

PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E HUMANIDADES
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA

ANDREY MENDES VIANA

**A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO JIU JITSU PARA APRIMORAMENTO
COGNITIVO, COMPORTAMENTAL E EMOCIONAL DE CRIANÇAS, EM
SUAS INTERAÇÕES SOCIAIS DENTRO E FORA DA ESCOLA.**

GOIÂNIA – GO
2022

ANDREY MENDES VIANA

**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, como requisito de avaliação no curso de Licenciatura em Educação Física, sob a orientação da Prof^a Me. Maria Zita Ferreira

GOIÂNIA - GO
2022



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE GOIÁS
ESCOLA DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES E

HUMANIDADES

CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

ATA DE APRESENTAÇÃO PÚBLICA DE TCC

Aos 15 dias do mês de dezembro de 2022, em sessão pública na sala 307 do bloco "S" do Campus 2 na PUC Goiás, na presença da Banca Examinadora composta pelos professores:

Orientador(a): MARIA ZITA FERREIRA

Parecerista: THALLES GILSON NASSER VEIGA

Convidado(a): CLISTENIA PRUDENCIANA DINIZ o(a)

aluno(a): ANDREY MENDES VIANA apresentou o

Trabalho de Conclusão de Curso intitulado:

"A INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO JIU JITSU PARA APRIMORAMENTO

COGNITIVO, COMPORTAMENTAL E EMOCIONAL DE CRIANÇAS, EM SUAS INTERAÇÕES
SOCIAIS DENTRO E FORA DA ESCOLA.

como requisito curricular indispensável para a integralização do Curso de LICENCIATURA em Educação Física.

Após apresentação, a Banca Examinadora deliberou e decidiu pela APROVAÇÃO do referido trabalho. Lavram a presente ata:

esente ata:

Orientador(a):

3):

Maria Zita Ferreira

Parecerista:

3):

Thalles Gilson Nasser Veiga

Convidado(a):

3):

Clistenia Prudenciana Diniz

AGRADECIMENTOS

Agradecer primeiramente a Deus, a minha mãe e ao meu pai por sempre estarem presentes e me apoiarem ao longo da faculdade e no desenvolvimento do meu TCC, sem eles com certeza a tarefa teria sido muito mais árdua.

Agradeço também a todos, irmã, cunhado parentes e amigos que com seu incentivo me fizeram chegar à conclusão do meu curso e começo de uma nova carreira.

Quero agradecer a todos os professores, especialmente a orientadora de TCC, Prof.^a Me. Maria Zita. Obrigado mestra por me exigir mais do que eu acreditava que seria capaz de realizar. Declaro aqui minha eterna gratidão pelo compartilhamento de seu conhecimento e tempo, bem como sua amizade.

EPÍGRAFE

Tenha compaixão, ajude os seus companheiros em qualquer oportunidade. Se a oportunidade não surge, saia do seu caminho para encontrá-la.

Código Samurai

RESUMO

O tema do presente trabalho trata-se da influência da prática do jiu jitsu para o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional de crianças, em suas interações sociais dentro e fora da escola. Sendo assim, o Objetivo Geral é investigar a influência da prática do jiu jitsu, na primeira fase do Ensino Fundamental, para o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional de crianças. Metodologia: foi realizada através de uma revisão bibliográfica. Dentro das escolas o jiu jitsu faz parte da disciplina de educação física e é feita de forma lúdica e dinâmica. Além disso, foi possível observar que o desenvolvimento da criança depende do equilíbrio de ações protetoras, como proporcionar um ambiente estável e modelar mecanismos de enfrentamento saudáveis versus fatores de risco que incentivam a adversidade. Destaca-se ainda a importância de mais estudos voltados para os benefícios na educação infantil.

Palavras-Chave: *Jiu jitsu, Aprimoramento cognitivo, Comportamental, Emocional de Crianças.*

ABSTRACT

Keywords: *Jiu jitsu, Cognitive, Behavioral, Emotional Enhancement of Children.*

SUMÁRIO

1

INTRODUÇÃO.....Erro

r! Bookmark not defined.

