

O PAPEL DAS LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Thiago Branco de Jesus¹

Francisco José Fornari Sousa²

RESUMO

Introdução: É inquestionável a importância dessa prática corporal caracterizada como lutas, e indispensável sua utilização como conteúdo da Educação Física nas Escolas. **Objetivo:** pesquisar os principais benefícios que a luta no geral podem trazer para enriquecer as aulas de Educação Física escolar, incluindo também benefícios colaterais no desempenho escolar, no geral. **Metodologia:** Pesquisa de campo descritiva e diagnóstica. Fizeram parte da amostra 10 professores da rede municipal e estadual. Como instrumento de coleta de dados foi elaborado um questionário de 6 perguntas na qual a análise de dados foi de forma descritiva. Os dados serão analisados na base da tabela e gráficos (f e %). **Resultados:** Nos dados coletados tivemos um resultado dividido a respeito da utilização das lutas nas aulas de Educação Física, vemos também que a maioria dos professores acha possível trabalhar o tema com alunos agressivos. A respeito de a prática gerar violência todos os professores responderam que não. Podemos ver que existem projetos nas escolas com o tema lutas e que a os professores tratam o conteúdo como prática recreativa. Maior parte dos professores afirma que trabalhar com o conteúdo lutas pode auxiliar nos casos de indisciplina, enquanto a menor parte acha que não. **Conclusão:** A busca de tornar um ser humano consciente e responsável na construção da sociedade propõe que as lutas devem ser ensinadas na escola, respeitando os limites motores e utilizando as experiências anteriores dos alunos para tornar a prática mais atrativa.

Palavras-Chaves: Luta. Educação Física Escolar. Escola.

¹ Acadêmico da 8ª fase do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST.

² Coord. e prof. do curso de Educação Física do Centro Universitário UNIFACVEST.

THE ROLE OF STRUGGLES IN SCHOOL PHYSICAL EDUCATION

Thiago Branco de Jesus
Francisco José Fornari Sousa

ABSTRACT

Introduction: It is unquestionable the importance of this corporal practice characterized as struggles, and indispensable its use as content of Physical Education in Schools. **Objective:** To show the main benefits that the fight in general can bring to enrich physical education classes, also including collateral benefits in school performance in general. **Methodology:** Descriptive and diagnostic field research. The sample comprised 10 teachers from the municipal and state network. As a data collection instrument, a questionnaire of 6 questions was elaborated in which data analysis was descriptive. The data will be analyzed on the basis of the table and graphs (f and %). **Results:** In the collected data we had a divided result regarding the use of the fights in the classes of Physical Education, we also see that most of the teachers find it possible to work the subject with aggressive students. As for the practice of generating violence, all teachers said no. We can see that there are projects in the schools with the theme fights and that the teachers treat the content as recreational practice. Most teachers contend that working with content fights can help in cases of indiscipline, while the smaller part thinks not. **Conclusion:** The quest to make a human being conscious and responsible in the construction of society proposes that struggles should be taught at school, respecting the motor limits and using previous experiences of students to make the practice more attractive.

Words-Key: Fight. School physical education. School.

1. INTRODUÇÃO

A Educação Física Escolar ideal seria aquela na qual os alunos tivessem a oportunidade de vivenciar o máximo de variedades possível de práticas corporais, tais como: Esportes, Jogos, Lutas, Ginásticas, Atividades Rítmicas e Expressivas, como sugere os PCN's. Levando em consideração o fato de que a escola deve formar cidadãos e não atletas, portanto os professores de Educação Física devem usar uma metodologia voltada para o pedagógico, lúdico, lazer e não esporte de alto rendimento ou método militarista.

Para Campos (2014) compreender e fazer com que os alunos compreendam que há diferenças sociais, físicas, cognitivas, éticas, motoras, culturais, sexuais, étnicas, religiosas e estéticas entre eles, mas que nenhuma dessas diferenças pode interferir naquilo que é direito deles, acesso a educação, respeito, o direito e dever de participar das aulas de Educação Física.

Já para Breda (2010) o professor deve posicionar-se e trabalhar em suas aulas a cooperação, inclusão, solidariedade, cidadania, respeito, combatendo todo tipo de discriminação, injustiça, preconceito. As lutas como conteúdo da Educação Física Escolar visa tão somente à vivência dos alunos nessa prática corporal, de tal forma que venha a contribuir para seu desenvolvimento integral, ou seja, cognitivo, afetivo e psicomotor, pois esse é o propósito da Educação Física Escolar, independente da prática corporal, proporcionar por meio desta, uma contribuição para o processo educativo do ser humano.

