



**A PRÁTICA DO JUDÔ NA ESCOLA:  
BENEFÍCIOS PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL**

Jessica Priscila Ribeiro do Nascimento<sup>1</sup>

E-mail: [jessicapriscila81@gmail.com](mailto:jessicapriscila81@gmail.com)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7721-7898>

Amanda Cristine da Silva<sup>2</sup>

E-mail: [amanda.silva@sg.universo.edu.br](mailto:amanda.silva@sg.universo.edu.br)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2757-2418>

Raphael Almeida Silva Soares<sup>3</sup>

E-mail: [raphael.soares@sg.universo.edu.br](mailto:raphael.soares@sg.universo.edu.br)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5818-3004>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Graduação em Educação Física do Centro Universitário CBM Unicbe – RJ

<sup>2</sup>Docente da Universidade Salgado de Oliveira, São Gonçalo – RJ

<sup>3</sup>Docente do Centro Universitário CBM Unicbe, Padre Miguel – RJ

**Resumo:** As lutas quando inseridas no âmbito escolar podem servir como instrumento de auxílio pedagógico ao profissional de Educação Física: o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico e sociocultural do homem, a espécie humana luta desde tempos pré-históricos pela sua sobrevivência. São inúmeros os benefícios das lutas no conteúdo de atividades dos professores de educação física, uma das lutas a serem inseridas é o Judô. Através dele são criados valores humanos além do desenvolvimento psicomotor das crianças. Neste estudo foi proposto expor de forma pedagógica e acrescentando uma ferramenta muito importante no âmbito escolar: o lúdico é aplicado métodos e procedimentos que contribuem o melhor desenvolvimento para a aula. A metodologia deste estudo foi uma pesquisa bibliográfica, com os devidos descritores: Judô; Ludicidade no esporte; Aspectos Psicomotores e Judô na escola. Conclui-se que o Judô, através de sua base filosófica, é capaz de favorecer bastante no desenvolvimento e aprendizagem de vários conteúdos, de forma que estará fortalecendo, por exemplo, a assimilação de normas e regras de convivência (interação, cooperação e disciplina); conceitos de respeito ao próximo e de organização; valores estes, que serão muito úteis, inclusive para a formação da personalidade da criança. Na prática desse esporte, são desenvolvidas também as habilidades motoras básicas e específicas da criança, que lhe auxiliarão na formação de um amplo repertório motor, de grande utilidade no decorrer de sua vida.

**Palavras-Chave:** Crianças. Artes Marciais. Esportes de Combate. Crescimento. Psicomotricidade.

\*\*\*

**THE PRACTICE OF JUDO AT SCHOOL: BENEFITS FOR CHILD DEVELOPMENT**

**Abstract:** Struggles, when inserted in the school environment, can serve as a pedagogical aid tool for the Physical Education professional: the act of fighting must be included within the historical and sociocultural context of man, the human species has struggled since prehistoric times for its survival. There are countless benefits of fights in the content of physical education teachers' activities, one of the fights to be inserted is Judo. Through it, human values are created in addition to the psychomotor development of children. In this study it was proposed to expose in a pedagogical way and adding a very important tool in the school environment: the ludic is applied methods and procedures that contribute to the best development for the class. The methodology of this study was a bibliographical research, with the appropriate descriptors: Judo; Ludicity in sport; Psychomotor aspects and Judo at school. It is concluded

that Judo, through its philosophical basis, is capable of greatly favoring the development and learning of various contents, so that it will be strengthening, for example, the assimilation of norms and rules of coexistence (interaction, cooperation and discipline) ; concepts of respect for others and organization; these values, which will be very useful, including for the formation of the child's personality. In the practice of this sport, the child's basic and specific motor skills are also developed, which will help him in the formation of a wide motor repertoire, of great use throughout his life.

**Keywords:** Kids. Martial arts. Combat Sports. Growth. Psychomotricity.

\*\*\*

#### LA PRÁCTICA DEL JUDO EN LA ESCUELA: BENEFICIOS PARA EL DESARROLLO INFANTIL

**Resumen:** Las luchas, cuando se insertan en el ámbito escolar, pueden servir como herramienta de ayuda pedagógica para el profesional de la Educación Física: el acto de luchar debe ser incluido dentro del contexto histórico y sociocultural del hombre, la especie humana lucha desde tiempos prehistóricos por su supervivencia. Son innumerables los beneficios de las peleas en el contenido de las actividades de los profesores de educación física, una de las peleas a insertar es el Judo. A través de ella se crean valores humanos además del desarrollo psicomotor de los niños. En este estudio se propuso exponer de manera pedagógica y agregando una herramienta muy importante en el ámbito escolar: la lúdica se aplican métodos y procedimientos que contribuyen al mejor desenvolvimiento de la clase. La metodología de este estudio fue una investigación bibliográfica, con los descriptores apropiados: Judo; Ludicidad en el deporte; Aspectos psicomotores y Judo en la escuela. Se concluye que el Judo, a través de su base filosófica, es capaz de favorecer en gran medida el desarrollo y aprendizaje de diversos contenidos, por lo que se estará fortaleciendo, por ejemplo, en la asimilación de normas y reglas de convivencia (interacción, cooperación y disciplina); conceptos de respeto por los demás y organización; estos valores, que serán de gran utilidad, incluso para la formación de la personalidad del niño. En la práctica de este deporte también se desarrollan las habilidades motoras básicas y específicas del niño, que le ayudarán en la formación de un amplio repertorio motor, de gran utilidad a lo largo de su vida.

