

**UNIVERSIDADE FEDERAL DO AMAZONAS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E FISIOTERAPIA – FEFF  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**HENRIQUE ROGER DE SOUSA PEREIRA**

**A IMPORTÂNCIA DA IMPLEMENTAÇÃO DA PRÁTICA DE JIU-  
JITSU NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II**

**Manaus/AM  
2024**

**HENRIQUE ROGER DE SOUSA PEREIRA**

**A IMPORTÂNCIA DA IMPLEMENTAÇÃO DA PRÁTICA DE JIU-  
JITSU NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharel em Educação Física, pela Universidade Federal do Amazonas – UFAM, como requisito parcial à obtenção do grau de licenciatura em Educação Física.

Orientador (a): Prof. Dr. Carlos Masashi Otani.

**Manaus/AM  
2024**

HENRIQUE ROGER DE SOUSA PEREIRA

## A IMPORTÂNCIA DA IMPLEMENTAÇÃO DA PRÁTICA DE JIU-JITSU NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Bacharel em Educação Física, pela Universidade Federal do Amazonas – UFAM, como requisito parcial à obtenção do grau de licenciatura em Educação Física.


Aprovada em: 11/04/2024.



---

**BANCA EXAMINADORA**

Prof. Me. Carlos Masashi Otani (Orientador)  
Universidade Federal do Amazonas – UFAM

Documento assinado digitalmente  
 **IDA DE FATIMA DE CASTRO AMORIM**  
Data: 13/11/2024 11:57:31-0300  
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

---

Prof. Dra. Ida de Fátima de Castro Amorim  
Universidade Federal do Amazonas – UFAM



---

Prof. Me. Ayla Taynã da Silva Nascimento  
Universidade Federal do Amazonas – UFAM

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	<b>4</b>
<b>2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA</b> .....	<b>5</b>
<b>Importância da Educação Física no Desenvolvimento Motor das Crianças</b> .5	
<b>Os Efeitos do Jiu-Jitsu na Capacidade de Equilíbrio das Crianças</b> .....	<b>5</b>
<b>A Influência do Jiu-Jitsu nas Habilidades Motoras de Crianças nas Escolas</b> 7	
<b>Efeitos do Ensino de Jiu-jitsu Para Crianças nas Escolas</b> .....	<b>8</b>
<b>3 METODOLOGIA</b> .....	<b>10</b>
<b>Delineamento Da Pesquisa</b> .....	<b>10</b>
<b>Tipo De Pesquisa</b> .....	<b>12</b>
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	<b>13</b>
<b>CONCLUSÃO</b> .....	<b>15</b>
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>15</b>

# A IMPORTÂNCIA DA IMPLEMENTAÇÃO DA PRÁTICA DE JIU-JITSU NAS ESCOLAS DE ENSINO FUNDAMENTAL I E II

Henrique Roger De Sousa Pereira<sup>1</sup>

Carlos Masashi Otani<sup>2</sup>

## RESUMO

Este estudo traz abordagens sobre a importância da implementação das práticas esportivas de Jiu-Jitsu nas escolas brasileiras de ensino fundamental I e II e sua relevância para a prática esportiva de crianças e jovens em fase escolar. A metodologia aplicada para este estudo ocorreu através de uma revisão de literatura, a partir de uma junta documental-literária de cunho pedagógico e esportiva sobre a temática proposta realizada em bases de dados específicas da área. A revisão bibliográfica das principais obras foram selecionadas e coletadas por meio dos critérios de elegibilidade. Dentre os critérios, este estudo se delimitou em incluir obras dos últimos seis anos (2019-2024) e que adequaram-se integralmente ao contexto escolar. Para demais aplicações de ferramentas metodológicas, a coleta de dados ocorreu secundariamente por uma revisão por pares e pela técnica metodológica *Snowballing* para triagem de bibliografias de artigos relevantes. Os resultados obtidos trazem uma configuração positiva sobre o esporte de Jiu-Jitsu nas escolas, destacando a melhoria dos estudantes em relação ao desenvolvimento psicossocial, motor, intelectual e cognitivo, além de destacar as mudanças de um estilo de vida sedentário para um saudável, bem como provisiona um aprimoramento das técnicas de defesa pessoal das crianças como uma forma de autoproteção. Assim, este estudo possui alta relevância para a comunidade científica e profissional, em virtude das benevolências induzidas às crianças em fase escolar e seus efeitos significativos sobre o desenvolvimento psicomotor do grupo estudado, tornando essencial mostrar as instituições que o jiu-jitsu pode ser um esporte favorável tanto quanto os já implementados na grade curricular das escolas.