É inquestionável a importância dessa prática corporal caracterizada como lutas, e indispensável sua utilização como conteúdo da Educação Física nas Escolas. Seu valor vai desde cultural e histórico, a benefícios à saúde e de caráter psicomotor, cognitivo, como equilíbrio, agilidade, coordenação motora, lateralidade, percepção, noção espaço-temporal, respeito ao próximo e as regras, além das aulas de lutas proporcionarem também socialização e interação, social. (CAMPOS, 2014).

2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Para entendermos melhor o papel das lutas na Educação Física Escolar, antes vejamos a definição de Lutas segundo os Parâmetros Curriculares Nacionais:

As lutas são disputas em que os oponentes devem ser subjugados, com técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica a fim de punir atitudes de violência e deslealdade. Podem ser citados exemplos de luta as brincadeiras de cabo de guerra e braço de ferro até as

práticas mais complexas da capoeira, do judô e do Caratê (BRASIL, 1998, p.70).

Segundo os PCN's os objetivos da prática das lutas na escola, são: a compreensão por parte do educando do ato de lutar (por que lutar, com quem lutar, contra quem ou contra o que lutar; a compreensão e vivência de lutas no contexto escolar (lutas x violência; vivência de momentos para a apreciação e reflexão sobre as lutas e a mídia; análise dos dados da realidade positiva das relações positivas e negativas com relação à prática das lutas e a violência na adolescência (luta como defesa pessoal e não para “arrumar briga”).

Somente quando era abordado o que os Parâmetros Curriculares Nacionais dizem a respeito das lutas e a ênfase que é dada a essa modalidade enquanto conteúdo proposto pelo mesmo, como seu valor cultural, histórico e benefícios que as lutas proporcionam, juntamente com a metodologia adotada pelo projeto que visa o lúdico, o lazer, então a barreira do preconceito era quebrada (BRASIL, 1998).

Para Campos (2014) Surgia então uma nova barreira, fazer com que os alunos entendessem que a aula proposta não estava relacionada a bater, violência ou derramamento de sangue, mas que era apenas uma forma deles terem a oportunidade de vivenciar aquela modalidade, assim como qualquer outra, como dança, ginástica ou atletismo, que havia regras, e que não seria tolerado atitudes de violência.

Brena (2010) lembra que: as lutas em geral são atividades esportivas com uma oposição presente, imediata, e que é o objeto da ação, existe uma situação de enfrentamento codificado com o corpo do oponente. Desta forma mais do que lutar contra o outro, a educação física escolar deve ensinar a lutar com o outro, estimulando os alunos a aprenderem através da problematização dos conteúdos e da própria curiosidade dos alunos.

As atividades consistiriam apenas em combinações de ações de ataque e defesa, tanto na aplicação da aula prática de karatê quanto na aula prática de Capoeira. Os Jogos de Oposição realizados foram basicamente brincadeiras de força, de desequilibrar o outro, imobilizar, sempre incentivando o lazer, diversão, valorizando o aprender brincando. A aula teórica foi usada para explicar os valores históricos e culturais das lutas, dando espaço para os alunos participarem contribuindo com informações que sabiam a respeito, e questionando o significado das lutas na realidade deles e o que eles entendiam por lutas; aproveitamos a deixa para corrigir conceitos ultrapassados sobre essa modalidade (BRASIL, 1998, p.65)

Para Campos (2014), o profissional de Educação Física não atua sobre o corpo ou com o movimento em si, não trabalha com o esporte em si, não lida com a ginástica em si. Ele trata do ser humano nas suas manifestações culturais relacionadas ao corpo e aos movimentos humanos historicamente definidos como jogo, esporte, dança, luta e ginástica.

As Lutas podem ser compreendidas como uma manifestação cultural, dependendo da maneira como é aplicada pode ser considerada como atividade rítmica, jogo de oposição, esporte de combate ou arte marcial. Há uma variedade de possibilidades pedagógicas, o

importante é a forma que será aplicada, os valores que serão ensinados através dessa cultura corporal.