**Palabras clave:** Niños. Artes marciales. Deportes de combate. Crecimiento. psicomotricidad.

### 1. INTRODUÇÃO

Para se compreender a história do judô é necessário compreender a mãe de todas as artes marciais: o jiu-jitsu. Em conformidade com Virgílio (1986) o judô nasceu do jiu-jitsu, a arte mais antiga do Japão, praticado pelos samurais, guerreiros japoneses, que utilizavam para combater em guerras. Jigoro Kano foi o pai da Educação Física no Japão e o fundador da arte milenar judô, que objetiva qualificar o corpo e mente do ser humano no plano educacional.

Segundo Pereira Junior (1999), considerado o caminho suave, o judô, criado pelo Mestre Jigoro Kano no século XIX, cruzou as fronteiras do Japão e, principalmente após a Segunda Guerra Mundial, começou a ganhar popularidade sendo hoje alvo de estudos cordiais em todo mundo.

Feitosa et al., (2011) afirma que, desde sua invenção, o judô apresentou em sua essência além da busca de aperfeiçoamento técnico da arte, finalidade de educação do corpo e da mente atrelada a princípios morais, éticos e filosóficos expressados pelo próprio Kano, que via na prática do judô uma importante ferramenta de educação para todos.

O judô teve uma grande aceitação em todo o mundo, pois Kano conseguiu reunir a essência dos principais estilos e escolas de Jiu Jitsu, arte marcial praticada pelos "bushi", ou



cavaleiros durante o período Kama Kura (1185-1333), a outras artes de luta praticadas no Oriente e fundi-las numa única e básica. O judô foi considerado desporto oficial no Japão nos finais do século XIX e a polícia nipônica introduziram-no em seus treinos. Os seus principais objetivos são fortalecer o físico, a mente e o espírito de forma integrada, além de desenvolver técnicas de defesa pessoal.

Em conformidade com Hausen (2004), criado no Japão em meio ao século XIX derivado do jiu-jitsu, o Judô ganhou notoriedade no Japão por introduzir concepções formativas e filosóficas à sua prática. Seu criador, Jigoro Kano além de ser um ótimo praticante de artes marciais, era também detentor de uma grande e admirável capacidade intelectual. Aos 21 anos Kano graduou-se em letras e no ano seguinte em Ciências Estéticas e Morais pela Universidade Imperial de Tokyo, sendo nomeado professor no Colégio dos Nobres, um posto de extrema importância no rígido sistema educacional japonês.

Segundo Mesquita (2008) desde sua criação pelo professor Jigoro Kano, o Judô teve uma evolução constante, por todos os lugares onde ele passava divulgava e promovia estudos sobre o Judô, e tinha como sonho que o Judô se tornar-se uma arte e/ou esporte universal praticado por todos. Sendo assim o Judô excedeu o Japão e conquistou o mundo.

Com um pensamento à frente de sua época, o professor Jigoro Kano entendia que na sociedade moderna que se apresentava, com uma visão bem diferente da situação feudal anteriormente vivenciada, não havia mais lugar para guerreiros e sim para cidadãos úteis e respeitadores das normas de convivência em grupo. Por isso mesmo, com base nas técnicas dos estilos Tenjin-Shinyo e Kitô, resolveu criar seu próprio estilo de defesa pessoal. Seu objetivo era a criação de uma arte marcial que moldasse tanto o corpo quanto o espírito, à qual denominou JUDÔ. Dessa forma ao JU (suavidade), foi acrescentando o DO, que quer dizer (caminho), sendo assim Judô (Caminho Suave). O professor Jigoro Kano procurou sistematizar as técnicas do Ju Jutsu e fundamentar a sua prática em princípios científicos e filosóficos bem definidos, a fim de torná-la um meio eficaz para o aprimoramento do físico, do intelecto e do caráter, num processo constante de aperfeiçoamento do ser humano (JÚNIOR, 2013, p. 3).

A imigração japonesa foi o fator mais importante para o aparecimento do Judô no Brasil. A influência desempenhada por lutadores profissionais representantes de diversas escolas de jiu-jitsu japonês também contribuiu para o desenvolvimento do Judô. O início do Judô no Brasil ocorreu sem instituições organizadoras. Apenas na década de 1920 e início dos anos 1930 chegaram ao Brasil os imigrantes que conseguiram organizar as práticas do Judô e Kendô no país.

A chegada dos primeiros professores lutadores também deixou o seu legado. Dentre os pioneiros se destacaram, Mitsuyo Maeda e Soishiro (Shinjiro) Satake, alunos de Jigoro Kano. Eisei Mitsuyo Maeda, também chamado Conde Koma, chegou ao Brasil em 14 de novembro de 1914, adentrando no país por Porto Alegre. Junto com ele chegaram Satake, Laku, Okura e Shimisu. Em 18 de dezembro de 1915 a trupe de lutadores chegou a Manaus, mas antes disso rodou o Brasil em demonstrações e desafios. Conde Koma se radicou em Belém do Pará, em 1921, enquanto Satake ficou



em Manaus, onde ministrava aulas no Bairro da Cachoeirinha ainda na década de 20. Maeda fundou sua primeira academia de Judô no Brasil no Clube do Remo, bairro da cidade velha. A contribuição dos imigrantes japoneses que divulgaram o Judô parece ter sido mais importante do que a ajuda de Conde Koma, e seus companheiros lutadores. Da chegada do Kasato Maru ao Brasil (1908) até a Segunda Guerra Mundial, os nomes e as práticas se confundiam. Encontra-se na literatura judô, Jiu-do, Jujutsu, jiu-jitsu e ainda jiu-jitsu Kano, muitas vezes para designar a mesma prática. A institucionalização do esporte, inicialmente organizada pela colônia japonesa, depois sob o controle da Confederação Brasileira de Pugilismo e finalmente a criação da Confederação Brasileira de Judô foram os passos para a diferenciação das práticas de luta e a organização do judô no país. (CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JUDÔ, 2013).