**Palavras-chave:** Jiu-Jitsu. Escolas. Esporte. Saudável.

## ABSTRACT

This study brings approaches to the importance of the implementation of Jiu-Jitsu sports practices in Brazilian elementary schools and its relevance to the sports practice of children and young people in school. The methodology applied for this study occurred through a literature review, based on a documental-literary board of pedagogical and sports nature on the proposed theme carried out in specific databases of the area. The bibliographic review of the main works was selected and collected through the eligibility criteria. Among the criteria, this study was

---

<sup>1</sup> Acadêmico do curso de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal do Amazonas – UFAM. Manaus/AM. E-mail: [Henriquerogerjj@gmail.com](mailto:Henriquerogerjj@gmail.com).

<sup>2</sup> Possui graduação em Licenciatura Plena em Educação Física pela Universidade Federal do Amazonas (2001) e mestrado em Ciências da Saúde pela Universidade Federal do Amazonas (2012). Professor Orientador do curso de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal do Amazonas – UFAM. Experiência na área de Educação Física, com ênfase em Ciências da Saúde.

limited to including works from the last six years (2019-2024) and that were fully adapted to the school context. For other applications of methodological tools, data collection occurred secondarily through a peer review and the *Snowballing* methodological technique for screening bibliographies of relevant articles. The results obtained bring a positive configuration about the sport of Jiu-Jitsu in schools, highlighting the improvement of students in relation to psychosocial, motor, intellectual and cognitive development, in addition to highlighting the changes from a sedentary lifestyle to a healthy one, as well as providing an improvement in children's self-defense techniques as a form of self-protection. Thus, this study has high relevance for the scientific and professional community, due to the benevolences induced to schoolchildren and its significant effects on the psychomotor development of the group studied, making it essential to show institutions that jiu-jitsu can be a favorable sport as well as those already implemented in the school curriculum.

**Keywords:** Jiu-Jitsu. Schools. Sport. Healthy.

## 1 INTRODUÇÃO

A prática de Jiu-Jitsu fornece uma ampla variabilidade de habilidades motoras, principalmente quando exercida em crianças em fase escolar e em crescimento. Tais melhorias motoras referem-se à capacidade do corpo humano de realizar uma variedade de atividades físicas com componentes específicos, incluindo as habilidades motoras finas das mãos (como destreza manual) e as habilidades motoras grossas necessárias para a coordenação geral (como equilíbrio estático e dinâmico) (Viana, 2022).

De acordo com a teoria da montanha do desenvolvimento de habilidades motoras, o período entre 1 e 12 anos de idade constitui um momento sensível para o desenvolvimento de habilidades motoras; as crianças devem dominar as habilidades motoras fundamentais, garantindo assim sua adaptação futura a diferentes esportes e ambientes de movimento, aumentando sua confiança geral no movimento e aumentando sua vontade de se envolver em exercícios físicos. Esta análise ganha um aprofundamento maior quando delimitada ao esporte do Jiu-Jitsu (Costa, et al., 2019).

Outras pesquisas também apontaram que o fenômeno da displasia das habilidades motoras em crianças tornou-se cada vez mais proeminente e a incidência de distúrbios de coordenação motora em crianças pré-escolares de 3 a 6 anos é de aproximadamente 8%. A displasia das habilidades motoras das crianças não só aumenta muito o risco de obesidade, disfunção cognitiva e distúrbios de coordenação motora, mas também afeta o desenvolvimento da saúde mental das crianças em fase escolar (Silva; Silva; De Oliveira, 2019).

Assim, crianças com distúrbios de coordenação motora geralmente têm baixa inclusão social e falta de confiança, e seus níveis de ansiedade e depressão são muitas vezes mais altos

do que os de crianças normais. Portanto, a pesquisa sobre como melhorar efetivamente o desenvolvimento das habilidades motoras das crianças em idade escolar será de grande importância prática na promoção de seu desenvolvimento saudável a partir da implementação do Jiu-Jitsu na grade curricular das escolas brasileiras (Rufino; Martins, 2021).

## **2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA**

### **Importância da Educação Física no Desenvolvimento Motor das Crianças**

#### **Os Efeitos do Jiu-Jitsu na Capacidade de Equilíbrio das Crianças**

Uma revisão sistemática mostrou que intervenções estruturadas de atividade física poderiam melhorar o equilíbrio em crianças entre 5 e 14 anos de idade. Neste estudo, se encontrou uma correlação positiva igualmente significativa entre a capacidade de equilíbrio e as atividades físicas de estudantes de ensino fundamental (Favatto, 2021).

Os ajustes posturais e o equilíbrio corporal exigem coordenação dos órgãos sensoriais vestibulares, proprioceptivos e visuais, que transmitem informações sobre aceleração e deslocamento espacial para o sistema nervoso central, que analisa e integra essas informações, depois as envia através da medula espinhal vestibular para o efeitor, regulando assim a tensão muscular, o relaxamento e o controle do equilíbrio (Costa, et al., 2019).

O jiu-jitsu têm altos requisitos para o controle da postura. Durante a prática, as mãos, os olhos, o tronco e os pés externos são obrigados a se mover em harmonia como um todo, e o espírito interior, a vontade, a respiração e a força são altamente unificados. Assim, o treinamento de caráter externo requer a coordenação perfeita das posturas corporais, como mão, olho, corpo e trabalho de pés. As mãos e os olhos são coordenados, e o tronco e os passos são coordenados (Lima, et al., 2021).

