

Universidade Brasil  
Curso de Educação Física  
Campus Descalvado

Christofer Ramos da Paixão  
Gisele de Souza Ramos da Paixão

## **Jiu-Jitsu e Educação Física Escolar**

Jiu-Jitsu and School Physical Education

Descalvado, SP  
2020

Christofer Ramos da Paixão  
Gisele de Souza Ramos da Paixão

Jiu-Jitsu e Educação Física Escolar

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Celestino Martins

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada ao Curso de Graduação em Educação Física da Universidade Brasil, como complementação dos créditos necessários para obtenção do título de Graduação em Educação Física

Descalvado, SP  
2020

Universidade Brasil  
Curso de Educação Física  
Campus Descalvado

## **Trabalho de Conclusão de Curso**

Jiu-Jitsu e Educação Física Escolar

Autores: Christofer Ramos da Paixão  
Gisele de Souza Ramos da Paixão

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Celestino Martins

Este trabalho de conclusão de curso atendeu aos critérios de avaliação estabelecidos, sendo considerado suficiente para a obtenção do diploma do curso de Educação Física pela Universidade Brasil.

Banca Examinadora:

---

Prof. Dr .Gustavo Celestino Martins

---

Prof. Dr. Marco Antonio Pratta

---

Prof. Esp.Rosa Maria Gasparini Nazar

Descalvado, SP Data:10/12/2020

P172j Paixão, Christofer Ramos da  
Jiu-Jitsu e educação física escolar / Christofer Ramos da Paixão, Gisele de Souza Ramos da Paixão. – Descalvado, 2020.  
21f. : il. ; 29,5cm.

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado ao Curso de Graduação em Educação Física da Universidade Brasil, como complementação dos créditos necessários para obtenção do título de Graduação em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Gustavo Celestino Martins

1. Jiu-Jitsu. 2. Educação física escolar. 3. Artes Marciais. I. Paixão, Gisele de Souza Ramos da. II. Título.

CDD 796.815

## **AGRADECIMENTOS**

A Deus por ter nos dado saúde e força para superarmos as dificuldades.

Aos nossos familiares que compreenderam nossa ausência enquanto nos dedicavam a realização deste trabalho.

Ao orientador Gustavo Celestino Martins, pelo suporte no pouco tempo que coube, pelas suas correções e incentivos.

E a todos os professores que passaram em algum momento nesses anos de curso contribuindo para o crescimento acadêmico e pessoal.

“O principal objetivo da educação é criar pessoas capazes de fazer coisas novas e não simplesmente repetir o que as outras gerações fizeram”

Jean Piaget

## RESUMO

O Jiu-jitsu é uma arte marcial que teve seu início há mais ou menos 5.000 anos. Com a chegada dessa arte marcial no Brasil, ela tomou grandes proporções e se instalou nos costumes e cultura do país. O jiu-jitsu é pouco difundido na educação física escolar, mesmo tendo um papel importante no desenvolvimento ético, físico, moral e social de crianças e adolescentes. Com o objetivo deste estudo foi verificar o jiu-jitsu no currículo escolar pois é um esporte cultural do país e importância dele no desenvolvimento da criança. O presente um estudo foi elaborado por meio de referencial teórico, documental e bibliográfica. Como uma ferramenta pedagógica, a arte marcial leva a prática as privações motoras e psicológicas do aluno, os conduzindo a entrar em um trabalho de autoconstrução, autocrítica, auto superação, os preparando cada dia mais, para serem capazes de solucionar e entender seus próprios problemas e os problemas externos. Pode se concluir que além do objetivo proposto as aulas de educação física escolar possui a função de proporcionar aos alunos, assuntos da cultura corporal. Além disso o conteúdo lutas nas aulas de educação física escolar sofre uma resistência e preconceito da sociedade e de alguns professores que limitam o conhecimento dos estudantes sobre a cultura corporal e os conteúdos que possuem.

**Palavras-chave:** Jiu-Jitsu. Educação física escolar. Artes marciais.

## 1 INTRODUÇÃO

O Jiu-jitsu é uma arte marcial que teve seu início há mais ou menos 5.000 anos, onde não possui uma única origem muito menos um único desenvolvimento, sendo presente em regiões variadas do continente asiático, como o Tibet, Índia, Japão e Ceilão (DA COSTA, 2006).