2

REFERENCIAL

TEORICO.....Error! Bookmark not defined.

2.1 JIU JITSU.....12

2.1.1

História.....Error!

Bookmark not defined.

2.1.2 Características.....15

2.2

DESENVOLVIMENTO

DAS

CRIANÇAS.....Error! Bookmark not defined.

2.2.1 Crianças e o desenvolvimento

cognitivo.....Error! Bookmark not defined.

2.2.2 Crianças e o desenvolvimento comportamental e emocional.....Error! Bookmark not defined.

2.3

JIU-JÍTSU

NO

DESENVOLVIMENTO

INFANTIL.....Error! Bookmark not defined.

2.3.1

Jiu-jitsu

nas

Escolas.....Error! Bookmark not defined.

4.2 Jiu-jítsu x crianças.....24

2.3.3 METODOLOGIA.....27

3 CONCLUSÃO.....	29
4 REFERÊNCIAS.....	31

1 INTRODUÇÃO

O tema do presente trabalho trata-se da influência da prática do jiu jitsu para o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional de crianças, em suas interações sociais dentro e fora da escola. A prática infantil no jiu jitsu vai muito além dos aprendizados no tatame, a disciplina e excelência exigida refletem positivamente o comportamento da criança em casa e na escola. A formação de caráter e possibilita que a criança cresça com princípios morais formados, em toda aula e atividade há sempre uma relação muito próxima com a realidade do dia-a-dia, preparando-as para o futuro com responsabilidade e segurança.

Segundo Silva e Costa Jr. (2011) a prática regular de atividade física desde a adolescência pode promover benefícios físicos e psicológicos que contribuirão para a boa qualidade de vida na fase adulta. Esses benefícios incluem a melhora nas ações cognitivas e tomada de decisões, bem como a prevenção de doenças crônicas não transmissíveis.

Papalia e Feldman (2013) descrevem a adolescência como uma transição do desenvolvimento que envolve as mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais. Sendo assim, se justifica pela convivência com o jiu-jitsu especialmente

com crianças com dificuldades relacionais, de concentração, de tomada de decisão, tímidas e com baixa autoestima. Sendo necessárias pesquisas como esta, pois é responsabilidade dos profissionais de educação física promover intervenções no ambiente escolar e fora dela. Nesse sentido o estudo busca entender como o jiu jitsu ajuda a criança no seu aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional.

Destaca-se ainda que todas as crianças tenham muito a ganhar. Principalmente, habilidades motoras, que impactam diretamente no desenvolvimento cognitivo dos alunos, nossa maior preocupação. Não estamos preocupados em formar atletas, mas sim em trabalhar com as crianças para que elas se desenvolvam de forma harmônica, tenham mais um espaço de convívio e, a partir desse convívio, possam se desenvolver em todos seus aspectos: físico, afetivo, social e, principalmente, cognitivo.

Portanto, o jiu jitsu é uma arte marcial, na qual basicamente se utilizam golpes de articulação como torções de braço, tornozelo, estrangulamentos para imobilizar o oponente. Inclui também quedas e defesas pessoas. Basicamente, usa-se o peso e a força do adversário contra ele mesmo. Essa característica possibilita quem um lutador, mesmo sendo menor que o oponente, consiga vencer. Outra característica marcante que diferencia o jiu jitsu de outras artes: a luta no chão, na qual, por exemplo, pode-se finalizar um adversário partindo de uma queda e usando torções enquanto ele está deitado.

Sendo assim, o trabalho trás como problemática como ocorre a influência da prática do jiu jitsu para o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional de crianças, em suas interações sociais dentro e fora da escola? Em hipótese a prática do jiu jitsu, por crianças promove maior desenvolvimento cognitivo e comportamental em seus aspectos relacionados à interação social entre os colegas da escola e fora dela. Crianças com dificuldades relacionais, de concentração, de tomada de decisão, tímidas e com baixa autoestima pode ser fortemente transformadas positivamente após a prática do jiu jitsu.