Na década de 1910, o japonês Sack Miura chegou a repassar as técnicas de Judô para a Marinha brasileira, entretanto, abandonou a arte ao ser derrotado por um capoeirista. Após esse empasse, Takaharu Saigo, quarto Dan de Judô, no início da década de 20 começou a ensinar a luta na cidade de São Paulo. Quanto à sua popularização no Brasil, um dos primeiros torneios foi realizado no dia 01 de maio de 1931, em Araçatuba. O torneio conteve lutas contra Boxe e Luta Greco Romana. Dois anos depois, o Judô passou a ser organizado e disseminado com a fundação da HakkokuJukendô Renmei, a Federação de Judô e Kendo do Brasil, por ocasião do vigésimo quinto aniversário da Imigração Japonesa ao Brasil. Daí por diante difundiu-se a cultura e os ensinamentos do mestre Jigoro Kano, em 18 de março de 1969 foi constituída a Confederação Brasileira de Judô, sendo reconhecida por decreto no ano 1972.

### **1.1. Fundamentos teóricos das técnicas do judô como esporte de competição**

Segundo Demarcos (2013) Judô é uma arte marcial e um desporto de luta que coloca frente a frente duas pessoas (os atletas são divididos conforme o seu peso), sendo o principal objetivo de um dos praticantes, derrubar, imobilizar ou fazer render o seu adversário. Com características bastante competitivas, o judô é composto por várias técnicas e movimentos. Cair, derrubar, rolar, imobilizar, etc. São alguns dos ensinamentos de uma aula de Judô, cujos efeitos atuam continuamente modificando o comportamento dos praticantes, principalmente na canalização da agressividade, autoconfiança que é desenvolvida, o relacionamento com outras pessoas, relacionamento em grupo, e o autoconhecimento.

Em conformidade com o mesmo autor acima citado, o treinamento do Ukemi (amortecimento de quedas) além de mecanizar os movimentos para cair sem machucar, tem como objetivo relaxar o corpo e mostrar que, da mesma forma no Dojo (academia) é possível cair sem se machucar e levantar de cabeça erguida para a luta, tal qual é na vida. O Uchikomi (treino de repetições e aperfeiçoamento técnico) permite contato corpo a corpo, desinibindo e possibilitando uma troca de energia entre os praticantes, além de treinar repetidamente uma técnica de arremesso e de combate de solo. O Handori (treinamento livre) prepara o atleta para competição, treinando em movimento as técnicas de Judô, desenvolvendo a autoconfiança e o



saber ganhar ou perder.

O Judô começa e termina com cortesia, no início e final de cada aula sempre existirá o cumprimento entre alunos e professores, estendendo o cumprimento a alunos antigos e graduados, ou, quando dentro do Dojô (local de treinamento), for falar com o professor, cumprimente-o com uma leve inclinação à frente. Sempre ao iniciar qualquer tipo de treinamento com um companheiro, cumprimente-o, pois esta é uma forma de evidenciar o seu respeito e assentir sua importante participação, pois sem ela o seu progresso seria lento e incompleto (JÚNIOR, 2003, p. 5).

Em conformidade com Gama (1986) os fundamentos básicos centram-se em cinco categorias:

- a) Postura corporal (shinsei) – Baseia-se em dois tipos: a postura normal do corpo e a postura defensiva (jigotai);
- b) 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);
- c) Giros do corpo (tai-sabaki) – São também três tipos: o giro para frente (mae-sabaki), giro para trás (ushiro-sabaki) e giro para os lados (yoko-sabaki);
- d) Formas de pegadas (kumi-kata) – Podem ser feitas tanto do lado esquerdo (hidari) como do direito (Migui). Elas podem ser feitas na gola (Eri), na manga (sode) e na calça (Shitabaki). São proibidas as pegadas por dentro da manga e por dentro da barra da calça;
- e) 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.

Jigoro Kano idealizou toda a modalidade em torno de três princípios fundamentais que sintetizados são "máxima eficácia, mínimo esforço" e "prosperidade e benefícios mútuos". O primeiro princípio é da Máxima Eficácia do Corpo e do Espírito (Seiryoku Zen'yo) – tratar e fortalecer o corpo, a mente e o espírito, mantendo-os sempre saudáveis para que nos possamos servir de forma racional, inteligente e utilitário, não só nas lutas de Judô, mas em todos os aspectos do nosso cotidiano. O segundo princípio é da Prosperidade e Benefícios Mútuos (Jita Kyoei) o progresso pessoal está profundamente ligado à solidariedade humana e à ajuda, só assim é que nos tornamos atletas e humanos completos. O terceiro princípio é da Suavidade (Ju) – apesar de diretamente ligado ao plano físico, este princípio deve ser empregado inteligentemente, ou melhor, a força deve ser racionalizada, para não ser de mais, para não tornar a luta violenta (SILVA, 2012, p. 19)