Seu primeiro relato e registro ocorreu na Índia, onde era estudada e praticada pelos monges budistas, por não poderem fazer uso de facas, lanças, arco e flecha ou qualquer outra arma, por causa das limitações que a religião colocava, não incentivando a violência ao outro. Sendo assim, eles desenvolveram técnicas de defesa pessoal com a finalidade de se protegerem e guardarem seu clã, contra roubos, agressões, saques, que na época eram comuns, em favor das grandes peregrinações (ANDRADE et al, 2017).

Tal técnica criada e aprimorada pelos budistas acabou se tornando um incentivo à não violência nos possíveis combates aos ladrões, saqueadores, agressores ou invasores. Para isso os monges analisaram vários movimentos e procuravam sempre uma maneira de utilizar a força do próprio adversário como uma ferramenta a fim de garantir a segurança física eficaz, e que de alguma forma, fosse adequada a seu biótipo (ANDRADE et al, 2017).

Ligada a tradição budista, a arte nomeada Jiu-Jitsu possui origem frisada pela expansão religiosa, somada a sua expansão por monges budistas vistos como homens de conhecimento amplo. Os monges andavam por muito tempo e por caminhos distantes para as cidades vizinhas, no interior da Índia. No caminho eram perseguidos por ladrões da tribo de mongóis, sem poderem se defender e sem possuírem algum tipo de arma, por conta da doutrina budista (ARRUDA et al, 2014).

Com o amplo conhecimento da física e do corpo humano, como por exemplo, força mecânica, princípios de alavanca, flexão, tração, torção, centro de gravidade e equilíbrio, criaram alguns movimentos de defesa pessoal que não faziam o uso de armas ou de força bruta, era feito o menor esforço possível para dominar e assim derrotar seus opressores, suprimindo a necessidade de defesa e os mantendo dentro da filosofia Budista (ARRUDA et al, 2014).

A partir daí o jiu-jitsu passou a ser disseminado pela Ásia e foi se ramificando, proporcionando a criação de outros tipos de lutas, por exemplo, o Sumô, que é uma

luta corporal que tem por base a força e o peso do indivíduo. Que diferente do Jiu-jitsu tinha princípios consagrados, o Sumô era tido como uma luta espetáculo. Quando este tipo de arte marcial chegou ao Japão em meados do Século II d.C. não houve mais somente um único estilo no Jiu-jitsu. Alguns movimentos foram modificados sendo voltados ao estrangulamento, ao uso de arco e flecha, uso de bastão, espada, chutes, imobilizações, utilização de punhais ou ainda torções (ARRUDA et al, 2014).

Gehre et al (2010) ressaltam que foi no Japão que o Jiu-jitsu teve as condições culturais mais favoráveis para seu desenvolvimento e crescimento.

Em meados do ano de 1880, o governo japonês chamou o professor de Jiu-jitsu, Jigoro Kano, que era um empregado do Ministério da Cultura Japonês, com a finalidade de criar uma modalidade de luta que se assemelhasse ao Jiu-jitsu, contando que não abandonasse a eficiência e nem secretas técnicas desta Nobre Arte. Nasceu então, o sistema Kano de Jiu-jitsu, denominado mais tarde como Judô, que significa, caminho suave (GEHRE et al., 2010).

Pós-guerra, vieram diversos japoneses para partes da América, entre eles o campeão Mitsuyo Maeda que desembarcou no Brasil em Belém do Pará em 1917 (ROBBE, 2006).

Maeda era sensei da escola Kodokan de Judô no Japão, por ter afinidade e receber favores do empresário Gastão Gracie, Maeda começou a dar aulas de conhecimentos técnicos de jiu-jitsu ao filho mais velho de Gastão, Carlos Gracie, que aprendeu as técnicas e passou a dar aulas aos funcionários do Banco do Brasil e para seus amigos, tornando a aula como uma profissão (BARBOSA, 2006).

O Jiu-Jitsu é uma arte marcial que tem bases científicas, permitindo ataque e defesa, mas, que aponta no conhecimento de uma luta denominada de arte suave, técnicas que ensinam a defesa pessoal, ligado ao conhecimento do equilíbrio e da força inicial, proporcionando ao ser mais fraco uma chance de defesa e podendo chegar a dominar o oponente mesmo que ele seja fisicamente mais forte (OLIVEIRA, 2013).