De acordo com Archete (2016), a arte marcial é uma filosofia de vida que permite que o aluno desenvolva a parte física, além de trabalhar em seu estado psicológico, em um ambiente propício à tomada de decisões, além do trabalho em equipe, estimulando o companheirismo. As vantagens são disciplina e respeito pelas regras, autoestima, autoconfiança, controle de emoções,

desenvolvimento de coordenação motora, condicionamento de reflexos, alívio de tensão, controle de ansiedade, auto Integração social, assistência no desenvolvimento de inteligência, audácia, coragem, agilidade e resistência à dor.

Sendo assim, o objetivo geral é investigar a influência da prática do jiu jitsu, na primeira fase do Ensino Fundamental, para o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional de crianças. E os objetivos específicos são (1) melhorar a concentração da criança por meio da prática do jiu jitsu; (2) proporcionar por meio do jiu jitsu a autoestima da criança na primeira fase do ensino fundamental; (3) perceber a melhoria em pontos muitas vezes não externalizados pela criança em sua casa, como a timidez e o embotamento emocional, promover o aumento da autoestima e a melhora do convívio nos ambientes sociais.

Para responder os objetivos propostos foram levantadas informações bibliográficas de natureza qualitativa, através de artigos, livros, bases de dados, teses e dados em formato online, na base de dados do *Google Acadêmico*, *Scientific Electronic Library Online* (SciELO), para saber se o esporte de lutas/jiu jitsu está sendo utilizado como contexto pedagógico dentro e fora das escolas tentará responder através de outros estudos, que foram elaborados e publicados.

2 REFÊNCIAL TEÓRICO

2.1 JIU JITSU

História da Arte Suave tem diversos pontos que são confirmados pela maioria dos estudiosos. Acredita-se que a sua origem se deu na Índia, onde monges viajantes, cujas crenças não permitiam o uso de armas, desenvolveram um conjunto de técnicas que permitia aos mesmos se defender nas perigosas e longas jornadas que empreendiam. A primeira faixa do jiu jitsu, independente da sua idade é sempre a faixa branca. No entanto, a primeira graduação de um aluno é dependente de sua faixa etária. Enquanto os adultos possuem uma sequência de 5 cores, da branca até a preta, uma criança pode passar por 16 diferentes graduações ao longo do caminho. Sendo assim, o presente capítulo

tem como objetivo escrever sobre o jiu jitsu, contando sua história e características.

2.1.1 História

Embora suas origens possam ser atribuídas aos monges budistas da Índia, o Jiu Jitsu (às vezes referido como "Ju Jitsu") em sua forma moderna vem do Japão. Jiu Jitsu era a arte do campo de batalha do Samurai do Japão. Esses guerreiros samurais eram bem blindados e geralmente montados a cavalo e a arte do Jiu Jitsu foi desenvolvida essencialmente para permitir que o samurai lutasse com eficácia caso se encontrasse desarmado e a pé. Devido à mobilidade e agilidade restritas associadas à luta com armadura, o Jiu Jitsu evoluiu para incluir arremessos, chaves e estrangulamentos, bem como movimentos de golpe encontrados em outras artes marciais (LISE; CAPRARO, 2018).

Em meados de 1800, o Jiu Jitsu se dividiu em vários estilos ou "ryu". Embora as técnicas variassem de estilo para estilo, todas elas geralmente incorporavam a maioria dos aspectos do combate corpo a corpo, incluindo golpes, agarramento e uso de armas. Na década de 1880, um jovem e destacado praticante de Jiu Jitsu, Jigoro Kano, desenvolveu seu próprio "ryu", baseado em 'randori', ou prática de força total contra oponentes resistentes e habilidosos. Este foi um desvio completo da prática do parceiro que prevalecia na época. O estilo de Kano mais tarde evoluiu para o Judô, que se tornou um dos esportes mais praticados no mundo (SILVA; SILVA; OLIVEIRA, 2019).