Em características do treinamento interno no esporte se requer a unidade interior de mente, espírito, conversão ofensa-defesa e respiração, para que a respiração e a força sejam coordenadas, e a mente e a respiração sejam coordenadas. Os resultados do teste de integração sensorial de crianças escolares nestes estudos demonstraram que o jiu-jitsu podem efetivamente melhorar as funções vestibulares e proprioceptivas das crianças escolares de ensino fundamental (Viana, 2022).

Em comparação com outras atividades esportivas realizadas nas escolas, o jiu-jitsu, que enfatiza a coordenação geral do corpo externo e a alta concentração de ideias internas, promove efetivamente o desenvolvimento das funções sensoriais das crianças, como vestibulo e propriocepção. Pode ser por isso que o jiu-jitsu foi melhor do que os demais esportes escolares

na promoção da capacidade de equilíbrio das crianças pré-escolares e escolares (Lima, et al., 2021).

Os resultados da pesquisa de Koslinski, et al. (2022) também apoiam essa conclusão. Os atletas de jiu-jitsu têm melhor controle motor e capacidade de coordenação dos membros superiores. Pode ser que a alta coordenação geral dos movimentos promova o desenvolvimento da função proprioceptiva dos atletas de jiu-jitsu e encurte o atraso da força biológica produzida pela força muscular do membro superior. Além disso, o treinamento de jiu-jitsu pode aumentar a força explosiva e melhorar a flexibilidade e a velocidade de reação. Também pode ser um fator importante para as o jiu-jitsu promova a capacidade de equilíbrio das crianças em fase escolar (Koslinski, et al., 2022).

Assim, a teoria da sequência de desenvolvimento motor sustenta que o desenvolvimento das habilidades motoras das crianças segue uma determinada sequência, e o domínio de cada habilidade motora precisa passar pelo processo de construção de repetidas tentativas, ajuste e adaptação. Portanto, a orientação profissional e a prática repetida são essenciais para o desenvolvimento das habilidades motoras das crianças (Maçaneiro, et al., 2022).

A prática repetida é o meio básico do treinamento de o jiu-jitsu; cada ação deve ser praticada repetidamente para alcançar o domínio básico e, em seguida, progredir do domínio da ação para a automação completa da ação. Um estudo anterior descobriu que intervenções estruturadas de atividade física que reforçam continuamente as habilidades motoras produziram melhorias significativas em relação às atividades esportivas em crianças. Portanto, em comparação com as atividades esportivas escolares, as o jiu-jitsu melhora significativamente a capacidade de equilíbrio dos estudantes crianças, o que pode estar relacionado ao treinamento intensivo repetido em projetos de artes marciais (Rufino; Martins, 2021).

Desde a infância até o início da adolescência, há uma relação recíproca positiva entre atividade física e habilidades motoras, com resistência aeróbica que faz a ponte para o desenvolvimento bidirecional. Pesquisas mostram que atividades esportivas estruturais propositais, planejadas e organizadas podem criar mais oportunidades para as crianças se beneficiarem de médias e altas intensidades de exercícios aeróbicos (Cavalcante, 2023).

Um ensaio controlado randomizado também mostrou que as crianças que se envolvem em atividade física estruturada planejada passam significativamente mais tempo em atividade de intensidade motora moderada a alta quando comparadas ao engajamento de atividade livre. Portanto, a intervenção no ensino de jiu-jitsu, como uma atividade física estruturada proposital, planejada e organizada, pode criar oportunidades mais duradouras para as crianças se

exercitarem em intensidades médias e altas e ser mais propícias ao desenvolvimento da capacidade de equilíbrio (Daltro; Faria, 2019).

### **A Influência do Jiu-Jitsu nas Habilidades Motoras de Crianças nas Escolas**

A prática de Jiu-jitsu em crianças incide diretamente no controle postural que, não apenas melhora com a idade, mas também depende de uma interação ambiental eficaz e condicionamento muscular preciso por meio de exercícios repetidos. O controle motor e executivo são refinados por meio de interações contínuas entre o corpo, a tarefa e o ambiente, com a regulação postural se tornando mais flexível (Ferreira, et al., 2019).

O método de práticas esportivas escolares integra o jiu-jitsu com histórias, jogos e competições, promovendo assim a participação ativa no movimento e no exercício em um ambiente aberto, diversificado e livre. Para as crianças, esses projetos de ensino podem motivar a participação, aumentar a intensidade do movimento e a densidade do exercício e promover interações entre o corpo, a tarefa e o ambiente (Koslinski, et al., 2022; Favatto, 2021).

Enquanto isso, a prática ativa melhora a concentração cerebral, o que aumenta a velocidade do processamento cognitivo e o controle postural. Comparado com outros esportes escolares, o jiu-jitsu escolar é baseado principalmente na forma de prática coletiva e repetitiva, e o método de prática repetitiva e passiva carece de interação eficaz entre o corpo, o ambiente e a tarefa (Jesus, Affonso, 2023).