De acordo com a Federação de Jiu-Jitsu Desportivo do Rio de Janeiro existia no ano de 2003 mais 350 mil atletas brasileiros praticantes, mas é difícil saber o total de praticantes desta modalidade no país. O Jiu-Jitsu brasileiro alcançou uma proporção imensa e sua popularidade acabou sendo exportada para todo o Mundo. Um exemplo é nos Emirados Árabes Unidos, onde professores brasileiros são

contratados pela School Jiu Jitsu Program para lecionarem aulas nas instituições públicas de ensino, onde o ensino do Jiu-Jitsu brasileiro é obrigatório, tendo mais de 130 escolas e aproximadamente 76 mil alunos praticantes (UAE JIU JITSU FEDERATION, 2017).

Segundo Severino (1988) ao estudar sobre a parte filosófica das artes marciais, chegou à conclusão de que o esporte se trata de uma plena realização, onde o indivíduo conquista controle emocional não apenas buscando resultado vitorioso. Por conta disto a preparação de crianças e adolescentes pelos mestres é focado na educação do ser humano. Tal cuidado ao tratar com pessoas com pouca idade, permite que eles construam e desenvolvam seu vínculo afetivo, possibilitando por meio do respeito com o parceiro em luta ou no aprendizado de quedas e rolamentos. Na Confederação Brasileira de Jiu-jitsu Esportivo, está assegurado o cuidado com o outro, desde o ano de 2017, mostrando mais uma vez que o foco está centrado na pessoa humana e não somente nos resultados das competições (SEVERINO, 1988).

No Brasil, o Jiu-jitsu ainda não é estudado nas aulas de educação física. Mas, já começou a surgir perspectivas de poder usar essa arte marcial nas aulas brasileiras de Educação Física Escolar (RUFINO, DARIDO, 2009).

Segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) no Brasil a Educação Física é um tipo de conhecimento associada à cultura corporal de movimento que contem temas, tais como jogo, esporte, dança, ginástica, lutas, capoeira entre outras atividades que mostram correlação com os problemas básicos dessa cultura corporal e contexto histórico-social dos alunos (BRASIL, 1998).

A prática de alguma atividade física ainda na infância ou adolescência era para ser vista como algo essencial, porém, a realidade é outra. A televisão, computadores, videogames e celulares somam quase 100% do divertimento das crianças e adolescentes, os jogos e as brincadeiras como piques estão se desvalorizando cada vez mais com o passar do tempo. Sendo assim, oportuniza o aumento do sedentarismo, e a obesidade infantil se torna uma realidade cada vez mais perigosa e próxima (SILVA et al, 2018). Quanto maior o tempo destinado as atividades que são de pouca intensidade como os jogos de videogames ou assistir televisão, maiores são as possibilidades do excesso de peso em crianças e adolescentes (ENES et al, 2010).

Stevens (2007) afirma em seu estudo que a prática das artes marciais possui um carácter benéfico tanto na área moral quanto ética e física, construindo um desenvolvimento melhor aos seres humanos.

## **1.1 Objetivo**

Verificar a importância do jiu jitsu no currículo escolar nas aulas de educação física.

## **1.2 Metodologia**

O presente estudo foi elaborado por meio de referencial teórico, documental e bibliográfica sendo elaborada por meio de artigos publicados no Google Acadêmico com busca das palavras-chave: “jiu-jitsu”, “lutas”, “artes marciais”, “ensino nas escolas”.

Para Conforto et al. (2011) a revisão bibliográfica visa buscar e analisar artigos de uma área apontada da ciência. A revisão bibliográfica é um mecanismo utilizado para estruturar trabalhos publicados com o tema de pesquisa específico (BIOLCHINI et al., 2007). A pesquisa documental é realizada em fontes como tabelas estatísticas, cartas, pareceres, documentos informativos arquivados em repartições públicas, entre outros (SANTOS, 2000).

Com os artigos selecionados foi realizada a leitura e uma análise para verificar se os mesmos possuíam o tema que era procurado e se poderiam fazer parte da pesquisa. Os artigos que não tinham a metodologia e temática necessária foram excluídos. Após isso, o resultado e discussão em cima dos estudos escolhidos foram devidamente depositados por meio de uma revisão bibliográfica, artigos estes que possuem como temática a inclusão no Jiu-jitsu na grade curricular escolar.