Aluno de Kano, Mitsuo Maeda emigrou do Japão para o Brasil em 1914. Ele foi auxiliado por um político local chamado George Gracie, cujo pai também havia sido imigrante, vindo da Escócia. Como sinal de gratidão, Maeda ensinou Jiu Jitsu ao filho de George, Carlos Gracie. Carlos posteriormente compartilhou seu conhecimento com alguns de seus irmãos, com quem abriu a primeira academia de Jiu Jitsu do Brasil em 1925. Ao longo dos anos, os Gracie e seus alunos refinaram sua arte por meio de lutas brutais sem regras, tanto em desafios públicos quanto na rua. Eles concentraram sua atenção na luta de finalização, o que permitiu que um homem menor se defendesse e, por fim, derrotasse um atacante maior (RUFINO; MARTINS, 2021).

Na década de 1970, Rolls Gracie começou a refinar ainda mais a arte, incorporando, entre outras coisas, movimentos do wrestling ao currículo. Paralelamente, ele desenvolveu os primeiros sistemas de pontos e regras para competições específicas de jiu-jitsu (LISE; CAPRARO, 2018). No início dos anos 90, outro Gracie, Rorion, mudou-se do Brasil para Los Angeles, na esperança de mostrar o sistema de luta de sua família para a América. Embora as competições de artes marciais mistas sem regras fossem populares no Brasil desde que Carlos Gracie abriu sua primeira academia em 1925, elas eram amplamente desconhecidas no resto do mundo. Rorion e Art Davies conceberam um evento chamado "*The Ultimate Fighting Championship*" (UFC), que colocaria vários estilos de artes marciais uns contra os outros. O UFC permitiu que desafiantes de várias disciplinas marciais lutassem entre si em um esforço para provar a credibilidade de seu esporte e ilustrar sua arte marcial como a melhor (COSTA, et al., 2019).

O primeiro UFC aconteceu em 1993 e foi dominado pelo irmão mais novo de Rorion, Royce. Royce não era um homem grande e foi superado pelos outros concorrentes. Apesar disso, ele explorou a ingenuidade dos outros competidores na luta de chão e saiu vitorioso, derrotando quatro oponentes em uma única noite. Suas vitórias levaram a um grande interesse pelo Jiu Jitsu brasileiro, principalmente nos Estados Unidos e no Japão, consolidando o status do esporte como uma arte marcial verdadeiramente global (MAÇANEIRO, et al., 2022).

Hoje, o Jiu Jitsu brasileiro está na onda da explosão das "*Mixed Martial Arts*" (MMA) e é a arte marcial que mais cresce no mundo. Já existem milhares de academias de Jiu-Jitsu espalhadas por todos os cantos do globo. O Jiu-Jitsu esportivo também cresceu enormemente em popularidade. Existe um órgão governamental estabelecido, a Federação Internacional de Jiu-Jitsu Brasileiro, que administra um circuito de competição anual que atrai milhares de participantes. Mantendo-se fiel às suas raízes, o Jiu Jitsu continua a ser efetivamente utilizado em todas as competições de MMA - todos os lutadores, independentemente de sua especialidade, exigem pelo menos um conhecimento prático do Jiu Jitsu para ter alguma chance de sucesso. A arte está em constante evolução e sendo refinada por seus praticantes (MAÇANEIRO, et al., 2022).

O Jiu Jitsu de Maeda envolvia uma mistura de jiu jitsu japonês clássico, judô kodokan e algumas de suas próprias técnicas inovadoras. Se já viu vídeos

de Jiu Jitsu, verá técnicas como judô kodokan, randori ao vivo, habilidades de ne waza, táticas de finalização e alguns movimentos de luta ocidental. A adição mais importante foi a forte ênfase na luta no solo. Estes são exclusivos de um Jiu Jitsu mundial e de outras categorias. Por causa de suas adições, aulas de Jiu Jitsu brasileiro perto de mim são pesquisas populares hoje (COSTA, et al., 2019).