A Educação Física passa a ser uma disciplina que vai tratar pedagogicamente de uma área de conhecimento denominada de 'cultura corporal', configurada na forma de temas ou de atividades corporais. Devemos ter consciência que a atividade física das lutas não é nem nociva nem virtuosa em si, ela transforma-se segundo o contexto. A luta na universidade na escola ou em qualquer outro local torna-se o que dela fazemos, e a competição, acrescentaríamos, não é uma imposição deste esporte. (CAMPOS, 2014, p. 89)

A prática da luta nas aulas de educação física deve ser considerada, pois está inclusa no bloco de conteúdos da disciplina, exposto nos PCN's:

Os conteúdos estão organizados em três blocos, que deverão ser desenvolvidos ao longo de todo o ensino fundamental. A distribuição e o desenvolvimento dos conteúdos estão relacionados com o projeto pedagógico de cada escola e a especificidade de cada grupo assim, não se trata de uma estrutura estática ou inflexível, mas sim de uma forma de organizar conjunto de conhecimentos abordados, segundo enfoques que podem ser dados: esportes, jogos lutas e ginástica; atividades rítmicas e corporais e conhecimentos sobre o corpo (BRASIL, 1998, p.67).

Brena (2010) relata que a prática pode trazer inúmeros benefícios ao usuário, dentre eles destacamos o desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo-social. No aspecto motor, observamos a lateralidade, o controle do tônus muscular, o equilíbrio, a coordenação global, o equilíbrio, a ideia de tempo e espaço e a noção de corpo. No aspecto cognitivo, as lutas favorecem a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégias e a atenção. Ao que se refere ao aspecto afetivo e social, podemos observar em nossos alunos alguns aspectos importantes como a reação a determinadas atitudes, à posturas sociais, a socialização, a perseverança, o respeito e a determinação.

A Educação Física passa a ser uma disciplina que vai tratar pedagogicamente de uma área de conhecimento denominada de 'cultura corporal', configurada na forma de temas ou de atividades corporais. Devemos ter consciência que a atividade física das lutas não é nem nociva nem virtuosa em si, ela transforma-se segundo o contexto. A luta na universidade na escola ou em qualquer outro local, torna-se no que dela a fazemos, e a competição, acrescentaríamos, não é uma imposição deste esporte (DAOLIO, 2004).

Campos (2014) lembra que as lutas em geral são atividades esportivas com uma oposição presente, imediata, e que é o objeto da ação, existe uma situação de enfrentamento codificado com o corpo do oponente. Desta forma mais do que lutar contra o outro, a educação física escolar deve ensinar a lutar com o outro, estimulando os alunos a aprenderem através da problematização dos conteúdos e da própria curiosidade dos alunos.

Segundo Daolio (2004) é inquestionável o poder de fascinação que as lutas provocam nos alunos. Nos dias atuais, constatamos que o tema está em moda, seja em

desenhos animados, em filmes ou em academias. Não é difícil encontrar crianças brincando de luta nos intervalos das aulas, colecionando figurinhas dos heróis que lutam em seus desenhos animados. Os adolescentes compram revistas que se referem ao tema, livros de técnicas de luta e matriculam-se em academias para realizar a prática da luta.

Portanto considera-se a ideia de que as lutas devem fazer parte dos conteúdos a serem ministradas nas aulas de educação física, seja na educação infantil, ensino fundamental ou médio (BRASIL, 1998).

Campos (2014) Lembra que as lutas não são somente as técnicas sistematizadas como karatê e judô. O braço de ferro, o cabo de guerra, técnicas recreativas de empurrar, puxar, deslocar o parceiro do local, lutas representativas como a luta do sapo (alunos agachados, um tentando derrubar o outro), a luta do saci (alunos de mãos dadas, somente com um pé no chão, vão tentar provocar o desequilíbrio do parceiro, forçando o colega a tocar com o pé que estava elevado no chão), são apenas alguns exemplos de como se trabalhar as lutas de forma estimulante e desafiadora na aula de educação física.

Para Daolio (2004) outras maneiras seriam levar à escolas especialistas para promoção de palestras, mini cursos e demonstrações específicas. Também poderíamos levar os alunos a visitas em academias de lutas, assistir a filmes e documentários ou ainda promover pesquisas sobre o tema.

Não podemos esquecer que no ensino médio a filosofia das lutas, a prática competitiva das modalidades e o estudo dos clássicos de Sun Tzu e Miyamoto Musashi, já citados, poderiam motivar e afirmar o sentido das lutas como conteúdo.