## 2 RESULTADOS

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais - PCNs, a luta é uma disputa onde o adversário deve ser enfrentado, com as técnicas e estratégias de contusão, desequilíbrio, imobilização e de exclusão de um espaço com a junção de ataque e defesa. O ensino da luta nas escolas deve ter por objetivo o de ensinar movimentos para a luta e também ensinar todas as condutas que são precisas para o aperfeiçoamento (CAZETTO, 2009).

Para Zaballa (1998), os temas devem ser separados em três dimensões: conceitual, procedimental e atitudinal. Na área de Educação Física com a finalidade de gerar uma identificação dos objetivos educativos, os PCNs empregam estas dimensões no grupo conceitual (princípios, conceitos e fatos), procedimental (associado ao fazer) e atitudinal (valores, atitudes e normas) (BRASIL, 1998).

É evidente que a luta ocupa um espaço muito maior na vida de crianças e adolescentes nos dias atuais. Na área escolar, o Jiu-Jitsu deve ser ensinado ou praticado de uma maneira recreativa, não havendo competições no ambiente escolar. A diferença de luta como um esporte sem a violência deve estar sempre em evidencia. A escola é um lugar onde se deve adquirir conhecimento linguístico e corporais (SANTOS, 2009).

O ensino das artes marciais nas escolas é justificado nos Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação, onde a criança e o adolescente dos dias de hoje, se tornarão formadores de opinião. Por isso, as aulas têm que possuir atividades que tenham relação ao cotidiano, para que, os jovens possam se preparar para um futuro com responsabilidade, confiança e principalmente com segurança (ÁVILA, 2017).

As artes marciais quando contextualizadas segundo as aulas de educação física, traz os benefícios que favorecem o desenvolvimento do ser humano (TIAGO, 2008). Com ajuda de jogos e debates onde o tema seja a arte marcial, surge a possibilidade de conduzir o praticante a se desenvolver fisicamente, psico-afetivo e cognitivo. Como uma ferramenta pedagógica, a arte marcial leva a prática as privações motoras e psicológicas do aluno, os conduzindo a entrar em um trabalho de autoconstrução, autocrítica, autossuperação, os preparando cada dia mais, para

serem capazes de solucionar e entender seus próprios problemas e os externos (LANÇANOVA, 2006).

O Jiu-jitsu Brasileiro surgiu como uma oportunidade de tema nas aulas de Educação física escolar, tendo um conteúdo muito significativo. Mas, alguns fatos trazem dificuldade na hora da inserção, tais como a falta de experiência dos professores com algum tipo de luta/arte marcial (RUFINO; DARIDO, 2009).

O Jiu-jitsu para crianças ultrapassa as vitórias do tatame, ensinando disciplina e hierarquia que são mostradas no período das aulas trabalhando de forma positiva no comportamento das crianças em qualquer ambiente (SILVIA et al, 2018).

Existem três fatores principais que podem ser motivos para a criança praticar o esporte (GOMES JUNIOR et al, 2014), que são:

1 – Bullying: Ensinar a criança para enfrentar esse problema pode ser a chave, a postura dele mudará porque o combate não será mais temido e mostra que a conversa é o melhor caminho para não se tornar vítima de ataque. O Jiu-jitsu faz com que a criança conviva com diferenças não tendo prazer em humilhar ou agredir o mais despreparado e o senso de justiça nunca deixará que o estudante fique calado frente a uma covardia.

2 – Referência a seguir: os exemplos e as referências que o estudante tem para formação de seu caráter e personalidade são decisórios para como a criança irá ver o mundo. Ter bons exemplos de saúde, respeito e ética podem ser de suma importância, um professor de jiu-jitsu infantil deve ser um bom espelho e ajudar na formação e educação do estudante, mostrando-o o caminho para ter uma alimentação saudável, se superar nas dificuldades e ter disciplina

3 - Amigos: um fator importante também para que a criança se desenvolva saudavelmente é a socialização, comum os praticantes de jiu-jitsu possuírem amigos de tatame, momentos de luta e aprendizado tornam os laços mais fortes, trazendo parceria, amizade e cooperação, ajudar ao companheiro é algo ensinado desde muito cedo na prática de jiu-jitsu.