As improvisações de Maeda para a arte tradicional do Jiu-Jitsu ajudaram a ganhar popularidade na forma do Jiu-Jitsu brasileiro infantil, do Jiu-Jitsu juvenil e do estilo feminino do Jiu Jitsu. Ao estudar os níveis do Jiu-Jitsu, percebe como as mudanças feitas por Maeda nas fases do combate o ajudaram a emergir melhor do que o Judô clássico. Um movimento de luta de autodefesa é criar fases desconhecidas para a vitória (RUFINO; MARTINS, 2021).

O principal ensinamento de como fazer Jiu Jitsu é fechar a lacuna, entrar em um clinch apertado, derrubar o oponente em uma posição de controle e finalizar a luta. Com o tempo, essas táticas foram refinadas pelos lutadores brasileiros. Hoje, os lutadores brasileiros de Jiu Jitsu tendem a vencer a maioria dos jogos. Embora os anúncios de perda de peso do Jiu Jitsu e as histórias de transformação do corpo sejam proeminentes, o aumento do MMA e do Jiu Jitsu hoje se deve às estratégias de combate bem-sucedidas do Jiu-Jitsu brasileiro no século XX (SILVA; SILVA; OLIVEIRA, 2019).

2.1.2 Características

"Jū" pode ser traduzido como "gentil, macio, flexível, flexível, maleável ou maleável", e "jutsu" pode ser traduzido como "arte ou técnica". "Jujutsu" tem, portanto, o significado de "arte de ceder", pois sua filosofia central é manipular a força do oponente contra si mesmo, em vez de confrontá-la com a própria força. Jujutsu desenvolvido para combater o samurai do Japão feudal como um método para derrotar um oponente armado e blindado em que não se usa nenhum tipo de arma, ou apenas uma arma curta. Como atacar um oponente blindado se mostrou ineficaz, bloqueios comuns e lances. Essas técnicas foram desenvolvidas em torno do princípio de usar a energia de um atacante contra eles, em vez de se opor diretamente a ela (COSTA, et al., 2019).

Existem muitas variações da arte, o que leva a uma diversidade de abordagens. As escolas de Jujutsu (ryū) podem utilizar todas as formas de técnicas de luta até certo ponto (por exemplo, arremessos, quedas, varreduras de perna, armadilhas, pinos, chaves de articulação, imobilizações, estrangulamentos, estrangulamento, arrancamento, mordidas, puxões de cabelo, desengajamentos, golpes e chutando) (MAÇANEIRO, et al., 2022).

Além do jujutsu, muitas escolas ensinam o uso de armas. Hoje, o jujutsu é praticado tanto nas formas tradicionais de autodefesa quanto nos esportes modernos. Formas esportivas derivadas incluem o esporte olímpico e a arte marcial do judô, que foi desenvolvido por Kanō Jigorō no final do século 19 a partir de vários estilos tradicionais de jujutsu e sambo e jiu-jitsu brasileiro, que foram derivados de versões anteriores (antes da Segunda Guerra Mundial) do judô Kodokan que tinham mais ênfase na luta de solo (RUFINO; MARTINS, 2021).

2.2 DESENVOLVIMENTO DE CRIANÇAS

2.2.1 Crianças e o desenvolvimento cognitivo

De acordo com Piaget, os indivíduos estabelecem esquemas cognitivos, ou seja, um padrão organizado de comportamentos e pensamentos, que é utilizado para resolver determinado problema ou situação. Portanto, crianças estão ativamente construindo novas compreensões sobre o mundo e suas experiências. Diante de uma situação nova, porém similar a outras anteriores, a criança é capaz de assimilação baseado em suas experiências prévias. Quando a situação é muito diferente, a criança deve adaptar seus esquemas cognitivos, um processo conhecido como acomodação.

Aprendizado e desenvolvimento estão inter-relacionados desde o nascimento da criança, sendo os atos intelectuais decorrentes de práticas sociais, assim, o indivíduo se faz humano apropriando-se da humanidade produzida historicamente. A criança no decorrer da primeira infância, desenvolve também, por meio da mediação, todas as habilidades motoras, cognitivas e expressivas. Sendo assim, o presente capítulo irá ressaltar sobre o desenvolvimento da criança.