Estudos também descobriram que padrões de exercícios e ambientes de aprendizagem adequados podem promover o desenvolvimento sustentável das habilidades motoras das crianças. Portanto, as características do *design* de ensino de prestar atenção à criação do ambiente e enfatizar a interação contínua entre o corpo, a tarefa e o ambiente podem ser a razão pela qual o jiu-jitsu é melhor do que outros esportes na promoção da capacidade de equilíbrio e da destreza manual das crianças nas escolas (Marques, 2019).

Em segundo lugar, a estimulação sensorial multimodal pode fortalecer a função da integração sensorial e é mais propícia ao desenvolvimento da capacidade motora. Na integração sensorial-motora, os sinais de entrada sensorial são integrados pelo sistema nervoso central para auxiliar na execução de programas motores. Os órgãos sensoriais inserem informações sensoriais para o cérebro, que sintetiza informações de acordo com o princípio da máxima confiabilidade e cria ponderações através de sensores correspondentes para alcançar a percepção efetiva e o controle motor (Silva; Silva; De Oliveira, 2019).

A integração efetiva de informações sensoriais é uma condição necessária para a realização do controle de ação. Observa-se que as crianças são autorreferenciadas e orientadas para objetivos. Informações sensoriais integradas podem descrever a posição, tamanho, peso, forma e velocidade de deslocamento dos objetos, otimizando ainda mais os planos de ação por meio de feedback sensorial motor contínuo (Daltro; Faria, 2019).

A estimulação multissensorial simultânea do vestibulo, músculos, articulações, pele e dos sentidos visuais, auditivos e olfativos forma padrões multimodais de processamento de informações e acelera a formação de representações motoras para um melhor controle postural. Com base no princípio da integração sensorial, o método aplicado nas escolas de jiu-jitsu visa a estimulação multissensorial e aumenta as interações constantes entre os sentidos. De fato, o jiu-jitsu se torna significativamente melhor do que outros esportes escolares para promover as funções vestibulares, táteis e proprioceptivas; aqui, o aprimoramento das habilidades de integração sensorial pode exercer um efeito mediador mais forte na capacidade de movimento dos estudantes (Favatto, 2021).

### **Efeitos do Ensino de Jiu-jitsu Para Crianças nas Escolas**

A instrução de jiu-jitsu nas escolas fornece uma nova visão sobre uma seleção de pontos de vista e crenças dos professores brasileiros (praticando e de graduação) relacionadas ao esporte e à implementação de tal treinamento em ambientes escolares. Embora os dados de outros estudos indiquem altos níveis de apoio a implementação do Jiu-Jitsu em ambientes escolares, algumas pesquisas mostraram professores com preocupações quanto a segurança dos estudantes e o potencial deles se machucarem (Maçaneiro, et al., 2022).

Curiosamente, dados das pesquisas publicadas e coletadas sobre lesões esportivas do Brasil e exterior recolhidos entre os anos de 2019 a 2024 classificou o Jiu-Jitsu como o 10º mais comumente associado a fraturas faciais relacionadas ao esporte em hospitalizados, deslocamentos no ombro e lesão na coluna cervical também foram presentes. Outros esportes escolares já implementados nas grades curriculares das escolas como Futebol, vôlei, handebol e atletismo respectivamente, foram associados a maiores taxas de lesões nessas áreas do que o Jiu-Jitsu (Pozas, 2020).

De nota, em outras categorias de lesões, como lesão no ligamento cruzado relacionado ao esporte ou lesões na cabeça, os esportes combativos não se classificaram entre os 10 melhores. Além disso, em um estudo baseado em grandes casos de trauma e mortes durante um período de 10 anos, as três frequências mais altas foram em ciclismo, esportes motorizados e

atividades equestres, sem classificação de Esportes Combativos nem Jiu-Jitsu ou outro combativo de qualquer categoria (Correa, et al., 2024). Também é importante notar que esses achados são de esportes competitivos e/ou de lazer e baseados na comunidade escolar. Outras atividades escolares geralmente estão em níveis de desenvolvimento fundamental e não competitivo e, portanto, apresentam um menor risco de lesão.

Conforme afirmado por uma infinidade de pesquisadores, uma das principais barreiras que impedem as escolas de aplicar o jiu-jitsu como parte das práticas escolares, ou receber o esporte no ambiente escolar como recreativo é o equívoco do jiu-jitsu tradicional. O treinamento tradicional de mestrado muitas vezes se torna mal interpretado e associado às habilidades de combate e violência que são glorificadas e propagadas em filmes, programas de televisão e outras culturas populares (Daltro; Faria, 2019).