Os praticantes entendem que devem tratar o próximo com respeito, quando se trata de uma posição onde está superior, mostrando assim sempre a humildade. Como qualquer tipo de esporte, o Jiu-jitsu gera um ambiente desafiador, que proporciona a superação e permite que a criança e adolescente mature e se torne um cidadão de bem (RUFINO et al., 2015).

Em uma pesquisa realizada com alunos de uma escola pública da cidade de Campinas (SP), Machado (2005) perguntou a eles o que poderia mudar na escola. Os alunos destacaram a necessidade de que existam mais atividades esportivas, culturais e artísticas. Com mais frequência debateram sobre a inserção de mais esportes, já que a escola onde houve a pesquisa não há a disciplina Educação Física no período noturno.

No ensinamento escolar há a precisão de instigar o aluno a ampliar seus limites, gerando uma aceitação a outras modalidades esportivas em seu currículo, tendo como principal ponto atividades que tenham uma boa aceitação, como no caso o Jiu-Jitsu. Aprender sobre lutas se torna essencial no certo momento em que se passa a compreender como seus conteúdos pertencem a um âmbito cultura corporal, e qual a sua importância histórica e social (RUFINO et al., 2015).

Levando em conta tal contexto, se nota que o esporte de luta chama a atenção tanto de crianças como de adolescentes, sendo, portanto, uma ótima alternativa pedagógica para incluir na Educação Física escolar, já que, uma aula que não tenha um conteúdo que gere prazer ao aluno acaba causando desmotivação e insatisfação, desvalorizando todo o sentido básico que a educação possui (SILVIA et al., 2018).

Mesmo a luta já fazendo parte do eixo curricular (BRASIL, 1998), pouco se é praticado nas escolas. Uma das maiores dificuldades na implantação do Jiu-Jitsu nas escolas são os professores, em alguns casos nunca praticaram uma modalidade de luta ou não possuem as informações necessárias, crendo assim que não são capazes de ministrar as aulas de luta com eficácia. Complementando este pensamento Del Vecchio et al., (2006) diz que o empecilho maior em trabalhar com a luta no âmbito escolar se deve por parte da formação profissional em Educação Física. Em alguns casos os cursos possuem deficiências nesta prática.

Um problema que barra o ensino da modalidade de luta nas escolas é o preconceito com tais práticas, Nascimento (2008) traz em seu estudo que a escassez de conhecimento dos profissionais da área de educação física causa certo receio em referência a habilidade para lecionar as lutas nas escolas. Já que por haver contato físico entre os alunos, a sociedade crê que a modalidade gera indisciplina e violência entre seus praticantes.

Por ser um esporte que necessita de força mental e física, o Jiu-jitsu para ser praticado é preciso que tenha muita persistência e concentração. O praticante

movimenta ao mesmo tempo pernas e braços, para algumas posições é necessário um desenvolvimento motor mais apurado, esta arte além de tudo, trabalha muito com a parte afetiva também, uma vez que os estudantes ficam mais próximos uns dos outros. O respeito e a disciplina são fatores importantes para a pratica desta arte, sendo essenciais tais aspectos serem desenvolvidos na área escolar e pessoal. Ensinaamentos como pedir licença para entrar no tatame, acatar ordens e instruções do professor e ter em mente sobre a hierarquia mostrará ao praticante que a visão fora do tatame não será diferente, trazendo benefícios para sua vida (SILVIA et al., 2018).

Complementando com motivos que a prática do Jiu-jitsu deveria ser implantada nas escolas Barbosa et al., (2017), enfatizam que como esta modalidade possui regras que devem ser seguidas, assim como as brincadeiras, tais como, cumprimentar o oponente antes do início da luta, fazer reverência ao entrar e sair do tatame, no final da luta o indivíduo que se levanta primeiro estende sua mão para ajudar o outro a se erguer. Essas práticas aprendidas através de uma disciplina escolar ultrapassam os muros das escolas e também são utilizados na sociedade.

### **3 CONCLUSÃO**

Através desse estudo pode se concluir que o jiu-jitsu brasileiro é uma ferramenta pedagógica totalmente ministrada nas aulas de educação física escolar.