O desenvolvimento cognitivo significa como as crianças pensam, exploram e descobrem as coisas. É o desenvolvimento de conhecimentos, habilidades, resolução de problemas e disposições, que ajudam as crianças a pensar e compreender o mundo ao seu redor (POZAS, 2020).

Ao nascer (até 2 meses), a distância focal óptica é de aproximadamente 10 polegadas. Os bebês buscam estímulos ativamente, habitam-se ao familiar e respondem mais ativamente quando os estímulos mudam. As respostas iniciais são mais reflexivas, como chupar e agarrar. Ele pode fixar e seguir um arco horizontal lento e, eventualmente, seguirá além da linha média. Ele prefere um contraste, cores e rostos, compreendendo estímulos familiares de moderadamente novos. À medida que se habitua aos rostos do cuidador, desenvolve uma preferência. Ele irá olhar momentaneamente para onde um objeto desapareceu (falta de permanência do objeto). Nesta fase, ele prefere vozes agudas (TEIXEIRA, 2017).

Os bebês (2 a 6 meses) se envolvem em uma exploração sensorial proposital de seu corpo, olhando para suas mãos e alcançando e tocando suas partes do corpo. Assim, construindo o conceito de causa e efeito e auto compreensão. Ele aprecia sensações e mudanças fora de si com menos regularidade. Conforme ele domina suas habilidades motoras, algo acontece por acaso, e então ele repete. Por exemplo, tocar em um botão pode acender o brinquedo, ou chorar pode causar o aparecimento do cuidador. Ele antecipará rotinas nessa idade (POZAS, 2020).

A permanência do objeto surge quando o bebê procura por objetos (6 meses a 12 meses). Ele procurará objetos parcialmente escondido nos primeiros (6 meses) e depois completamente escondidos, por exemplo, descobrirá brinquedos e se envolverá em peek-a-boo (9 meses). A ansiedade da separação e a ansiedade do estranho surgem quando ele entende que fora da vista não está fora da mente. À medida que suas habilidades motoras avançam, ele explora ainda mais usando seus sentidos, alcançando, inspecionando, segurando, colocando na boca e deixando cair objetos. Ele pode manipular seu ambiente, aprendendo causa e efeito por tentativa e erro, como bater dois blocos pode produzir um som. Eventualmente, ele constrói um esquema mental (como sugerido por Piaget) e aprende a usar objetos funcionalmente, por exemplo,

aperta um botão intencionalmente para abrir e alcançar dentro de uma caixa de brinquedos (SANTOS, 2016).

Entre os 12 aos 18 meses, as habilidades motoras tornam mais fácil para a criança andar, alcançar, agarrar e soltar. Ele pode explorar brinquedos para fazê-los funcionar. Surgem novas habilidades de jogo. Ele imita gestos e sons, e o fingimento egocêntrico emerge. À medida que a permanência do objeto e a memória avançam, ele pode encontrar um brinquedo após presenciar uma série de deslocamentos e rastrear objetos em movimento (TEIXEIRA, 2017).

Entre os 18 meses aos 24 meses, as habilidades de memória e processamento avançam e os lobos frontais amadurecem, ele agora pode imaginar resultados sem tanta manipulação física, e novas estratégias de resolução de problemas surgem sem ensaio. O pensamento emerge, e há a capacidade de planejar ações. A permanência do objeto se estabelece completamente, e ele pode procurar por um objeto antecipando onde ele pode estar, sem testemunhar seu deslocamento. Aos 18 meses, o jogo simbólico se expande a partir de si mesmo e, em vez de fingir que está comendo, ele pode dar uma mamadeira ao ursinho de pelúcia e imitar o trabalho doméstico (SANTOS, 2016).

