rufino e Suraya Darido. Penso, 2015).

Professor/a, você pode adaptar os movimentos do body combat em conjunto com seus educandos para fazer uma aula sobre o tema. Caso algum educando tenha experiência com essa pratica, peça-o para ajudar na atividade.



Discussão

- O body combat é uma luta ou uma ginástica? Por quê?
- Que elementos caracterizam o body combat como uma prática previsível?
- É possível aprender a lutar a partir do body combat? Por quê?

Leitura 3

A FONTE DA FORÇA

É muito comum escutarmos nos caminhos marciais a respeito da importância de certas movimentações de quadril para o sucesso de uma boa execução técnica. Embora algumas artes utilizem mais e outras menos, o fato é que a coordenação corporal em harmonia, tendo como alavanca essa simpática parte de nosso corpo, é essencial.

No Karatê-do, Boxe, Kick Boxing, Kung Fu, dentre outras lutas, vemos técnicas de soco, por exemplo, com tremenda força explosiva, que chegam a parecer até sobre humanas. Esta força é produzida pelos movimentos do corpo, especialmente pela rotação dos quadris. O giro dos quadris, de maneira rápida e suave, mantendo-os ao mesmo tempo nivelados, também é encontrado em outras modalidades esportivas, como o arremesso e a batida do beisebol e no ataque do golfe. Mas nem em nas

modalidades esportivas ou nos socos e golpes das artes marciais o estiramento e contração do braço é suficiente para resultar numa técnica eficaz. Nas artes marciais, umas mais que outras, bloqueia-se com os quadris, esquiva-se com os quadris e golpeia-se com os quadris.

Nenhuma técnica consegue ser certa e decisiva sem o uso máximo da rotatividade dos quadris. Isso porque um soco forte e eficiente não é realizado apenas com velocidade. Um soco forte necessita de uma boa aceleração e uma massa por trás dele para ser eficiente, se utilizarmos apenas o ombro, braço e mão para socar, podemos ter uma boa aceleração, mas a massa será apenas do braço, saindo um soco fraco e pouco eficiente. Ou seja, um golpe rápido não atingirá com força e eficiência a menos que você coloque a massa de seu corpo por trás dele.

Dessa forma, é como a famosa teoria do soco de uma polegada de Bruce Lee: movimentar seu corpo todo por um centímetro causa muito mais impacto do que movimentar somente seu braço por meio metro. Assim, é muito mais eficiente movimentar seus quadris em conjunto com suas pernas, corpo, ombros, braços e mão, trazendo toda a massa de seu corpo que vão se

combinar com a aceleração que seus músculos vão proporcionar. Criando uma força explosiva direcionada de todo seu corpo para um único ponto, seu soco. Assim teremos um soco forte e eficiente, pois a força não vem apenas do braço, mas de toda uma sequencia de movimentos milimetricamente coordenados de todo o corpo.

(Fonte: adaptado do livro 'O Melhor do Karate: Fundamentos' de Masatoshi Nakaima, Editora Cultrix, 2010).



Discussão

- Como podemos executar golpes fortes e eficientes? Por quê?
- Socos, chutes, bloqueios e esquivas são realizados com braços e pernas, como podemos utilizar o quadril para deixá-los mais eficientes? Por quê?
- Em lutas de contato contínuo as movimentações do quadril também são importantes? Por quê?



Sugestões



LIVROS E TEXTOS



- Sobre a história, filosofia e o desenvolvimento do Karatê-do, o livro: O melhor do Karate de Masatoshi Nakaiama, Editora Cultrix, 2010.
- Sobre a história, filosofia e o desenvolvimento do Taekwondo, o livro: Taekwondo Tradicional: técnicas essenciais, história e filosofia' de Doug Cook, Editora Madras, 2011.
- Sobre a filosofia e técnicas do Kung Fu, o livro: 'O Kung Fu De Bruce Lee' de Marcos Ceda Natali, Editora Ediouro, 1980.
- Sobre os princípios e treinamentos do Tai chi chuan, o livro: 'O Livro Completo do Tai chi chuan' de Wong Kit, Editora Pensamento, 2016.



SITES



<https://karatedobrasil.org.br/>
<http://www.cbtkd.org.br/>
<http://www.boxe.cbboxe.com.br/>
<http://www.capoeirabrasil.com/>



FILMES, SERIADOS, DESENHOS, ANIMES, JOGOS ELETRÔNICOS.



- Sobre a relação da luta nos ringues e a luta da na vida, os filmes: Rocky e Quando Éramos Reis.
- Sobre a relação entre mestre e discípulo, o filme: O Tigre e o Dragão.
- Sobre a filosofia das Artes Marciais, os filmes: Karate Kid e Kung Fu Panda.
- Sobre o Karate de Contato, o filme: Oyama: o Lutador Lendário.
- Sobre o Kung Fu, o desenho e jogo: Jackie Chan.

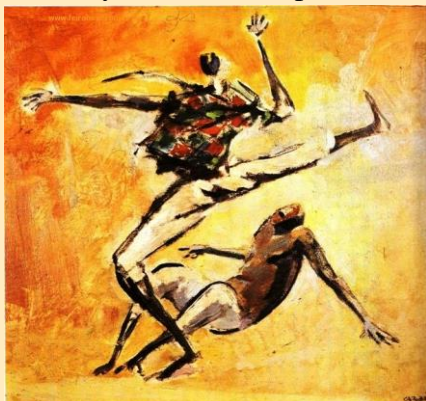


“Assim como um vale vazio pode ecoar o som da voz, do mesmo modo a pessoa que segue o Caminho do Karatê deve esvaziar-se livrando-se de todo egoísmo e ambição. Tornar-se vazio interiormente mas reto por fora. Este é o significado verdadeiro de "vazio" no Karatê. Quando a pessoa percebe a infinidade de formas e de elementos no universo, ele se volta para o vazio, para o vácuo. Em outras palavras, o vazio não é outra coisa senão a verdadeira forma do universo.”

(Gichin Funakoshi)

Bom mesmo é ir à luta com determinação, abraçar a vida com paixão, perder com classe e vencer com ousadia, porque o mundo pertence a

Carybe Hector: Capoeira



quem se atreve e a vida é muito para ser insignificante.

(Augusto Branco)

A suprema arte da guerra é derrotar o inimigo sem lutar.

(Sun Tzu)

OS QUE LUTAM

Há aqueles que lutam um dia; e por isso são muito bons;

Há aqueles que lutam muitos dias; e por isso são muito bons;

Há aqueles que lutam anos; e são melhores ainda;

Porém há aqueles que lutam toda a vida; esses são os imprescindíveis.

(Bertolt Brecht)

"Berimbau" - Vinícius de Moraes

<https://www.youtube.com/watch?v=eeKIXgMqJJo>

3.3.

LUTAS DE CONTATO MEDIADO POR IMPLEMENTO FIXO



Conceituando

Nos jogos de contato mediado por implemento fixo deve haver o cuidado com a utilização ou construção de implementos que sirvam como meio para atingir os objetivos das atividades propostas. Os jogos de oposição, nesse caso, vão dispor de habilidades de manipulação dos materiais para ataques e defesas por bloqueio e esquivas. As regras das atividades que demandarão o nível de complexidade de execução dessas manipulações. Esses jogos objetivam a vivência e criação de golpes, com a exploração da “ampliação” dos segmentos do corpo por intermédio dos implementos. Apesar de o oponente/alvo ser uma condição para a Luta, ações referentes à manipulação de implementos podem ser construídas com o intuito de atingir outros alvos. Compreendemos que as crianças e jovens e professores/as que melhor poderão dar significado a cada implemento construído. Habilidades manipulativas e a criação de implementos com a utilização de materiais alternativos são boas possibilidades pedagógicas para as aulas desse grupo.

Lutas de contato mediado por implemento fixo vão dispor de jogos para manipulação dos materiais para ataques e defesas por bloqueio e esquivas.

Leitura 1

LUTAS, SINÔNIMO DE SAÚDE?

Muitas pesquisas na área da saúde confirmam que a prática de atividades físicas, sem abusos, fazem bem à saúde, aqui se incluem as lutas. Entretanto, com o objetivo de ter um

corpo escultural o mais rápido possível, fazer treinos exaustivos sem preparação adequada, muitos atletas (de final de semana ou não) podem prejudicar sua saúde.

A rotina de treinos de artes marciais traz diversos benefícios à saúde de forma geral. Reduzir o colesterol e a taxa de açúcar no sangue, fortalecer os músculos e articulações, além de controlar a hipertensão, diabetes e o peso são apenas alguns dos muitos benefícios à saúde. Contudo, a prática de artes marciais, de forma incorreta, pode acarretar prejuízos, em alguns casos irreversíveis, à coluna, bem como a outras articulações importantes do corpo humano, entre elas o quadril, os joelhos e os tornozelos, sem descuidar dos ombros e cotovelos.

Toda modalidade esportiva, onde se incluem as artes marciais, cada uma com seu grau de impacto pode acarretar problemas à saúde caso praticada incorretamente. Algumas modalidades exigem demais do atleta, e, logo, caso o mesmo não esteja totalmente preparado para praticá-la, os riscos também serão maiores. Cabe destacar também que o exagero e a falta de orientação são as principais causas de problemas, prejudicando principalmente a coluna.

Os maiores riscos estão concentrados, principalmente, na coluna lombar seguida da cervical, região do pescoço. Em determinados casos as lesões musculares também aparecerem

por excesso de treinamento e quando não existe o tempo devido de recuperação do músculo. Lembrando que todo atleta deveria realizar o treino específico de cada modalidade, buscando sempre a execução correta do movimento para que possa evitar lesões por treinamento inadequado.

É interessante destacar também sobre as competições de certas artes marciais que acontecem repetidos golpes fortes na cabeça, como Boxe, MMA, Kick Boxing, dentre outros. Frequentes pancadas na região da cabeça podem gerar consequências agudas para o sistema nervoso central, como fraturas, contusões, hemorragias, dissecação carotídea ou trombose. Além disso, pode haver agravamento e desenvolvimento de situações crônicas como a demência pugilística (doença gerada por repetidos golpes), que, em longo prazo, representa o efeito cumulativo de traumas cranioencefálicos repetidos (TCEs).

Os repetitivos golpes na cabeça nas lutas podem causar sérios danos na região cerebral e diferentes neurotraumas. O nocaute, por exemplo, significa o desligamento de funções cerebrais. Isso pode causar vários tipos de sequelas, desde grandes hematomas até pequenas lesões que desligam a conexão entre os neurônios. Além disso,

dependendo da localização, os danos podem tornar-se mais graves, que vão da inconsciência até o coma.

Dessa forma, a prática de artes marciais pode trazer benefícios

(Fonte: adaptado de <https://gauchazh.clicrbs.com.br/>)

extraordinários para nossa saúde, desde que desenvolvidas de forma consciente, sem abusos e com orientações adequadas.



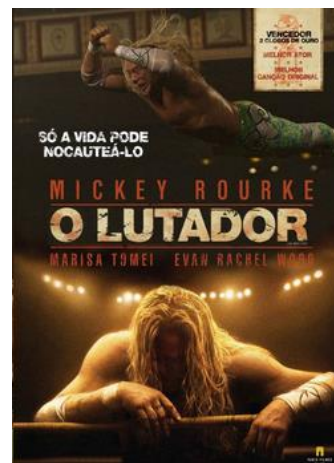
Vivência / Discussão



Apresentação do filme:

O LUTADOR (THE WRESTLER)

Randy “The Ram” Robson (Mickey Rourke) é um lutador bem sucedido em 1980 e é impedido de lutar após sofrer um ataque cardíaco. Assim, ele consegue um emprego em um restaurante, mas com o passar do tempo não consegue resistir à vontade de retornar a antiga carreira, mesmo sabendo que isso oferece riscos a saúde.



Discussão

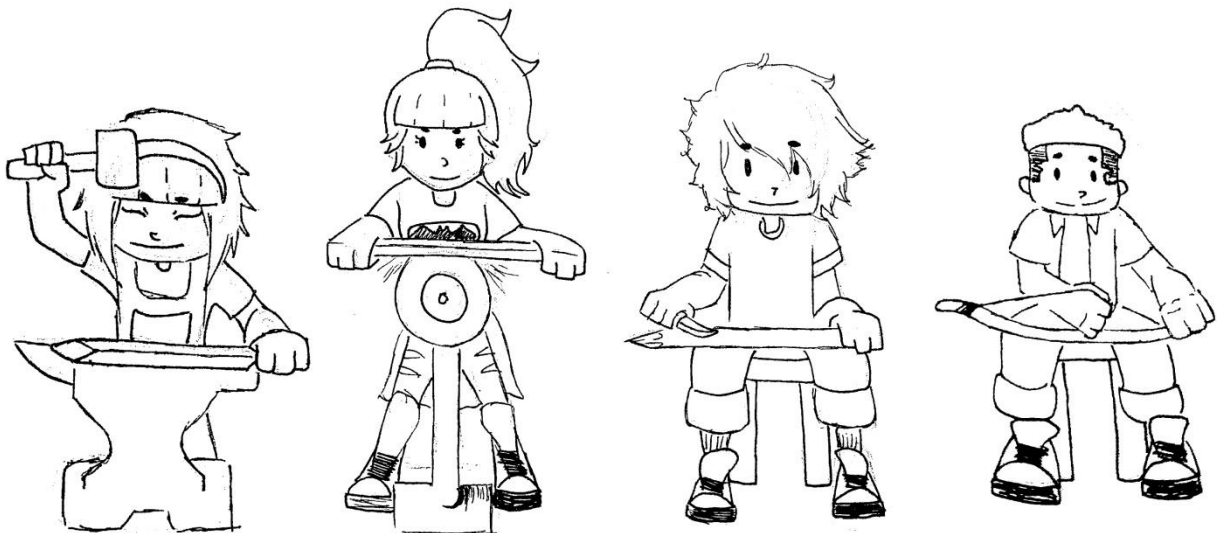
- Vale a pena prejudicar a própria saúde para fazer aquilo de que se ama? Por quê?
- Até que ponto, qual o limite que não podemos ultrapassar para preservar nossa saúde? Por quê?





Hora da Forja (Construção de Implementos)

Neste tópico trataremos da construção de alguns implementos para serem utilizados nas aulas de Lutas, vale destacar que isso pode ser feito em conjunto com os próprios educandos. Em sua maioria esses implementos são feitos de materiais baratos e fáceis de achar em qualquer cidade. Mãos a obra!



FLORETE DE JORNAL

Você vai precisar de:

Jornal

Durex

1



Enrole o jornal com mais de 10 folhas para ficar bem reforçado.

2



Use o durex para prender as pontas e, depois, enrolar por toda a espada.

3



Dobre a ponta na base para fazer a guarda do florete e passe o durex.

ESPADA DE SWORDPLAY



Um metro de cano de PVC de Meia Polegada

Barbante

Uma tampinha de garrafa PET

Metade de um flutuador de piscina

Durex largo

1



Utilizando um flutuador que tem um buraco interno, atravesse o cano até chegar a 3cm do final do flutuador.

2



Enrole o durex por toda a extensão do flutuador

3



Amarre o barbante na base do flutuador e enrole por toda a extensão do flutuador.

4



Agora enrole novamente o durex passando por cima de todo o barbante, por toda a extensão do flutuador.

5



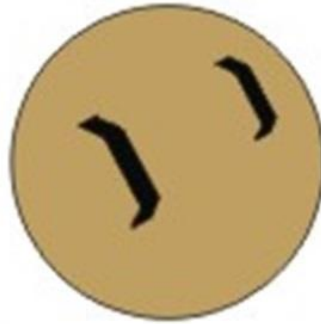
Por fim, coloque a tampinha da garrafa PET na base do cano de PVC e enrole bem com o durex, até que fique bem firme.

ESCUDO DE SWORDPLAY

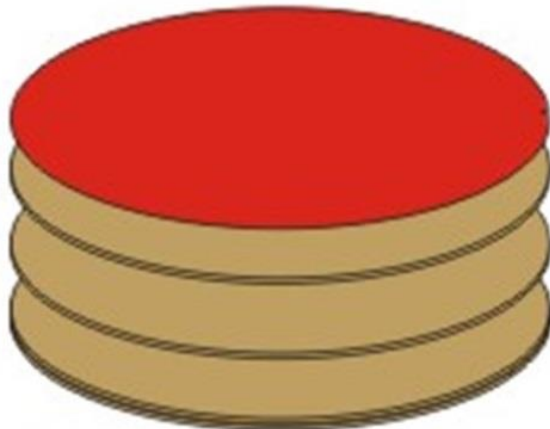
VAMOS PRECISAR DE:

- Quatro peças iguais de papelão Paraná
- Uma peça de EVA colorido do tamanho do papelão
- Tiras ou cordas para apoio do braço
- Durex largo ou fita adesiva de polietileno
- Flutuador de piscina

1. Cole duas chapas de papelão



2. Fure quatro buracos para passar as cordas ou tiras nas duas chapas coladas. Deixe espaço para passar o braço e a mão e amarre firme.



- EVA (colorido)
- Cola
- Papelão
- Cola
- Papelão
- Cola
- Papelão com as tiras

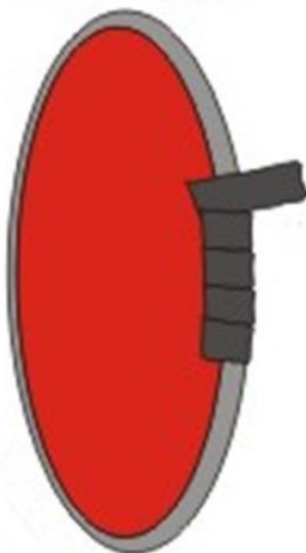
3. Agora cole todas as quatro peças



4. Corte longitudinalmente o flutuador de piscina para fazer a borda do escudo.



5. Passe cola na lateral do escudo e dentro do flutuador de piscina



6. Corte pedaços de fita e cubra toda a lateral do escudo, protegendo a espuma.

PRONTO PARA A BATALHA!





Sugestões

- Sobre especificações de materiais para armas de SwordPlay:
<http://www.swordplay.com.br/orientacoes-e-construcao/> e
<https://legionarius.wordpress.com/tutoriais/escudo-de-braco/>
- Canais do YouTube com tutoriais para criação de armas de swordplay:
<https://www.youtube.com/watch?v=nY0s0fA7CBA&feature=youtu.be> e
<https://www.youtube.com/watch?v=7syNZHtfc-c&feature=youtu.be>

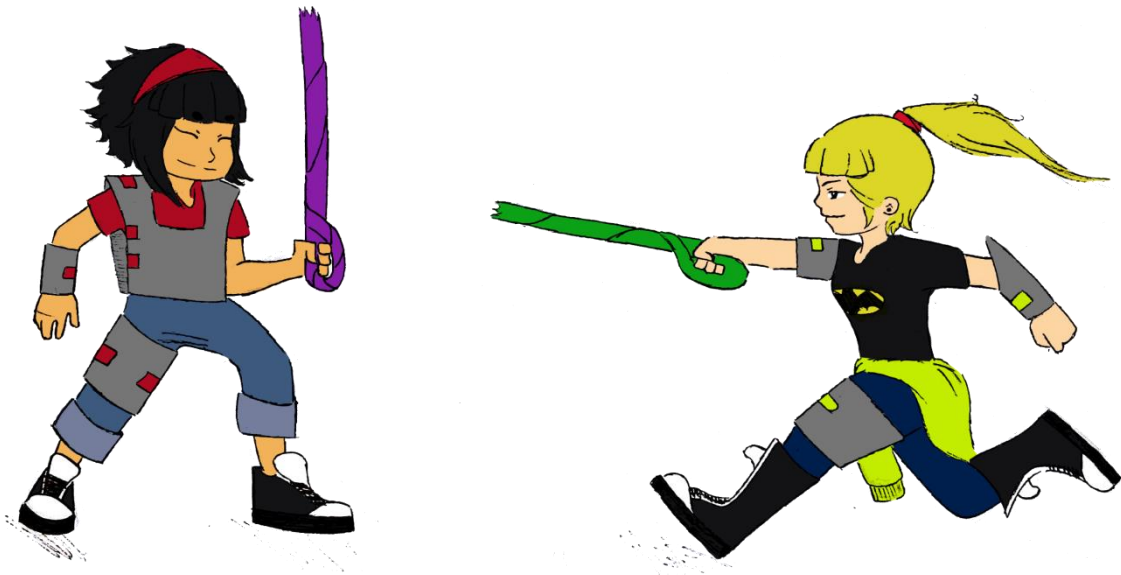


Vivências

ESGRIMA DE JORNAL

Material: florete de jornal ou espada de swordplay, barbante, jornal e tinta.

Realização: nessa atividade os educandos devem estar em pé de frente para o outro portando um implemento com a ponta molhada em tinta e uma proteção de jornal feita para não sujar a roupa. O objetivo da atividade é tocar o adversário com o a ponta do implemento, onde tem proteção de jornal. As regras para vitória ficam ao critério do professor/a, pois pode ser quem acertar primeiro, quem acertar mais vezes em certo tempo ou estipular uma quantidade máxima de pontos.

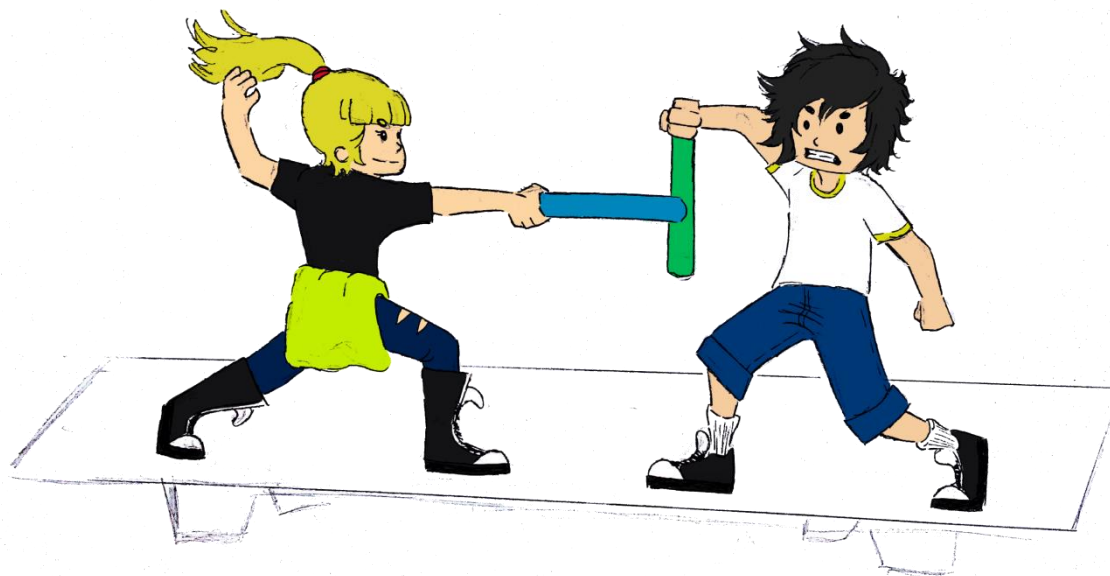


COMBATE PELO EQUILIBRIO

Material: macarrão de piscina cortado, um banco ou uma tábua ou giz.

Realização: nessa atividade os educandos devem estar em pé de frente para o outro portando um pedaço de macarrão de piscina com pelo menos 50 centímetros, para ser utilizado como implemento. Eles devem estar em cima de um banco firme, parte da arquibancada ou uma tábua, algo que ao deixe acima do chão, caso não seja possível, desenhe um retângulo no chão e peça que eles fiquem com apenas um pé no chão. O objetivo do jogo é desequilibrar o colega, fazendo com que ele saia de cima da plataforma. Para alcançar o objetivo eles poderão desferir golpes com o implemento em todo o corpo de forma moderada. Ganha quem tirar a estabilidade do outro primeiro. Não são permitido golpes de percussão, como socos e chutes, apenas golpes de força moderada com o implemento.

Variação: essa atividade pode ser modificada colocando dois implementos, um em cada mão. Assim como pode integrar mais educandos lutando entre si, como duplas contra duplas.



LUTA DE SWORDPLAY

Material: espada de swordplay ou similar.

Regras: não pode acertar: cabeça, pescoço, virilha e seios nas mulheres.
Pontuação: acertar braços e pernas – 1 ponto cada acerto. Acertar qualquer parte do tronco: 2 pontos cada acerto. Quem alcançar certa quantidade de pontos estipulado

pelo/a professor/a primeiro, ganha. Sugerimos cinco pontos nas primeiras vezes que realizarem a atividade. Pontuação alternativa: se acertar um braço, a pessoa “perde” o braço e coloca-o para trás. Se acertar uma perna a pessoa “perde” a perna e fica pulando em uma perna só. Se acertar duas vezes no corpo a pessoa perdeu. Não são permitido golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, golpes de força moderada com o implemento.

Realização: nessa atividade os educandos devem ficar em pé de frente para o outro portando uma espada de swordplay. O objetivo é acertar o corpo do colega utilizando a espada para marcar pontos. O vencedor do jogo será de acordo com as regras citadas a cima. As regras dessa atividade podem ser modificadas em partes, começando com um atacando e outro podendo apenas esquivar e bloquear. Num segundo momento, os dois podem atacar, esquivar e bloquear. Além disso, você pode colocar em certos momentos que só podem acertar as pernas, outros que só podem acertar o tronco e, por fim, todo o corpo.

Variação: Um bom jeito de criar novos desafios para os alunos é desenvolver Lutas entre duplas ou até mais pessoas. Outra possibilidade que exigirá pensar sobre novas formas de defesa e ataque é colocar 2x1, ou seja, um se defendendo contra dois lutadores. Podemos pensar também em usar duas espadas ao invés vez de uma, por exemplo.



Pensar sobre a vivência: se analisarmos os movimentos de ataque e defesa que podem acontecer nessa atividade, poderemos verificar uma semelhança muito grande com técnicas de muitas Artes Marciais, como Kendo e a Esgrima. Ou seja, essa atividade vai construir o alcance que o implemento tem para acertar um golpe no adversário, a movimentação para fintar o adversário, a esquiva de golpes, o bloqueio de ataques e a leitura tática da Luta.

SAMURAI VERSUS NINJA

Material: espada de swordplay ou similar

Realização: essa atividade é similar a brincadeira de polícia e ladrão, muito praticada em diversas regiões do país. Os educandos devem ser divididos em dois grupos, dos ninjas e dos samurais. Deve ser estabelecido um espaço, na quadra ou no local da aula, para ser a prisão. Os ninjas devem se espalhar pelo espaço e, ao sinal, os samurais devem tentar capturá-los para serem levados a prisão. A captura será por meio da Luta com espadas, com as regras da atividade LUTA DE SWORDPLAY.