Notou-se também que o Jiu-jitsu brasileiro é uma ferramenta muito viável cabendo cada profissional buscar conhecimento para fortalecer os conteúdos aplicados em aula.

Mesmo com todo acervo levantado pela temática novos estudos são importantes para criar novas iniciativas na implantação do jiu-jitsu em aula de educação física escolar.

## **ABSTRACT**

Jiu-jitsu is a martial art that started 5,000 years ago. With the arrival of this martial art in Brazil, it took on great proportions and settled in the customs and culture of the country. Jiu jitsu is not widespread in school physical education, even though it has an important role in the ethical, physical, moral and social development of children and adolescents. With the objective of this study it was to verify jiu jitsu in the school curriculum because it is a cultural sport in the country and its importance in the child's development. The present study was elaborated by means of theoretical, documentary and bibliographic references. As a pedagogical tool, martial art takes the practice as motor and psychological deprivations of the student, leading them to enter into a work of self-construction, self-criticism, self-overcoming, preparing them every day more, to be trained to solve and understand their own problems and external problems. It can be concluded that in addition to the objective proposed as school physical education classes, it has the function of providing students with subjects of body culture. In addition, the content struggles in school physical education classes suffers resistance and prejudice from society and some teachers who limit students' knowledge about body culture and the content they have.

**Key words:** Jiu Jitsu. School physical education. Martial arts.

## Referências

ANDRADE, J.R.; MARQUES JR, N.R.P.C; MENEZES, R.R; SIQUEIRA, T.D.A. **A arte marcial do jiu-jitsu como fator para educação e o autoconhecimento**. BIUS N.º 3 Vol. 8, 2017.

ARRUDA, P. D. P.; SOUZA, B. J. **Jiu-Jitsu: Uma Abordagem Metodológica Relacionada à Quebra de Estereótipos**. Redfoco. n.1. v1. 2014. Disponível em: <http://periodicos.uern.br/index.php/redfoco/article/viewFile/954/518>. Acesso em outubro de 2020.

ÁVILA, D.X. **Reflexões sobre o jiu-jitsu brasileiro como conteúdo da educação física nas fases iniciais do ensino fundamental**. Monografia apresentada junto a Universidade Federal de Santa Catarina como requisito para obtenção do título de Licenciatura em Educação Física. Florianópolis. 2017. Disponível em <<https://repositorio.ufsc.br/handle/123456789/177948>>. Acesso em setembro de 2020.

BARBOSA, R. O; CAZULA, F. S; SIMEONI, M. C. . Jiu-jitsu na escola: possibilidade criativa e lúdica. In: XIII EDUCERE, 2017, Curitiba. **Anais do XIII EDUCERE. Curitiba**: PucPr. v. 1. p. 14353-14367. Disponível em <[https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/24889\\_13762.pdf](https://educere.bruc.com.br/arquivo/pdf2017/24889_13762.pdf)>. Acesso em outubro de 2020.

BARBOSA, S.S. **Composição corporal e força isométrica em lutadores de Jiu-Jitsu**. 2006. (Graduação) Faculdade de Educação Física. Universidade Federal do Rio grande do Norte. Natal, 2006.

BIOLCHINI, J.C.A., TRAVASSOS, G.H. **Pesquisa científica para apoiar a revisão sistemática em engenharia de software v.21, n.2, p.133-151, 2007. Disponível em <[http://www.cin.ufpe.br/~in1037/leitura/sbes2007\\_revisaosistemica.pdf](http://www.cin.ufpe.br/~in1037/leitura/sbes2007_revisaosistemica.pdf)>**. Acesso em novembro de 2020.

BRASIL. Ministério da Educação. **Parâmetros Curriculares Nacionais: educação física**. Brasília: MEC/SE, 1998. Disponível em <

<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>>. Acesso em agosto de 2020.

BRASIL. **Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: MEC/ SEF, 1998. Disponível em

<<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/fisica.pdf>>. Acesso em outubro de 2020.

BOEHM, C. **SP: 29% dos jovens sofreram bullying em 2019 em escolas**. 2020.

Agência Brasil. Disponível em

<<https://agenciabrasil.ebc.com.br/educacao/noticia/2020-02/sp-29-dos-jovens-sofreram-bullying-em-2019-em-escolas>>. Acesso em novembro de 2020.