[...] a prática da luta, em sua iniciação esportiva, apresenta valores que contribuem para o desenvolvimento pleno do cidadão. Identificado por médicos, psicólogos e outros profissionais, por sua natureza histórica apresentam um grande acervo cultural. Além disso, analisada pela perspectiva da expressão corporal, seus movimentos resgatam princípios inerentes ao próprio sentido e papel da educação física na sociedade atual, ou seja, a promoção da saúde (BRASIL, 1998, p. 27)

Segundo os PCN's os objetivos da prática das lutas na escola, são: a compreensão por parte do educando do ato de lutar (por que lutar, com quem lutar, contra quem ou contra o que lutar; a compreensão e vivência de lutas no contexto escolar (lutas X violência; vivência de momentos para a apreciação e reflexão sobre as lutas e a mídia; análise dos dados da realidade positiva das relações positivas e negativas com relação a prática das lutas e a violência na adolescência (luta como defesa pessoal e não para "arrumar briga").

Já a construção do gesto nas lutas, ainda sobre o prisma dos PCN's requer: a vivência de situações que envolvam perceber, relacionar e desenvolver as capacidades físicas e habilidades motoras presentes nas lutas praticadas na atualidade; vivência de situações em que

seja necessário compreender e utilizar as técnicas para a resoluções de problemas em situações de luta (técnica e tática individual aplicadas aos fundamentos de ataque e defesa); vivência de atividades que envolvam as lutas, dentro do contexto escolar, de forma recreativa e competitiva.

3. METODOLOGIA

A metodologia utilizada é de pesquisa de campo, descritiva e diagnóstica pois Gil (1999) mostra que a pesquisa caracteriza-se como, um estudo de caso do tipo descritiva, na qual se busca conhecer e descrever um estado de coisas da forma como ele se apresenta. Sendo realizada para sua elaboração uma pesquisa bibliográfica constituída principalmente de artigos e livros.

Fizeram parte da amostra 10 professores divididos entre escolas Estaduais e Municipais da cidade de Lages S/C.

Como instrumento de coleta de dados serão utilizadas 06 perguntas relacionadas com o tema abordado.

Os resultados foram analisados através das respostas dos 10 professores com estatística básica (f e %) e apresentados através de gráficos.

3.1 Análise das Ocorrências e Conclusões

Baseado nos questionários aplicados apresentam-se os seguintes resultados, na tabela 1 vemos que os resultados foram divididos em relação a utilização de lutas nas aulas de Educação Física, (n=5, 50%) afirmam usar a modalidade em suas aulas, (n=2, 20%) afirma que não utilizam lutas em suas aulas e (n=3, 30%) utilizam lutas apenas as vezes.

Tabela 1. Você utiliza as lutas em suas aulas de Educação Física?

	f	%
Sim	5	50
Não	2	20
Às Vezes	3	30
Total	10	100

Fonte: Dados da pesquisa

Santomauro (2011) Para trabalhar com esse assunto, o professor não precisa ser um atleta que saiba lutar judô, por exemplo. O essencial é estudar o assunto tal como se faz com

outros, como futebol e alongamento e se dedicar para que as informações apresentadas sejam compreendidas pela turma com clareza. Outro ponto importante que o docente precisa ter claro é que o objetivo não pode ser transformar os alunos em lutadores profissionais (como ocorre no caso da prática de esporte de alto rendimento).

A ideia é fazer com que eles conheçam as características comuns às lutas, as técnicas, o histórico, as vestimentas e os países em que as lutas são praticadas (e também vivenciem movimentos básicos de cada modalidade).

De acordo com a tabela 2, sobre a possibilidade de trabalhar o conteúdo lutas com alunos agressivos, (n=8, 80%) afirmam que é possível trabalhar esse tema com alunos agressivos, (n=2, 20%) acham que depende do aluno e por isso responderam “às vezes”.

Tabela 2: É possível trabalhar com lutas com alunos agressivos?

	f	%
Sim	8	80
Não	0	0
Às Vezes	2	20
Total	10	100

Fonte: Dados da pesquisa

A autoridade do professor e a arte marcial propriamente dita não são relacionadas à manifestação de comportamento agressivo em seus praticantes. A agressividade estaria relacionada à importância que os professores de lutas dão a competição exacerbada (TRULSON, 1983 apud AMADERA, 2009).

Conforme a tabela 3 a prática da modalidade de lutas não gera violência, (n=10, 100%) afirmaram que a modalidade não gera violência.