O estereótipo de "artista marcial" descrito nesses filmes se encontra em várias situações, em que ele ou ela tem que derrotar um oponente (ou uma sala inteira cheia de oponentes) usando acrobacias, combinações de chutes coreografadas e armas. Isso aparentemente funciona de duas maneiras, segundo os autores Jesus; Affonso (2022):

A primeira coisa é que suas habilidades de combate superiores destacam a violência tipicamente associada ao Jiu-Jitsu, o que leva à deturpação que está sendo discutida. O segundo estereótipo é que sua assinatura de gritos e sons, juntamente com sua pequena estatura e ataque regular as regiões sensíveis do oponente maior, parecem minar sua legitimidade como um guerreiro duro e heterossexual (Jesus; Affonso, 2022).

Ambos os estereótipos são contraproducentes para alcançar a aceitação do esporte em ambientes escolares. O primeiro destacando uma ênfase em grande parte deturpada na violência, e o segundo exibindo uma falta de heteromasculinidade normativa pelo praticante masculino, embora a realidade seja que essas atividades estão abertas a participantes de todos os níveis de habilidade e condicionamento físico, sexo e idade. Isso pode influenciar aqueles que planejam programas escolares de práticas esportivas e, por sua vez, dissuadir a incorporação do treinamento desse esporte (Koslinski, et al., 2022).

Além das preocupações com o perigo percebido do treinamento de Jiu-Jitsu, muitos entrevistados de vários estudos também mostraram falta de conhecimento relacionado às atuais regras e regulamentos da Unidade Esportiva Escolar do Departamento de Educação para a entrega segura de treinamento de Jiu-Jitsu nas escolas (Ferreira, et al., 2019).

Um estudo de professores de rede estadual observou que é entendimento comum que esses tipos de atividades são proibidas. Além disso, a maioria dos dos professores indicou que não acreditava que o governo vê o treinamento do esporte de Jiu-Jitsu como um esporte escolar

aceitável. Uma investigação no site de algumas unidades esportivas escolares prova que essa crença está mal informada e fornece um documento de diretrizes de segurança esportiva para o Jiu-Jitsu (Costa, et al., 2019).

Com a maioria dos estudos que autores realizaram pesquisas quantitativas e observacionais com professores com menos de 5 anos de experiência em ensino, essa lacuna de conhecimento pode ser atribuída à falta de exposição durante o treinamento de professores pré-serviço ou desenvolvimento profissional para professores qualificados. Uma recomendação para isso pode ser incluir uma breve introdução ao Jiu-Jitsu e várias atividades simples desse esporte na universidade para futuros docentes em educação física em escolas de ensino fundamental I e II (Marques, 2019).

### **3 METODOLOGIA**

Realizou-se uma pesquisa de literatura de bancos de dados eletrônicos no período de fevereiro a junho de 2024, visando estudos observacionais, estudos de casos e relatórios de atividades práticas em escolas de ensino fundamental sobre a implementação da prática esportiva de Jiu-Jitsu para crianças.

A linha de pesquisa foi projetada para identificar estudos que apresentam variáveis e respostas concisas sobre a implementação do esporte Jiu-Jitsu nas escolas, bem como a importância para o desenvolvimento motor, cognitivo e intelectual dos estudantes praticantes de atividades físicas, delimitando o teor desta pesquisa para o esporte apresentado acima.

Os bancos de dados e os termos de pesquisa usados foram listados nos parágrafos abaixo. Para a estratégia de pesquisa, aderiu-se às diretrizes de Itens de Relatório Preferenciais para Revisões Sistemáticas e Meta-Análises (PRISMA), revisão por pares e ferramenta metodológica *Snowballing*, assim como um conjunto mínimo baseado em evidências de itens para relatórios em revisões de literatura e meta-análises.

#### **Delineamento Da Pesquisa**

Os seguintes critérios de elegibilidade foram usados ao selecionar registros recuperados da pesquisa de literatura:

Critérios de inclusão:

1. Estudos observacionais sobre a implementação da prática esportiva de Jiu-Jitsu para crianças;
2. Estudos de casos e relatórios de atividades práticas em escolas de ensino fundamental I e II sobre a implementação da prática esportiva;
3. Estudos de cunho nacional ou internacional visando a implementação do Jiu-Jitsu nas escolas e suas divergências;
4. Descrições das medidas implementadas nas escolas para prática esportiva do Jiu-Jitsu.

Critérios de exclusão:

1. Resumos do esporte sem coparticipação em indivíduos crianças em idade escolar;
2. Estudos com detalhes insuficientes do esporte e suas demais aplicações escolares; e
4. Estudos contendo dados fora do espaço temporal dos últimos seis anos (2019 a 2024).

Além de extrair dados de artigos de pesquisa revisados por pares revelados nessa pesquisa (realizado pelo autor e posteriormente orientador) também utilizou-se a técnica metodológica *Snowballing* (triagem de bibliografias para artigos relevantes) para identificar outros estudos e literatura que continham informações de apoio.

Como esta revisão se concentrou apenas nas características da implementação do Jiu-Jitsu nas escolas, estudos sobre o esporte fora do contexto escolar, como campeonatos e demais eventos classificatórios foram excluídos.