Virgílio (1986) enfatiza que o Judô há ainda nove princípios filosóficos que devem orientar o processo de ensino e a prática da luta, sendo eles: Conhecer-se é dominar-se; dominar-se é triunfar; Quem teme perder já está vencido; Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo, humildade; Quando verificares com tristeza que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso no aprendizado; Nunca te orgulhes de ter vencido um adversário, ao que venceste hoje, poderá derrotar-te amanhã; O Judoca não se aperfeiçoa para lutar, luta para se aperfeiçoar; O Judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus semelhantes; Saber cada dia um pouco mais, utilizando este saber para o bem é o caminho do verdadeiro Judoca; Praticar o Judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como o corpo a obedecer com



justeza, o corpo eficiente depende da precisão com que se usa a inteligência.

O Judô não é exclusivamente uma luta desportiva, ou um princípio invencível de ataque e defesa. Antes de tudo é um procedimento de educar a mente, o corpo e a moral, portanto é educação. O Judô também forma pessoas, é uma boa influência na formação da atitude das crianças, assim também com personalidade, caráter. O Judô é mais do que isso, ele cria laços com o afetivo da criança, faz com que ela compreenda o seu espaço e o dos seus colegas, reverenciando a si mesma e aos outros, não apenas nos momentos de prática nas aulas, mas em toda a sua vida (MENDONÇA, 2006, p. 84).

Segundo Kano (1882) Praticar o Judô é aperfeiçoar a mente a pensar com agilidade e exatidão, assim como o corpo a obedecer com justeza. O corpo é uma armadura e a eficácia depende da perfeição com que se usa a inteligência.

O professor de judô deve questionar-se quanto à sua postura e procedimento em afinidade ao objetivo prioritário de adaptar aos praticantes de judô um desenvolvimento globalizado e não apenas físico-técnico. Com essa atitude o professor estará realizando plenamente o papel de um verdadeiro educador, que objetiva através do seu conhecimento a promoção na melhoria da qualidade de vida dos nossos semelhantes, atentando principalmente para o fato de que uma criança não é um pequeno adulto e muito menos uma máquina que deve ser ajustada para obter resultados desportivos, ela é um ser humano que está em plena formação e que possui sentimentos, anseios e vontades, portanto requer muita atenção, dedicação, carinho e respeito para que se tornem no futuro seres humanos verdadeiramente humanos isto é, seres conscientes de seus direitos e deveres e que aproveitem todo o conhecimento e experiências apanhadas ao longo dos anos de convivência com o judô na contribuição para a perpetuação de um mundo melhor (SILVA, 2006, p. 17).

Segundo Ferreira (1997) é dever do professor favorecer ao homem o seu conhecimento, não só a nível motor, mas em âmbito integral, enquanto ser pensante dotado de emoções, e que interage com o todo social no ampliar de suas funções, desde as mais rudimentares até as mais superiores.

## **1.2. Objetivos**

### **1.2.1 Geral**

Apresentar os benefícios relacionados as funções psicomotoras e nas relações sociais de crianças praticantes de judô em espaços escolares.

### **1.2.2. Específicos**

- a) Resumir o surgimento e desenvolvimento histórico do judô como esporte das artes marciais no mundo e Brasil;
- b) Descrever os benefícios do judô nas funções psicomotoras de crianças.
- c) Apresentar os possíveis benefícios do judô para as relações sociais de crianças.



## 2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão de literatura, que possui caráter descritivo (THOMAS; NELSON; SILVERMAN, 2012). As buscas foram realizadas nas bases eletrônicas *Scientific Electronic Library Online* (SCIELO) e Google Acadêmico, no período de março a maio de 2021. Além de artigos e livros, foram utilizadas dissertações e teses para detalhamento em função do tema proposto. Já para a seleção dos estudos foram utilizadas as palavras chaves: judô; desenvolvimento infantil; escola; educação física e seus respectivos termos similares.

## 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

### 3.1. Valores humanos desenvolvidos com a prática do judô

Mesmo que nas obras de Piaget não apareça com frequência à questão da socialização ele acreditava que o homem é um ser essencialmente social e não pode ser visto fora do contexto social em que nasce e vive. Em relação a isso, enfatiza que:

“A inteligência humana somente se desenvolve no indivíduo em função de interações sociais que são, em geral, excessivamente descuidadas (Piaget,1973, p. 314)”.

O Judô foi concebido pautado em valores éticos e humanitários profundos, os quais buscam uma prática de equilíbrio entre o corpo e a mente, esboçado na disciplina, nos movimentos harmoniosos da física cosmológica, no esquecimento do “eu individual”, na superação do aspecto marcial, na fraternidade, na ampliação do interior, na estética e eficácia, na superação da força, dentre outros princípios antigos e invariavelmente alicerçados na tradição milenar japonesa, por que não dizer dos mestres orientais (BORGES, 2005 apud ARAUJO, 2005).