Tabela 3: Você considera que a prática da luta gera violência?

	f	%
Sim	0	0
Não	10	100
Talvez	0	0
Total	10	100

Fonte: Dados da pesquisa

De acordo com Mesquita (s/d), as lutas ministradas em instituições de ensino deverão atender aos aspectos formativos e educativos prioritariamente.

Segundo Feijó (1992), as competições de Jiu-Jitsu, Judô e Karatê diferenciam-se pela falta de agressividade. As características como nobreza, respeito mútuo, obediência às regras

e aos mestres, segundo o autor, são sempre demonstradas pelos atletas de lutas marciais. As Artes Marciais são caracterizadas por utilizar da competição interna em seus treinamentos e campeonatos. O desafio está em vencer a “guerra interior” que é travada contra seus próprios desequilíbrios e desarmonias (atitudes de violência). (LIMA, 1999; FEIJÓ, 1992).

Em relação a tabela 4 podemos ver que na maioria das escolas existem projetos incluindo a modalidade de lutas nas atividades escolares, (n=9, 90%) dos professores afirma que existem projetos relacionados a modalidade nas escolas em que já trabalharam, (n=1, 10%) dizem que nas escolas que trabalharam não tiveram projetos sobre lutas .

Tabela 4: Nas escolas em que trabalhou tiveram projetos incluindo modalidades de luta?

	f	%
Sim	9	90
Não	1	10
Às Vezes	0	0
Total	10	100

Fonte: Dados da pesquisa

Como parte da cultura humana, as lutas representam um meio eficaz de educação e um conjunto de conteúdos altamente importante para a Educação Física escolar, pois, qualquer que seja a modalidade de luta, exige respeito às regras, a hierarquia e a disciplina, valorizando a preservação da saúde física e mental de seus praticantes.

As lutas assim como os demais conteúdos da educação física, devem ser abordadas na escola de forma reflexiva, direcionada a propósitos mais abrangentes do que somente desenvolver capacidades e potencialidades físicas (SOUZA JUNIOR; SANTOS, 2010).

De acordo com Nascimento (2007) e Santos (2009) o conteúdo aparece na escola por intermédio de terceiros, o que não justifica a não utilização das lutas na educação física escolar, pois quando abordadas por terceiros, por vezes em forma de oficinas, esta é feita a partir de um único tipo de luta, e de forma técnica, sem planejamento escolar que vise às necessidades pedagógicas dos alunos.

Segundo a tabela 5, (n=8, 80%) dos professores trata o conteúdo lutas como uma prática recreativa nas aulas de Educação Física, (n=2, 20%) não trata o conteúdo lutas como prática recreativa.

PCN's (BRASIL, 1997), as lutas devem ser abordadas com estratégias metodológicas que não visem apenas à técnica pela técnica, mas sim que o aluno a vivencie de uma maneira que lhe proporcione prazer, respeitando suas características de crescimento, pois o organismo humano, principalmente nessa fase está em constantes transformações, que

são úteis à vida e as adaptações ao mundo externo.

Tabela 5: Você trata o conteúdo lutas como práticas recreativas nas aulas de educação física?

	f	%
Sim	8	80
Não	2	20
As Vezes	0	0
Total	10	100

Fonte: Dados da pesquisa

De acordo com a tabela 6, (n=7, 70%) acham que trabalhar o conteúdo lutas em suas aulas pode auxiliar alunos com casos de indisciplina na escola, (n=2, 20%) acham que lutas não tem um papel efetivo contra casos de indisciplina escolar e apenas (n=1, 10%) respondeu que talvez a modalidade possa auxiliar nesses casos.

Tabela 6: Você acha que trabalhar o conteúdo luta nas aulas de educação física vai auxiliar os casos de indisciplina na escola?

	f	%
Sim	7	70
Não	2	20
Talvez	1	10
Total	10	100

Fonte: Dados da pesquisa

Segundo os PCN's (BRASIL, 1988) os objetivos da prática das lutas na escola, são: a compreensão por parte do educando do ato de lutar (por que lutar, com quem lutar, contra quem ou contra o que lutar; a compreensão e vivência de lutas no contexto escolar (lutas X violência; vivência de momentos para a apreciação e reflexão sobre as lutas e a mídia; análise dos dados da realidade positiva das relações positivas e negativas com relação a prática das lutas e a violência na adolescência (luta como defesa pessoal e não para “arrumar briga”).