Definiu-se algumas regiões para coleta dos dados como estudos brasileiros e outros internacionais como Estados Unidos, Canadá e Leste Europeu como Portugal e Espanha, a fim de obter uma quantidade de dados significativas para revisão bibliográfica. Para coletar dados exclusivos do percurso do Jiu-Jitsu nas escolas mais recentes excluiu-se estudos que relataram achados de períodos anteriores ao ano de 2019.

O autor realizou a estratégia de pesquisa e efetivou a pesquisa nos bancos de dados, assim como aplicou a revisão de títulos e resumos para todos os registros recuperados. Uma vez que isso foi concluído, as listas foram comparadas e um consenso foi alcançado sobre quais artigos eram elegíveis para leitura do texto completo.

A maioria dos estudos consistiu em relatos de casos e estudos observacionais que foram agregados por região, enquanto resumos com outros dados sobre a importância dos esportes nas escolas para crianças também foram incluídos. A coleta não se baseou através de nomes dos autores do estudo, periódicos e/ou instituições. Os dados foram extraídos do texto de artigos relevantes pelo autor e inseridos em uma planilha do *Microsoft Excel* para então serem lidos e resumidos. Posteriormente, as conclusões pessoais obtidas pelo autor foram transcritas e interpostas neste estudo nas seções 2, 4 e subseções.

As variáveis que foram coletadas dos artigos de origem incluíram o número de estudantes apresentados, localização, ano da prática esportiva, sexo, idade, grau de deficiência, urbano ou rural, ocupação escolar, vigilância durante as práticas escolares, suspeita de lesão após início das atividades esportivas, histórico familiar de sedentarismo ou estilo de vida saudável e outras fontes relevantes.

Os casos dos estudantes correlacionados com o Jiu-Jitsu foram delimitados e exemplificados na seção 4, de Resultados e Discussão. Notas pedagógicas adicionais também foram registradas, que podem conter informações relevantes para a comunidade científica e profissional como detalhes sobre a importância no desenvolvimento geral das crianças que praticam esporte, estrategicamente vinculando tais benevolências ao esporte estudado nesta revisão.

A busca destes arquivos ocorreu por meio de periódicos e revistas específicos da área de saúde e educacional, como:

- *Scientific Electronic Library Online* – Scielo;
- *PubMed*;
- *MEDLINE*;
- Biblioteca Digital Brasileira de Teses e Dissertações – BDTD;
- PAHO - Acervo da Biblioteca da Organização Pan-Americana da Saúde;
- Repositório da Universidade Federal do Amazonas – UFAM;
- Repositório da Universidade de São Paulo – USP; e
- Repositório da Universidade de Brasília – UnB.

## **Tipo De Pesquisa**

Pesquisa de caráter transversal que ocorreu por meio de uma pesquisa bibliográfica de artigos e demais documentos pertencentes a literatura pedagógica de Educação Física e saúde, na qual ocorreu em um espaço temporal de 6 anos (2019 – 2024).

#### **4 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A teoria do modelo conceitual de habilidades motoras e desenvolvimento de atividade física sustenta que há uma interação bidirecional entre habilidades motoras e atividade física em crianças. A intervenção de atividade física estruturada desempenha um papel positivo na promoção das habilidades motoras, e esportes com estruturas de movimento diversificadas, formas de exercício coletivo e exercício aeróbico com participação multicognitiva são mais propícios ao desenvolvimento de habilidades motoras (Costa, et al., 2019).

O Jiu-Jitsu como um exercício aeróbico que requer participação multicognitiva e uma estrutura de movimento diversificada, têm sido gradualmente aplicado à pesquisa sobre o desenvolvimento de habilidades motoras nos últimos anos (Ferreira, et al., 2019). Vários estudos foram realizados no campo do judô, onde os impactos positivos do treinamento mostraram afetar o aumento das habilidades físicas das crianças quando comparadas a outros esportes ou crianças inativas. Da mesma forma, a maioria destes estudos citaram as mesmas habilidades quando a prática ocorreu em esportes similares, como o Jiu-Jitsu (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, 2021).

Da mesma forma, a pesquisa relacionada apenas ao Jiu-Jitsu também obteve resultados próximos. Estudos relevantes apontaram que esse esporte tem um bom valor na promoção de coordenação, força e flexibilidade em adolescentes e crianças. A aptidão física (força, velocidade, resistência) é um dos fatores que afetam o desempenho das habilidades motoras (Moura, et al., 2019).

Os estudos acima prestaram atenção ao impacto das jiu-jitsu na aptidão física de crianças em idade escolar. No entanto, outros autores realizaram pesquisas aprofundadas sobre o desenvolvimento da capacidade motora das crianças em diferentes esportes de artes marciais. Por exemplo, Neto; Pereira (2021) descobriram que a aplicação do Jiu-Jitsu em experimentos de intervenção de habilidade motora infantil pode efetivamente melhorar a capacidade de equilíbrio das crianças.