O judô, cuja definição é o caminho da suavidade, possui valores humanitários, morais, éticos e educacionais oriundos das raízes culturais e filosóficas das tradições orientais. Portanto, a filosofia do judô é fortemente influenciada pela filosofia de vida oriental, a qual transforma a disciplina e o equilíbrio em formas de viver e encarar o semelhante, ou seja, ensina aos praticantes dessa arte suavizante: o equilíbrio do corpo e da mente, respeito às pessoas mais velhas, saber perder e ganhar, conter a ansiedade, agilidade, reflexo, pensamento rápido, coordenação motora, espírito de coletividade, amizade e prosperidade mútuas, eficiência no uso da energia e outras características. Isso proporciona o desenvolvimento do aprendizado humano dos judocas conscientizando-os em utilizar as técnicas de forma correta com a finalidade de promover um melhor desempenho tanto no Dojô (sala de treinamento) como no dia-a-dia em todos os afazeres cotidianos (ARAUJO, 2005, p. 17).

Segundo Shiozawa (1999) o aluno que pratica judô aprende que se deve “ceder para vencer”, “cair para se levantar”, dentre outras regras que são aplicados na luta e na vida. Essa filosofia de ceder para vencer e cair para se levantar é um dos princípios da humildade, simplicidade, onde o aluno aprende que deve se esforçar para aprender, independente de tão qual difícil seja, ele deve saber superar todos os obstáculos.





O judô, assim como outras atividades de luta, trabalha com os componentes éticos ao colocar numa posição central o respeito às pessoas e aos locais de prática. Desenvolve uma cultura que favorece o domínio de si mesmo, uma vez que procura criar meios de controlar os comportamentos impulsivos e a violência (HOKINO; CASAL, 2001). No confronto físico, as situações vivenciadas pelo aluno o levam a manifestar sua vontade de vencer, entretanto, seu comportamento está vinculado aos rituais e às regras que são compartilhadas pelos outros, que como ele, persegue o mesmo objetivo. Da mesma forma, do ponto de vista do desenvolvimento moral, é esperado que a criança ampliasse o sentimento de cooperação e respeito mútuo, a partir da entrada no período da autonomia, de acordo com Piaget (1932/1994). Para este autor, é a cooperação com os colegas a condição necessária para o desenvolvimento moral (VILLAMÓN; BROUSSE, 2002, p. 11-28).

### 3.2. Valores ensinados no judô

Segundo Freitas (2012) o Judô é acima de tudo e uma escola de valores, onde se procura ensinar os atletas a serem cidadãos, que vivem em harmonia com a sociedade, sempre com respeito pelo próximo. O seu progresso é medido com base nas três componentes da modalidade: “Shin” – o espírito: os atletas são ensinados a respeitar todo o ritual que envolve o judô, tornando-os assim cidadãos mais atentos e mais pacientes. A força mental e o verdadeiro espírito judoca estão no respeito pelos adversários, em saber aquilo que se quer e que se está a fazer. “Ghi” – a técnica: o atleta de judô aprende uma enorme diversidade de técnicas de ataque e de defesa, que só praticando e repetindo é que aperfeiçoa. São nesta fase que também aprende os três princípios da modalidade. “Tai” – o valor do combatente: a aprendizagem das técnicas do judô e o desenvolvimento da força mental conferem ao atleta as capacidades necessárias para ser considerado um verdadeiro e eficaz combatente.

O judô é muito mais do que uma modalidade desportiva, uma luta ou uma arte marcial, tem o seu próprio código moral, que deve ser aplicado em todos os aspectos da vida de um judoca, quem traz isso é (ALEIXO, 2001, p. 3) que cita os princípios morais:

**AMIZADE:** o respeito, a sinceridade e a modéstia são a base para construir laços de amizade com aqueles que o acompanham nesta escola de vida.

**AUTOCONTROLE:** controlar as emoções e os impulsos, principalmente os negativos, mantendo-se concentrado nas suas capacidades e naquilo que tem de ser feito.

**CORAGEM:** no judô (tal como na vida) ser corajoso implica saber começar uma coisa, ter a força para continuar, mesmo sem resultados à vista, e nunca desistir, ter sempre esperança.

**CORTESIA:** existe um conjunto de regras e de etiquetas que devem ser respeitadas; o judoca tem de ter sempre conscienciadas suas atitudes e consequentes resultados.

**HONRA:** ser digno consigo próprio e com os outros; dar o melhor de si e fazer por ganhar, mas não procurar a vitória a qualquer custo.

**MODÉSTIA:** saber ganhar, saber perder, ser humilde e despretenso em ambas as situações e, acima de tudo, com os seus colegas.





SINCERIDADE: saber ser verdadeiro e exprimir-se genuinamente, o que implica um grande conhecimento e aceitação de si próprio.

RESPEITO: talvez o valor mais importante do judô e da vida; é essencial respeitar-se a si, aos outros atletas, ao professor, àquilo que se passa no tapete. Só com respeito é que há confiança, verdade e amizade.

### 3.3. Momentos lúdicos com a prática do judô para crianças

O lúdico é um enorme fator para o desenvolvimento biopsicossocial da criança. A palavra lúdica se origina do latim *ludus* que significa brincar, ensina que o que caracteriza o lúdico é a experiência de plenitude que ele possibilita a quem o vivencia em seus atos. A ludicidade como um estado de integridade, de estar pleno naquilo que faz com prazer pode estar presente em diferentes situações de nossas vidas (GRILLO, 2002, p. 96).

Rizzo Pinto (1997) relata que, o aspecto lúdico está adquirindo um caráter extremamente passivo, onde segundo o autor deve-se reforçar a importância do fazer para viver, educar-se em lugar de torcer, sugerindo a utilização da atividade motora que caracteriza a infância: os jogos.