No entanto, propomos: se os samurais acertarem duas vezes nos braços e pernas dos ninjas ou, uma vez no tronco, eles vão para a prisão. Quando chegarem à prisão, suas espadas deverão ficar do lado de fora. Mas se outro ninja que está livre conseguir chegar até a prisão, pegar uma espada e entregar (não pode jogar) a um ninja preso, ele poderá escapar da prisão e voltar à Luta.

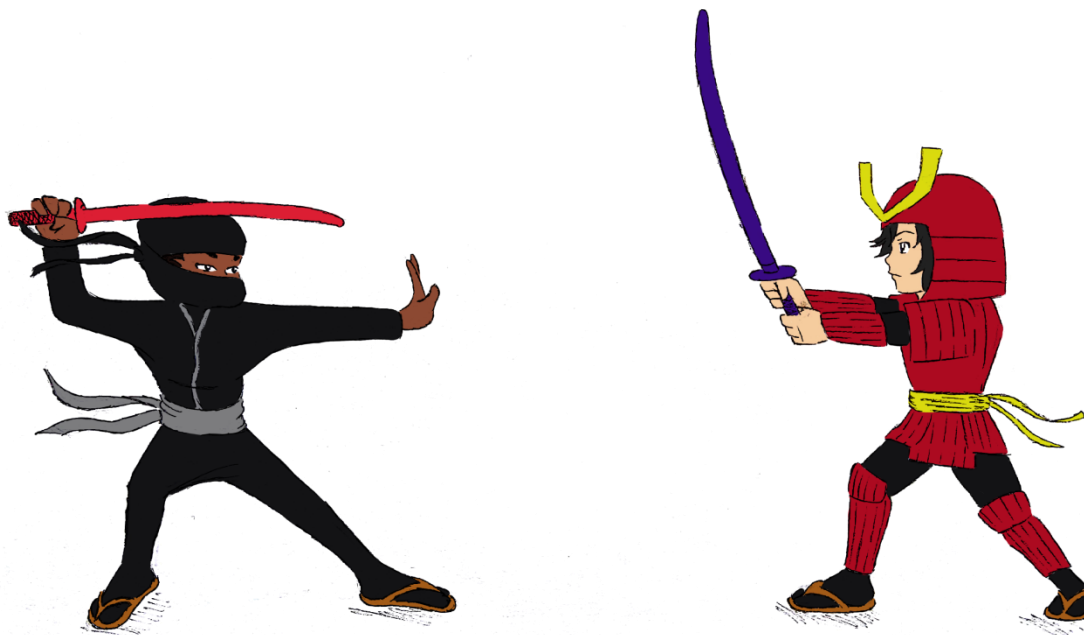
Como os samurais usam armadura, os ninjas terão que acertar três vezes nos braços e pernas ou duas vezes no tronco. Assim o samurai deverá voltar até o local da prisão para começar a busca pelos ninjas novamente. Se um samurai for “morto” três vezes, perderá a honra se tornando um Ronin e não poderá mais tentar capturar os ninjas. Podendo apenas guardar a prisão ou se juntar aos ninjas.

O jogo termina quando todos os ninjas forem presos ou se todos os samurais se tornarem Ronins. Sugerimos também que se estabeleça um tempo para a atividade e, ao final dele, conta-se o número de ninjas soltos e o número de samurais sobreviventes, sendo que a vitória será para quem tiver o maior número. Sempre que possível inverta os papéis em rodadas diferentes.

Variação: podemos mudar o contexto, em vez dos samurais tentarem capturar os ninjas, eles podem tentar proteger alguns objetos. Dessa maneira os ninjas terão o objetivo de tentar roubar esses objetos e os samurais de proteger. As regras de pontuação podem ser as mesmas.

Pensar sobre a vivência: essa atividade, devido a sua estrutura, possibilitará vários confrontos semelhantes aos que acontecem nas situações de Lutas, pois alguns educandos tentarão vencer o adversário, e outros, defender-se para fugir.

Essa atividade pode ser um estímulo às discussões sobre a origem de determinadas Artes Marciais e sobre a sociedade japonesa de samurais, ninjas e Ronins.



COMBATE DE SWORDPLAY

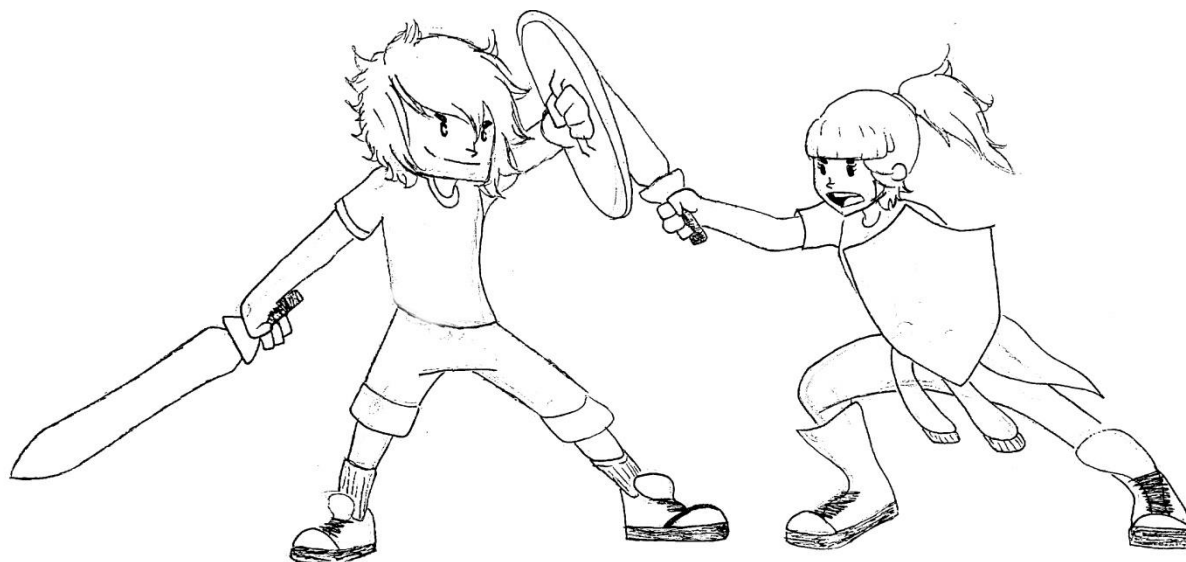
Material: armas de swordplay (espadas, escudos, lanças, machados, etc)

Regras: seguir regras da atividade LUTA DE SWORDPLAY

Realização: nessa atividade os educandos devem ficar em pé de frente para o outro portando pelo menos um escudo e uma arma de ataque (espada, lança, machado, etc). O objetivo é acertar o corpo do colega utilizando a espada, para marcar pontos e se defender dos golpes. As regras dessa atividade podem ser modificadas com apenas um atacando e outro apenas se esquivando e bloqueando. Num segundo momento, os dois podem atacar, esquivar e bloquear. Além disso, você pode colocar em certos momentos que só podem acertar as pernas, outros que só podem acertar o tronco e, por fim, todo o corpo.

Variação: uma boa estratégia para criar novos desafios aos alunos é desenvolver Lutas em duplas. Outra possibilidade que exigirá pensar sobre novas formas de defesa e ataque é colocar 2x1, ou seja, um se defendendo contra dois lutadores.

Pensar sobre a vivência: se analisarmos os movimentos de ataque e defesa que podem acontecer nessa atividade, poderemos verificar uma semelhança muito grande com técnicas de Gladiadores, Espartanos ou de Cavaleiros da Idade Média.



COMBATE MEDIEVAL

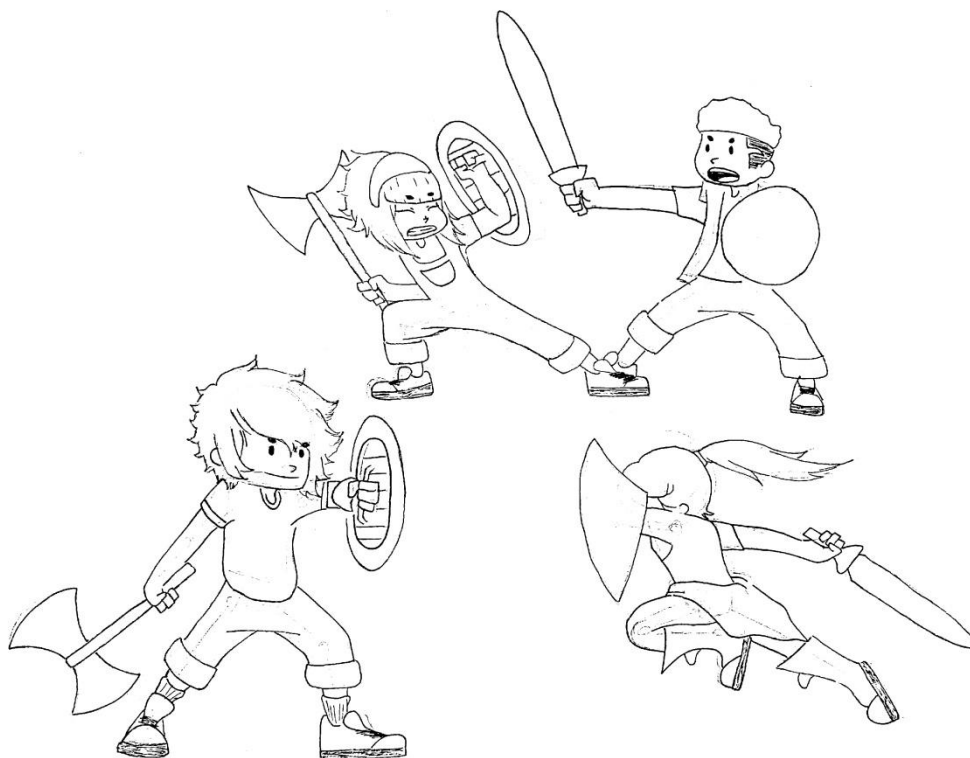
Material: armas de swordplay (espadas, escudos, lanças, machados, etc) ou similar

Regras: utilizar regras baseadas nas atividades LUTA DE SWORDPLAY, SAMURAI VERSUS NINJA e COMBATE DE SWORDPLAY.

Realização: essa atividade consiste em realizar batalhas com armas de swordplay entre grupos de educandos. Podem-se iniciar as batalhas utilizando-se duplas contra duplas, mas com o tempo irem aumentando o número de integrantes de cada equipe, até que sejam apenas duas grandes equipes envolvendo a turma inteira.

Varição: baseando-se na atividade de SAMURAI VERSUS NINJA, podemos utilizar a referência da história dos 300 de Esparta, ou seja, problematizar como 300 homens conseguiram lutar contra 100 mil homens. Podemos colocar um grupo de cinco educandos defendendo a entrada da quadra contra 20 educandos, quais estratégias podem ser criadas para esse tipo de batalha.

Pensar sobre a vivência: essas atividades podem construir possibilidades de debate sobre grandes batalhas da história da humanidade como as de Gengis Kahn, Alexandre o Grande e até os ensinamentos da Arte da Guerra de Sun Tzu.



BATALHA PELA BANDEIRA

Material: armas de swordplay e garrafas pet ou bolas ou cones.

Regras: utilizar regras de segurança baseada na atividade LUTA DE SWORDPLAY.

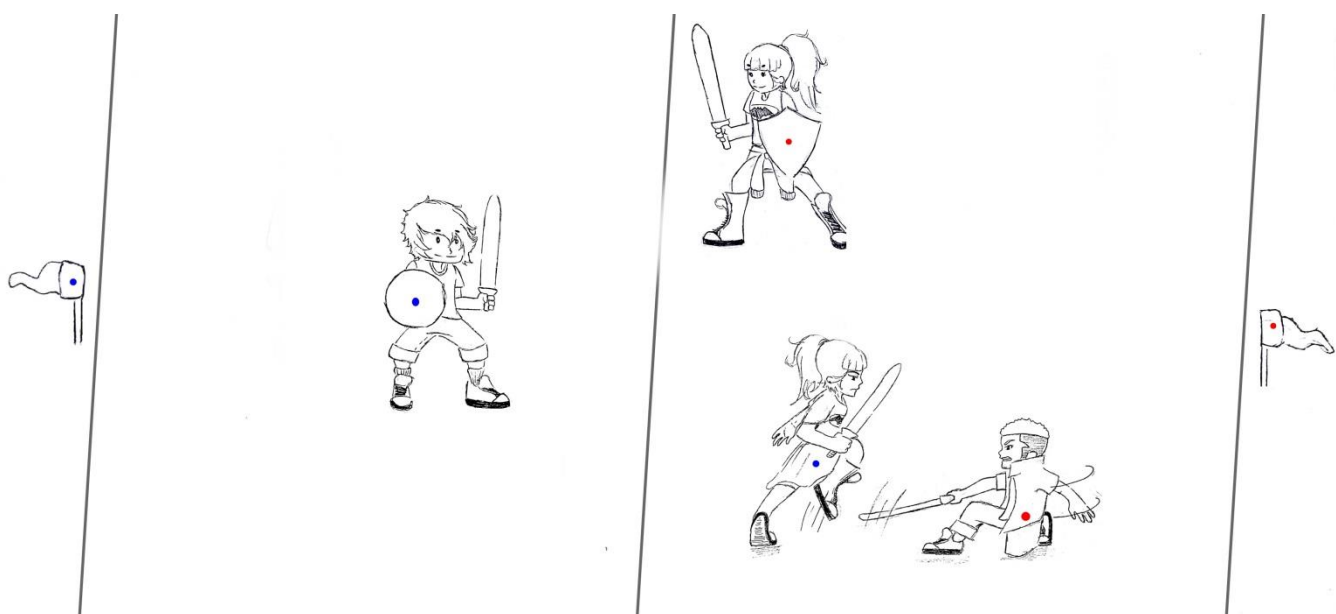
Realização: utilizaremos as regras básicas do rouba bandeira ou da LUTA PELA BANDEIRA. Duas equipes defendem sua bandeira enquanto tentam roubar a da equipe adversária, quando alguém passa pelo território adversário sem ser “colado” e chega até a bandeira, não pode ser “colado” até que alguém entre novamente no território. O objetivo é atravessar o território adversário, pegar a bandeira e trazer para o próprio território. A diferença aqui será na forma que a equipe impedirá os adversários de passarem, em vez de tocar na pessoa, os adversários terão que lutar com implementos.

Dessa forma, no início todos terão implementos, espadas, escudos, lanças, dentre outros. O educando pode tentar atravessar e lutar para chegar do outro lado, caso ele seja acertado no tronco, deverá ficar onde está, pois foi ferido. Se um companheiro de

equipe tocá-lo com as mãos ou com o implemento, ele será curado e poderá retornar para seu território ou tentar alcançar a bandeira. Caso o atacante acerte o tronco de um defensor dentro do território do defensor, ele não poderá atacá-lo até que ele saia de seu território e volte. Vencerá a equipe que conseguir atravessar lutando sem ser acertada no tronco até a bandeira e retornar lutando novamente até seu território de origem. São permitidos apenas ataques utilizando os implementos com força moderada.

Varição: utilizando esta perspectiva, você pode adaptar a atividade de BATALHA DE VOLEI OU QUEIMADA da sessão anterior de contato intermitente, mas agora com implementos.

Pensar sobre a vivência: organização de estratégia de ataque e defesa em equipe.



Leitura 2

O SAMURAI E O USO DO BUSHIDO

No Japão a classe guerreira era conhecida como os Samurais, também chamada Bushi. Formaram uma classe durante os séculos IX e XII. Emergiram das províncias de Japão para

transformar-se na classe governante, até o seu declínio e total abolição em 1876, durante a era Meiji.

Os samurais eram lutadores, especialistas nas artes marciais. Tinham

uma notável habilidade com o arco e espada. Também eram grandes cavaleiros, homens que viviam segundo o Bushido, seu modo de vida. A lealdade total do samurai era para o seu Imperador e para o seu Daimyo. Eram honestos e de total confiança. Viviam vidas moderadas, sem interesses na riqueza e coisas materiais, mas com grande interesse no orgulho e honra. Eram homens de valor verdadeiro. Os Samurais não temiam a morte, morrer na guerra reportaria honra para a sua família e para o seu senhor.

Os samurais preferiam lutar sós, um contra outro. Em batalha um Samurai "invocaria" o nome da sua família, hierarquia e façanhas. Então procurava um oponente de similar hierarquia e lutariam. Quando um Samurai acaba com o seu oponente decapitava-o, para assim depois da batalha retornar com as cabeças dos oponentes vencidos, que creditam desta forma a sua vitória. As cabeças dos generais e aqueles com alto grau hierárquico eram transportadas de volta a capital e mostradas nas celebrações e similares.

A única saída para um samurai derrotado era a morte ou o suicídio ritual: seppuku. Outro samurai, usualmente um amigo ou parente, cortava-lhe a cabeça. Um Samurai

preferiria matar-se a si mesmo antes que atrair a desonra e a desgraça ao nome da sua família e a do seu senhor. Isto era considerado um ato de verdadeira honra.

Talvez o que mais fascine os ocidentais no estudo desses lendários guerreiros é a determinação que eles tinham em frequentemente escolher a própria morte ao invés do fracasso. Se derrotados em batalha ou desgraçados por outra falha, a honra exigia o seppuku. Todavia, a morte não podia ser rápido ou indolor.

Em 1868, com a Restauração Meiji, a classe samurai foi abolida e estabeleceu-se um exército nacional ao estilo ocidental. Mesmo com essas reformas, o samurai não deixou morrer a sua tradição. As artes com a espada criadas na época feudal foram cultivadas e passadas de geração em geração até os dias atuais. E o Bushido atualmente as artes dos antigos samurais são praticadas com o objetivo de ajudar as pessoas a superar obstáculos no seu dia a dia e adquirir tranquilidade, controle, disciplina e autoconfiança. Os Samurais modernos são, portanto, pessoas que aplicam a filosofia do Bushido nos dias de hoje e praticam as artes da espada, mantendo viva uma tradição de 800 anos.



Discussão

- Qual a importância do Bushido para os Samurais? Por quê?
- O Bushido influenciava no treinamento marcial dos Samurais? Por quê?
- Na opinião de vocês, porque a honra era tão importante para os Samurais? O que isso influenciava em seus combates e batalhas? Por quê?
- Podemos seguir o código Bushido nos dias de hoje? Por quê?



Leitura 3

ORDEM DOS CAVALEIROS

Cavaleiros da Idade Média se distinguiam dos camponeses, clérigos e deles mesmos por suas diferentes habilidades guerreiras. Cavalos fortes e velozes, armas bonitas, eficientes, e armaduras bem-feitas era símbolo de status. Por volta do século XII, o cavalheirismo se tornou um estilo de vida. As principais regras do código de cavalaria eram as seguintes:

- Proteger as mulheres e os fracos;

- Defender a justiça contra a injustiça e o mal;
- Amar sua terra natal;
- Defender a Igreja, mesmo com risco de morte.

Na idade de 14 anos, o jovem se tornava escudeiro, um cavaleiro em treinamento. Escudeiros eram delegados a um cavaleiro que prosseguia com a educação do jovem. O escudeiro era o companheiro e servente do cavaleiro.

Os deveres do escudeiro incluíam o polimento das armaduras e armas (propensas à ferrugem), ajudar seu cavaleiro a se vestir e despir, tomar conta de seus pertences e até dormir no vão ocupado pela porta como um guarda.

Nos torneios e batalhas, o escudeiro ajudava seu cavaleiro quando preciso. Ele levava armas substitutas e cavalos, tratava das feridas, afastava os cavaleiros feridos do perigo, ou garantia um enterro decente, se necessário. Em muitos casos o escudeiro ia à batalha com seu cavaleiro e lutava ao seu lado.

Com 21 anos, o escudeiro era elegível para se tornar um cavaleiro. Candidatos adequados eram proclamados cavaleiros por um lorde ou outro cavaleiro de grande reputação. A cerimônia de se tornar um cavaleiro inicialmente era simples: geralmente, "recebia-se o título" no ombro com uma espada e depois afivelava-se um talim.

A cavalaria habitualmente só era atingível para aqueles que possuíam terras ou renda suficiente para cobrir as responsabilidades da classe. Escudeiros que lutassem particularmente bem poderiam ganhar o reconhecimento de um grande lorde durante a batalha e ser proclamados cavaleiros no campo de batalha.

Nas simulações de batalhas, apenas os cavaleiros podia participar, chamadas de torneios, começaram no século X, como simples competição entre cavaleiros, mas se tornaram mais elaborados com o passar dos séculos. Eles se tornaram importantes eventos sociais os quais atraíam patronos e competidores de grandes distâncias. Arenas especiais foram construídas com arquibancadas para espectadores e pavilhões para os combatentes. Cavaleiros competiam individualmente e também em equipes. Eles duelavam entre si usando uma e variedade de armas, como espadas, lanças, arco e flecha e, simulavam batalhas corpo-a-corpo com muitos cavaleiros. Disputas envolvendo dois cavaleiros lutando com lanças se tornaram o principal evento, as justas. Os cavaleiros competiam, como atletas modernos, por prêmios, prestígio e olhares das damas que enchiam as arquibancadas.

No século XIII, tantos homens estavam sendo mortos em torneios que os líderes, incluindo o papa, ficaram alarmados. Sessenta cavaleiros morreram em 1240 num torneio em Cologne, por exemplo. O papa queria todos os cavaleiros possíveis para lutarem nas Cruzadas na Terra Santa, em vez de serem mortos em torneios. Armas tornaram-se cegas e regras

tentaram reduzir a incidência de ferimentos, mas feridas sérias e fatais continuaram ocorrendo. Henrique II da França foi mortalmente ferido numa competição num torneio celebrando o casamento da filha.

Desafios terminavam geralmente em torneios amistosos, mas ressentimentos entre dois inimigos poderiam ser resolvidos em uma luta até

a morte. Os perdedores dos torneios eram capturados e pagavam um resgate para os vitoriosos em cavalos, armamentos e armaduras para obterem a liberdade. Arautos mantinham registros dos recordes dos torneios. Um cavaleiro de baixa classificação poderia acumular riquezas por meio de prêmios e atrair uma esposa abastada.



Discussão

- Podemos fazer relações entre os princípios da Ordem dos Cavaleiros com os princípios do Bushido? Por quê?
- Os guerreiros da idade média eram lutadores? Por quê?
- Os “torneios” onde aconteciam as simulações de batalha na idade média tem características em comum as competições esportivos atuais? Por quê?



Sugestões



LIVROS E TEXTOS



- Sobre a arte guerreira dos Samurais, o livro: **O Livro dos Cinco Anéis** de Miyamoto Musashi, Editora Novo Século, 2008.
- Sobre a cultura japonesa e Samurai, o livro: **Hagakure: O Livro do Samurai** de Yamamoto Tsunetomo, Conrad Editora, 2004.
- Sobre a esgrima, armas e técnicas, o livro: **O Livro de Esgrima** autor desconhecido, criado por volta de 1500. Acesse em:
<https://dl.wdl.org/7500/service/7500.pdf>



SITES



- <http://bushidobrasil.com.br>
<http://cbkendo.com.br/>
<http://cbesgrima.org.br/>



FILMES, SERIADOS, DESENHOS, ANIMES, JOGOS ELETRÔNICOS.



- Sobre a cultura Samurai de treinamento e costumes, o filme: O Último Samurai.
- Sobre a cultura Samurai e a honra, o filme: 47 Ronins.
- Sobre a homossexualidade entre Samurais, o filme: Tabu.
- Sobre a cultura dos cavaleiros da Idade Média e os “torneios”, o filme: Coração de Cavaleiro.
- Sobre a cultura medieval, os seriados: Xena: A Princesa Guerreira e Hercules.
- Sobre combates de espada, os animês: ‘Blade: a Lamina Mortal’ e ‘Samurai X’.

- Sobre as diferentes culturas guerreiras do mundo, o jogo: 'For Honor'.



CULTURA, ARTE E MÍDIA



CREDO DE UM GUERREIRO

Eu não tinha pais.
 Adotei o céu e a terra como meus pais.
 Eu não tinha casa.
 Adotei estar consciente como minha casa.
 Para mim não existia vida e morte.
 Adotei a respiração e aspiração como vida e morte.
 Eu não possuía meios.
 Adotei a compreensão como meio.
 Eu não possuía habilidades especiais.
 Adotei a moral como minha habilidade especial.
 Eu não possuía olhos.
 Adotei ser rápido como a luz dos meus olhos.
 Eu não possuía ouvidos.
 Adotei a sensibilidade como meu ouvido.
 Eu não possuía membros.
 Adotei a agilidade como meus membros.
 Eu não possuía estratégia.
 Adotei não desvanecer de pensamento como minha estratégia.
 Eu não possuía projetos.
 Adotei prever oportunidades como meus projetos.
 Eu não possuía princípios.
 Adotei me adaptar a situações como meu princípio.
 Eu não tinha amigos.
 Adotei meu coração como meu amigo.
 Eu não possuía talentos.

Adotei ser persistente como meu talento.
 Eu não possuía inimigos.
 Adotei a imprudência como minha inimiga.
 Pra mim não existia milagre.
 Adotei levar a vida corretamente como milagre.
 Eu não possuía corpo.
 Adotei a paciência como meu corpo.
 Eu não possuía armadura.
 Adotei a compaixão como minha armadura.
 Eu não era iluminado.
 Adotei a determinação como minha iluminação.
 Eu não possuía espada.
 Eu adotei a ausência de ego como minha espada
 (Samurai Anônimo, Século XIV).

O ULTIMO SAMURAI

Uma pitada de força
 Outra de velocidade
 Um pouco de disciplina
 E aquecer o coração em honra

Olhos flamejantes e fixos a presa
 Músculos contraídos, fortes e preparados,
 Mãos apreensivas, mas fixas e constantes,
 Respiração leve, firme e concentrada.