Ao mesmo tempo, Costa, et al. (2019) realizaram uma intervenção de ensino de Jiu-Jitsu de 3 meses para crianças com distúrbios de coordenação motora e descobriram que o

treinamento desse esporte melhorou significativamente a capacidade de equilíbrio estático de crianças com distúrbios de coordenação motora.

Pelo contrário, Pereira; Farias (2020) aplicaram métodos de treinamento adaptativo e realizaram experimentos de intervenção com crianças com distúrbios de coordenação do desenvolvimento por meio do Jiu-Jitsu. Os resultados mostraram que a intervenção do esporte não melhorou significativamente o equilíbrio e a destreza manual de crianças com distúrbios de coordenação do desenvolvimento.

Diferentes métodos de intervenção de ensino podem afetar a intervenção. Assim, o Jiu-Jitsu é um esporte que se concentra em exercícios para as pernas, mas relativamente pouco treinamento na parte superior do corpo. Suportes de perna única suficientes estimulam continuamente o vestibulo, desenvolvem a função sensorial do vestibulo e, assim, promovem o desenvolvimento da capacidade de equilíbrio (Favatto, 2021).

Os movimentos dos membros superiores são principalmente defensivos, e a relativa falta de estimulação muscular pode ser a principal razão pela qual a intervenção de ensino de Jiu-Jitsu não causou melhora significativa na destreza manual das crianças. Diferentes estilos de jiu-jitsu têm diferentes características esportivas e estilos de desempenho. O Jiu-Jitsu tradicional é um esporte nacional tradicional que compreende métodos de luta e as principais formas de rotinas, luta e habilidade (Instituto Nacional de Estudos e Pesquisas Educacionais Anísio Teixeira, 2021).

Em contraste com outros esportes de artes marciais, o Jiu-Jitsu não se concentra apenas na prática da técnica das pernas, mas também enfatizam a aplicação abrangente de uma técnica corporal, técnica da mão e técnica da perna. Daltro; Faria (2019), apontaram que a capacidade sensorial e a aptidão física são as variáveis mediadoras na interação entre habilidades motoras e atividade física.

Portanto, tem sido especulado que destacar o desenvolvimento da função sensorial e da aptidão física das crianças no *design* instrucional quanto ao Jiu-Jitsu pode ser mais propício ao desenvolvimento de habilidades motoras. No entanto, no momento, não há relatório sobre os efeitos de diferentes métodos de intervenção de ensino do Jiu-Jitsu nas habilidades motoras de crianças em fase escolar (Pereira, et al., 2021).

De acordo com a teoria da aprendizagem incorporada (Correa, et al., 2024), o desenvolvimento da cognição depende do ambiente, do corpo e da interação entre o corpo e o ambiente. Portanto, este estudo tentou construir o método de ensino sensorial sobre o esporte jiu-jitsu sob a orientação da teoria de aprendizagem incorporada. Isto é, a importância da

implementação do esporte nas escolas, em virtude das múltiplas variáveis sobre a evolução motoral e sensorial das crianças.

O método de ensino sensorial do jiu-jitsu cria um ambiente de atividade do esporte quente e rico, permitindo que as crianças interajam em várias dimensões com diferentes técnicas de artes marciais, equipamentos, companheiros, professores, histórias, etc., no processo de contextualização. No processo de percepção multimodal, eles participam de atividades de jiu-jitsu de forma gamificada para uma experiência interativa de métodos de ensino de artes marciais (Rodrigues, 2020).

Estudos relevantes mostraram que a rica estimulação sensorial pode aumentar a motivação de aprendizagem das crianças, imergindo-as em tarefas de aprendizagem, induzindo dicas psicológicas positivas e ajustando estados psicológicos, melhorando assim a função sensorial e desenvolvendo a aptidão física. Com base na pesquisa acima, especula-se que a aplicação de um método de ensino sensorial às aulas de jiu-jitsu no ensino fundamental pode promover o desenvolvimento de habilidades motoras de crianças em fase escolar (Rufino; Martins, 2021).

## **CONCLUSÃO**

As práticas de Jiu-Jitsu nas escolas podem efetivamente promover o equilíbrio de crianças de 5 a 14 anos e o efeito do ensino sensorial fornecido pelo Jiu-Jitsu no equilíbrio das crianças em idade escolar é significativamente melhor do que o do ensino tradicional de outros esportes já existentes na grade curricular.

O ensino sensorial do Jiu-Jitsu pode potencialmente melhorar a destreza manual e a pontuação total de habilidades motoras de crianças de 5 a 14 anos. Conseqüentemente, sugere-se que a prática/uso regular do esporte deve ser incluída em ambientes de educação pré-escolar e escolar de ensino fundamental I e II ou em instituições de reabilitação para crianças com distúrbios do desenvolvimento motor, tornando-se essencial sua implementação nas grades pedagógicas nas escolas brasileiras.