A criança deve desenvolver habilidades para interagir positivamente com seu meio natural e social e incorporá-lo em sua vida diária com os objetivos de: "Ter prazer em experimentar fenômenos e eventos da natureza por meio de brincadeiras; brincar pela experimentação e criar com coisas que a cercam; desenvolver interesse por brinquedos e coisas feitas pelo homem" (KISHIMOTO, 1997, p. 68).

Grosso et al., (1977) diz que a realidade infantil é composta de magia. O jogo, as brincadeiras e o faz de conta para as crianças são como os sonhos para os adultos. Isso que a criança brinca é coisa séria, é como a criança estabelece a si mesma, à sua identidade e o mundo que a circunda. Ela precisa de espaço e tempo para esse adolecer. Em conformidade Biltencourt (2002) e Soares et al., (2020) citam que a criança desenvolve a coordenação motora, a atenção, o movimento ritmado, espacialidade, direção a seguir dentre outros, participando do desenvolvimento em seus aspectos biopsicológicos e sociais. A criança apresenta dificuldades em seu desenvolvimento quando ela não encontra oportunidade de brincar e relacionar-se criativamente com o ambiente através de desafios. Resgatar o lúdico é importante nas aulas de educação física, de modo que esse processo trabalhe com a diversidade cultural e desperte a vontade de aprender nas crianças.

Villamón e Brousse (2002) afirma que entre as modalidades esportivas, pode-se destacar o judô, considerado um esporte educativo por dignidade, que permite à criança expressar-se inteiramente no contexto lúdico, canalizando sua energia e reforçando seu caráter. Por meio de técnicas de autodefesa, o aluno aprimora o equilíbrio corporal, aprende a utilizar-se da disciplina e do respeito nas ações e reações, amplia a segurança e a autoconfiança. Aprende, ainda, a lidar



com suas limitações e a controlar suas emoções

além de sua utilidade para a defesa pessoal, as lutas podem oferecer enormes oportunidades de crescimento pessoal aos praticantes, pois proporcionam que sejam superadas as próprias limitações do ser humano. O objetivo num combate não estaria centralizado somente na vitória. Uma luta ou qualquer atividade física serviria, em primeiro lugar, para a educação global dos praticantes (VILLAMÓN; BROUSSE, 2002 p. 11).

Para ressaltar a relevância de a técnica o discurso a seguir aponta que: “Cuidar é mais que um ato; é uma atitude. Portanto, abrange mais que um momento de atenção, de zelo e de desvelo. Representa uma atitude de ocupação, de preocupação, de responsabilização e de envolvimento ético e afetivo com o outro” (BOFF, 1999, p. 01).

Não há aprendizado sem atividade intelectual e sem prazer, “não há aprendizagem seja na área da educação, seja na da reeducação, sem o lúdico, e este está afastado de nossos procedimentos didático-pedagógicos, em que a mente corpórea é desconsiderada” (RIZZO PINTO, 1997, p.336).

Se não há aprendizagem sem o lúdico, a motivação através da ludicidade parece ser uma boa estratégia para auxiliar na aprendizagem.

É evidente que precisamos de ambas as coisas, aprendizagem e motivação, para o desempenho de uma tarefa. A motivação sem aprendizagem redundará, facilmente, numa atividade a cegas; aprendizagem sem motivação resultará, meramente em inatividade, como o sono (MEDNICK, 1983. p. 21).

Baseando-se em novas sugestões para o ensino do Judô para crianças, Grosso (2000) enfatiza que em seu estudo sobre o uso da ludicidade em aulas de Judô, que a mesma é um acesso auxiliador no processo de ensino- aprendizagem em qualquer tipo de aula, desportiva ou não, o autor ainda alerta que se o professor de Judô pudesse repensar e arguir-se sobre sua forma de ensinar, sua prática pedagógica tornar-se-ia mais significativa, especialmente através da ludicidade como fator motivacional para a prática por crianças.

Na mesma linha de pensamento Ruffoni (2006) aponta que, quando estenos mostra que ela é essencial ao ser humano, principalmente na fase da infância, já que a criança aprende através do brincar, explorando, desconstruindo e restaurando o conhecimento. A ludicidade no Judô é veículo para a facilitação da aprendizagem dos conteúdos judoísticos, que serão demarcados através dos objetivos determinados pelos alunos e professores.

O Judô educativo não deve trabalhar com conceitos de treinamento e rendimento, pois a específica finalidade não é o desenvolvimento das capacidades físicas e das habilidades técnicas, e sim, fornecer a partir do movimento para a educação integral e global dos alunos. É daí que surgem os modelos de ensino do Judô, baseados na solução de problemas e do processo de descobrimento guiado, que entre múltiplas vantagens, estimulam principalmente a



criatividade do aluno (cognição) (GODIM, 2012, p. 16).