CAZETTO, F. F. **A influência do Esporte Espetáculo sobre o modelo de**

**competição dos mais jovens no judô**. 2009. Dissertação apresentada junto a

universidade Estadual de Campinas para obtenção do título de Mestre em Educação Física. Campinas. Disponível em

<[http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/274800/1/Cazetto\\_FabianoFiler\\_M.pdf](http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/274800/1/Cazetto_FabianoFiler_M.pdf)>. Acesso em setembro de 2020.

CORREA, A; QUEIROZ, G; PEREIRA, M. **Lutas Como Conteúdo na Educação**

**Física Escolas**. 2010. Monografia apresentada junto ao Centro Universitário Modulo para obtenção do título de professor de educação física. Disponível em:

<<https://www.unijales.edu.br/library/downebook/id:278>>. Acesso em: setembro de 2020.

COSTA, L. **Atlas do esporte no Brasil**. 2006. Disponível em <

<http://cev.org.br/biblioteca/atlas-esporte-brasil/>>. Acesso em agosto de 2020.

CONFORTO, E.C.; AMARAL, D.C.; SILVA, S.L. **Roteiro para revisão bibliográfica sistemática: aplicação no desenvolvimento de produtos e gerenciamento de**

**projetos**. 8º Congresso brasileiro de gestão de desenvolvimento de produto

CBGDP. Porto Alegre 12,13, e 14 setembro de 2011. Disponível em

<[https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/2205710/mod\\_resource/content/1/Roteiro%20para%20revis%C3%A3o%20bibliogr%C3%A1fica%20sistem%C3%A1tica.pdf](https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/2205710/mod_resource/content/1/Roteiro%20para%20revis%C3%A3o%20bibliogr%C3%A1fica%20sistem%C3%A1tica.pdf)>

Acesso em novembro de 2020.

COSTA, L. **Atlas do esporte no Brasil**. 2006. Disponível em <<http://cev.org.br/biblioteca/atlas-esporte-brasil/>>. Acesso em agosto de 2020.

DEL VECCHIO, F.B.; FRANCHINI, E. **Lutas, artes marciais e esportes de combate: possibilidades, experiências e abordagens no currículo de educação física**. In: SOUZA NETO, S.; HUNGER, D. (Org). Formação Profissional em Educação Física: estudos e pesquisas Rio Claro: Biblióética, 2006. P. 99-108.

ENES, C. C.; SLATER, B. Obesidade na Adolescência e seus principais fatores determinantes. **Revista Brasileira de Epidemiologia**. São Paulo, v. 13, n. 1, 2010. Disponível em: Acesso em setembro de 2020.

FERREIRA, H.S. As lutas na educação física escolar. **Revista de Educação Física**, n.135, p. 36-44, nov. 2006. Disponível em: <<http://xa.yimg.com/kq/groups/23470551/1976374626/name/aslutas.pdf>>. Acesso em outubro de 2020.

GEHRE, J.A.V, et al. Aptidão física de alunos do ensino médio praticantes e não praticantes de jiu-jitsu. **Revista Brasileira de Ciência em Movimento**, 2010;18(2):76-83.

GOMES JUNIOR, A.B; CAPUTO, G.A. **A inclusão social e o esporte na infância: Um estudo de caso no Centro Municipal de Educação Integrada de Penápolis - SP**. 2014. Monografia apresentada junto ao Centro Universitário Católico Salesiano Auxilium, para graduação em Educação Física. Disponível em <<http://www.unisalesiano.edu.br/biblioteca/monografias/59205.pdf>>. Acesso em novembro de 2020.

GUIMARÃES, F.M. **Metodologia Educacional do Jiu-Jitsu**. Rio de Janeiro: Mimeo, 1998.

GURGEL, Fábio. **3 Motivos porque você precisa colocar seu filho no Jiu jitsu infantil**. Disponível em: <<http://fabiogurgel.com.br/news/2017/01/10/jiu-jitsu-infantil/>>. Rio de Janeiro. 2017. Acesso em setembro de 2020

LANÇANOVA J. E. **Lutas na Educação Física Escolar: alternativas pedagógicas**. 2006. 70 f. Monografia (licenciatura em Educação Física). Universidade da Região da Campanha, Alegrete, 2006.