O espírito preparado
 A alma em vontade

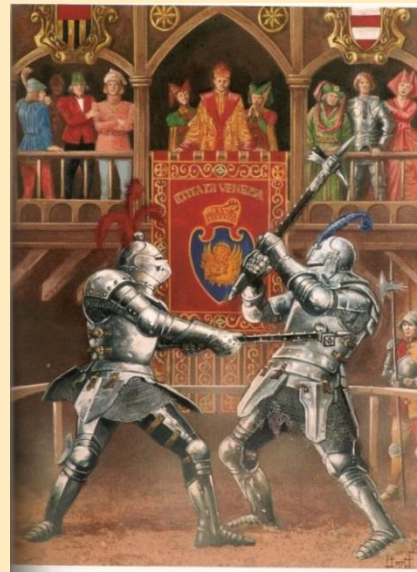
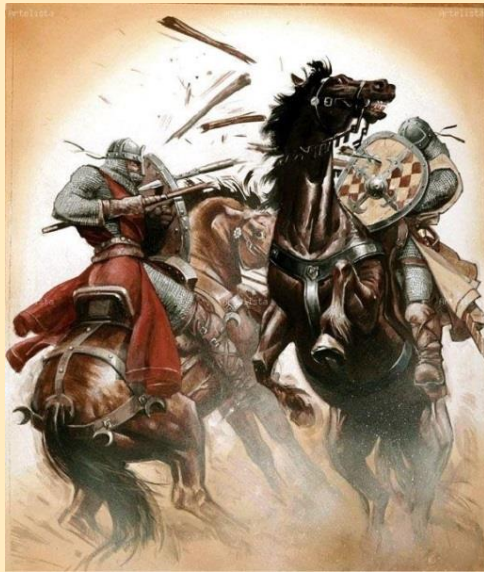
O pensamento se desfaz
O corpo em inercia

Apenas num instante
O movimento preparado pela vida
O coração deixa sua forma
Os músculos fazem sua parte

Pronto, com o coração ardente em honra.

A disciplina já aplicada
O movimento executado
Sinta... a pequena medida de paz.
(Álex Jhow)

Pintura de Justo Jimeno Bazaga - Justa en el siglo XV



<https://pinturasdeguerra.tumblr.com/post/98326387503/samurai-naginata-box-art-zvezda/amp>

Kodo – O’Daiko: Tambores tradicionais japoneses

<https://www.youtube.com/watch?v=C7HL5wYqAbU>

3.4.

LUTAS DE CONTATO MEDIADO POR IMPLEMENTO DE LANÇAMENTO



Conceituando

Nos jogos de contato mediado por implemento de lançamento deve haver o cuidado com a utilização e construção de implementos que sirvam como meio para atingir os objetivos das atividades propostas. Esses jogos irão estimular habilidades para manipulação e lançamento do implemento num alvo. A proposta das atividades que vai determinar a intensidade dos golpes, o lançamento de flechas em um alvo fixo é diferente da que se refere ao lançamento em um adversário em movimento. Apesar do oponente/alvo ser uma condição para a Luta, ações referentes à manipulação de implementos podem ser construídas com o intuito de atingir outros alvos. Comprendemos que as crianças e jovens poderão dar mais significado a cada implemento construído, na medida que tiverem a oportunidade de construir esses materiais de forma alternativa.

Lutas de contato mediado por implemento de lançamento vão dispor de jogos de manipulação e lançamento do implemento num alvo.

Leitura 1

A ESPORTIVIZAÇÃO DAS ARTES MARCIAIS

Antes de se tornar um esporte, as artes marciais tiveram duas conotações principais: primeiro, uma relacionada à sua prática nas guerras, e posteriormente, como um caminho para a busca de um estilo de vida pacífico.

Com seu desenvolvimento, ganhou conotação de esporte, surgindo a necessidade, moderna, de se montarem federações, as confederações, agregando um status de esporte as artes marciais. Algumas delas subjugarão a

questão filosófica, em virtude dos princípios esportivos, outras destacaram a dualidade de objetivos (como o Judô, o Karatê-do, o Kung Fu, etc), em que existem objetivos esportivos (competição e filosóficos, e outras, ainda, concentram-se mais na vivência de atividades de desenvolvimento pessoal (por exemplo, o Aikido)).

Atualmente, deparamos com grande expansão das artes marciais no mundo. As raízes orientais foram se

disseminando, ora pela necessidade de luta pela sobrevivência ou para defesa pessoal, ora pela possibilidade de ter as artes marciais como própria filosofia de vida. Com a influência do mundo ocidental, especialmente no século XX, a expansão das artes marciais se deu, sobretudo, por meio de modelos competitivos, atribuindo as lutas características distintas das originais.

(Fonte: Livro Educação Física Escolar: compartilhando experiências. Organizadora Suraya Darido, 2011).



Discussão

- Existe diferença entre Artes Marciais e esportes de combate? Por quê?
- Os movimentos do Karatê-do nas competições esportivas são iguais aos movimentos do Karatê-do tradicional? Se não, por que os movimentos foram modificados?
- Você conhece Artes Marciais que dentro de suas praticas tem diferenças nos movimentos e rituais, de um lado esportivas e de outro tradicionais? Quais as características que as diferenciam?





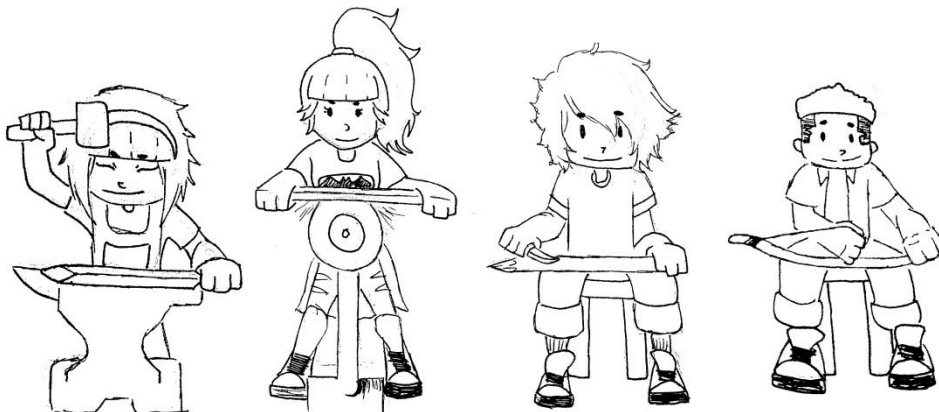
Sugestões

- Sobre a Esportivização das Artes Marciais, os artigos:
Bujutsu, Budô, esporte de luta de Carlos Martins e Cláudia Kanashiro, Revista Motriz, 2010.
O processo de esportivização do taekwondo de Gleyson Rios, Revista Pensar a Prática, 2005.



Hora da Forja

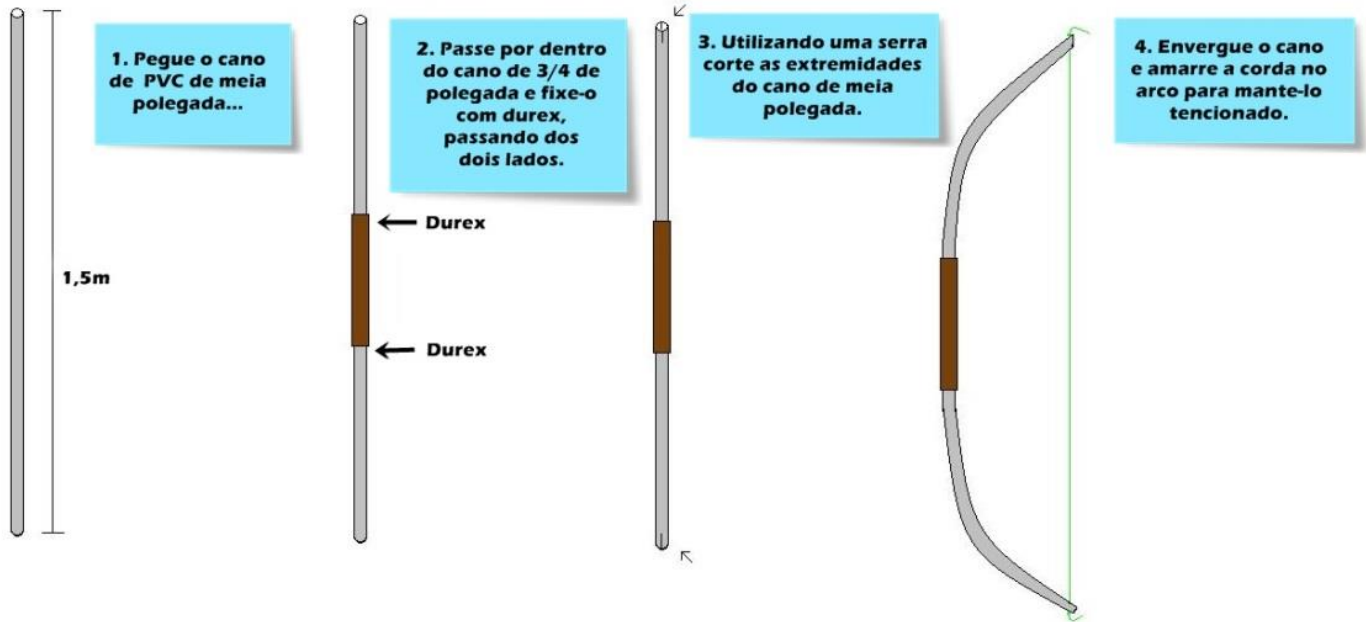
(Construção de Implementos)



ARCO E FLECHA DE SWORDPLAY

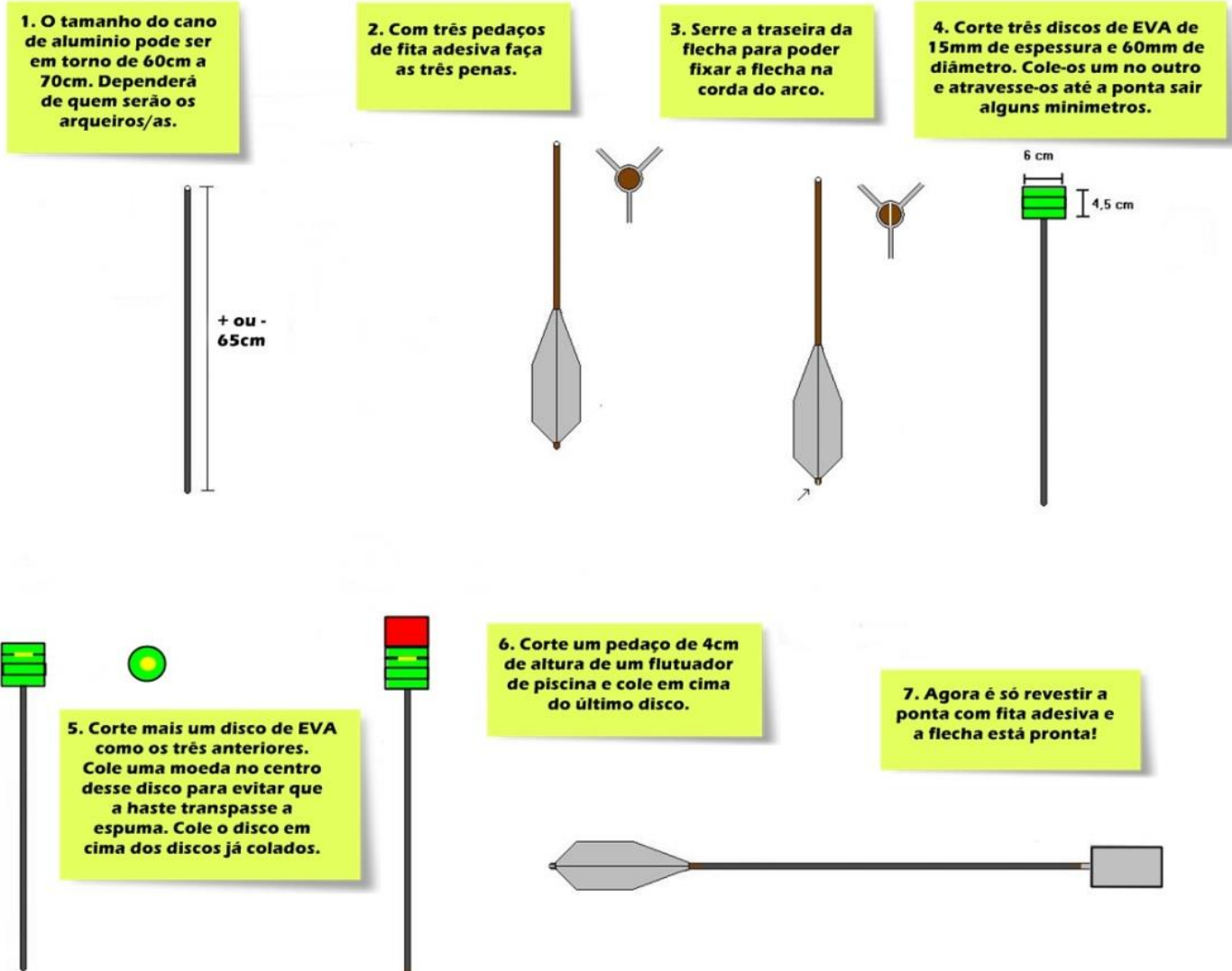
PARA O ARCO PRECISAREMOS DE:

Um cano de PVC de meia polegada de 1,5m | Um cano de PVC de 38cm de 3/4 de polegada |
Uma corda de nylon | Durex largo



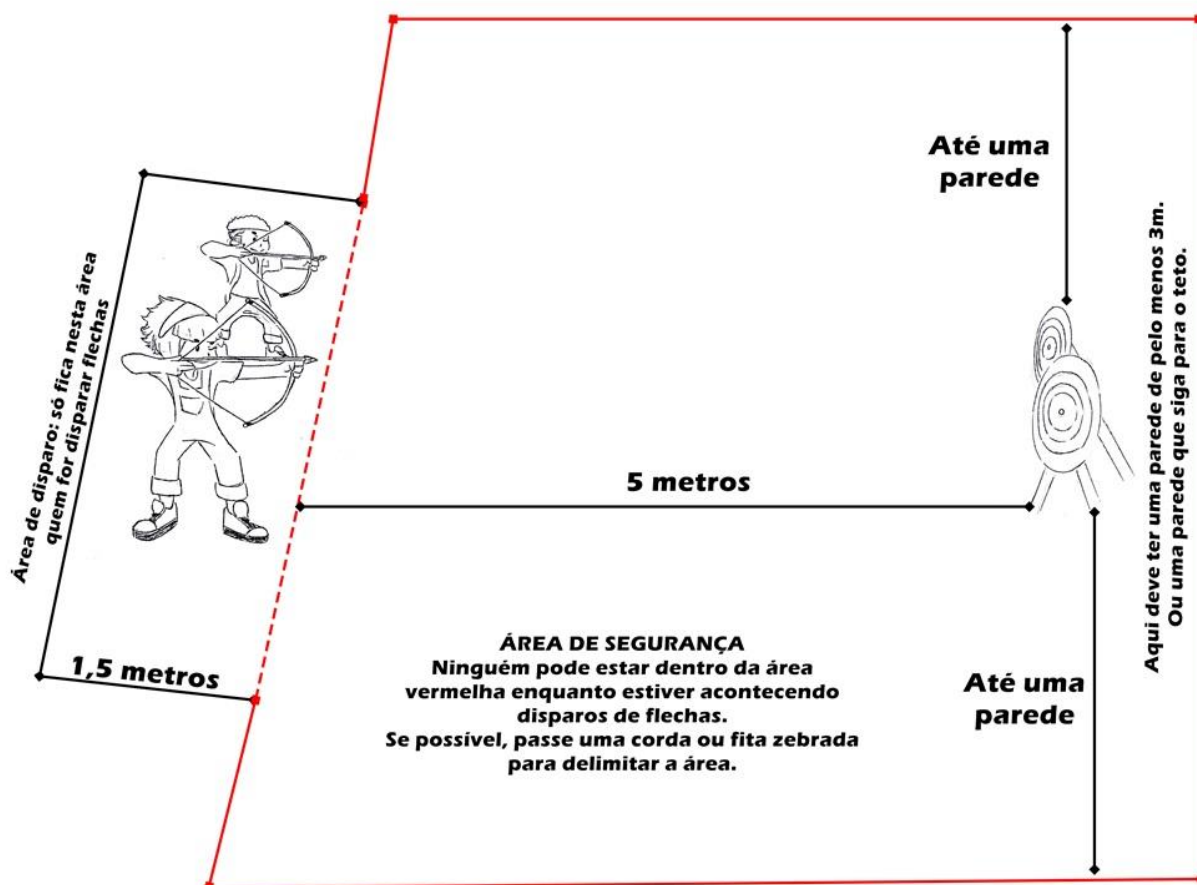
PARA A FLECHA PRECISAREMOS DE:

Um cano de alumínio de 5mm | EVA de 15mm para fazer a ponta de proteção |
Durex largo ou fita adesiva de polietileno



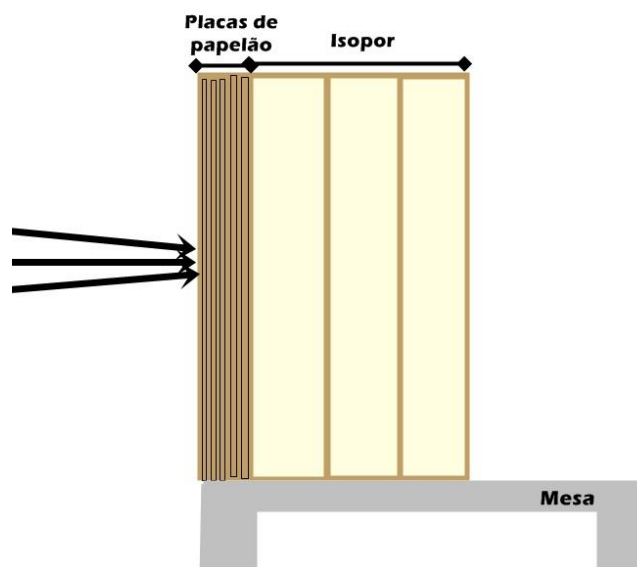
Para construção das flechas a serem utilizadas no estande de Arco e Flecha, siga apenas o passo 1, 2 e 3 do tutorial descrito na página anterior. As flechas podem ser atiradas sem uma ponta específica, pois os alvos são macios e o alumínio é resistente.

ESTANDE DE ARCO E FLECHA



ALVO DE ARCO E FLECHA

Feito de caixa de papelão e isopor





Sugestões

- Vídeo tutorial sobre faca de SwordPlay:
<https://www.youtube.com/watch?v=mDATxZxkW58>
- Vídeo tutorial de um avo bem fácil de fazer:
https://www.youtube.com/watch?v=mdIpMcP_5g4
- Alvos também podem ser feitos: apenas de papelão dentro de uma caixa, ou de retalhos de panos e se conseguir encontrar, feno é um ótimo alvo também!



Vivências

LANÇAMENTO DE PAPEL

Material: bolas de papel ou jornal

Realização: nessa atividade os educandos devem estar em pé de frente para o outro portando pelo menos uma bola amassada de papel e com pelo menos dois metros de distância entre eles. O objetivo do jogo é lançar a bola de papel na direção do colega e o mesmo deve tentar esquivar-se. Ganhará quem conseguir acertar a bola de papel mais vezes no adversário e ser acertado menos vezes. As regras dessa atividade podem ser modificadas com um lançando e o outro podendo apenas esquivar das bolinhas de papel.

Variação: podemos pedir que os educandos tentem rebater as bolinhas de papel com socos, a fim de tentar devolvê-la para o adversário que fez o primeiro arremesso. Outra possibilidade é aumentar a quantidade de pessoas na disputa, chegando até a turma toda.

Pensar sobre a vivência: manipulação de implementos que podem ser lançados, mira.

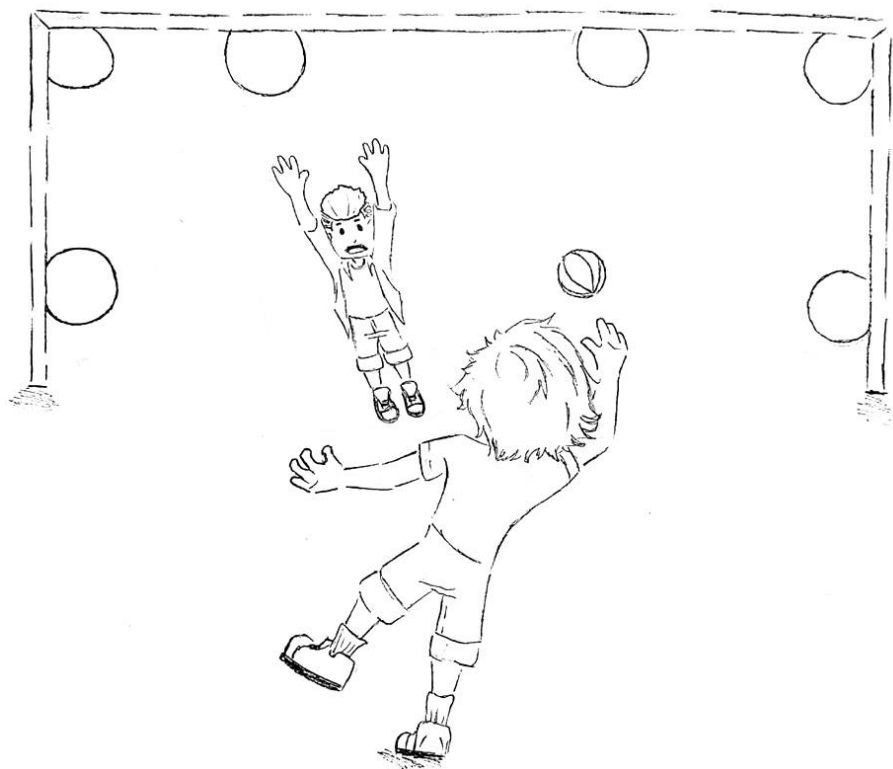


DEFENDENDO O ALVO

Material: armas lançáveis de swordplay (facas, shurikens, kunais, etc), bolas de papel, de tênis, além de bambolês ou giz.

Realização: essa atividade consiste em fazer alguns alvos com bambolês presos a um gol de futsal ou desenhados numa parede. Um educando deverá lançar os implementos nos alvos e outro tentará defender os alvos. A pontuação pode ser contabilizada pela quantidade de vezes que o lançador acertou o alvo e pela quantidade de defesas que o bloqueador fez. Ganha quem fizer mais pontos.

Varição: podemos colocar mais de um educando defendendo e lançando os implementos nos alvos, fazendo com que a dupla ou o grupo tenha que trabalhar coordenadamente. Outra opção é colocar os dois educandos defender alvos simultâneos.



DO ESTILINGUE AO ARCO E FLECHA

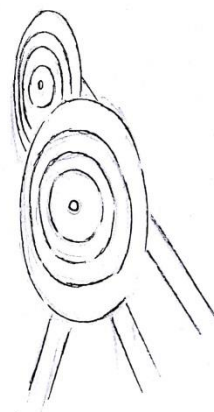
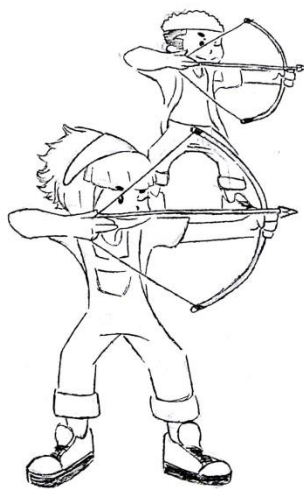
Material: estilingue, implementos lançáveis pelo estilingue, arco, flecha com ponta perfurante, protetor de braço e alvo (todos esses equipamentos podem ser produzidos como descrito no tópico sobre materiais alternativos).

Realização: essa atividade consiste em realizar uma experiência de tiro com arco envolvendo os educandos. É muito provável que poucos ou nenhum educando

tenham tido contato com arco e flecha, assim, iniciar a utilização do arco em jogos com alvos em movimento poderá causar bastante dificuldade. Sugerimos uma aula de experimentação dos equipamentos, primeiro iniciando pelo estilingue que tem um manuseio bem mais simples e já vai estimular técnicas de mira, para depois chegar ao arco e flecha. Isso não é obrigatório, apenas uma sugestão.

Dessa forma, coloque os alvos a uma distância de no máximo cinco metros dos educandos que vão lançar as flechas, tente colocar a mesma quantidade de alvos de acordo com a quantidade de arcos e flechas, para que a maior quantidade de educandos possível possa participar ao mesmo tempo. Leia as sugestões de segurança para o estande de arco e flecha descrito no tópico de construção de materiais alternativos. Nessa atividade você pode contabilizar a quantidade de pontos de cada educando e solicitá-lo que demonstre a técnica utilizada e compartilhe com os colegas.

Pensar sobre a vivência: essa atividade pode ser um estímulo para pensar as várias perspectivas do arco e flecha, suas origens, desenvolvimento, diferenças em varias culturas. Utilização como arma para sobrevivência, para guerra, como esporte, entre outras.



BOLICHE AÉREO

Material: arcos, flechas de swordplay, protetor de braço e garrafas pet.

Realização: nessa atividade os educandos devem estar portando um arco, protetor de braço e algumas flechas de swordplay, colocando algumas garrafas pet a sua frente como alvos do seu adversário. Eles devem ficar um de frente para o outro a uma distância mínima de oito metros, sendo que essa medida deverá variar para mais ou

menos de acordo com a potência dos arcos que serão utilizados. Coloque-os a uma distância que para a flecha alcançar os alvos o seu lançamento deva ser para cima, formando uma parábola para chegar até lá. O objetivo do jogo é lançar a flecha em direção aos alvos para derrubá-los. Peça que os educandos fiquem atrás dos alvos para ver o movimento da flecha e esquivarem da flecha se for necessário. Ganhará quem fizer mais pontos acertando os alvos.

Variação: nessa atividade podemos colocar que ainda só um pode lançar a flecha para acertar o alvo, mas o defensor pode tentar defender os alvos lançando uma flecha para tentar bloquear o lançamento do adversário. E por fim, os dois poderão lançar flechas para acertar e para defender os alvos. Outra possibilidade é formar equipes para a mesma atividade em vez de apenas 1x1.

Pensar sobre a vivência: essa atividade é para pensar no lançamento de flechas em alvos de longa distância e a esquiva de flechas lançadas.



ARCHERY TAG

Material: arcos, flechas de swordplay, protetor de braço, garrafas pet, TNT e barbante.