Podem e devem fazer parte do ensino-aprendizagem nas aulas de Educação Física devido às diversas possibilidades de aprendizagem que se estabelecem ao considerar as dimensões afetivas, cognitivas, motoras e socioculturais do aluno. Os benefícios do Judô na educação infantil cogita a importância do Judô nessa fase da vida. A importância desse esporte no procedimento de desenvolvimento, da capacidade física, intelectual e moral nessas crianças, onde se aprofunda a relação interpessoal entre o aluno e professor. Assim formulamos uma ideia de esporte saudável, sem incitação à violência e que, no entanto pode ser praticado não apenas por crianças, mas por qualquer outra faixa etária. Observa-se dentro da prática que o Judô proporciona um fortalecimento dos laços e vínculos de respeito e amizade, uma vez que a prática depende necessariamente de um parceiro, além do maior equilíbrio emocional e autocontrole entre os alunos que praticam a modalidade (QUEIROZ; GOMES, 2008 apud SILVA, 2012, p. 13).

Em relação ao fato de utilizar-se da ludicidade nas aulas de judô Duncan (1979, p. 13) orienta que:

A ginástica de aquecimento pode ser praticada incluindo pequenas brincadeiras e jogos, mas não devemos deixar jamais que o Judô recreativo penetre no espírito do adolescente, a disciplina, humildade, modéstia e respeito aos mestres não deve ser esquecida jamais.

“É evidente a notoriedade do judô como desporto e como atividade educacional, também é claro que a utilização do lúdico como estratégia de ensino é eficiente e altamente recomendado principalmente no trabalho com crianças” (GROSSO, 2002, p. 13).

As aulas de judô baseado em modelos autoritários não produzem apenas aprendizado de técnicas, mas também influenciam no comportamento dos alunos, pela punição, hierarquização e adestramento. Esses modelos tornam o processo pedagógico autoritário, extraindo muitas vezes o prazer do aprendizado, o que pode ocasionar até o abandono da atividade pelo aluno (MESQUITA, 1994, p. 26).

#### 4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo procurou mostrar por meio de pesquisas bibliográficas, como o Judô trabalhado de forma lúdico-educativa e adaptado corretamente à idade e individualidade histórica e biológica de cada criança. O Judô, através de sua base filosófica, é capaz de favorecer bastante no desenvolvimento e aprendizagem de vários conteúdos, de forma que fortalecerá, por exemplo, a assimilação de normas e regras de convivência (interação, cooperação e disciplina); conceitos de respeito ao próximo e de organização; valores estes, que serão muito úteis, inclusive para a formação da personalidade da criança.

Na prática desse esporte, serão desenvolvidas também as habilidades motoras básicas e específicas da criança, que lhe auxiliarão na formação de um amplo repertório motor, de grande utilidade



no decorrer de sua vida. Frente a todos esses benefícios, podemos afirmar que o Judô é de suma importância no processo de formação educacional da criança. Vale ainda ressaltar, o caminho suave transcende a prática esportiva e se torna lema de vida, essa característica de integração física e social fez com que o mesmo terá sido declarado pelo COI (Comitê Olímpico Internacional), como o esporte mais completo porque promove valores de amizade, participação, respeito mútuo e esforço para melhorar. E a UNESCO (Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura), declarou como o esporte mais aconselhado na fase que compreende desde a infância até aos vinte e um anos de idade, pois, segundo a mesma, ele permite mediante o jogo e a diversão, conjugar fatores essenciais para o desenvolvimento do indivíduo, como por exemplo, a coordenação de movimentos, a psicomotricidade, o equilíbrio, a expressão corporal e a situação espacial (percepção sinestésica). A UNESCO destaca também o Judô como um esporte que possibilita o relacionamento saudável com outras pessoas, utilizando o jogo e a luta como um integrador dinâmico.

O Judô desde os seus inícios foi concebido para a criação e aperfeiçoamento de valores éticos e humanitários profundos, e com eles procurar um equilíbrio entre o corpo e a mente e ele sendo mais do que uma modalidade desportiva, uma luta ou uma arte marcial, é constituído por um código moral que contém amizade, autocontrole, coragem, cortesia, honra, modéstia, sinceridade além de respeito, imprescindíveis para um bom desenvolvimento da vida em sociedade onde predomine o amor ao próximo. Quando as atividades de Judô são educativas o professor não precisa trabalhar aplicando métodos e conceitos de treinamento ou rendimento esportivo, o professor não tem como objetivo desenvolver capacidades físicas ou técnicas e sim desenvolver a formação integral da pessoa (aluno).

Por fim, a pesquisa demonstrou que o judô, enquanto arte marcial e esporte desenvolvido com cunho educativo, planejado e aplicado sob essa objetivação, oferecem inúmeros benefícios ao processo formativo de crianças e adolescentes, conclui-se então que, o Judô, contribui para um pleno desenvolvimento motor, socioafetivo e cognitivo da criança, de forma que a mesma ao absorver esses benefícios, possa interagir junto à sociedade de maneira moralmente correta e autônoma.

## REFERÊNCIAS

- Aleixo, E. A. L. (2001). A dimensão social do Judo na formação do jovem. In *The Second International Judo Federation-World Judo Conference*.
- Almeida, P. N., de Camargo Jr, N. B., de Castro Torres, B. P., & Silva, C. C. (1974). *Dinâmica lúdica: técnicas e jogos pedagógicos*.
- Araújo, R. V. de. (2005). Judô: da história à pedagogia do esporte. 2005. 70f. *Monografia (Licenciatura em Educação Física)* – Faculdade de Educação Física, Universidade Federal de Goiás, Goiânia.
- Bitencourt. (2002). A importância da Ludicidade, jogos e brincadeiras no desenvolvimento da psicomotricidade. *Universo Autista*.
- Boff, L. (1999). Saber cuidar: Ética do humano-compaixão pela Terra, Petrópolis-Rj: Ed. Vozes, 134.