“Estudo da Universidade de Tel Aviv (ISR) mostrou que crianças que passaram a praticar esportes, inclusive artes marciais, apresentaram um maior autocontrole e disciplina, além de diminuir a agressividade.” (PENEGASSI apud MACIEL, 2014)

4. CONCLUSÃO

No que diz respeito aos resultados conclui-se que as artes marciais podem auxiliar na redução de comportamento agressivo em alunos nas aulas de Educação Física, sendo que os mesmo afirmam que trabalhar com lutas não gera violência e que é possível trabalhar com alunos que apresentam maior nível de agressividade.

Também pudemos constatar que a prática das lutas, parte dos blocos de conteúdos dos PCN's, e, portanto, um dos conteúdos da educação física escolar, vem sendo aplicado por parte das escolas e alguns professores.

Na maior parte da pesquisa escolas vem apresentando projetos que incluem lutas. Já sobre trabalhar lutas como prática recreativa, vemos que maior parte opta pela recreação enquanto a menor parte pela luta em prática específica.

Contudo, conclui-se com o auxílio de Nascimento; Almeida (2007) que, o fundamental é a maneira de conduzir a tematização do conteúdo, no caso o de lutas, sendo que, é o que vale também para o futebol e as demais manifestações da cultura corporal de movimento. Seja qual for o tema a ser abordado, se não for fundamentado e tratado pedagogicamente, corre o risco de gerar conflitos e situações hostis entre os alunos.

REFERÊNCIAS

AMADERA, Gustavo. As Artes Marciais e o Caráter. Disponível em: www.kiai.med.br/author/admin/page/18/ - Acesso em 16/11/2017.

BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física**. Brasília: Secretaria de Educação Fundamental, MEC/SEF, 1997.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros Curriculares Nacionais: terceiro e quarto ciclos do ensino fundamental – introdução**. Brasília: MEC/SEF, 1998.

BREDA. M. **Pedagogia do esporte aplicada às lutas**. São Paulo, SP: Phorte, 2010.

CAMPOS, S. A. L.. **Metodologia do ensino das lutas na educação física escolar**. São Paulo, SP: Foutora, 2014.

DAOLIO, J. **Educação Física e o Conceito de Cultura**. Campinas, SP: autores Associados, 2004.

FEIJÓ, Olavo Guimarães. **Corpo e Movimento: uma psicologia para o esporte**. Rio de Janeiro. Shape. 1992.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 5ª edição. São Paulo: Editora Atlas S.A., 1999.

LEMOS PACHECO, R.. A influência da prática das artes marciais na redução da agressividade em adolescentes, nas aulas de educação física. **POLÊM!CA**, Local de publicação, 11, ago. 2012. Disponível em: <<http://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/polemica/article/view/3732/2614>>. Acesso em: 16 Nov. 2017.

LIMA, Luzia Mara Silva. Caminhando para uma nova (?) Consciência: Uma Experiência de Introdução da Arte Marcial na Educação. 1999. 331f. Tese (Doutorado em Educação) Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas. Campinas. Disponível em: <http://www.bibliotecadigital.unicamp.br/document/?code=vtls000184229> - Acesso em: 16/11/2017.

MESQUITA, Chuno. Artes Marciais: Violência ou Educação. Disponível em: www.judorio.org.br/fique.../Artigo12_Chuno%20Mesquita.doc – acesso em 16/11/2017.

NASCIMENTO, P. R. B; ALMEIDA, L. A tematização das lutas na Educação Física Escolar: restrições e possibilidades. **Revista Movimento**. N.3, V.13, 2007.

PANEGASSI, J. Artes marciais para o autocontrole. **VidaSaúde**, 28 de Janeiro, 2014. Disponível em: <http://revistavivasaude.uol.com.br/bem-estar/artes-marciais-para-o-autocontrole/265/#> - Acesso em 16/11/2017.

RODRIGUES, R. **Procedimento de metodologia científica**. 4. ed. Lages: Papervest, 2005.

SANTOMAURO, B. O lugar da luta nas aulas de Educação Física. **Nova escola**, 01 de Fevereiro, 2011. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/1229/o-lugar-da-luta-nas-aulas-de-educacao-fisica> - Acesso em 16/11/2017.

SOUZA JÚNIOR, T. P. & SANTOS, S. L. C. Jogos de oposição: nova metodologia de ensino dos esportes de combate. **EFDeportes.com, Revista Digital**. Buenos Aires, v. 14, n. 141, fevereiro 2010. <http://www.efdeportes.com/efd141/metodologia-de-ensino-dos-esportes-de-combate.htm>