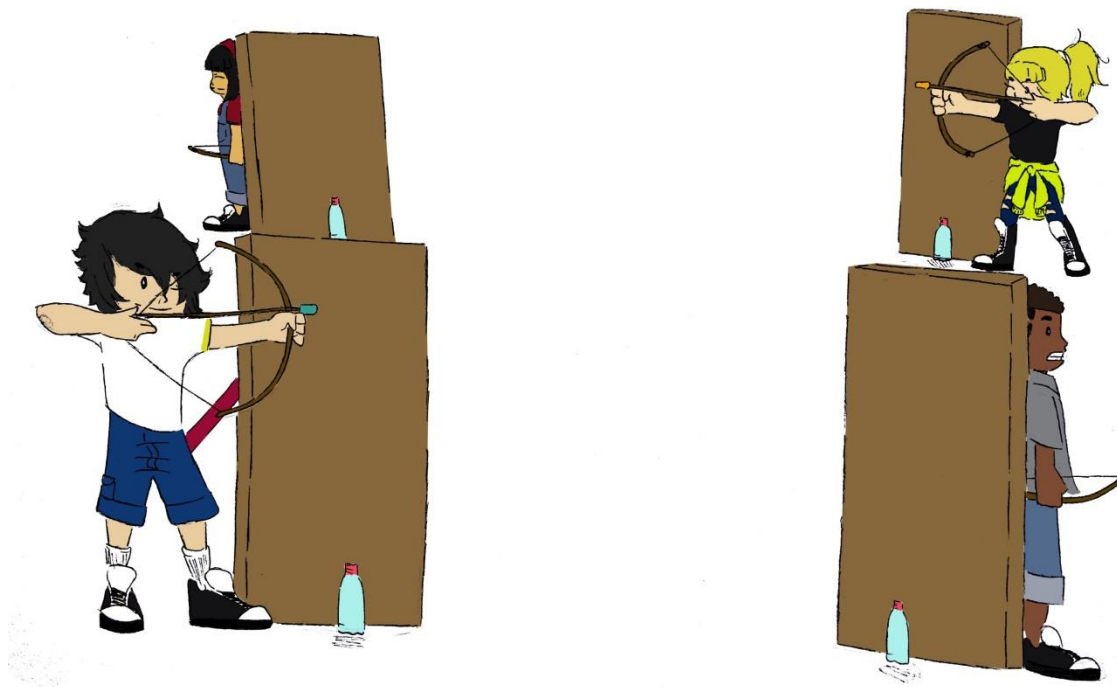
Realização: essa atividade consiste em construir barreiras de proteção de TNT, que pode ser presas a um barbante atravessado de fora a fora pela quadra, ou entre gols de futsal ou em postes das tabelas de basquete ou de vôlei. Cada educando deve ter uma barreira de proteção, ou seja, deverão ser construídas duas linhas uma de frente para outra com pelo menos cinco metros de distância entre elas (a distância dependerá da potência dos arcos e habilidade dos educandos. Deve haver um mínimo de dificuldade para acertar os alvos), as duas linhas serão das duas equipes adversárias. Essa proteção

servirá para os educandos se esconderem de flechas lançadas pelos adversários. Próximo a essas barreiras de proteção, deverão ser colocadas algumas garrafas pet para servirem de alvos para pontuação também.

O objetivo do jogo é acertar os adversários e as garrafas pet. A pontuação pode ser definida por você professor/a, de acordo com a relação que os educandos estiverem tendo com os equipamentos e com os lançamentos das flechas. Sugerimos que quando algum educando for acertado, que ele não seja retirado do jogo, mas dê pontos para a outra equipe, assim todos podem participar durante toda a atividade.

Varição: uma variação possível é espalhar barreiras de proteção por toda a quadra ou local da aula, assim como adicionar outros obstáculos onde os educandos possam se esconder, como latões de lixo (vazios), bicicletas com TNT enrolados, caixas de papelão, carteiras escolares, entre outros. Montando assim, um verdadeiro “campo de batalha”, onde os educandos separados em equipes tenham o objetivo de acertar os colegas ou conseguir invadir um território. Nesse caso, podemos colocar duas equipes rivais ou até mais, como quatro equipes lutando entre si, com objetivos iguais ou diferentes. Além do arco e flecha, nessa atividade podem ser adicionadas as armas lançáveis de swordplay (facas, kunais, shurikens).

Pensar sobre a vivência: pensar sobre estratégias de ataque e defesa em equipe utilizando implementos de lançamento.

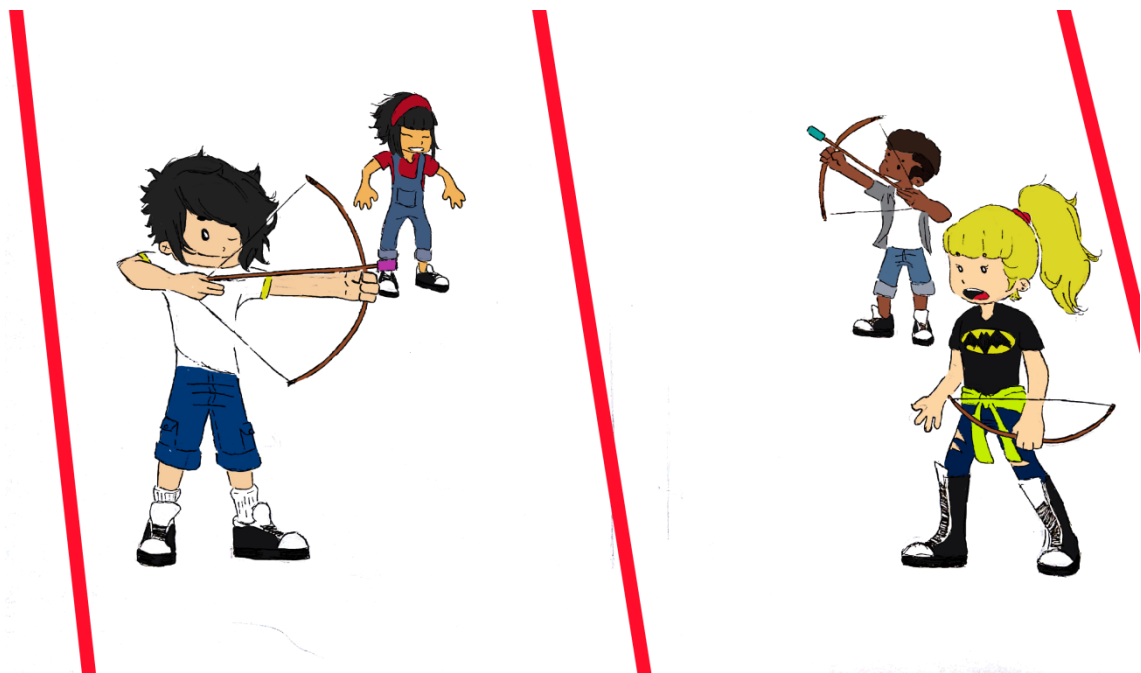


QUEIMADA COM FLECHAS

Material: arcos, flechas de swordplay e protetor de braço.

Realização: nessa atividade utilizaremos as regras básicas da queimada, o diferencial será na forma de queimar, em vez de lançar uma bola, lançaremos flechas. Dessa forma, a princípio não será uma opção agarrar a flecha, mas apenas esquivar delas para não ser queimado. Nesse jogo é interessante que todos os educandos tenham um arco em mãos, para que todos possam pegar a flecha para lançar nos adversários, tanto os que estiverem em seu território quanto os que estiverem no território morto (ou geladeira), para onde os queimados vão. Mas caso não seja possível um arco para cada, estimule que o arco sempre esteja passando nas mãos de todos.

Variação: nessa atividade, assim como na queimada tradicional, podemos propor variações modificando os espaços e a quantidade de flechas que estarão em jogo.



CORREDOR DE FLECHAS (UMA BANDEIRA NO FINAL)

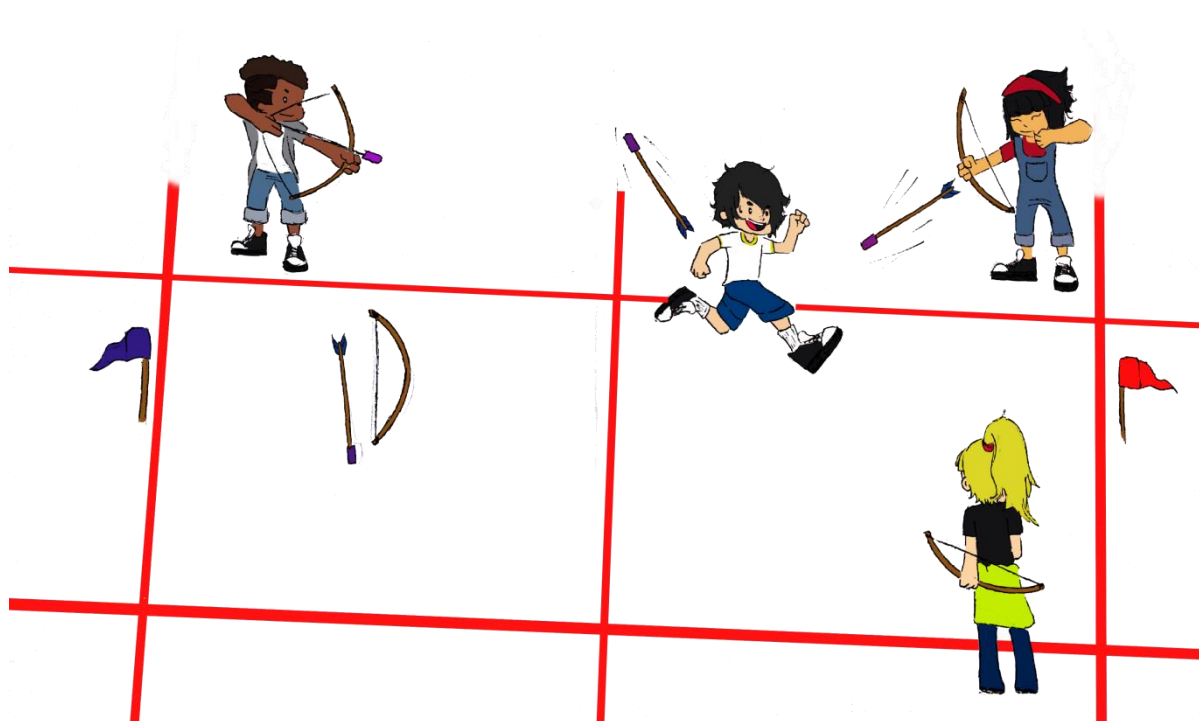
Material: arcos, flechas de swordplay, protetor de braço, garrafas pet ou bola (para ser utilizada como bandeira)

Realização: utilizaremos as regras básicas do rouba bandeira ou pique bandeira, ou seja, duas equipes defendem sua bandeira enquanto tentam roubar a da equipe adversária, quando alguém passa pelo território adversário sem ser “colado” e chega até a bandeira, não pode ser “colado” até que entre novamente no território. O objetivo é

atravessar o território adversário, pegar a bandeira e trazer para o próprio território. A diferença aqui será na forma que a equipe impedirá os adversários de passarem, pois, ao invés de tocar na pessoa, os adversários terão que lançar flechas. Caso acertem, o atacante terá q permanecer parado no local até que um de seus colegas de equipe toque nele, ou que lance uma flecha e o acerte. Caso o atacante seja acertado enquanto estiver voltando com a bandeira, ele deverá permanecer onde estava, mas a bandeira deverá retornar ao ponto de início.

Sendo assim, os defensores só poderão ficar nas laterais do território, ou seja, o caminho para chegar até a bandeira estará livre de obstáculo, fora as flechas que voarão das laterais. Assim, os atacantes terão que atravessar sem arco e se esquivando das flechas que forem lançadas, até chegar ao território que está a bandeira, pegá-la e retornar sem ser atingido. O espaço entre a linha que separa os territórios e a bandeira e a distância entre as linhas laterais onde os arqueiros defensores ficarão, deve ser estabelecida de acordo com a potência dos arcos e a habilidade dos arqueiros.

Varição: podemos mudar essa atividade para a utilização da quadra toda ou por todo um pátio da escola, fazendo apenas as linhas de demarcação do território e de onde ficará a bandeira.



JÁ OUVIU FALAR DE RPG?

RPG é uma sigla em inglês que pode ser traduzida como “Jogo de Interpretação de Papéis” ou “Jogo de Interpretação de Personagens”. Nele um grupo de amigos se reúne para construir uma história, como se fosse um teatro de improviso. Existe um diretor, chamado de “narrador” ou “mestre”, que vai explicando o desenrolar da trama; e existem os jogadores, que modificam a história à medida que interpretam seus personagens.

Durante o jogo os personagens vivem aventuras que lembram os grandes épicos de nossa literatura e cinema: enfrentam monstros, salvam princesas, desafiam impérios galácticos. Ou não, pois também é possível interpretar vilões e anti-heróis. Existem RPGs de todos os tipos: de fantasia medieval ao terror, de viagens espaciais a cenários históricos. E isso sem precisar desgrudar da cadeira e largar o refrigerante, pois tudo se passa na imaginação. Existem formas diferentes de jogar RPG e também outros jogos que derivaram dele, mas neste artigo trataremos unicamente do RPG “de mesa”, o mais tradicional, onde os

jogadores apenas dizem o que seus personagens farão, interpretando-os por meio de diálogos.

Como funciona?

O mestre prepara uma história com algum desafio a ser superado e os jogadores criam os personagens que se envolverão nesta trama. Essas histórias são geralmente chamadas de “aventuras” e um conjunto de aventuras jogado com os mesmos personagens forma uma “campanha”.

Todo jogo tem regras e no RPG geralmente elas vêm escritas em livros que contém instruções e ideias para a criação de emocionantes campanhas, personagens e antagonistas. Muitos desses livros também descrevem os cenários onde as aventuras podem acontecer e o tipo de personagem que os jogadores podem ou não criar. Faz sentido jogar com um cowboy no Velho Oeste, mas não numa história do rei Arthur.

Cada jogador tem um formulário, a “ficha de personagem”, onde tudo que seu personagem sabe fazer está anotado. Geralmente essas habilidades estão associadas a um

número (“Natação: 10, “Esquiva: 8”, “Bloqueio: 4”, etc.) e se jogam dados contra esses valores para saber se o personagem foi ou não bem sucedido em sua ação. Vem daí o apelido de RPG “de mesa”, já que é comum jogar ao redor desse apoio para os livros, os dados, etc.

O jogo inteiro baseia-se nas escolhas feitas pelos personagens que, interpretados pelos jogadores, modificam a trama, afetando o mundo da narração. Então o mestre descreve as

consequências das ações dos personagens, e isso gera novas situações para que eles escolham novas ações. Assim, a história vai se construindo coletivamente.

Dá um exemplo?

A fantasia medieval é considerada um tema clássico nos jogos de RPG. Numa aventura típica, quatro heróis tentam resgatar a filha do justo rei Albert, sequestrada por um feiticeiro maligno:

Professor/a a construção de histórias com os jogos de RPG pode ser muito proveitosa, caso você queira trabalhar as Lutas ou até mesmo alguma Arte Marcial e suas técnicas, filosofias, etc. Toda a história é construída pelo/a mestre e os jogadores vão ter que tomar decisões a partir dos problemas colocados. Dessa forma, podemos criar situações que exijam a utilização de certas técnicas ou de conhecimentos específicos para a saída das situações colocadas pelo Mestre. Por exemplo, *“uma esfinge surge a frente da porta pela qual vocês precisavam passar! E lhe diz: Para passar pela porta vocês terão que me responder! Qual os sete princípios do Bushido?”* ou *“um feiticeiro aparece e lança uma magia em vocês! E diz: nenhum movimento, nem arma, nem magia, vocês agora só poderão usar técnicas de Karatê-do, ou então sua vida e sua alma pertencerão a mim, Muahaha!”* Nesse contexto, você pode criar problemas para serem resolvidos em conjunto pela própria mesa ou individualmente para cada personagem. Além de toda a magia intrínseca aos jogos de RPG, a liberdade para a imaginação é fundamentalmente o eixo central da proposta.

Vocês seguem pelos corredores escuros e úmidos do subterrâneo da fortaleza. A luz das tochas de vocês mostra uma bifurcação à frente. Quando vocês se aproximam, percebem um brilho do lado direito, como se alguém estivesse segurando uma tocha também, além da esquina. O que vocês vão fazer?



Eu digo: "Apaga essa tocha, senão podem nos ver também!"

Bom ideia! Eu apago a tocha e faço meu cavaleiro pegar o escudo.

Eu também vou me preparar! Pode ser que tenha algum monstro ali na frente. Saco meu machado!



Ok. Vocês apagam as luzes e sacam suas armas, preparando-se para o pior. E você, Lee?

Vou esperar eles pararem com essa barulheira e fazer minha personagem tentar ouvir alguma coisa, pra saber se tem ou não perigo.

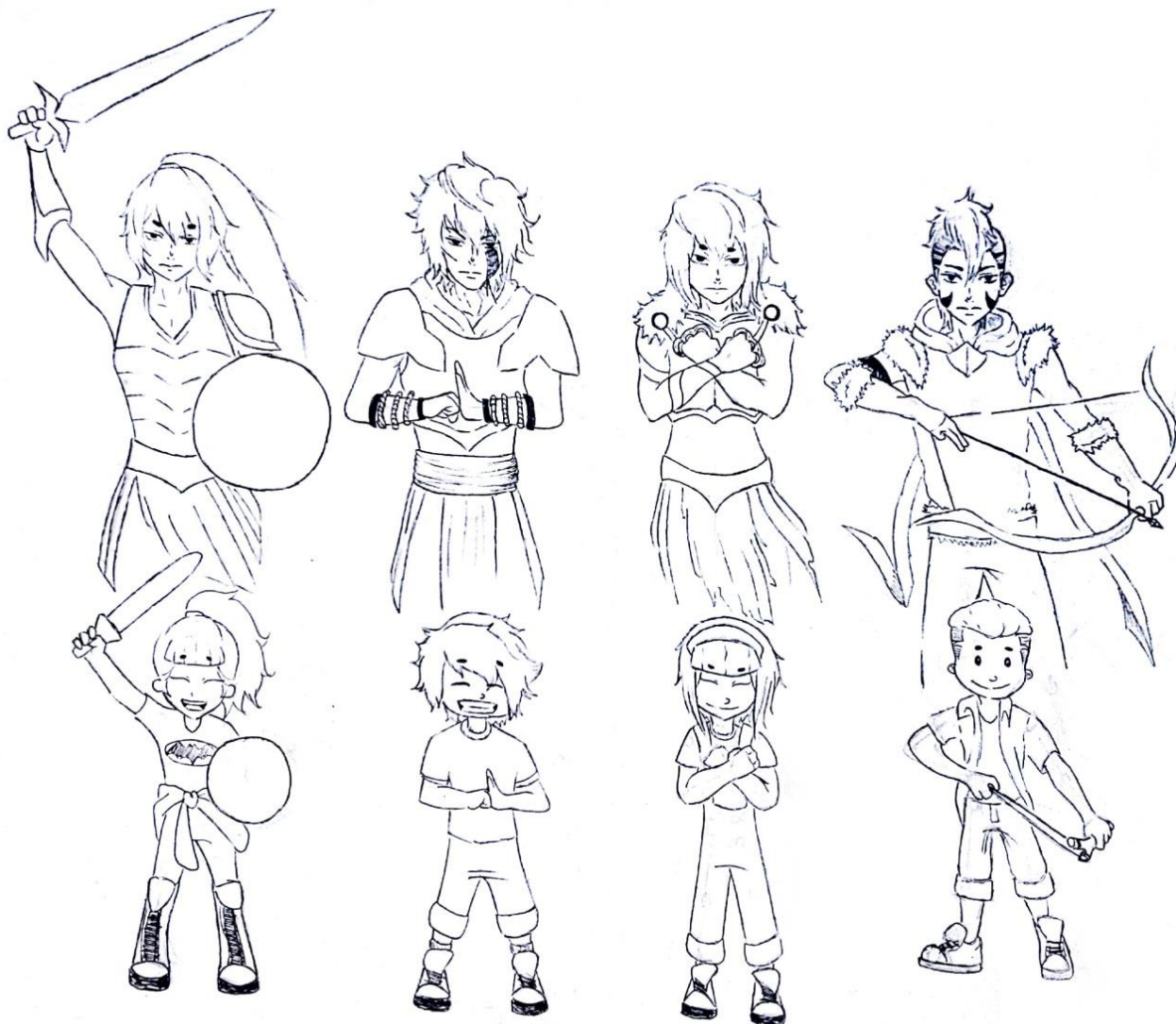
Ok, Lee! vamos rolar os dados! Se você passar no teste eu lhe conto o que sua personagem ouviu...





Discussão

- Podemos aprender sobre as Lutas jogando RPG? Por quê?
- Podemos utilizar as Lutas e Artes Marciais nos jogos de RPG? Por quê?
- Golpes e conhecimentos construídos nos jogos de RPG podem ser utilizados nas aulas de Lutas? Por quê?





Sugestões

- Livro: SIMPLES: sistema inicial para mestres-professores lecionarem através de uma estratégia motivadora. Marcos Tanaka Riyis, Edição do Autor, 2004.
- Tese: Roleplaying game e a pedagogia da imaginação no Brasil: primeira tese de doutorado no Brasil sobre o roleplaying game. Sonia Rodrigues Rio de Janeiro: Bertrando Brasil, 2004.
- Anais do I simpósio RPG e educação. São Paulo: Devir, 2004.
- Um verdadeiro banco de teses e dissertações brasileiras sobre RPG, blog: <http://rpgacademico.blogspot.com/>
- Aplicativos de smartphone que ajudam no RPG: <http://novonerd.xpg.com.br/rpg-turbine-sua-aventura-com-essas-dicas-de-apps/>

Leitura 3

A ESCURIDÃO FORA DA CIDADE

Um estudante de artes marciais foi visitar um famoso dojô de Kyudô (arcoaria Zen) no Havaí.

Perguntou ao sensei se estaria disposto a ensinar-lhe tudo o que pudesse a respeito de fazer a flecha atingir o alvo. O sensei levantou-se do lugar onde estava ajoelhado, levantou o arco bem alto e baixou-o lentamente até a altura do seu peito cheio de ar, estirou a corda e soltou-a, lançando a flecha. Um segundo depois ela estava cravada no centro do alvo.

‘Incrível!’, disse o discípulo. ‘O senhor deve ser o melhor arqueiro da ilha!’

‘Acho que não’, disse o sensei. ‘Minha mestra é uma excelente artista marcial e foi ela que me ensinou tudo que sei’.

‘Talvez eu deva visita-la’, disse o discípulo.

Pegou a balsa e foi à outra ilha, buscando essa lendária mestra de Kyudô. Curiosamente, a mestra era uma senhora de idade que estirava o arco

com força e elegância e enviava flechas certeiras ao centro do alvo.

O discípulo aplaudiu-a lentamente e disse: ‘Impressionante! E o que mais a senhora pode me ensinar, que seu outro discípulo não aprendeu?’

A sensei levantou novamente o arco, encaixou na corda uma nova flecha, conduziu sua mente ao local onde estava cravada a flecha anterior.

‘Nossa!’, exclamou o discípulo. ‘Vou aprender com a senhora! A senhora é a melhor de todos!’

‘Acho que não’, disse a mestra. ‘Sugiro que você vá conhecer meu mestre, que mora do outro lado desta ilha, além da montanha’.

O estudante pôs uma mochila nas costas e caminhou por vários dias, até que encontrou um velho que morava numa cabana. Chegou à noite e viu o sensei acendendo uma pequena fogueira

(Trecho extraído do livro: “Um caminho de paz: um guia das tradições das artes marciais para jovens”, p. 89 e 90).

fora da cabana – a única luz que via num raio de quilômetros.

O discípulo indagou dos segredos da arte desse mestre. O sensei se levantou, saiu de perto da fogueira e disparou uma flecha para o meio da escuridão. ‘Na noite cai uma folha’, disse ele. O discípulo acendeu uma lanterna e atravessou o campo de vegetação rasteira. Do outro lado do campo, na borda da floresta, encontrou uma árvore, uma faia, em cujo tronco havia se cravado a flecha, que prendera uma folha ao tronco da árvore.

O discípulo ficou boquiaberto. ‘Como o senhor foi capaz de acertar essa folha no meio da noite? Como foi capaz de enxergar?’

‘Fechei os olhos’, disse o mestre. Fez uma reverência e sentou-se de novo junto ao fogo



Discussão

- Lendo esse pequeno texto, podemos dizer que ele está fazendo referência a uma Arte Marcial ou a modalidade esportiva Tiro com Arco? Por quê?
- O Kyodo pode ser considerado uma Luta ou Arte Marcial? Por quê?



Parece-me que o esporte Tiro com Arco tem poucas similaridades com a arte marcial do arco e flecha.

Sugestões



LIVROS E TEXTOS



- Livros e Textos
- Sobre os costumes e técnicas do Kyudo, o livro: **O Arqueiro Zen e a Arte de Viver** de Kenneth Kushner, Editora Pensamento, 1988.
(<http://files.kyudokai-df.webnode.com.br/200000715-0d1c30e169/Kyudo%20-%20A%20arte%20de%20viver.pdf>)
- Sobre os costumes e técnicas da arquearia cavalheiresca, o livro: **A Arte Cavalheiresca do Arqueiro Zen** de Eugen Herrigel, Editora Pensamento, 1975.
(<http://files.kyudokai-df.webnode.com.br/200000714-2ed212fcca/Eugel%20Herrigen%20-%20A%20Arte%20Cavalheiresca%20do%20Arqueiro%20Zen.pdf>)
- Sobre as técnicas de tiro com arco, o livro: **Arco e Flecha: Teoria e Prática** de Meguerditch Tarikian, Editora Barra Livros, 2016.



SITES



<http://www.kyudo.com.br/>

<http://www.cbtarco.org.br/>

<http://www.arco brasil.com/>



FILMES, SERIADOS, DESENHOS, ANIMES, JOGOS ELETRÔNICOS.



- Sobre técnicas de tiro com arco, os filmes: War of the Arrows e Hobin Hood. e o seriado: Arrow
- Sobre atividade de caça e utilização do arco para sobrevivência, os jogos: Tomb Rider e Far Cry Primal.



Na arte cavalheiresca do arco e flecha,
arqueiro zen respira em pontaria,
seu alvo não é meta da arqueria,
senão que o meditar transcenda a
brecha.

Seu arco o Cosmos círculo seria
e a flecha um raio seu, acesa a mecha,
ser livre de intenção que ao céu
desfecha
um rasgo de resgate união-mestria.

... e o braço que sustenta o arco se
estende
enquanto o outro retesa a corda e a
estira,
e a flecha à luz dos olhos se faz mira...

... e quando o tiro é dado o arqueiro
entende
que as águas fluem sem meta em leito e
rio,
que o Todo é o seu murmúrio, em si
Vazio.

(Gensha Shibi, 835-908 d.C.)

POEMA ARCO E FLECHA

Do arco que empurra a flecha,
Quero a força que a dispara.

Da flecha que penetra o alvo
Quero a mira que o acerta.

Do alvo mirado
Quero o que o faz desejado.
Do desejo que busca o alvo
Quero o amor por razão.

Sendo assim não terei arma,
Só assim não farei a guerra.
E assim fará sentido
Meu passar por esta terra.

Sou o arco, sou a flecha,
Sou todo em metades,
Sou as partes que se mesclam
Nos propósitos e nas vontades.

Sou o arco por primeiro,
Sou a flecha por segundo,
Sou a flecha por primeiro,
Sou o arco por segundo.

Buscai o melhor de mim
E terás o melhor de mim.
Darei o melhor de mim
Onde precisar o mundo
(Marina Silva).