MACHADO, N. M. L. **A escola ideal: como os adolescentes percebem e idealizam o meio escolar.** 2005. 157 f. Dissertação (Mestrado em Educação) - Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

NASCIMENTO, P.R.B. Organização e Trato Pedagógico do Conteúdo de Lutas na Educação Física Escolar. **Revista Motrivivência**, n. 31, p.36-49, dez. 2008. Disponível em: <<http://150.162.1.115/index.php/motrivivencia/article/view/14091>> Acesso em outubro de 2020.

OLIVEIRA, J.F; PONTES, L.M. **Brazilian Jiu-Jitsu: a história do jiu-jitsu no Brasil contada a partir das lutas do Mestre Helio Gracie.** 2013. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 18, Nº 185, Octubre de 2013. Disponível em <<https://www.efdeportes.com/efd185/jiu-jitsu-no-brasil-do-mestre-helio-gracie.htm>> Acesso em setembro de 2020.

ROBBE, M. **Jiu-Jitsu: Arte suave.** São Paulo: On Line, 2006.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. **O ensino das lutas na escola: possibilidades para a educação física.** Porto Alegre: Penso, 2015. Disponível em <<https://www.scielo.br/pdf/refuem/v26n4/1983-3083-refuem-26-04-00505.pdf>>. Acesso em outubro de 2020.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. **O jiu jitsu brasileiro nas três dimensões dos conteúdos nas aulas de educação física escolar.** In: IV Colóquio de pesquisa qualitativa em motricidade humana: as lutas no contexto da motricidade, 4.; iii simpósio sobre o ensino de graduação em educação física: 15 anos do curso de educação física da Ufscar; shoto workshop, 5., 2009, São Carlos. Anais. São Carlos: UFSCar, 2009. Disponível em <[https://ojs.unesp.br/index.php/revista\\_proex/article/view/462/610](https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/462/610)>. Acesso em setembro de 2020.

SANTOS, A. R. **Metodologia Científica: a construção do conhecimento.** 3. ed. Rio de Janeiro: DP&A, 2000.

SANTOS, G.O. Alguns sentidos e significados da capoeira, da linguagem corporal, da educação física. **Revista Brasileira de Ciência em Movimento**, Campinas, v. 30, n. 2, p. 123-136, jan. 2009. Disponível em <

<http://www.rbce.cbce.org.br/index.php/RBCE/article/viewFile/440/356>>. Acesso em setembro de 2020.

SEVERINO, R. **O espírito das artes marciais**. São Paulo, Editora Ícone, 1988.

SILVA, D.S; SILVA, C.M. A influência da prática do Jiu-jitsu na infância. **Revista Ciência Atual**. Rio de Janeiro. Volume 11, Nº 1 • 2018. [inseer.ibict.br/cafsj](http://www.inseer.ibict.br/cafsj). Pg. 02-12. Disponível em <<http://www.cnad.edu.br/revista-ciencia-atual/index.php/cafsj/article/viewFile/255/pdf>>. Acesso em agosto de 2020.

STEVENS, J. **Três mestres do Budo: Kano (JUDÔ), Funakoshi (KARATE), Ueshiba (AIKIDO)**. São Paulo: Cultrix, 2007.

TIAGO, R.F. **Como a educação física e o Taekwondo podem contribuir para a inclusão das crianças no mundo da cultura corporal**. 2008. Dissertação apresentada junto a Universidade Presbiteriana Mackenzie para obtenção do título de Mestre em Educação, Arte e História da Cultura. São Paulo. Disponível em <<http://tede.mackenzie.br/jspui/bitstream/tede/1985/1/Rodrigo%20Fernandes%20Tiago.pdf>>. Acesso em setembro de 2020.

UAE JIU JITSU FEDERATION. **School Jiu Jitsu Program**. Emirados Árabes Unidos. Disponível em: <<https://www.uaejjf.com/en/Pages/School-Jiu-Jitsu-Program.aspx>>. Acesso em setembro de 2020.

ZABALA, A. **A prática educativa: como ensinar**. Porto Alegre: Artmed, 1998 PDF disponível em < <https://www.ifmg.edu.br/ribeiraodasneves/noticias/vem-ai-o-iii-ifmg-debate/zabala-a-pratica-educativa.pdf>>. Acesso em setembro de 2020.