## **REFERÊNCIAS**

**CAVALCANTE, W.O.F. O JIU-JITSU COMO FERRAMENTA EDUCATIVA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UM PRATICANTE DA MODALIDADE (2010-2023).**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Licenciatura em História, do Centro de Humanidades da Universidade Federal de Campina Grande. Campina Grande, 32p. 2023.

COSTA, A.V., et al. **Desafios para o ensino das lutas na escola**. Cadernos de Formação RBCE, v.1, n. 1, pp. 44-56, 2019.

COSTA, P., et al. Características antropométricas, perfil alimentar e balanço nitrogenado de atletas de Brazilian Jiu Jitsu. **RBNE-Revista Brasileira De Nutrição Esportiva** , v. 13, n. 78, pp. 174-181, 2019.

DALTRO, M.R.; FARIA, A.M. Relato de Experiência: Uma narrativa científica na pós-modernidade. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, pp. 223-237, 2019.

FAVATTO, M.M. O jiu jitsu como conteúdo da educação física escolar no ensino médio. 2021.

FERREIRA, D.A.C., et al. Benefícios físicos e psicológicos adquiridos por praticantes de Jiu jitsu. **Diálogos em Saúde**, v. 1, n. 2, 2019.

**INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA**. Sinopse Estatística da Educação Básica 2021. Brasília: Inep, 2022. Disponível em <https://www.gov.br/inep/pt-br/areas-de-atuacao/pesquisas-estatisticas-e-indicadores/censo-escolar/resultados>. Acesso em: 01 de junho de 2024.

JESUS, A.P.C.; AFFONSO, H.O. **OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE JIU JITSU NA ADOLESCÊNCIA**. 2022. 23 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Universidade Católica de Vitória, Vitória, 2022.

KOSLINSKI, M., et al. Ambiente de aprendizagem em casa e o desenvolvimento cognitivo na educação infantil. **Educação & Sociedade**, v. 43, 2022.

LIMA, L., et al. Jiu Jitsu como instrumento de tratamento para crianças com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 35, n. 4, pp. 191-202, 2021.

MAÇANEIRO, G., et al. Judo ao Gracie Jiu-Jitsu: A influência do judo Kodokan na idealização e não desenvolvimento do Brazilian Jiu-Jitsu. 2022.

MARQUES, D.S. **A PRÁTICA DO JIU-JITSU COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL: UM ESTUDO DE CASO NA CIDADE DE SÃO BENTO - PB.** 2019. 36 f. Tese (Doutorado) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual da Paraíba, Catolé do Rocha, 2019.

MOURA, D.L., et al. O ensino de lutas na Educação Física escolar: uma revisão sistemática da literatura. **Pensar a Prática**, v. 22, n. 1, pp. 1-11, 2019.

NETO, J. B. D. A.; PEREIRA, G.P. Percepção dos alunos do Colégio Militar de Brasília sobre a inserção de novos conteúdos de Lutas na Educação Física Escolar: um estudo exploratório. **Revista de Educação**. v. 90, n. 2, pp. 149–156, 2021.

PEREIRA, M. P. V. C.; FARIAS, G.O. Professores de Educação Física e o jogo: reflexões no contexto escolar. **Corpoconsciência**, Cuiabá, v. 24, n. 2, pp. 82-90, 2020.

POZAS, D. **Criança que brinca mais aprende mais: a importância da atividade lúdica para o desenvolvimento cognitivo infantil.** Editora Senac. Rio de Janeiro, 2020.

RODRIGUES, S.S. Jiu-Jitsu e educação: análise de uma equipe de Jiu-Jitsu da cidade de Porto Franco-MA. 2020.

RUFINO, L.; DARIDO, S.C. **O jiu jitsu brasileiro nas três dimensões dos conteúdos nas aulas de educação física escolar.** IV colóquio de pesquisa qualitativa em motricidade humana: as lutas no contexto da motricidade, v. 4, 2019.

RUFINO, L.; MARTINS, C.J. O jiu jitsu brasileiro em extensão. **Revista Ciência em Extensão**, v. 7, n. 2, p. 84-101, 2021.

SILVA, D.S.; SILVA, C.M; DE OLIVEIRA, D.L. JIU-JITSU ARTE SUAVE E ESTILO DE VIDA. **Ciência Atual–Revista Científica Multidisciplinar do Centro Universitário São José**, v. 13, n. 1, 2019.

SILVA, J., et al. Ensino das lutas na Educação Física escolar: um relato de experiência fundamentado no ensino centrado no aprendiz. **Revista Prática Docente**, Confresa, v. 5, n. 2, pp. 823-842, 2020.

VIANA, A.M. **A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO JIU JITSU PARA APRIMORAMENTO COGNITIVO, COMPORTAMENTAL E EMOCIONAL DE CRIANÇAS, EM SUAS INTERAÇÕES SOCIAIS DENTRO E FORA DA ESCOLA.** Monografia apresentado ao Curso de Educação Física da Pontifícia Universidade Católica de Goiás. Goiânia/GO. 34p. 2022.