Zhang Xian atirando um arco de pedra no tiangou, que está causando um eclipse.



Retrato do Guarda-costas Imperial Zhanyinbao, carregando seu equipamento de arco e flecha e usando um dao com uma bainha (1760)

3.5.

LUTAS DE CONTATOS MISTOS



Conceituando

As Lutas de contatos mistos vão se basear em jogos de oposição que vão unir os movimentos dos quatro contatos descritos anteriormente, às vezes, juntando dois contatos e até todos os quatro juntos, construindo combinações de elementos simultaneamente.

Leitura 1

A IIMPORTÂNCIA DA TÁTICA

Muitas vezes nas artes marciais é dada importância para técnica em detrimento da tática. No entanto, se buscarmos na história das artes marciais, encontraremos muitos exemplos de como a tática é capaz de vencer a técnica, onde exércitos com guerreiros tecnicamente inferiores foram capazes de vencer seus adversários por meio da tática.

Um exemplo famoso é o do general Qi Jiguang com sua formação pato mandarim. Por meio dela ele foi capaz de vencer os piratas japoneses

com um exército constituído principalmente de camponeses. Os piratas viviam da guerra, portanto eram tecnicamente superiores em relação aos soldados de Qi Jiguang, que viviam do cultivo da terra.

Algo interessante sobre essa relação técnica e tática é que a técnica é algo que demora anos para ser aperfeiçoada, porque é preciso desenvolver o domínio do corpo, com treinos diários e por muito tempo. Por outro lado, o desenvolvimento da tática não é apenas físico e por isso é possível

desenvolver em menos tempo. A tática, basicamente, é a capacidade de solucionar problemas. Todos os problemas de uma luta giram em torno de atingir o alvo (adversário), sem ser atingido. Então você precisa ludibriar o adversário para conseguir atingi-lo. No entanto, durante a luta os adversários estão muito próximos e tudo acontece muito rápido. Assim, você tem pouco tempo e espaço para extrair o máximo possível de informações do ambiente e do seu adversário para executar uma ação eficaz. Para isso é necessário ter inteligência tática.

Porém, uma ação eficaz não depende somente das informações que você processa. Tendo essas informações como base você ainda precisa tomar uma decisão sobre o que fazer ou não e quando. E você tem um espaço de tempo muito curto para tomar a decisão certa. Por isso a inteligência tática se baseia na sua capacidade de tomada de decisão. Logo, essa capacidade de decisão para resolver problemas vai definir o desenvolvimento de sua tática. Sendo assim, tática se refere às razões (porque) de fazer. É a partir da sua decisão sobre o que fazer que você vai executar uma ação. Ou seja, após tomar a decisão tática, você executará a

técnica, que são os modos (como) de fazer. Logo, a tática dá o contexto para a técnica, a técnica surge da tática.

Um dos maiores problemas que lutadores enfrentam, é a falta de aprendizagem tática. O foco de atletas de combate e de artistas marciais geralmente recai sobre a técnica. No entanto, se você não souber quando e como usar todas essas técnicas que são milimetricamente treinadas, elas não terão muita utilidade. É como ter um canivete suíço, cheio de ferramentas, mas você não sabe usar essas ferramentas em um contexto ampliado. Ou seja, desenvolvendo sua inteligência tática, é possível vencer um adversário mais técnico. Afinal, a técnica surge para solucionar problemas de ordem tática. De nada adianta ter técnicas apuradas se você não tem uma boa tática para aplica-las. Entretanto, cabe deixar claro que ter técnicas treinadas e eficientes é muito importante, pois sem elas, não teremos como executar as decisões tomadas taticamente. Sendo assim, não podemos deixar de desenvolver a técnica e nem a tática. Mas, tendo uma boa tática é possível vencer um adversário mais técnico ou até mais preparado fisicamente.



Discussão

- O que é a tática e como podemos usá-la a nosso favor? Por quê?
- O que podemos fazer para aprendermos a tomar decisões táticas inteligentes? Por quê?
- O que é mais importante, técnica ou tática de Luta? Por quê?
- Um adversário muito forte e extremamente técnico, mas que pouco treinou taticamente pode conseguir vencer um adversário que se dedicou a treinos táticos? Por quê?

Achei que se eu treinasse só os socos e chutes muuuitas vezes eu virava mestre



Leeee...
Nós podemos
vencer lutadores
bem mais técnicos
que nós!!



Sugestões

- Livro: A Arte da Guerra de Sun Tzu
- Livro: Karate Esporte - Tática & Estratégia de Geraldo Gilberto de Paula, Editora Ibrasa, 1996.
- Na história encontraremos muitos exemplos que podem ser trabalhados e pensados, como: A Batalha das Termópilas; as grandes lutas nas obras Ilíada e Odisseia; A organização dos Exércitos Romanos no Século I a.C.
- Filme: 300 e sua sequencia 300: A Ascensão do Império.
- Filme: Troia
- Filme: Ulisses de 1954
- Filme: Ender's Game - O Jogo Do Exterminador



Vivências

MMA PREGADO

Material: pregadores

Realização: essa atividade consiste em fundir as regras da LUTA DE PREGADORES com a LUTA DE URSO, fazendo uma Luta mista. Os educandos deverão ficar ajoelhados um de frente para o outro com pelo menos cinco pregadores distribuídos pelos ombros, tronco, costas e pernas. O objetivo do jogo é disponibilizar mais de uma forma de ganhar a Luta, que será:

- Tirar todos os pregadores do adversário;
- Ou imobilizar o adversário por 10 segundos com as costas no chão.

Se qualquer um desses objetivos for alcançado o educando vence a Luta. Os educandos podem criar estratégias de imobilização do corpo, mas caso não prendam as mãos do adversário, o mesmo pode retirar seus pregadores. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, capturar o pregador, imobilizar, empurrar, puxar, etc.

Variação: nessa atividade podemos também organizar duplas contra duplas.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre as manifestações de MMA e UFC.



SUMÔ PREGADO

Material: pregadores e cordas ou giz ou fita crepe.

Realização: essa atividade consiste em fundir as regras do SUMOZINHO e da LUTA DE PREGADORES, fazendo uma Luta mista. Os educandos deverão ficar em pé de frente para o outro dentro de um círculo com pelo menos cinco pregadores distribuídos pelos ombros, tronco, costas e pernas. O objetivo do jogo é disponibilizar mais de uma forma de ganhar a Luta, que será:

- Tirar todos os pregadores do adversário;
- Fazer o adversário pisar fora do círculo;
- Ou colocar qualquer parte do corpo do adversário no chão, fora a planta dos pés.

Se qualquer um desses objetivos for alcançado o educando vence a Luta. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, capturar o pregador, empurrar, puxar, etc.

Varição: podemos deixar que as duplas se enfrentem dentro do círculo. Vencerá a Luta a ultima dupla que permanecer com pelo menos um pregador, sem ter pisado fora do círculo ou encostado alguma parte do corpo no chão.

Pensar sobre a vivência: pensar sobre duas possibilidades de ataque, mas também de defesa.



A ESPADA E O PREGADOR

Material: espada de swordplay e pregadores

Realização: essa atividade consiste em fundir as regras da LUTA DE PREGADORES e da LUTA DE SWORDPLAY, fazendo uma Luta mista. Os educandos deverão ficar em pé de frente para o outro com pelo menos cinco pregadores distribuídos pelos ombros, tronco, costas e pernas e portando uma espada. O objetivo do jogo é disponibilizar mais de uma forma de alcançar certa quantidade de pontos estabelecida previamente, que será:

- Tirar os pregadores com as mãos, que valerá dois pontos cada pregador;
- Ou acertar a espada nas partes do corpo permitidas, nos braços e pernas um ponto, no tronco dois pontos.

Ganhará a luta quem alcançar a quantidade de pontos estabelecida previamente. Para estimular a mistura dos contatos, pode ser estabelecido que pelo menos dois pontos do total devam ser feitos pelos pregadores ou pelas espadas, ou seja, ninguém poderá ganhar se fizer todos os pontos de uma mesma forma. Os educandos podem construir estratégias para “imobilizar” a espada do adversário e utilizar a mão para pegar os pregadores. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas, capturar o pregador e aplicar golpes moderados com a espada, etc.



Varição: um bom jeito para criar novos desafios aos é desenvolver Lutas entre duplas ou até mais pessoas. Outra possibilidade que exigirá pensar sobre novas formas de defesa e ataque é colocar 2x1, ou seja, um se defendendo contra dois lutadores.

Pensar sobre a vivência: poderemos verificar uma semelhança muito grande com técnicas de muitas Artes Marciais, como o Kung Fu. Ou seja, essa atividade vai construir movimentos do alcance que o implemento tem para acertar um golpe no adversário, a movimentação para fintá-lo, a esquiva de golpes, o bloqueio de ataques, além da leitura tática da Luta.

A ESPADA E O ARCO (BATALHA CAMPAL)

Material: armas de swordplay (espadas, escudos, arcos e flechas, kunais, facas, shurikens, etc).

Realização: essa atividade consiste em fundir as regras da LUTA DE SWORDPLAY e do ARCHERY TAG, fazendo uma Luta mista. Os educandos, pelo menos em duplas deverão ficar em pé de frente para outra dupla com pelo menos um integrante da dupla com escudo e espada e o outro com arco e flecha, facas e/ou shurikens de lançamento. O educando que está com escudo e espada pode portar nos bolsos como segunda arma: facas e/ou shurikens de lançamento. O educando que está com o arco e flecha pode portar preso ao corpo como segunda arma: uma espada. O objetivo do jogo é disponibilizar mais de uma forma de alcançar certa quantidade de pontos estabelecida previamente, que será:

- Acertar a espada nos braços e pernas um ponto, no corpo dois pontos.
- Acertar flechas, facas, shurikens nos braços e pernas um ponto, no corpo dois pontos.

Ganhará a Luta a dupla que alcançar a quantidade de pontos estabelecida previamente. Os educandos podem construir estratégias para o guerreiro com escudo proteger o arqueiro que lançara flechas contra os adversários, assim como o arqueiro pode distrair os adversários com suas flechas para que o guerreiro o acerte em cheio com a sua espada. Não serão permitidos golpes de percussão, como socos e chutes, apenas golpes moderados com a espada e lançamento dos implementos com uma distância segura.

Varição: uma variação que sem dúvida deve acontecer é a famosa BATALHA CAMPAL, onde se constituem equipes que vão batalhar entre si. Ou seja, divide-se a turma em duas equipes, os educandos escolhem as armas que utilizarão e a estratégia de

ataque e defesa. Dessa forma, estipula-se que aquele que for acertado duas vezes nos braços e pernas ou uma vez no tronco será eliminado e deve se retirar da batalha (essas regras podem ser modificadas, é apenas uma sugestão). Vencerá a equipe que acabar com toda a outra equipe, ou ainda, podemos estabelecer um tempo e ao final contar os sobreviventes de cada lado, o maior número vence.

Outra possibilidade é utilizar as regras de pontuação dessa atividade misturadas às do jogo SAMURAI VERSUS NINJA, assim os “mortos” iriam para a prisão e poderiam ser salvos posteriormente.

Pensar sobre a vivência: essa atividade pode despertar muitos debates sobre grandes batalhas que aconteceram na história da humanidade. É possível buscar estratégias de ataque e defesa de muitos povos como, por exemplo, o funcionamento da Muralha de Escudos dos Vikings.



QUEIMADA MARCIAL

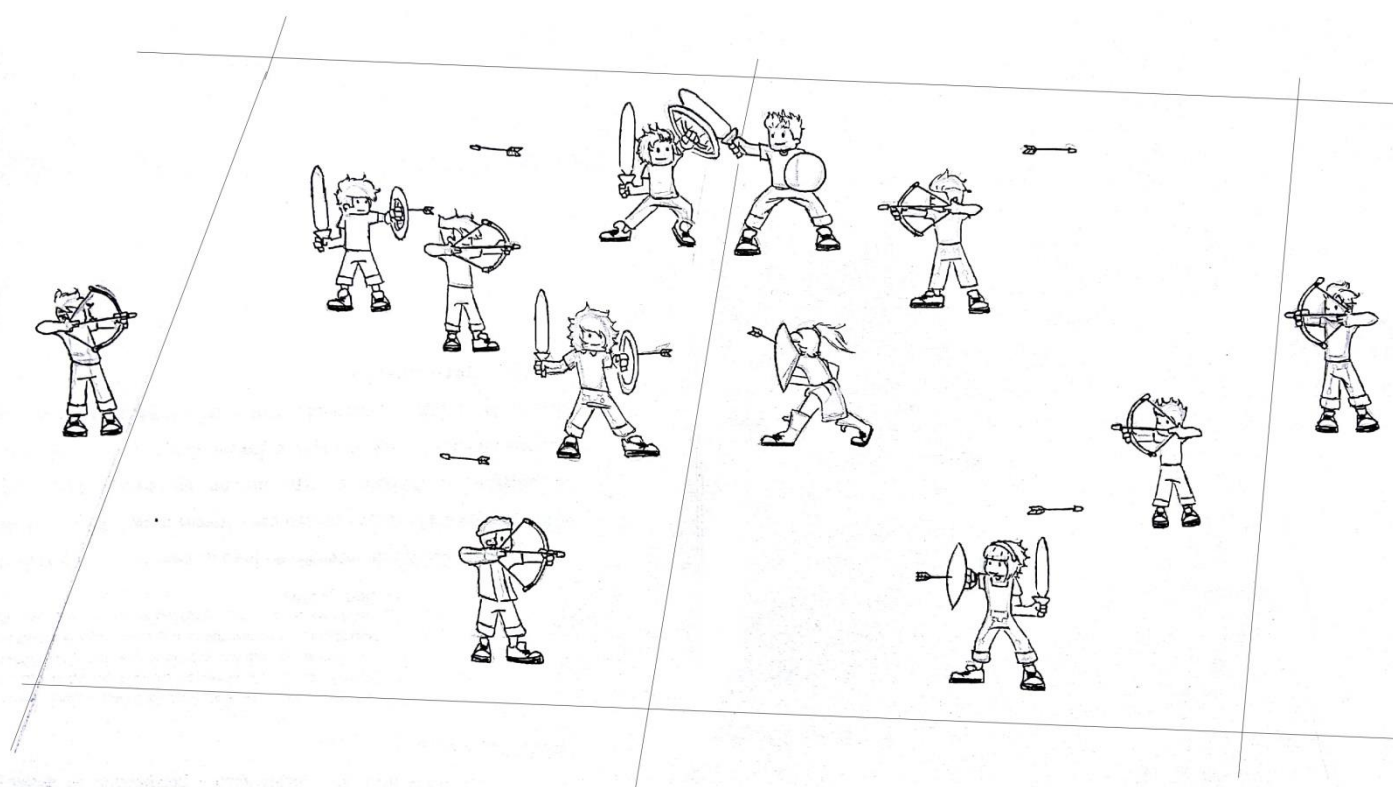
Material: armas de swordplay (espadas, escudos, arcos e flechas, kunais, facas, shurikens, etc).

Realização: essa atividade consiste em fundir as regras da BATALHA DE QUEIMADA e da QUEIMADA COM FLECHAS, criando uma nova possibilidade de Luta mista em equipe. Baseado nas regras das atividades citadas acima o jogo funcionará com as seguintes transformações: as pessoas serão queimadas por lançamento de flechas e implementos lançáveis (facas, shurikens, kunais), os educandos poderão utilizar implementos fixos como escudos e espadas para se defenderem dos implementos lançados. No entanto, um terço da equipe poderá portar implementos fixos defensivos como escudos, um terço poderá portar implementos fixos de ataque como espadas e o ultimo terço poderá portar implementos de lançamento.

As pessoas poderão ser queimadas se forem acertadas por um implemento de lançamento ou se chegarem muito perto da linha do centro que divide os territórios. Os queimados (ou mortos) deverão passar para o campo dos derrotados (geladeira) e só poderão queimar os adversários com implementos de lançamento. A equipe vencedora será a que conseguir queimar todos os adversários primeiro.

Variação: com o desenvolvimento dessa atividade podemos escolher determinadas pessoas como líderes das equipes, dos arqueiros, dos guerreiros e dos defensores. Se o líder dos arqueiros for queimado, eles serão imobilizados e não poderão mais atacar. Assim como podemos colocar um rei e o objetivo seja o de queimá-lo para vencer o jogo.

Pensar sobre a vivência: pensar em estratégias de grupos de guerreiros nas quais os integrantes têm funções específicas a cumprir.



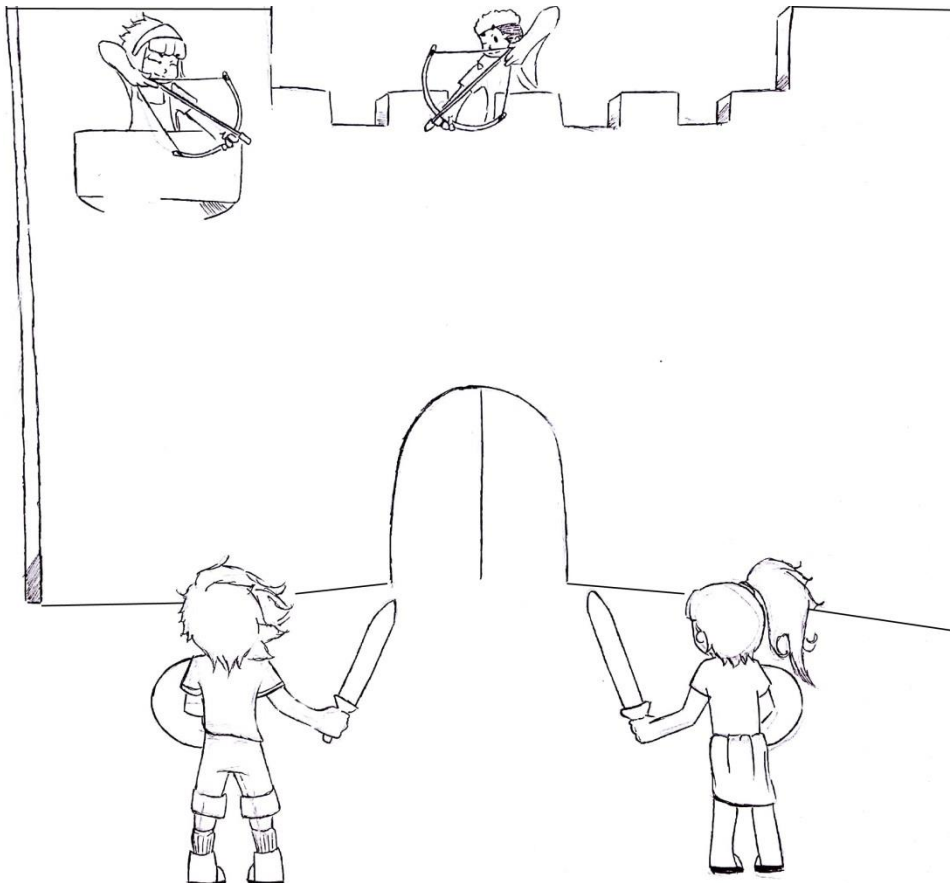
ROMPENDO A FORTALEZA

Material: armas de swordplay

Realização: essa atividade consiste em separar a turma em duas equipes no maior ambiente disponível da escola. A ideia é que uma equipe vai se organizar para defender uma fortaleza, que pode ser um palco, o segundo andar de algum prédio, algum espaço entre árvores, algum espaço que facilite ser defendido. O outro grupo terá como objetivo invadir a fortaleza. A invasão e a defesa da fortaleza serão feitas a partir das regras de eliminação da atividade A ESPADA E O ARCO. Nessa atividade os educandos podem se organizar em espaços altos para se defender lançando flechas, mobilizando as “tropas” para fechar o caminho dos atacantes. Ou seja, há uma gama de estratégias de Luta e de batalha que podem ser construídas tanto para o ataque quanto para a defesa. Sugerimos que a cada duas rodadas invertam as posições de defesa e ataque.

Variação: uma variação possível é organizar duas fortalezas, sendo assim, as duas equipes terão que defender e atacar ao mesmo tempo, dependendo dos espaços disponíveis na escola.

Pensar sobre a vivência: refletir sobre as relações que essa atividade pode fazer com a história da humanidade.



JÁ OUVIU FALAR NO WWE?

O evento World Wrestling Entertainment, o WWE, é muito popular nos Estados Unidos. Nesse evento, artistas das mais variadas origens como praticantes de lutas, artistas de teatro e circo, por exemplo, apresentam-se em performances de luta simulada, ou seja, lutas que são combinadas.

Esse evento além de ser muito popular existe há muito tempo. Aliás, muitos artistas/lutadores ficaram famosos com essa forma de Luta simulada, como Hulk Hogan, por exemplo, que se transformou em um personagem lendário desse tipo de evento e que por meio do seu carisma

ficou bastante famoso em todo o mundo.

Não devemos esquecer que esses eventos não são um privilégio apenas dos Estados Unidos. No México, por exemplo, esse tipo de evento é muito popular e atrai diversas pessoas; nesse país muitos artistas/lutadores utilizam as famosas máscaras que popularizaram esse evento pelo México todo.

No Brasil também houve diversos eventos desse tipo. O mais famoso deles talvez tenha sido os *Reis do Ringue*, mas houve vários outros eventos de Telectch, que inclusive passava na televisão, e tinha muita gente que acompanhava e assistia.

(Fonte: adaptado do livro 'O Ensino das Lutas na Escola: possibilidades para a Educação Física' de Luiz Rufino e Suraya Darido, Editora Penso, 2015).

Professor/a, você pode construir movimentos, golpes simulados com seus educandos, criando lutas, personagens e até histórias para que eles interpretem. Podemos aqui também fazer uma relação com as Formas (Kata/Kati) das Artes Marciais que também são movimentos coreografados que trazem a essência dessas manifestações.



Discussão

- O que você acha desses eventos de simulação de Luta? Acha interessante saber que os lutadores estão combinando as ações?

- O que vale mais nesses eventos de Luta simulada, vencer ou agradar ao público para que o espetáculo seja interessante? Por quê?
- Você participaria de eventos como esse? Como artista/lutador e/ou como espectador? Por quê?



MMA, ESPORTE QUE MAIS CRESCE NO MUNDO?

O MMA é uma forma de luta que mistura duas ou mais modalidades nas suas ações. Mistura diferentes modalidades de luta e já existe a muito tempo, porém, em sua forma esportivizada, tem se tornado mais popular nos últimos anos. Um dos responsáveis por essa popularização é o evento UFC, da sigla em inglês Ultimate Fighting Championship, um dos eventos de MMA mais difundidos no mundo, havendo torcedores em diversos países. Os brasileiros costumam ser muito bons e sempre protagonizam grandes lutas.

Em sua história, os eventos de MMA surgiram dos antigos Vale Tudo, que visavam comparar qual modalidade de luta era superior às demais. Para isso, lutadores de várias modalidades se enfrentavam em combates sem tempo e com poucas regras.

Atualmente, a história é bem diferente. Há diversas regras, duração dos combates, pausas, proteção, médicos atentos, árbitros qualificados, e, além disso, os lutadores são muito preparados. Não existe mais a ideia de

comparar modalidades de luta e sim é preciso conhecer diversas modalidades como Judô, Jiu Jitsu, Karatê-do, Boxe, Muay Thai, Wrestling, entre muitas outras, para ser bem sucedido nestes eventos.

E por que não há mais comparação para saber qual é a melhor modalidade de luta? Porque não existe uma modalidade que é melhor do que as outras. Na verdade, cada modalidade apresenta características específicas e, mais do que comparar modalidades, é importante conhecê-las e respeitá-las.

Algumas pessoas não gostam de assistir aos eventos de MMA. Umam chegam a considerar que essas práticas são violentas e deveriam ser proibidas; inclusive existem leis em alguns estados e países que proíbem sua prática. Entretanto, o fato é que a modalidade está se tornando cada vez mais popular, aumentando o número de praticantes e espectadores e transformando-se em uma das modalidades mais difundidas dos últimos anos. Até onde o MMA pode chegar? Isso só o tempo poderá nos dizer...

(Fonte: adaptado do livro 'O Ensino das Lutas na Escola: possibilidades para a Educação Física' de Luiz Rufino e Suraya Darido, Editora Penso, 2015).



Discussão

- Para você, o MMA é um esporte violento ou não? Por quê?
- Você gostaria de praticar o MMA? Por quê?
- Golpes de quais Lutas você já viu no MMA?

Mas se são Artes Marciais Mistas, por que não tem filosofia de nenhuma arte? E por que machucam tanto?



Sugestões



LIVROS E TEXTOS



- Sobre a história do Vale Tudo e do MMA, o livro: **Do Vale Tudo Ao Mma: 100 Anos de Luta** de Susumu Nagão e Marcelo Alonso, Editora PVT, 2014
- Sobre o desenvolvimento do MMA no Brasil, o livro: **Filho teu não foge à luta** de Fellipe Awi, Editora Intrínseca, 2012.
- Sobre o WWE no Brasil, o texto: **WWE: Um Universo de Lutas que Invadiu o Brasil** de Carlos César Domingos do Amaral e Bruno Chiarioni, Revista Extraprensa, 2014.



SITES



<http://mmabrasil.com.br/>

<http://bujinkandojobrasil.com.br/>

<http://telecatchbrazil.com/v4/>



FILMES, SERIADOS, DESENHOS, ANIMES, JOGOS ELETRÔNICOS.



- Sobre o MMA e o UFC, os filmes: Anderson Silva: como água e Professor Peso Pesado.
E o seriado: Kingdow
- Sobre torneios de diferentes lutas, os filmes: O Grande Dragão Branco e O Mestre das Armas.
- Sobre torneios e combates de diferentes formas de lutar, os animes: Dragon Ball Z, Yuyu Hakushu e Naruto.
- Sobre o WWE (lutas simuladas) e a presença das mulheres, o seriado: Glow da Netflix
- Sobre estratégia de batalha, os jogos: Clash Of Clans, Clash Royale, Terra media: Sombras de Mordor e sua sequencia Sombras da Guerra



CULTURA, ARTE E MÍDIA



O Ninja recua por estratégia! Jamais por medo. Cruzar espadas com o inimigo em grande desigualdade é contar com a sorte ou selar o próprio destino. E isso, não corresponde sua maneira Ninja de pensar e agir.

(Shihan Dieter, Sandokai Dojo).

A honra do Ninja está em voltar para casa. Cumprir sua missão e permanecer em silêncio. – Esse é o código Shinobi!
- Ser sutil, eficiente e despercebido.

Proteger o estado e sua família! E estar sempre disposto a responder o chamado do clã.

(Sensei Cícero Melo)

O impossível é apenas uma grande palavra usada por gente fraca, que prefere viver no mundo como ele está,

em vez de usar o poder que tem para mudá-lo, melhorá-lo. Impossível não é um fato. É uma opinião. Impossível não é uma declaração. É um desafio. Impossível é hipotético. Impossível é temporário. O impossível não existe.