- Borges, E. (2005). O judô e suas simbologias ocidentais. *São Luís*.
- Duncan, O. (1979). *Judô-luta no chão. Artes marciais. 3.ed., Rio de Janeiro, Ediouro.*
- FEITOSA, Caio Antonaglia et al. O Judô escolar enquanto pratica formativa.
- FERREIRA, M. S. (1997). A relevância da psicomotricidade no desenvolver da Educação Física Escolar. *Rio de Janeiro: in Sprint, XV, (88), 9-11.*
- GAMA, R. J. (1986). Manual de iniciação do Judô. *Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport.*
- GONDIM, D. F. (2007). Aspectos metodológicos aplicados ao ensino do judô para crianças. *Or: Prof. Ms. Marco Aurélio Oliveira (ESEF-UPE).*
- Grilo, A. P. S., QUEIROZ, C. S. D., SOUZA, I. P. D. N., & Pinto, R. D. C. S. (2002). O lúdico na formação do professor. *Revista de Educação, Salvador, (38), 37-45.*
- Grosso, F. (2002). A ludicidade como estratégia de ensino nas aulas de judô para crianças. *Rio de Janeiro.*
- HAUSEN, I. T. (2004). Artes marciais nas escolas: Taekwondo pedagógico, o resgate da arte marcial formativa como recurso de apoio educacional infanto-juvenil em ambiente escolar. *Niterói: Escola de Artes Marciais Hodory.*
- HOKINO, M. H., & CASAL, H. M. V. (2001). A aprendizagem do judô e os níveis de raiva e agressividade. *Lecturas, Educación Física y Deportes, Revista Digital, Buenos Aires, 6(31).*
- Kishimoto, T. M. (1995). O brinquedo na educação: considerações históricas. *Série Idéias, 7, 39-45.*
- MEDNICK, S. A. (1983). *Aprendizagem, 3ª ed. Rio de Janeiro, Zahar.*
- MENDONÇA, H. M. (2006). Reflexões sobre a prática do judô na educação infantil. *Campinas, SP.*
- Mesquita, C. W. (1994). *Identificação de incidências autoritárias existentes na prática do judô e utilizadas pelo professor* (Doctoral dissertation, Centro de Ciências da Saúde, Escola de Educação Física e Desporto da Universidade Federal do Rio de Janeiro.).
- MOTA, J. E. P. (2013). Fundamentos Técnicos do Judô. *Apostila de Fundamentos Técnicos de Judô.*
- Nunes, A. V., & Rubio, K. (2012). As origens do judô brasileiro: a árvore genealógica dos medalhistas olímpicos. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, 26, 667-678.*
- PEREIRA JÚNIOR, L. C. A. (1999). A influência da prática do judô em variáveis de aptidão física relacionada à saúde. 74 f. *Monografia (Especialização em Ciência do Movimento Humano) – Programa de Pós-Graduação em Ciência do Movimento Humano, Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria.*
- PIAGET, J. (1994). O juízo moral na criança. (Elzon Lemardon trad.). São Paulo: Summus. (Trabalho original publicado em 1932).
- Queiroz, E., & Gomes, L. (2012). Judo em suas dimensões intelectuais, morais e físicas: um componente valioso para o processo de ensino-aprendizagem na educação física escolar. [On line].
- RIZZO PINTO, J. (1997). Corpo, movimento e educação—o desafio da criança e adolescente deficientes sociais. *Rio de Janeiro: Sprint.*
- RUFFONI, R. (2004). Análise metodológica da prática do Judô. *Mestrado em Ciência da Motricidade Humana. Universidade Castelo Branco. Rio de Janeiro.*
- SHIOZAWA, L. (1999). Manual de Judô Nikkei Sport Center. *Goiânia:(se).*



Silva, L. H. D. (2012). Apropriações educativas da prática do judô no desempenho escolar de alunos do ensino fundamental.

SILVA, P. S. R da. (2006). *Judô: o ensino de uma filosofia através de uma arte marcial*. 24 f. Monografia (Especialização).

Silva, V. A. D. (2010). O Judô na Educação Física Escolar: pesquisa qualitativa sobre o ensino do judô nas escolas de Porto Alegre.

Soares, R. A. S., Gomes, M., & Machado Filho, R. (2020). Benefícios da Prática do Judô para o Desenvolvimento Motor de Crianças e Adolescentes: uma Revisão de Literatura. *REVISTA DE TRABALHOS ACADÊMICOS—UNIVERSO JUIZ DE FORA*, 1(12).

SOUSA, J. D. R. (2008). A importância do lúdico no ensino da disciplina Judô para alunos de 04 a 14 anos de idade. *Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Educação Física)—Centro De Ensino Superior de Uberaba*.

Villamón, M. Brousse, M. (2002). El judo como contenido de la educación físicaescolar. In J. L. Castarlenas & J. P. Molina (Eds.), *El judô en la educación físicaescolar: unidades didácticas* (pp. 11-28). Barcelona:

Recebido em: 11/09/2022

Aceito em: 20/09/2022

Endereço para correspondência  
Jessica Priscila Ribeiro do Nascimento  
E-mail: [jessicapriscila81@gmail.com](mailto:jessicapriscila81@gmail.com)

Esta obra está licenciada sob uma Licença  
Creative Commons Attribution 3.0