(Muhammad Ali)

Pintura tradicional Japonesa. Ninja.

Interessante essa arma que pode ser utilizada firme a mão, mas também lançada: kusarigama.



<https://i.pinimg.com/originals/f8/b6/d0/f8b6d02aa8b56cf9005bc19d4e78ea3a.jpg>

4.

SISTEMATIZAÇÃO DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS



<http://www.hdfondos.eu/imagen/451625/sunset-samurai-luchadores-de-artes-marciales>

Chegamos, enfim, a sistematização das Lutas e Artes Marciais, não que já não tenhamos passado por elas diversas vezes pelas páginas que sucedem, mas agora queremos compreendê-las nas suas especificidades. Técnicas, táticas, filosofias, costumes, conexões externas, ou seja, tudo que envolve o universo dessas incríveis manifestações culturais e sociais.

4.1.

CONSTRUINDO TÉCNICAS/TÁTICAS EFICAZES POR MEIO DE SITUAÇÕES-PROBLEMA

Essa metodologia parte de situações-problema e busca dar voz aos aprendizados e conhecimentos que crianças e jovens trazem às aulas. Ao invés de, “já de cara”, ensinar como se faz um estrangulamento no Jiu-Jitsu, um soco do Boxe ou um ataque de espada do Kendo, o objetivo é que as próprias crianças e jovens construam técnicas e táticas eficazes para solucionar os problemas colocados. Ou seja, eles/as não vão simplesmente absorver uma técnica de uma ou outra modalidade, mas vão construir esse elemento em conjuntos com os colegas. Logo, é possível que as técnicas construídas e desenvolvidas por eles/as tenham um significado em suas aprendizagens muito mais significativo do que apenas reproduzir o que já existe.

O objetivo é que as próprias crianças e jovens construam técnicas e táticas eficazes para solucionar os problemas colocados

Vamos poder criar nossas próprias técnicas!!



Dessa maneira, forneceremos alguns exemplos sobre como podemos colocar essas estratégias para que as crianças e jovens possam desenvolver elementos específicos das Lutas e, provavelmente, chegar ao conhecimento já sistematizado nas modalidades.

PRIMEIRO EXEMPLO: Técnicas de imobilização no chão

Professor/a você pode começar perguntando qual a melhor forma de imobilizar uma pessoa que esteja com as costas no chão, sendo que o objetivo é não deixar essa pessoa sair dessa posição. É provável que muitas ideias vão surgir, contudo, solicite que os educandos observem mais detidamente quais os colegas que conseguiram cumprir o objetivo. Reúna a turma e solicite a esses colegas que demonstrem para os outros como conseguir cumprir os seus objetivos. Caso algum dos colegas consiga escapar da imobilização, discuta acerca das estratégias utilizadas para alcançarem isso. Agora solicite que eles pensem nessa mesma imobilização, mas com alguma diferença que impeça que o outro escape daquela forma feita anteriormente. Faça esses questionamentos até que cheguem a uma técnica na qual todos consigam fazer e que fique muito difícil escapar da imobilização.

Qual a melhor forma de imobilizar uma pessoa que esteja com as costas no chão, sendo que o objetivo é não deixar essa pessoa sair dessa posição?

O segundo momento desse jogo, depois de já desenvolvido uma técnica eficaz de imobilização, o objetivo é descobrir um escape possível dessa mesma técnica. Todos haviam trabalhado juntos para descobrirem como executar uma imobilização eficaz, nesse momento a reflexão deve centrar-se na elaboração de estratégias de fuga dessa mesma técnica aplicada. Assim, a turma deve trabalhar junta ou em pequenos grupos para a construção dos movimentos.

Nessa atividade é muito importante dar liberdade para que as crianças e jovens resolvam os problemas corporais colocados e, se possível, construam uma compreensão tática dos elementos singulares de determinadas modalidades de Lutas.





Sugestões

- Movimentos básicos do Judô:
<https://www.youtube.com/watch?v=e3MnEO0GIDc>
- Sobre o desenvolvimento de técnicas básicas do Jiu Jitsu: Trabalho de Conclusão de Curso – Sistematização de uma proposta de ensino-aprendizagem para o Brazilian Jiu-Jitsu para iniciantes de Gustavo Almeida Soares, Departamento de Educação Física, UFLA, 2017.

SEGUNDO EXEMPLO: técnicas de percussão

Professor/a você pode iniciar a aula perguntando qual a forma mais eficiente de dar um soco, ou seja, um golpe difícil de ser defendido, esquivado e que cause grande impacto. Questione suas crianças e jovens sobre o que é mais importante no soco? Força, velocidade ou movimento de ombro? Quando eles entrarem em um acordo sobre isso, peça que o testem em um aparador. Se todos concordarem que o soco foi desferido com uma boa força de impacto, incite que eles discutam as possíveis maneiras de bloquear esse soco. Chegando a um consenso (ou não) sobre o bloqueio, agora solicite que eles reavaliem o soco e tentem transformá-lo para que se amplie a dificuldade do oponente bloqueá-lo. Dessa maneira, continue colocando situações-problema até que o grupo alcance um soco e um bloqueio eficaz em situação de combate.

Coloque situações-problema até que o grupo alcance um soco e um bloqueio eficaz em situação de combate.

Nessa atividade é importante problematizar a utilização do corpo para o soco, uma vez que um golpe como esse é desferido utilizando todo ele. Outra problematização a ser feita é sobre a defesa do soco, ou seja, é preciso ponderar se o bloqueio é a melhor estratégia ou se a esquivas é a solução mais plausível naquele contexto.





Sugestões

- Movimentos básicos Karatê-do:
<https://www.youtube.com/watch?v=pdw3VLg3I5I>
- Movimentos básicos do Boxe:
<https://www.youtube.com/watch?v=aw1vN4Jn4hs>

TERCEIRO EXEMPLO: técnicas com espada

Professor/a você pode iniciar a aula perguntando qual a forma mais eficaz de realizar um corte diagonal com a espada, ou seja, um ataque difícil de ser defendido e

O corte da espada deve ser passado pelo oponente e não simplesmente batido como se fosse um martelo ou um bastão.

que, no caso da espada, deva cortar o oponente. Uma construção importante sobre o ataque com a espada é a sua diferença do ataque de impacto que se faz utilizando um bastão, pois se executa um movimento de corte com a espada, não o de bater. Esse movimento pode ser exemplificado a partir do corte de uma carne, de modo que não a batemos com a faca. O corte da espada deve ser passado pelo oponente e não simplesmente batido como se fosse um martelo ou um bastão.

Questione suas crianças e jovens sobre o que é mais importante no ataque com a espada? Força, velocidade, coordenação, técnica? Com corpo parado ou em movimento? Quando eles entrarem em acordo (ou não) sobre isso, solicite que experimentem uns nos outros, utilizando as espadas de swordplay.

Posteriormente, incite-os a pensar sobre os bloqueios e esquivas, lembrando que ataques estão sempre vindos com muita velocidade e força. Sendo assim, é muito difícil segurar um ataque que vem de cima para baixo em direção a nossa cabeça ou ombros. Talvez seja interessante que a defesa dê um caminho para a espada do atacante deslize sem acertar o defensor, garantindo uma defesa eficiente e segura.

Depois de elaborar uma reflexão coletiva acerca do bloqueio, agora



solicite que eles reavaliem o ataque e tentem transformá-lo no sentido que aumente a dificuldade para o oponente bloqueá-lo. Continue colocando situações-problema até que cheguem a um ataque e um bloqueio eficaz para um combate.



Sugestões

- Movimentos básicos do Kendo:
<https://www.youtube.com/watch?v=hnRs1dHzrM8>
- Movimentos básicos da Esgrima:
<https://www.youtube.com/watch?v=9I5Hqc264CM>

Professor/a esses são apenas alguns exemplos para que você vislumbre uma possibilidade de sistematizar as Lutas por intermédio de situações-problema nas quais o grupo de educandos vai construindo determinadas ações tático/técnicas das modalidades de Lutas. Quando as técnicas forem sendo codificadas, tente mostrar para eles em quais Lutas podemos identificá-las e quais os seus objetivos naquele contexto.



Sugestões

- Comparação da eficiência de técnicas e demonstração de movimentos:
https://www.youtube.com/watch?v=7Mm2ux_N8hg

4.2.

UMA CONSTRUÇÃO FILOSÓFICA

A maioria das Artes Marciais orientais se difundiu por meio dos templos Budistas, Shintoístas, Hare Krishna e Taoísta. Então a presença do contexto filosófico na maioria das formas de Luta torna-se bem clara, na medida em que esses sistemas são bem abrangentes no que concerne ao desenvolvimento total do ser humano.

Os objetivos das práticas de Lutas transcendiam o ato de lutar. Com o desenvolvimento de Artes Marciais pelos monges, inicialmente a prática objetivava a plenitude espiritual. Assim, a prática exigia concentração e disciplina e se relacionava com a meditação, atividade essa de aprendizado do corpo e da mente. Por isso a atitude filosófica se tornou, por vezes, tão importante quanto o ato de lutar. Haja vista que o objetivo das Artes Marciais era mais do que a aplicação de golpes e técnicas, pois, de fato, pautava-se na resolução de conflitos e na superação dos obstáculos que fazem parte da vida.

O objetivo das Artes Marciais era mais do que a aplicação de golpes e técnicas, pois, de fato, pautava-se na resolução de conflitos e na superação dos obstáculos que fazem parte da vida.

Dessa forma, filosofias, códigos guerreiros éticos e sociais sempre estiveram presentes na maioria das Artes Marciais, logo, pensar e desenvolver essa perspectiva com nossas crianças e jovens é de suma importância se quisermos que eles realmente se apropriem dessas manifestações. Uma estratégia interessante é conhecer detidamente os princípios de alguns sistemas filosóficos de algumas Artes Marciais como o Tao na China, o Budô e Bujutsu no Japão, o código moral dos Cavaleiros da Távola Redonda, entre outros. Partindo desses princípios e da experiência de vida das crianças e jovens, podemos desenvolver o próprio sistema filosófico da turma no âmbito da prática de Lutas e Artes Marciais.

Estes princípios devem almejar sempre, o respeito e a lealdade entre os lutadores, antes, durante e após as lutas. Além disso, códigos e regras podem ser desenvolvidos a partir da realidade de sua escola ou no contexto da própria aula.

Seguem alguns valores passíveis de serem explorados: justiça, respeito, não-violência, autoconfiança, honestidade, transformação, simplicidade.

Dessa maneira você pode desenvolver alguns princípios filosóficos “da” escola em que todos envolvidos participem da elaboração e sigam dando mais significados a pratica das Lutas.



Sugestões

- Sobre as filosofias das artes marciais:
http://artemarcial.br.tripod.com/filosofia_marcial
- Sobre as relações entre Filosofia e Artes Marciais:
<https://www.youtube.com/watch?v=1So-kp8Tgfk>

FORMAS KATA / KATI / PUMSAE / ...

No interior do universo das Artes Marciais existe um elemento que se difere dos combates, principalmente, por não integrar a imprevisibilidade: são as Formas. Nas Artes Marciais japonesas como no Karatê-do, elas são chamadas de Kata. Nas Artes Marciais chinesas como no vários estilos de Kung Fu, elas são chamadas de Kati. Já nas Artes Marciais coreanas como no Taekwondo, essas práticas são chamadas de Pumsae.

As Formas são elementos presentes nas Lutas, porém, possuem outros objetivos e se diferenciam porque podem ser ensaiadas como uma coreografia. Cabe ressaltar que as Formas são importantes para as Artes Marciais, sendo que existem competições esportivas voltadas para as suas execuções. Utilizam-se das técnicas tradicionais de ataque e defesa, mas não dependem exclusivamente de um adversário (real ou imaginário) para serem desenvolvidas.

Algumas modalidades não possuem Formas como um conteúdo tradicional, mas dispõem de movimentos específicos treinados isoladamente e que podem ser utilizados num combate. Nas Artes Marciais japonesas o treino desses movimentos é chamado de Kihon (treino de fundamentos e técnicas básicas).

A finalidade das Formas também se relaciona à conservação da tradição cultural como um meio dos praticantes conhecerem as técnicas mais antigas, já não tão utilizadas com a modernidade. Logo, as Formas podem ser definidas como uma combinação de elementos e técnicas tradicionais, que expressam a essência dos movimentos das Lutas, arranjados numa sequência pré-estabelecida, podendo ser executada na presença de adversários reais ou imaginários.

Formas:
como uma combinação de elementos e técnicas tradicionais, que expressam a essência dos movimentos das Lutas, arranjados numa sequência pré-estabelecida, podendo ser executada na presença de adversários reais ou imaginários.

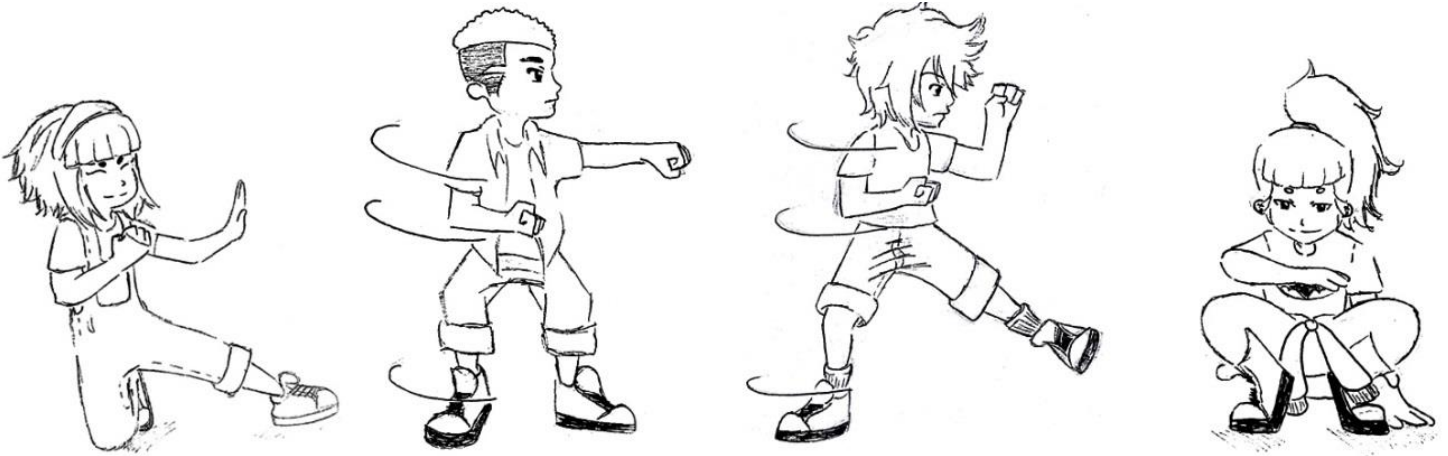


Vivência

CRIAÇÃO DE FORMAS

Material: armas de swordplay

Realização: em grupos, os educandos deverão criar uma sequência de movimentos utilizando golpes de Artes Marciais que eles conheçam, aprendidas durante as aulas ou em sua experiência de vida. Inicialmente, podemos dividir a turma em grupos de cerca de cinco integrantes, dispostos em círculos. O primeiro executa um golpe de ataque ou defesa; o segundo repete o do primeiro e acrescenta um novo golpe; o terceiro faz o movimento do primeiro, do segundo e acrescenta mais um golpe. Ao final, os educandos tem uma sequência de cinco movimentos que deverá ser repetida por alguns minutos e depois apresentada aos colegas. A seguir, cada dois grupos de cinco integrantes formarão um novo grupo de dez, que irá unir os golpes apresentados por um dos grupos ao do outro, formando uma sequência que será repetida e apresentada aos colegas. Ao final, todos os educandos formarão um único grupo que irá unir as Formas criadas por todos em uma única, sendo que ela receberá um nome escolhido por eles.





Sugestões

- GOMES, M. S. P. **Procedimentos pedagógicos para o ensino das lutas: contextos e possibilidades.** UNICAMP, 2008.
- Significado dos Kata do Karatê-do:
<http://www.ricardoaguiar.com.br/artigos/significado-dos-katas-shotokan>
- Demonstração de Kati do Kung Fu:
<https://www.youtube.com/watch?v=foaUrqvOTpw>
- Demonstração e aplicação de Kata do Karatê-do:
<https://www.youtube.com/watch?v=sgN7fUGPgMM>

4.4.

APROFUNDANDO NAS ESPECIFICIDADES DAS LUTAS E ARTES MARCIAIS

Nesta sessão daremos três exemplos de como aprofundar conhecimentos de Lutas e Artes Marciais sem necessitar ser um mestre ou professor da modalidade.

A **primeira possibilidade:** possibilitar que as crianças e jovens vivenciem uma Luta com mais profundidade a partir do conhecimento específico de algum colega que já pratique. De outra forma, podemos separar a turma em grupos e cada um deles se responsabilizará por pesquisar uma Luta ou Arte Marcial com a responsabilidade de apresentar os conhecimentos adquiridos.

A **segunda possibilidade:** convidar algum professor ou mestre de alguma modalidade de Luta para contar sobre sua experiência e também para ensinar algumas atividades básicas numa aula aberta.

A **terceira possibilidade:** extrapolar os muros da escola e levar as crianças e jovens para visitar uma academia de Lutas da cidade também pode ampliar as

experiências vividas. A partir disso, as pessoas envolvidas podem organizar uma prática no interior da própria aula de Educação Física.



Vivência

IMAGEM E AÇÃO

Material: quadro negro e giz - ou - papel e caneta. (caso não seja possível, utilize apenas a mímica)

Realização: essa atividade inspira-se no jogo de tabuleiro IMAGEM&AÇÃO que explora a representação pelo desenho ou pela mímica de uma palavra escrita na carta retirada da caixa surpresa por um dos jogadores da equipe. Os outros do grupo têm de adivinhar para conquistar o ponto. No nosso caso, as palavras desse jogo deverão ser relacionadas ao universo das Lutas e Artes Marciais, podendo ser selecionadas por você ou em conjunto com as crianças e jovens.



Regras básicas:

1. A mimica ou desenho deve ser feito de forma que as duas equipes possam ver.
2. O tempo máximo para adivinhar a palavras é de um minuto. (pode ser alterado de acordo com a turma).
3. Quem estiver fazendo mimica ou desenhando não pode: escrever ou fazer números, usar língua de sinais, falar.
4. A palavra sorteada não pode ser trocada.
5. A quantidade de pontos que cada palavra deve ser de acordo com o nível de dificuldade. Por exemplo, Judô pode ser uma palavra fácil de adivinhar, já “mauchi gueri” (chute do Karatê-do) pode-se tornar mais complexa para quem nunca praticou. Dessa forma, a pontuação da palavra mais difícil deve ser maior. Essa regra deve ser elaborada antes da atividade começar.
6. A equipe vencedora será a que alcançar a maior quantidade de pontos.

Possibilidades de Palavras:

- Nomes das Artes Marciais: Judô, Capoeira...
- Nome de golpes: jab, cocorinha...
- Nomes de fundadores e de mestres importantes das artes marciais: Jigoro Kano, Mestre Bimba, Greice...
- Nomes de países fundadores de artes marciais: Índia, Japão...
- Nome de classes guerreiras: Samurais, Ninjas, Vikings...
- Nome de armas: bastão, katana, faca...
- Nome de atores e filmes de artes marciais: Bruce Lee, Rocky...
- Nomes de desenhos e jogos de vídeo games sobre lutas: Dragon Ball, Mortal Kombat...
- Palavras em outras línguas que se relacionem com as artes maciais: Hajime (iniciar luta), Oss (cumprimento)...
- Palavras relacionadas ao ensino global das lutas: princípios condicionais, contato contínuo...
- Palavras que envolvam o mundo das competições das lutas: finalização, imobilização, nocaute, ippon...

4.5.

MAIS UM POUCO SOBRE LUTAS E ARTES MARCIAIS



AIKIDO

O AIKIDO, em tradução livre, “Caminho da harmonia da energia vital”, é uma arte originária do Japão, busca coordenar à perfeição as atividades conjuntas do corpo e da mente, em profunda unidade com as leis naturais. Não é apenas uma arte marcial, técnica de defesa pessoal ou um esporte. É um caminho para o crescimento da humanidade.

No plano corporal/mecânico, o Aikido caracteriza-se por técnicas de projeção ou torções de articulações que neutralizam o agressor, aproveitando sua própria energia com um mínimo de força física.

O Aikido tem como diferença fundamental, quando comparado a outras artes marciais, a ausência de competição entre os praticantes e uma forte ênfase na preservação dos valores morais, na disciplina e na hierarquia. A competição no Aikido é da pessoa com ela mesma. A cada momento o praticante busca, assim, ser melhor do que era antes.

Seus maiores inimigos são: insegurança, preguiça, desarmonia, desequilíbrio, fraqueza de caráter e desrespeito para com o próximo (ausência de uma visão ecológica), e não podemos menosprezá-los.

O Aikido não quer habilitar a pessoa apenas para o combate físico, mas sim para lutar pelo seu sustento, por uma vida mais harmônica, por um convívio social mais pleno, pela felicidade. Enfim, lutar para ser



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.aikido-kranj.si/



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.aikido-kranj.si/

cada dia melhor! Fonte: <https://aikido.com.br/>



Sugestões

- História do Aikido: <https://aikido.com.br/historia-do-aikido/>
- Biografia do Fundador do Aikido: <https://aikido.com.br/biografia-do-fundador-do-aikido/>
- Sobre a história, filosofia e treinos do Aikido:
<https://www.youtube.com/watch?v=MkwkUoFRrww>
- Sobre os 50 anos de Aikido no Brasil:
<https://www.youtube.com/watch?v=IEkuEcfncoc>



BOXE

O boxe ou pugilismo é um esporte de combate, no qual os lutadores usam apenas os punhos, tanto para a defesa, quanto para o ataque. A palavra deriva do inglês box, ou pugilismo (bater com os punhos), expressão utilizada na Inglaterra entre 1000 e 1850.

Nos séculos XVIII e XIX, quando houve o renascimento na Inglaterra, o boxe era praticado com as mãos nuas. Essas lutas com as mãos descobertas eram frequentemente brutais, de modo que o boxe acabou sofrendo intensas mudanças em 1867, com a formulação das Regras de Queensberry, que previam rounds de três minutos, separados por um intervalo de um minuto, além do uso obrigatório das luvas. Essas regras entraram em vigor em 1872.

Hoje, as lutas têm 12 assaltos de três minutos. Nos Jogos Olímpicos, são disputados em apenas quatro rounds de dois minutos. Cada luta profissional tem um

Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.bastidoresdainformacao.com.br/rio2016-inteligencia-e-velocidade-sao-as-bases-do-boxe-olimpico/



grupo de cinco jurados. Os lutadores são divididos em categorias, de acordo com seu peso. A categoria mais leve é o mosca-ligeiro, que inclui lutadores até 48kg. A mais pesada é a dos super pesados, que devem ter a cima de 91 kg.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.soniceditions.com/image/ali-dodging-a-punch-from-frazier

São ao todo 17 categorias n boxe profissional, com uma variação aproximada de 2 kg por categoria.

Principais golpes do boxe: Os principais golpes do boxe são: Jab - ataque rápido e frontal com o punho mais fraco. Direto - golpe frontal forte com o melhor punho. Cruzado - ataque lateral que termina com o braço todo esticado. Gancho - golpe desferido de baixo para cima visando atingir o queixo do oponente. Fonte: https://www.suapesquisa.com/educacaoesportes/historia_boxe.htm



Sugestões

- História e Regras do Boxe: <http://www.ebc.com.br/esportes/rio2016/2016/07/boxe-conheca-regras-e-historia-da-modalidade>
- Sobre a história do boxe: <https://www.youtube.com/watch?v=j0Eb3moOcjw>



COMBATE MEDIEVAL

Uma nova modalidade ousada está fazendo a cabeça de vários amantes da cultura medieval. Vestir armaduras e empunhar espadas e escudos em um evento que já tem status mundial.

O Battle of the Nations, competição do que se chama de combate medieval. O evento estreou em 2009, com quatro países na disputa, e cresceu rapidamente ano a ano, a ponto de a edição de 2014 já contar com cerca de 20 nações no campo de batalha e só vem crescendo desde então.

Existem dois tipos principais de disputa: o duelo, que são combates individuais, e as batalhas em grupo, com times de vários tamanhos, sendo formados por equipes de cinco, 11 ou, na maior batalha, 21 contra 21. Na batalha, o objetivo é derrubar os adversários do outro time com aplicação de golpes com a espada, e vence quem sobrar em pé, numa melhor de 3 rounds. No duelo, a meta é pontuar com golpes limpos no

Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.cenamedieval.com.brdomini-HMBIA



rival. Se você já estava se preocupando com os riscos de uma luta com espadas e outras armas, pode ficar calmo. Ninguém está ali para se cortar, e o que importa é o impacto que estes objetos geram.

As armas são de aço, sem fio de corte, e as armaduras são totalmente fechadas também de aço. Elas absorvem boa parte do impacto, que é um impacto ainda capaz de derrubar uma pessoa, porém sem machucá-la. E existem muitas regras de segurança para garantir a integridade dos competidores. Por exemplo, não pode golpear no pescoço, nem na direção da cervical e não é permitido atacar com a ponta da espada, mesmo que ela não seja afiada.

Fonte:

<https://esporte.uol.com.br/lutas/ultimas-noticias/2014/02/26/ufc-e-para-os-fracos-paulistas-querem-lutar-de-escudo-e-espada-em-mundial.htm>



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.cenamedieval.com.br/domini-HMBIA



Sugestões

- História, regras e equipamentos da Modalidade Combate Medieval: <https://globoesporte.globo.com/sp/vale-do-paraiba-regiao/noticia/armaduras-de-40-quilos-e-armas-historicas-combate-medieval-busca-espaco-no-brasil.ghtml>
- Vídeo do mesmo tema: <https://www.youtube.com/watch?v=DWPfEjchdVI>



CAPOEIRA

A capoeira é uma expressão cultural caracterizada por seus movimentos ágeis e harmoniosos, em ritmo de música e aspectos coreográficos. Na capoeira os praticantes utilizam mais

Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.guarai.to.gov.br/portal/capoeira-e-vida/



os movimentos com os pés e a cabeça e menos os movimentos com as mãos.

O principal instrumento utilizado na capoeira é o berimbau. É ele que dita o ritmo e o estilo de jogo dando um som característico à capoeira. O berimbau é basicamente constituído de um pedaço de arame, um pedaço de pau e uma cabaça. Os ritmos são bem variados.

A capoeira surgiu no Brasil, como uma forma de resistência dos escravos trazidos da África na época colonial. Além de ser utilizada para defesa física, a capoeira foi uma forma de resguardar a identidade dos escravos africanos. Principalmente porque ela se consolidou no Quilombo dos Palmares. Passou aí a ser vista como uma prática violenta. Por isso mesmo, a capoeira foi proibida por um longo período, precisamente até 1930, quando mestre Bimba fez uma apresentação da luta para o então presidente Getúlio Vargas, que a transformou em esporte nacional brasileiro.

Atualmente, fala-se em “jogo de capoeira” ou em “roda de capoeira”, pois normalmente os movimentos são apenas simulações de ataque, defesa e esquiva entre dois capoeiristas. O objetivo do jogo é demonstrar superioridade em quesitos como a força, a habilidade, a autoconfiança e, sobretudo, através do gingado.

Gingado é o movimento de todo o corpo de forma ritmada, mantendo o corpo relaxado, deslocando o centro de gravidade do corpo constantemente e mantendo-se alerta para movimentos de esquiva, ataque e contra-ataque. Existem vários estilos de

capoeira, sendo três os principais: Capoeira Angola, Capoeira Regional e Capoeira Contemporânea. Ambos os estilos são marcados pelo uso de dissimulação e subterfúgio, a famosa mandinga, e são bastante ativos no chão, sendo frequentes as



rasteiras, os pontapés, as chapas e cabeçadas.

Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.guarai.to.gov.br/portal/capoeira-e-vida/

Fonte: <https://www.infoescola.com/artes-marciais/capoeira/>



Sugestões

- História, golpes, costumes e cultura da Capoeira: <https://www.portalsaofrancisco.com.br/esportes/capoeira>
- Sobre a cultura da Capoeira: <https://www.youtube.com/watch?v=4Kav-bvk49Y>
- Sobre o Mestre Bimba: https://www.youtube.com/watch?v=INhSuNR_iuE



JIU JITSU

O Jiu-Jitsu brasileiro ou, lá fora, o Brazilian Jiu-Jitsu ou BJJ (grafado também como jujitsu ou jujutsu) é uma arte marcial de raiz japonesa que se utiliza essencialmente de golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo. Literalmente, jū em japonês significa “suavidade”, “brandura”, e jutsu, “arte”, “técnica”. Daí seu sinônimo literal, “arte suave”.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.fivex3.com/2016/02/10/brazilian-jiujitsu-flossing-and-learning-spanish-building-habits/

A finalidade de sua criação se deu pelo fato de que, no campo de batalha ou durante qualquer enfrentamento, um samurai poderia acabar sem suas espadas ou lanças, necessitando, então, de um método de defesa sem armas. Como os golpes



traumáticos não se mostravam suficientes nesse ambiente de luta, já que os samurais vestiam armaduras, as quedas e torções começaram a ganhar espaço pela sua eficiência. O Jiu Jitsu, assim, nascia de sua contraposição ao kenjitsu e

outras artes ditas rígidas, em que os combatentes portavam espadas ou outras armas.

Muitas transformações aconteceram desde então, atualmente no Jiu Jitsu, basicamente, usa-se o peso e a força do adversário contra ele mesmo. Essa característica possibilita que um lutador, mesmo sendo menos e mais fraco que o oponente, consiga vencer. Outra característica marcante que diferencia o Jiu Jitsu de outras lutas é a luta de chão, na qual, por exemplo, pode-se finalizar um adversário partindo de uma queda e usando torções enquanto ele está deitado.

Fonte: graciemag.com/historia-do-jiu-jitsu/



Sugestões

- História do Jiu Jitsu: <http://www.graciemag.com/historia-do-jiu-jitsu/>
- Técnicas de Jiu Jitsu: <https://super.abril.com.br/historia/como-surgiu-o-jiu-jitsu-brasileiro-e-quais-suas-inovacoes/>



KUNG FU

O Kung Fu é uma das artes marciais mais antigas da humanidade. É originária da China, sendo que o registro histórico mais antigo relativo ao Kung Fu data de 2674 a. C. A arte surgiu a partir da observação dos movimentos dos animais.

A história do Kung Fu é misteriosa, e mistura lendas com a realidade. A arte foi aprimorada e modificada devido às diferentes épocas e dinastias nas quais foi sendo estruturada. Nesse contexto histórico, o Kung Fu acabou sendo aprimorado, e a partir dele foram criados inúmeros estilos.

Estilo Águia – baseado nos movimentos da águia, este estilo é



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.pinterest.pt/pin/733523858027779949/

caracterizado pelo treinamento visando o fortalecimento dos dedos: polegar, indicador, médio e anelar. A técnica típica desse estilo torna o praticante especialista em torções.

Estilo Dragão – baseado nos poderes “incríveis” do dragão, a técnica desse estilo remete a movimentos longos, coerentes e contínuos, sendo os ataques mais comuns com o cotovelo, joelho, juntas e tornozelo.

Estilo Chin’Na – é um conjunto de técnicas que busca imobilizar, prender o adversário. Existem técnicas básicas e avançadas, como por exemplo, deslocando os ossos (Tsouh Guu).

Estilo Bêbado – técnica que utiliza chutes, semi-mortais, voadoras e rolamentos. Exige muita flexibilidade e agilidade, pois o praticante posiciona as mãos como se estivesse segurando um copo.

Estilo Garça Branca – combina chutes, ataques perigosos e torções em movimentos extremamente ágeis.

Estilo Macaco – baseado na força das pernas e nos saltos, este estilo tem como característica os movimentos que imitam os macacos.

Estilo Shaolin do Norte – tem como característica os ataques agressivos, chutes altos, agilidade e rapidez.

Estilo Leopardo – Seus movimentos são rápidos e poderosos, com ataque em pontos vitais utilizando o punho, semelhante a uma machadada.

No Kung Fu, podem ser utilizadas armas, que normalmente só podem ser usadas por aqueles que já apresentam uma boa agilidade com as mãos. São inúmeras armas, destacando-se: Facão, San Tié Kan (três cabos ligados por correntes), Espada Imperial (reta), Bastão, Lança, dentre outras. A prática busca desenvolver os reflexos, tornando-os cada vez mais rápidos, o equilíbrio, a consciência mental e física para a defesa pessoal e a coordenação.

Fonte: <https://www.infoescola.com/artes-marciais/kung-fu/>



www.pinterest.pt/pin/73352385802779949/
Acesso dia 01/06/2018. Fonte:



Sugestões

- História do Kung Fu: <http://portaldekungfu.com/kung-fu/a-historia-do-kung-fu/>
- Estilos e técnicas do Kung Fu:
<http://templeoflightbrazil.blogspot.com/p/estilos-e-tecnicas.html>



JUDÔ

O judô foi criado no final do século XIX, no Japão, por Jigoro Kano. Kano baseou-se nas técnicas do Jiu Jitsu, imortalizado no imaginário ocidental pela figura do samurai. A intenção de transformar uma arte marcial tão antiga e popular em outra se deve, muito provavelmente, à sua formação de filósofo: Kano modificou as técnicas de luta exclusivas para combate em uma arte que se propõe a formar o ser humano, baseando-se na percepção de sua limitação para ultrapassá-la. Traduz-se o termo judô como “caminho suave” ou “caminho da suavidade”. E classificam-se os seus benefícios em três blocos: o primeiro refere-se ao condicionamento físico proporcionado pela prática; o segundo diz respeito à disciplina atingida por meio da luta e dos mecanismos de concentração, autocontrole e autoconfiança; e o terceiro se dá no campo da ética e da moral, em que o respeito aos valores apresenta significativa importância.

Os fundamentos básicos centram-se em cinco categorias: 1. Postura corporal (shinsei) – Baseia-se em dois tipos: a postura normal do corpo e a postura defensiva (jigotai); 2. Movimentação do praticante no tatame (shintai) – Baseia-se em três tipos: andar de modo comum (ayumi-ashi), andar arrastando os pés (suri-ashi) e andar apenas com uma das pernas à frente, arrastando a outra (tsugi-ashi); 3. Giros do corpo (tai-sabaki) – São também três tipos: o giro para frente (mai-sabaki), giro para trás (ushiro-sabaki) e giro para os lados (yoko-sabaki); 4. Formas de pegadas (kumi-kata) – Podem ser feitas tanto do lado esquerdo (hidari) ou do direito (migui). Elas podem ser feitas na

Acesso dia 01/06/2018. Fonte:

www.darkroom.baltimoresun.com/2016/08/judo-rio-2016-olympics/judo-olympics-day-3-2/



gola (eri), na manga (sode) e na calça (chitabaki). São proibidas as pegadas por dentro da manga e por dentro da barra da calça; 5. Amortecimento de quedas (ukemi) – Totalizam dez tipos, que se dividem em três tipos para trás, dois tipos para frente, três tipos para os lados e dois tipos de rolamento.

Fonte:

<https://brasilecola.uol.com.br/educacao-fisica/judo.htm>



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.darkroom.baltimoresun.com/2016/08/judo-rio-2016-olympics/judo-olympics-day-3-2/



Sugestões

- História do Judô: http://www.cbj.com.br/historia_do_judo/
- Técnicas e golpes do Judô: <https://sportsregras.com/tecnicas-golpes-judo-basico-ao-avancado/>



KARATÊ-DO

Karatê-Do é uma arte marcial da ilha de Okinawa, no Japão. As técnicas que vieram a compor o Karate moderno se originaram de várias fontes, entre elas principalmente a mistura de lutas nativas do povo de Okinawa com o Kung Fu praticado no sul da China. O ecletismo da arte tinha como principal objetivo reunir técnicas de defesa pessoal eficientes e diretas, isso porque os moradores da ilha por séculos foram proibidos de usar armas, desenvolvendo então formas de combate desarmado ou com instrumentos pouco convencionais como remos, por exemplo.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.revistabudo.com.br

Um marco para a modernização e consequente popularização do Karate ocorreu com a ida do Sensei Gichin Funakoshi, fundador do Estilo Shotokan, para Tóquio em 1921. Lá ele começou a propagar o Karate para a arte ganhar o mundo, exemplo seguido por outros mestres contemporâneos. Outro fato que marcou o surgimento do Karate moderno foi a ênfase que passou a ser dada na prática da arte para o desenvolvimento pessoal e moral do praticante. O Karate, além um sistema de lutas, se consolidou como uma filosofia voltada para a formação moral, para o desenvolvimento de guerreiros para a vida. Foi neste contexto que a arte ganhou o “Do” (caminho) em seu nome passou a se chamar “Karate-Do”, que significa “caminho das mãos vazias”. O Karate-Do utiliza os princípios éticos do Budô, código originado na cultura dos samurais.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.revistabudo.com.br

O treino básico Karate-Do é composto por três elementos principais: **Kihon**: é a parte onde se pratica os fundamentos da arte, como socos, chutes e defesas. No kihon, as técnicas são apresentadas e desenvolvidas uma a uma. **Kata**: é a prática dos movimentos formais do Karate e o tipo mais tradicional de treino da arte. Katas são sequências pré-definidas de diversas técnicas, que podem ser executadas tanto individualmente quanto em grupo. **Kumite**: trata-se da aplicação das técnicas do Karate com um parceiro. Há vários tipos de kumite, desde as sequências de ataque e defesa pré-arranjadas até a luta em seu formato mais livre e competitivo. Fonte: <http://karatedotanaka.com.br/o-que-e-karate-do/>



Sugestões

- História do Karatê-do: <https://karatedobrasil.org.br/> e <http://www.diariokarateca.com.br/historia/karate/>
- Regras e golpes do Karatê-do: <http://regras.net/karate/>



ESGRIMA

Movimentos rápidos e reflexos apurados são as principais habilidades da Esgrima. Era utilizada pelos nossos ancestrais como forma de combate, uma vez que, seu significado é de um confronto portando armas espadas. A origem do esporte é caracterizada pela necessidade da caça e sobrevivência entre os povos.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.nerdesporte.blogspot.com/2016/06/esgrima-historia-e-regras.html

Mudanças importantes como tamanho e peso da espada foram acontecendo com o tempo. A máscara foi criada no fim do século XVIII, por La Bosiére, com a finalidade de não haver mais acidentes com os olhos. Porém, no mesmo período, os combates perderam força com o surgimento das armas, sumindo os cavalos e as lanças.

Passou então, a ser considerada exclusivamente como prática esportiva, com juízes avaliando as disputas. E enfim, a primeira competição mundial realizou-se em Paris, por volta de 1921. Chegando aos Jogos Olímpicos de Atenas, na primeira edição da Era Moderna, em 1896. Mais tarde, no ano 1913, a Federação Internacional de Esgrima foi fundada, estabelecendo regras para o esporte.

Tipos de armas:

Florete: Medindo 90cm e com peso de 500g. O tronco é a única parte do corpo que soma-se pontos com seu toque.

Espada: Com 110cm e 770g. O ponto é válido ao contato de qualquer parte do corpo.

Sabre: Tamanho de 88cm e 500g de peso. Acima da linha da cintura é computado o ponto.

Há apenas competições individuais com o florete, no sabre o na espada possuem também disputas por equipes, com 3 atletas cada. Separados por 3 tempos de 3 minutos, as provas são vencidas quando o atleta alcançar 15 pontos, ou o mais próximo disso. No caso de empate, inicia-se a prorrogação de 1 minuto até que alguém marque um ponto.

Fonte:

<https://www.infoescola.com/esportes/esgrima/>



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.nerdesporte.blogspot.com/2016/06/esgrima-historia-e-regras.html



Sugestões

- História da Esgrima: <http://www.brasilesgrima.com.br/historia.htm>
- Regras, equipamentos e técnicas da Esgrima: <https://sportsregras.com/esgrima-historia-regras/>



HUKA HUKA

Desconhecida entre o grande público, uma das artes marciais autenticamente brasileiras de maior tradição é o Huka-huka. Este estilo de combate foi criado pelo povo indígena Bakairi e povos do Xingu, localizados no Estado do Mato Grosso. O Huka-huka é bastante praticado nessa região e representa uma das modalidades dos Jogos dos Povos Indígenas, competição esportiva criada no ano de 1996.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.olhares.sapo.pt/luta-livre-foto281942.html

A luta é praticada com os lutadores de joelhos. No ritual, o chefe da tribo anfitriã, que é considerado o dono da luta, vai até a parte central de uma arena e escolhe os adversários chamando-os pelo nome. Então os lutadores ficam frente a frente, ajoelham-se e giram seus corpos em sentido horário. Eles se encaram e começam a luta. O objetivo é colocar as costas do oponente no chão.

Fora de competições, o Huka-huka é um ritual tradicional para testar a força de jovens índios. Geralmente, é feito após o Kuarup, ritual Xingu de homenagem aos mortos. No amanhecer do dia posterior ao Kuarup, os campeões de cada tribo se enfrentam em competições de Huka-huka. Após o combate entre os adultos, grupos de jovens também se enfrentam para provar sua virilidade. Fonte: <https://www.infoescola.com/artes-marciais/huka-huka/>



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: www.olhares.sapo.pt/luta-livre-foto281942.html



Sugestões

- Sobre o Ritual Kuarup e o Huka Huka:
https://www.youtube.com/watch?v=N0p69x_BaLA
- Sobre o Huka Huka nos Jogos Indígenas:
https://www.youtube.com/watch?v=_eLuIjJEOnI
- Sobre o povo Xingu: <https://pib.socioambiental.org/pt/Povo:Xingu>
- Possibilidades de aulas sobre Lutas Indígenas:
<http://portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=22413>



KENDO

Kendo, ou caminho da espada, é uma das artes marciais japonesas tradicionais mais difundidas no mundo. Descende diretamente do Kenjutsu, a arte samurai da espada. Entre os japoneses a espada sempre foi uma arma sagrada, presente na mitologia e nas histórias lendárias do Japão. Ela era oferecida como dádiva divina nos templos ou doada no momento da escolha de um generalíssimo. Na era



Acesso dia 01/06/2018. Fonte:
www.yandex.ru/collections/card/58a44760d7f77d00965a9975/

Muromachi surgiu o Kenjutsu, e diversas escolas se esforçaram para disseminar estas

técnicas. No período Edo, com o advento do Confucionismo e do Zen-budismo, a prática da espada ganha também um conteúdo moral e espiritual.

O Kendo tal como praticado atualmente, foi desenvolvido a partir do século XX, com base em alguns estilos de Kenjutsu. A ideia era simplificar o amplo



Acesso dia 01/06/2018. Fonte:
www.portaldoprofessor.mec.gov.br/fichaTecnicaAula.html?aula=23644

conjunto de técnicas e posturas existentes no Kenjutsu em quatro golpes básicos a partir de uma única postura de luta. Desta forma foi possível difundir o Kendo como uma atividade física onde é possível aliar a competição e o desenvolvimento do caráter.

Na prática do Kendo são utilizados: o bogu, equipamento de proteção e a shinai, espada de bambu. Com o uso destes equipamentos é possível realizar os combates sem risco de lesões causadas pelo impacto dos golpes.

Fonte: <http://www.niten.org.br/kendo/historia>



Sugestões

- História, costumes e equipamentos do Kendo:
<http://www.kendopiratiniga.com.br/down/manual2.pdf>
- Sobre a Arte da Espada e os Samurais:
<https://www.youtube.com/watch?v=YxjbNASYupY>



KYUDO

O arco foi uma arma de guerra, sobretudo entre os séculos XII e XVI. Além disso, o tiro foi também, e desde o século VI, utilizado em cerimônias de corte. Como arma foi perdendo importância após a introdução das armas de fogo pelos portugueses no século XVI. As escolas de tiro com arco, então existentes, evoluem para formas de tiro onde a ênfase é colocada tanto nos aspectos técnicos e físicos quanto nos aspectos mentais e formais do tiro.

A palavra Kyudo começa a utilizar-se ao longo do século XVII, a par da designação corrente que ainda hoje subsiste de kyujutsu; é a partir do início do século XX que a designação de Kyudo se generaliza.

A prática do Kyudo para um principiante inicia-se com os primeiros treinos em que os movimentos básicos do tiro (hassetsu) são aprendidos de mãos vazias, sem arco.



Acesso dia 01/06/2018. Fonte:
<https://br.pinterest.com/phillipbehlman/kyudo/>

Após 2-3 treinos o praticante inicia os movimentos com uma fisga ou elástico. Depois os mesmos movimentos são repetidos já com o arco, mas sem flechas. De seguida o praticante será levado para o primeiro tiro em frente de um alvo de palha (makiwara) situado a curta distância (+/- 2 metros) onde disparará as suas primeiras flechas já com a luva na mão direita. Depois durante dois ou três treinos passará a disparar ao alvo, primeiro a curta distância (5-6 metros), depois a meia distância (14 metros) depois a 20 metros e finalmente à distância normal do alvo, que é de 28 metros. Entre o início da aprendizagem e o primeiro tiro ao alvo a 28 metros poderão passar entre 1 a 3 meses, dependendo do número de treinos e do praticante.

O Arco: o arco japonês (yumi) é excepcionalmente longo (cerca de 2,20 m), ultrapassando a altura do próprio arqueiro (kyudoka). Os arcos são tradicionalmente feitos de bambu, madeira e couro utilizando técnicas que não mudaram em séculos, apesar de alguns kyudokas (principalmente os novos na arte) utilizarem arcos feitos de



Acesso dia 01/06/2018. Fonte: <https://br.pinterest.com/phillipbehlman/kyudo/>

materiais sintéticos (fibra de vidro e carbono). **A Flecha:** a flecha (ya) é tradicionalmente feita de bambu, e era adornada com penas de águia ou de falcão. A maioria das flechas atualmente ainda é feita de bambu *Pseudosasa japonica* (apesar de muitos kyudokas utilizarem as de alumínio ou fibra de carbono), e as penas atualmente são de aves que não correm perigo de extinção, como perus. Os arqueiros normalmente atiram com duas penas em cada flecha, (a primeira chama-se haya, a segunda otoyá). **A Luva:** no tiro utiliza-se uma luva na mão direita chamada yugake, ou seja luva (kake) do arco (yumi). Esta luva é feita de pele de gamo ou veado, e possui um revestimento

endurecido na região do polegar, além de um pequeno encaixe na sua base para que a corda do arco (tsuru) seja mais facilmente puxada.

Fonte: <http://www.kyudo.com.br/about-kyudo/a-historia-kyudo/>



Sugestões

- Sobre a história do Kyudo:
<http://www.kyudo.com.br/about-kyudo/a-historia-kyudo/>
- Técnica de tiro do Kyudo:
https://www.youtube.com/watch?v=lCKLGMK_3No
- Demonstração do Kyudo:
<https://www.youtube.com/watch?v=T9IdyzXUeQ0>



NINJUTSU

O Ninjutsu, também conhecido pelo termo ninpo, é uma arte marcial japonesa. Consiste num conjunto de técnicas que capacita os seus praticantes a agirem em todas as situações no campo de batalha. É uma arte que remonta há mais de 1000 anos, em um contexto histórico em que os samurais dominavam o Japão, controlando a terra e seus moradores. O chefe de um grupo de samurai era o daimyō, a única pessoa a quem os samurai deviam respeito e obediência.

Não é possível constatar com exatidão a origem de uma arte que se desenvolveu no anonimato, e sobre a qual não existem quaisquer evidências públicas documentadas, que eventualmente pudessem dar suporte a qualquer teoria específica. Sabe-se, porém, que inicialmente esta arte foi criada como uma forma, ainda que um tanto obscura, de reação contra os valores políticos, sociais e religiosos do Japão feudal, totalmente dominados pela elite Samurai. Daí a necessidade de ter sido conservado durante séculos cobertos pela falta de clareza sobre sua história. Os guerreiros que posteriormente seriam chamados de Ninjas não adotavam para si



Fonte: Shihan Dieter Jägerhuber

mesmos tais rótulos, conservando-se ocultos o máximo possível. Chegado a serem considerados como demônios e espíritos e não uma classe de guerreiros.

Todavia, uma certeza sobre o Ninjutsu é que seu desenvolvimento se deu de forma gradual, com absorção e mistura de vários traços culturais, principalmente religiosos e marciais, chineses e japoneses. Segundo as afirmações do Grande Mestre atual, Masaaki Hatsumi, patriarca da Bujinkan, o Ninjutsu foi desenvolvido entre o século X e XIV, com a chegada de um expressivo número de imigrantes e de Samurais foragidos, cujos exércitos foram derrotados em batalhas, que procuraram refúgio nas selvas das remotas montanhas das regiões japonesas de Iga e Koga. Esse isolamento auto imposto permitiu que esses grupos desenvolvessem técnicas de combate e outras artes, originando assim a arte Ninja.



Fonte: Shihan Dieter Jägerhuber

As 18 Disciplinas Ninja (ninja jūhakkei): Taijutsu (Combate Desarmado), Kenjutsu (Arte da Espada), Shurikenjutsu (Lançamento de Shurikens), Sōjutsu (Arte da Lança), Bōjutsu (Arte do Bastão Longo), Naginatajutsu (Luta com a Naginata), Kusarigamajutsu (Luta com Foices com Corrente), Kayakujutsu (Arte dos Explosivos e Pirotecnia), Hensōjutsu (Arte dos Disfarces e Camuflagem), Shinobi Iri (Métodos de caminhar silencioso) Bajutsu (Equitação), Sui-ren (Treino Aquático), Bōryaku (Estratégia Militar), Chōhō (Espionagem), Intonjutsu (Arte da Evasão), Tenmon (Meteorologia), Chi-mon (Geografia), Seishinteki Kyōyō (Refinamento Espiritual).

Fonte: <http://bujinkanbh.com.br/ninjutsu/> e <https://shinmuryodojo.com/ninjutsu/>



Sugestões

- Sobre a história e técnicas do Ninjutsu:
<https://www.ninjutsu-japan.com/historia-do-ninjutsu> e
<http://budokanninpoBrasil.blogspot.com/2010/05/ninjutsu-historia-simbolos-armas.html>
- Sobre a história, tradições e habilidades do Ninjutsu:
<https://www.youtube.com/watch?v=ckZAesTG0zM>

5.

TRANSFORMANDO E CRIANDO LUTAS



Essa secção objetiva pensar que uma vez vivenciadas, problematizadas e contextualizadas algumas das várias formas de manifestações das Lutas e Artes Marciais, passamos agora para um momento de transformação e criação. Com base no que foi aprendido nas aulas e nas experiências de vida de cada um, crianças e jovens serão capazes transformar/criar/inventar jogos de Luta como forma de produção de conhecimento nas aulas de Educação Física.

Uma vez que uma prática corporal se dá ao longo da história, professores, crianças e jovens são também sujeitos desse mesmo processo, devendo dar-lhe um prosseguimento e direção

Vou poder criar minhas próprias formas de lutar!!



Partindo das vivências e seus sentidos/significados, este momento consiste na seguinte reflexão: uma vez que uma prática corporal se dá ao longo da história, professores, crianças e jovens são também sujeitos desse mesmo processo, devendo dar-lhe um prosseguimento e direção. Assim, propomos que você professor/a, em conjunto com suas crianças e jovens, transformem e criem novas formas de vivenciar as Lutas e Artes Marciais. Cabe ressaltar que esse processo de transformação dos jogos de Lutas existentes e a criação de novas perspectivas de lutar podem ser realizados ao longo de todo o processo formativo, pois subsidia a concepção de educação para a construção da autonomia.

Mas as lutas já não estavam prontas?!



As lutas estão sempre em transformação Davi



Então nós sempre podemos transformar elas também!



Este capítulo foi construído baseado na obra

- OLIVEIRA, C. M. (Des)construindo e (re)contruindo o esporte na escola: a história como parceira dessa viagem. In: NÓBREGA, Terezinha Petrucia. A educação física no ensino fundamental (6 ao 9 ano). Natal: UFRN/PAIDÉIA/MEC, 2007.

6.

COMPETIÇÕES PEDAGÓGICAS E FESTIVAIS DE LUTAS



Como prerrogativa inicial temos de considerar que as competições podem se esgotar nelas mesmas e não precisam ser degraus para novas conquistas ou níveis. Nessa perspectiva, o caráter de seletividade e os componentes de vitória/derrota são abrandados. O ensino das Lutas deve vir antes, durante e depois das competições, já que assim o esporte/luta torna-se um meio de educação e não um fim de competição.

As competições podem marcar um sentido de confraternização, aprendizagem e interação social entre as pessoas, pois elas não iniciam com o cumprimento inicial da Luta e não se encerram ao soar do gongo. Ela inicia-se desde a organização do evento que, nessa ótica, demanda uma participação ativa de crianças e jovens em todos os momentos do evento.

Quando terminam as competições, é importante que a escola, o professor e os educandos continuem envolvidos com as Lutas. Discutindo os resultados, revendo filmagens da competição, debatendo sobre os aprendizados que foram desenvolvidos durante o processo. Haja vista que a competição deve ir além de quem venceu ou perdeu, deve ser pensada sobre todo o seu processo.

Convém destacar que três características não podem ser perdidas de vista quando formos desenvolver competições pedagógicas e festivais de Lutas na escola:



<p>A integração comunitária com trocas de experiências educativas e socioculturais devem se sobrepôr a seletividade e busca pela vitória</p>	<p>As competições devem ser organizadas com mecanismos motivadores para participação popular no processo. Ou seja, as crianças e jovens devem estar a par de tudo e participando ativamente da organização juntos com os/as professores;</p>	<p>Deve acontecer uma propagação sobre os conhecimentos relativos aos valores educativos das competições esportivas</p>
---	---	--

Para essas características serem desenvolvidas nas competições pedagógicas e festivais esportivos, a comunidade deve participar ativamente no processo de organização, opinando sobre as Lutas, organizando e formulando em conjunto, uma política democrática para realização dos eventos.

Um importante ponto sobre esses eventos é a forma de premiar as crianças e jovens. Por exemplo, uma possibilidade é dar troféus em vez de medalhas (para o

coletivo) e um certificado de mérito para todos (para os indivíduos). Isso faz com que a premiação por destaques (primeiro, segundo, terceiro lugares) seja abrandada, valorizando a participação e democratizando as competições e os festivais. Os prêmios servirão como estímulos e incentivos para as crianças e jovens que se destacaram e também podem ser agregados a todos os participantes.

Uma perspectiva importante que vem de encontro com as premiações é a forma que a competição é organizada, quem vence ou perde, além de como são distribuídos os pontos. Tendo em vista a participação de todos e todas, pode ser interessante que não aconteça o famoso “mata-mata”, mas sim que nas competições todos lutem contra todos. Ou pelo menos, em grupos grandes, pois dessa forma todos/as terão a oportunidade de participar várias vezes.

É interessante que não aconteça o famoso “mata-mata”, mas sim que nas competições todos lutem contra todos. Ou pelo menos, em grupos grandes, pois dessa forma todos/as terão a oportunidade de participar várias vezes.

Outro ponto é sobre a distribuição de pontos para alcançar o primeiro lugar, por exemplo, numa Luta acirrada, onde os lutadores estão fazendo muitos pontos um no outro de forma equilibrada e no fim o placar fica com a diferença de apenas um ponto.

O outro lutador não teve mérito por todos os pontos que fez em seu adversário? Nessa perspectiva, podemos criar um sistema de pontuação que dê mais pontos para o vencedor de cada luta, mas que também pontue o mérito do lutador que não ganhou.

Nessa direção, destacamos quatro princípios pedagógicos que podem orientar um projeto de competições e festivais de Lutas educacionais: ensinar lutas a todos; ensinar bem as lutas a todos; ensinar mais do que as lutas a todos; ensinar a gostar das lutas.

Princípios Pedagógicos

- **Ensinar lutas a todos**
- **Ensinar bem as lutas a todos**
- **Ensinar mais do que as lutas a todos**
- **Ensinar a gostar das lutas.**

Para orientar o **primeiro princípio** é preciso organizar competições bem equilibradas e mais desafiadoras, ou seja, as equipes devem se encontrar em níveis próximos tanto em relação às suas habilidades quanto à compreensão do jogo. Logo, é importante não enaltecer alguns mais habilidosos em detrimento dos outros, menos habilidosos. Como vimos no capítulo “Ensino Global das Lutas” podemos desenvolver várias formas de lutar coletivamente.

**Professor!
Quero aprender
a lutar com todos
meus amigos,
ta bom?!**



Professor!
Quero lutar
muuuuuitas
vezes, viu?!



Com relação ao **segundo princípio** é preciso compreender e ressaltar que a competição deve ser aprendida por todas as crianças e jovens, uma vez que todos devem participar das Lutas por um tempo significativo. Para isso é preciso repensar os modelos eliminatórios de competição pautados no alto-rendimento.

Propomos a composição de uma comissão que pode ser composta pelas crianças e jovens envolvidos com a finalidade de propor as regras e os códigos escolares das Lutas criadas/reproduzidas por eles. Portanto, não ficaremos amarrados às regras oficiais do Karatê-do, do Judô ou de qualquer outra modalidade esportiva de combate.

No **terceiro princípio**, referente ao conhecimento das Lutas, a participação da família é fundamental para o desenvolvimento do processo educacional em competições. Para a concretização disso é fundamental aprofundar os saberes sobre Lutas e competições por meio das diferentes tecnologias da informação e comunicação. A integração da família como parceira nesse processo de aprendizagem torna-se um importante elemento, pois a experiências de crianças e jovens com a competição extrapolam o ambiente escolar e as aulas de Educação Física.

Professor!
Quero aprender
tudo sobre as
lutas, tudo
mesmo! Ok?!



Por fim, o **quarto princípio** propõe-se estimular os indivíduos a gostarem de praticar Lutas. Para tanto, existe a necessidade de alterações nas estruturas das Lutas para que as intervenções pedagógicas possam ocorrer e os princípios se materializem em ações práticas. Por exemplo, as crianças e jovens podem ter a sensação de desferir um ataque rápido retirando um pregador do peito do oponente soltando um grito de kiai e comemorando como se tivesse feito um ponto numa competição oficial de Karatê-do. Podem também realizar finalizações segurando seu oponente de alguma forma com as costas no chão e sentirem que estão vencendo uma luta de Jiu Jitsu.

Professor!
Quero fazer
muitos Ippons!
Me ajuda?!



Defendemos que as crianças e jovens não precisam depender de atributos físicos ou da aquisição de habilidades técnicas especializadas para experimentar todas essas possibilidades que os jogos de Luta proporcionam. Um ambiente pedagógico responsável deve satisfazê-las ao máximo, torna a Luta possível, independente do grupo social ou etário.



Este capítulo foi construído baseado na obra

- SCAGLIA, A. J., MEDEIROS, M., & SADI, R. S. Competições Pedagógicas e Festivais Esportivos: questões pertinentes ao treinamento esportivo. Revista Virtual EFArtigos, 2006.

7.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

um ponto de partida



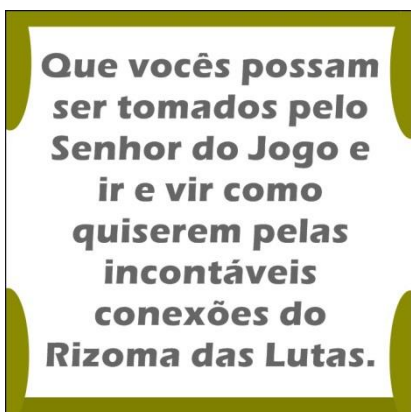
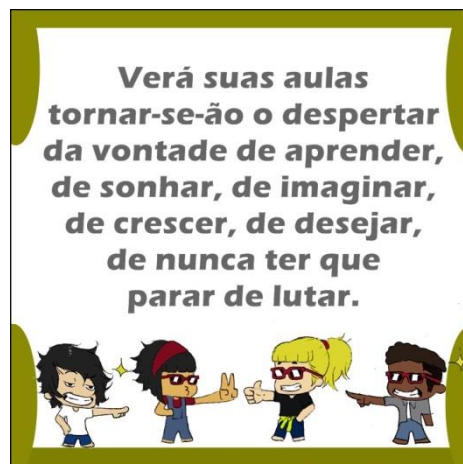
E então professor/a, estamos chegando ao fim desta grande jornada? Felizmente não, essa jornada pelo mundo das Lutas e Artes Marciais acaba de começar, essa caminhada que fizeste pelas páginas deste livro-experiência foi apenas um prólogo da grande e desafiante aventura que está por vir!

Essa jornada da luta pelas Lutas na escola ainda tem muitos “chefões” para serem derrotados, muitos oponentes para serem vencidos, muitas bifurcações para escolhermos e seguirmos. A falta de materiais de apoio, as ausências da temática nas pesquisas científicas e nos documentos curriculares e a formação inicial insatisfatória não pode nos impedir de entrar nessa batalha. A batalha de construir e desenvolver um ensino de Lutas que transcenda o ensino

tradicional e tecnicista é um enfrentamento que devemos fazer pelas nossas crianças e jovens. Assim, primaremos pelo desenvolvimento da autonomia, pelo acesso ao conhecimento e pelo reconhecimento das crianças e jovens como sujeitos de direito do hoje e do agora. Esse é um dos mais desafiantes combates que temos que enfrentar, mas, qual seria o objetivo das Lutas e Artes Marciais, se não a superação de obstáculos que fazem parte das nossas vidas?!

Professor/a você perceberá como é gratificante ver durante suas aulas as crianças e jovens transformando e criando. É emocionante vê-los em cada aula, porque querem estar ali, não porque são obrigados a assisti-la. Aos poucos poderá vê-los desenvolvendo estratégias e táticas de Luta, de modo que suas aulas tornar-se-ão o despertar da vontade de aprender, de sonhar, de imaginar, de crescer, de desejar, de nunca ter que parar de lutar.

Como apontamos no início, esse livro-experiência não aponta uma única trajetória, nem mesmo um caminho seguro, pelo contrário, ele aponta um exército de questionamentos, elaborações e transformações de caminhos. Dessa forma, nós queríamos lhe oferecer algumas armas, alguns suprimentos, alguns companheiros de viagem e uma bússola para que você possa traçar a sua própria trajetória. Para que em conjunto com suas crianças e jovens, vocês possam ser tomados pelo Senhor do Jogo e ir e vir como quiserem pelas incontáveis conexões do rizoma das Lutas.



FINALIZANDO

7. PARTE FINAL - CONSIDERAÇÕES FINAIS: conexões entusiásticas

Pudemos apresentar aqui uma longa trajetória de pesquisa que retroalimentou constantemente aquilo que nomeamos como livro-experiência. O processo de construção desse material pedagógico possibilitou a criação, conexão e transformação do meu pensar acerca do universo das Lutas. Isso resultou em um emaranhado de ligações rizomáticas que, talvez, fizeram-me pensar em algumas coisas ainda não pensadas. Esperamos que por meio desse rizomático livro-experiência todos os obstáculos que surgiram ao longo desse percurso formativo e que se entrelaçam com a minha própria história de vida possam ter contribuído com a discussão das Lutas na escola.

Os passos e golpes nessa trajetória refletem o meu envolvimento com o tema das Lutas, Artes Marciais e, sobretudo, com a Educação Física escolar. Despertando o ímpeto de estudar e construir um livro-experiência que contemplasse as inúmeras conexões do rizoma das Lutas, optamos por enfatizar as Lutas da escola, pois percebemos que nosso envolvimento com esses dois aportes teóricos poderia favorecer uma perspectiva de ensino-aprendizagem na escola.

Antes de partir para a escrita do livro, precisávamos entender o que eram as Lutas, suas manifestações, suas definições, como (não)eram desenvolvidas na escola, como os documentos curriculares oficiais e os cursos de formação inicial de professores as compreendiam. Outra questão que tivemos de aprofundar foi sobre o formato de livro que poderíamos construir. Qual estrutura? Quais metodologias? Como seria a linguagem escrita utilizada? As perguntas eram muitas (e ainda são...).

Ao passarmos pelos conflitos e percalços das definições, classificações e transformações, acabamos por compreender que as Lutas são mais que modalidades de Luta e Artes Marciais estanques, pois são como um rizoma com múltiplas conexões. Elas transcendem classificações e modelos hierárquicos, de modo que as Lutas, tal como rizoma, compõem um sistema aberto, sobretudo, por ser uma aposta na multiplicidade. Isso pode favorecer as crianças e jovens compreenderem as várias ligações entre as manifestações de Lutas, estabelecendo relações entre elas próprias e para além delas.

Desenvolvida a perspectiva das Lutas a qual nos apoiamos, entramos em meio à escuridão e a luz do desenvolvimento de um livro-experiência, que teve um caráter singular. Haja vista que na abordagem da experiência, essa escrita foi traduzida pela não

definição de um conjunto de regras apriorísticas que serviram de linhas gerais e obrigatórias. Isso tornou a minha vida mais complicada, pois o livro-experiência não me oferecia um trajeto seguro, nem prometia que com ele chegaríamos a um local “verdadeiro”. Mas também de uma forma muito específica, esse risco que corremos nos deu asas a imaginação, pois potencializou o Senhor do Jogo e fez de nós, a cada linha escrita, Seres do Jogo prontos para jogar mais e mais. Esses riscos partiam das inúmeras dificuldades e percalços da escrita de um livro-aberto, onde não queríamos impor formas de ensinar Lutas, mas apontar caminhos e trajetórias para que os/as professores/as pudessem construir suas próprias experiências pedagógicas. É dessas dificuldades e percalços que comentaremos a seguir.

Uma das principais características desse livro-experiência era apresentar as várias possibilidades para o ensino das Lutas, mas sem impô-las, de forma que os/as professores/as não apenas as reproduzissem sem pensar sobre a realidade da escola. Uma das estratégias para alcançar esse objetivo foi dispor as atividades, leituras e discussões separadas e juntas ao mesmo tempo. Ou seja, não sugerimos aulas prontas em separado, uma vez que as indicações de leitura e discussão ficavam juntas em cada sessão. Buscamos com isso que os/as professores/as compreendam o conhecimento como um todo para poderem adequá-los as suas diversas realidades.

Outro aspecto importante a ser evidenciado foi em relação à estrutura (que fizessem sentido, mas que não fosse linear) e a escrita de um livro com uma linguagem adaptada e interativa para “chegar” e manter a atenção de quem está caminhando pelas páginas. Logo, adaptamos a linguagem não inserindo muitas citações, a fim de que a leitura ficasse mais fluida e não perdesse a densidade. Assim, ao final de cada capítulo colocamos como sugestões todas as obras que foram utilizadas direta ou indiretamente para desenvolver aquela parte do livro.

Outra adaptação utilizada foi escrever diretamente para o/a professor/a, como se estivéssemos conversando com eles/as. E em certos momentos trazer um “espírito desafiador”, no qual os/as convidávamos a entrar em combates e a percorrer a trajetória que era a leitura do livro, mas, principalmente, o desafio de pensar a prática das Lutas nas aulas de Educação Física escolar.

Para desenvolver a interatividade com a leitura do livro, criamos quatro personagens, que não eram simplesmente manequins “figurativos” para demonstrar os jogos de oposição. Os personagens têm nome, personalidade e vivenciam o livro em conjunto com o/a leitor/a. Eles comentam as passagens do livro, mandam recados para

os/as professores/as, têm dúvidas e expressam reações de acordo com a leitura. Nesse sentido, a estratégia para construir tal material interativo e, simultaneamente, possibilitar o desabrochamento de ideias, foi utilizando esses personagens, suas reações e comentários que faziam conectados com as ideias descritas nas páginas que ali estavam.

Bem, por fim, é válido ressaltar que essa dissertação não se iniciou em 2016 quando entrei no mestrado, ela decorre de muito tempo atrás. Na realidade, desde que vi os primeiros desenhos que envolviam personagens que lutavam, eu percebi que dali para frente nunca mais pararia de lutar. Essa dissertação foi gestada em pelo menos duas décadas da minha história de vida pessoal como praticante de Artes Marciais. Por elas resolvi prestar o curso de Educação Física, fui me descobrindo nesse caminhar e hoje estou aqui, nesse momento.

Só posso dizer que o entrelaçar vida-pesquisa foi a melhor coisa que me ocorreu, de tal modo que inúmeros fios necessários foram tecidos e a dissertação potencializou a experiência e, dialeticamente, a experiência alimentou a dissertação. No final desse percurso, penso que avancei um pouco, mas ainda me considero apenas um entusiasta pelo mundo das Lutas e Artes Marciais. Entusiasta esse que chega a ponto de defendê-las com veemência, pois as considero que têm um lugar cativo no interior da instituição que julgo como sendo a mais importante da sociedade, isto é, a escola.

8. REFERÊNCIAS

- ALVES JUNIOR, E. D. **Discutindo a violência nos esportes de luta: a responsabilidade do professor de educação física na busca de novos significados para o uso das lutas como conteúdo pedagógico.** Rio de Janeiro: XII Encontro Regional de História ANPUH-RJ, 2006.
- ALVES-MAZZOTTI, A. J.; GEWANDSZNAJDER, F. O planejamento de pesquisas qualitativas. **O método nas ciências naturais e sociais: pesquisa quantitativa e qualitativa.** São Paulo: Pioneira, 1998. p. 147-178.
- ANDRÉ, M. **Questões sobre os fins e sobre os métodos de pesquisa em Educação.** Revista Eletrônica de Educação. São Carlos, SP: UFSCar, v.1, n.1, set. 2007. p. 119-131
- ANTUNES, F. H.C. **Um retrato da pesquisa brasileira em Educação Física escolar: 1999 – 2003.** Motriz, Rio Claro, v.11, n.3, p. 179- 184, 2005.
- AREIAS, A. **O que é Capoeira.** São Paulo. Editora Brasiliense, 1984.
- BARROS, A. M.; GABRIEL, R. Z. **Educação Física escolar: compartilhando experiências.** São Paulo: Phorte, 2011.
- BAUER, M., & GASKEL, G. **Pesquisa qualitativa com imagem, texto e som.** Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2002.
- BENTO, J. O. **Da coragem, do orgulho e da paixão de ser professor: auto-retrato.** Belo Horizonte: Casa da Educação Física, 2002.
- BETTI, M. **Educação Física escolar: ensinando a pesquisa-ação.** Injuí: Unijuí, 2009.
- BRASIL. SECRETARIA DE EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL. **Parâmetros curriculares nacionais: educação física.** MEC/SEF, 1998.
- BRANDÃO, H. N. **Texto, gêneros do discurso e ensino. Gêneros do discurso na escola.** São Paulo: Cortez, 5, 2000.
- BREDA, M. et al. **Pedagogia do esporte aplicada às lutas.** São Paulo: Phorte, 2010.
- BREDA, M., GALATTI, L., SCAGLIA, A. J., PAES, R. R. **Pedagogia do esporte aplicada às lutas.** São Paulo: Phorte. (2010)
- COMITÊ OLÍMPICO BRASILEIRO. **90 anos do Comitê Olímpico Brasileiro.** Rio de Janeiro: COB, 2004.
- CORREIA, W. R., & FRANCHINI, E. **Produção acadêmica em lutas, artes marciais e esportes de combate.** Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, 2009.
- CORAZZA, S. M. **Labirintos da pesquisa, diante dos ferrolhos.** In: COSTA, M. V. (org.). Caminhos investigativos I: novos olhares na pesquisa em educação. Rio de Janeiro: Lamparina editora, 2007.

- DAOLIO, J. **Educação Física e o conceito de cultura**. Autores associados, 2004.
- DAOLIO, J. **A cultura da educação física escolar**. Revista Virtual EF.Darido 2011
- DARIDO, S. C.; **Educação Física na escola: implicações para a prática pedagógica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- DARIDO, S. C.; et al. **Livro didático na educação física escolar: compartilhando experiências**. Motriz, Rio Claro, v. 16, n. 2, p. 450-457, abr./jun. 2010.
- DARIDO, S. C. **Educação Física escolar: compartilhando experiências**. São Paulo: Phorte, 2011.
- DARIDO, S. C.; SOUZA JUNIOR, O. M. **Para ensinar educação física: possibilidades de intervenção na escola**. Campinas: Papirus, 2007.
- DEL'VECCHIO, F. B.; FRANCHINI, E. **Lutas, artes marciais e esportes de combate: possibilidades, experiências e abordagens no currículo de educação física**. Rio Claro: Biblioética, 2006, v. 1, p. 99-108.
- ESPARTERO, J. **Aproximación histórico-conceptual a los deportes de lucha**. Barcelona: Hispano Europea, 1999.
- FEDERICI, C. G. **O que não é educação física**. Movimento e Percepção, 2004.
- FERNANDES, S. B. **Eu não te confesso, mas um dia você vai saber o que é uma escola: escolarização, infância e experiência**. 2009. Tese de Doutorado. Universidade Federal do Rio Grande do Sul.
- FRANCHINI, E.; TAKITO, M.Y.; RODRIGUES, F.B.; MANOEL, E.J. **Considerações sobre a inclusão de atividades motoras típicas de artes marciais em um programa de Educação Física**. Proceedings do II Congresso de Iniciação Científica da Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo, 1996. p. 65-69.
- FREIRE, J. B. **O jogo: entre o riso e o choro**. Campinas: Autores Associados, 2002.
- FREIRE, J. B.; SCAGLIA, A. J. **Educação como prática corporal**. São Paulo: Scipione, 2003.
- FREIRE, J. B., & SANTANA, G. M. L. **Relações sociais no desenvolvimento da imaginação por meio de jogos**. Motriz rev. educ. fís.(Impr.), 2007.
- FOUCAULT, M. **Poder e saber**. In: **FOUCAULT, M. Ditos e escritos**. Vol. IV: estratégia, poder-saber. Rio de Janeiro: Forence Universitária, 2006.
- GALLO, S. **Deleuze e a Educação**. Editora Autentica, 2007.
- GOMES, M. S. P. **Procedimentos Pedagógicos para o ensino de lutas: contextos e possibilidades**. Dissertação (Mestrado em Educação Física). Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2008.
- GONDRA, J. G., & KOHAN, W. O. **Foucault: 80 anos**. Autêntica Editora, 2006.

- GRAÇA, A. & OLIVEIRA, J. (Eds.). **O ensino dos jogos desportivos**. 2ed. Porto, Universidade do Porto, 1995.
- GUATTARI, F.; DELEUZE, G. **Mil Platôs: Capitalismo e Esquizofrenia**. Editora 34, 1980.
- HUIZINGA, J. **Homo Ludens: o jogo como elemento da cultura**. Editora Perspectiva, 1999.
- LEONARDO, L., SCAGLIA, A. J., & REVERDITO, R. S. **O ensino dos esportes coletivos: metodologia pautada na família dos jogos**. Motriz. Revista de Educação Física. UNESP, 2009.
- LUFT, C. P. **Minidicionário da Língua Portuguesa**. 20. Ed. São Paulo: Corad, 2003.
- MATOS, J. A. B., HIRAMA, L. K., GALATTI, L. R., & MONTAGNER, P. C. **A presença/ausência do conteúdo lutas na educação física escolar: identificando desafios e propondo sugestões**. Conexões, 2015.
- MARCELLINO, N. C. **Pedagogia da animação**. Campinas: Papirus, 1989.
- MESQUITA, C. **Artes Marciais: uma prática de educação ou violência**. GUEDES, OC Judô. João Pessoa: Ideia, 2001.
- MUSAHI, M. **O livro dos cinco anéis**. Clio Editora, 2010
- NAKAYAMA, M. **O Melhor do Karate: visão abrangente-praticas**. Cultrix, São Paulo, 1996.
- NAKAYAMA, M. **O melhor do karate: Vol. 1. Visão abrangente, práticas**. São Paulo, Editora Cultrix, 1996.
- NASCIMENTO, P. R. B.; ALMEIDA L. **A tematização das lutas na Educação Física Escolar: restrições e possibilidades**. Movimento, Porto Alegre, 2007.
- NEIRA, M. G. **A proposta curricular do Estado de São Paulo na perspectiva dos saberes docentes**. Rev. bras. Educ. Fís. Esporte, São Paulo, v.25, p.23-27, nov. 2011. Suplemento n.6.
- NETO, J. B. A. Sinop/MT, v.2, n.2, p.120-133, jul./dez. 2012.
- NUNES, C. R. F. **Entre as cordas do ringue: construções da masculinidade na prática das artes marciais combinadas**. Anais do VII Seminário Fazendo Gênero. ESEF/UFRGS, 2006.
- OLIVEIRA, C. M. **(Des)construindo e (re)construindo o esporte na escola: a história como parceira dessa viagem**. In: NÓBREGA, Terezinha Petrucia. A educação física no ensino fundamental (6 ao 9 ano). Natal: UFRN/PAIDÉIA/MEC, 2007.
- OLIVIER, C. **Das brigas aos jogos com regras: enfrentando a indisciplina na escola**. Porto Alegre: Artmed, 2000.

- PAES, R. R. **A pedagogia do esporte e os jogos coletivos**. In: ROSE Jr, D. (Org.).*Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem multidisciplinar*. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- PEREIRA, M. P. V. C.; CIRINO, C.; CORRÊA, A. O.; FARIAS, G. O. **Lutas na escola: sistematização do conteúdo por meio a teia do conhecimento das lutas em rede**. Conexões, 2017.
- RAMOS, G. N. S. **A natureza da pesquisa em educação física escolar**. São Paulo: Escola de Educação Física e Esporte EEFUEUSP, 2005.
- RUFINO, L. G. B. **A Pedagogia das lutas: caminhos e possibilidades**. Paco Editorial, 2012.
- RUFINO, L. G. B., DARIDO, S. C. **Pedagogia do esporte e das lutas: em busca de aproximações**. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 26(2), 283-300. 2012.
- RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. **Possíveis dialogos entre a educação física escolar e o conteúdo de lutas na perspectiva da cultura corporal**. Conexões, Campinas. 2013.
- SCAGLIA, A. J. (2007). **Referencial curricular da educação básica das escolas públicas municipais de Franca**. Franca: Prefeitura Municipal.
- SCAGLIA, A. J. **Jogo e educação física: por que?** Piracicaba: Unimep, 2004.
- SCAGLIA, A. J., MEDEIROS, M., & SADI, R. S. **Competições Pedagógicas e Festivais Esportivos: questões pertinentes ao treinamento esportivo**. *Revista Virtual EFArtigos*, 2006.
- SCAGLIA, A. J.; GOMES, M. S. P. **Projeto de Extensão - Crescendo com as Lutas**. Limeira: FCA/UNICAMP, 2011
- SEVERINO, R. E. **O espírito das artes marciais**. Roque Enrique Severino, 1988.
- SILVA, F. **O ensino de lutas na educação física: construindo estruturantes e mudando sentidos**. Ibitité: Fundação Helena Antipoff, 2009.
- SILVA, R. B. **O Conteúdo Lutas Na Escola E Na Formação Profissional Em Educação Física Trabalho de conclusão de curso de especialização**. Universidade Estadual da Paraíba, 2015.
- SOARES, C. L. et al. **Metodologia do ensino da educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- STIGGER, M. P. **Educação Física, esporte e diversidade**. Campinas: Autores Associados, 2005.
- TOJAL, J.B.A.G. **Da educação física à motricidade humana: a preparação do profissional**. Lisboa: Editora Piaget, 2004.

TORRES SANTOMÉ, J. **O cavalo de Troia dos conteúdos curriculares**. Porto Alegre: Artmed, 2011. p.82-98.

VAGO, T. M. **Esporte na escola e esporte da escola: da negação radical a uma relação de tensão permanente**. Movimento – Ano III - Nº 5 – 1996.

ZABALA, A. **A prática educativa: como ensinar**. Porto Alegre: Artmed, 1998.