24 a 60 meses (anos pré-escolares), emergem pensamentos mágicos e desejosos; por exemplo, o sol foi para casa porque estava cansado. Essa habilidade também pode dar origem a apreensões com medo de monstros, e ter soluções lógicas pode não ser suficiente para tranquilizá-lo. A percepção dominará a lógica e dar a eles uma ferramenta imaginária, como um spray monstruoso, para ajudar a aliviar essa ansiedade pode ser mais útil. Da mesma forma, falta o conceito de conservação e volumetria, e o que parece maior ou maior é mais (VIANA; ANDRADE; LOPES, 2014).

Durante os primeiros anos escolares (6 anos de idade a 12 anos), o raciocínio científico e a compreensão das leis físicas de conservação, incluindo peso e volume, se desenvolvem. Uma criança pode entender múltiplos pontos de vista e pode entender uma perspectiva de uma situação. Eles percebem que as regras do jogo podem mudar de comum acordo. Há domínio de habilidades básicas de alfabetização de leitura e números são dominados inicialmente e, eventualmente, por volta da terceira para a quarta série, a ênfase muda de aprender a ler para ler para aprender e de soletrar para redigir. Todos esses

estágios precisam do domínio da atenção sustentada e das habilidades de processamento, linguagem receptiva e expressiva e desenvolvimento e recordação da memória. A limitação deste estágio é a incapacidade de compreender ideias abstratas e confiar em respostas lógicas (POZAS, 2020).

Doze anos ou mais (adolescência): nessa idade, os adolescentes podem exercitar a lógica de maneira sistêmica e científica. Eles podem aplicar o pensamento abstrato para resolver problemas algébricos e aplicar múltiplas lógicas simultaneamente para chegar a uma solução científica. É mais fácil usar esses conceitos para trabalhos escolares apenas mais cedo (VIANA; ANDRADE; LOPES, 2014).

Na adolescência e na idade adulta, também podem se aplicar a problemas emocionais e da vida pessoal. O pensamento mágico ou seguir o ideal orienta as decisões mais do que a sabedoria. Alguns podem ter mais influência da religiosidade/regras morais e conceitos absolutos de certo e errado. Questionar o código de conduta predominante pode causar ansiedade ou rebelião e, eventualmente, levar ao desenvolvimento da ética pessoal. Lado a lado, a cognição social, além do eu, também se desenvolve e conceitos de justiça, patriarcado, política, etc. se estabelecem (SANTOS, 2016).

2.2.2 Crianças e o desenvolvimento comportamental e emocional

Um objetivo primário para a saúde psicológica e comportamental é a flexibilidade psicológica a capacidade de uma pessoa perseguir seus objetivos e valores de forma eficaz, persistindo ou alterando seu comportamento conforme a situação exige (LEUSIN; PETRUCCI; BORSA, 2018). Além disso, o Desenvolvimento Comportamental aplica uma abordagem analítica do comportamento ao campo do desenvolvimento humano e da mudança de comportamento ao longo da vida, examinando tanto a aquisição de habilidades básicas quanto o desenvolvimento de comportamentos mais complexos (LEAHY; TIRCH; NAPOLITANO, 2013).

Destaca-se ainda que as crianças experimentam muitas das mesmas emoções que seus pais. Estes podem ser confusos e muitas vezes não sabem como falar sobre seus sentimentos. Às vezes, as crianças agem de maneira

inadequada porque não desenvolveram uma compreensão dessas emoções ou como expressá-las da maneira correta. Devido à estreita ligação com o crescimento social, muitas vezes vê o 'desenvolvimento emocional' referido como 'social-emocional'. Esta área do desenvolvimento humano inclui como as crianças se sentem e agem em relação às pessoas e situações em suas vidas (LEUSIN; PETRUCCI; BORSA, 2018).

O aspecto 'desenvolvimento' implica que as crianças aprendam gradualmente a lidar, discutir e controlar emoções, como medo, ciúme, raiva e tristeza. Eles também aprendem a experimentar e reagir aos sentimentos de amor, felicidade e excitação de maneira controlada. O psicólogo do desenvolvimento Erik Erikson (1902-1994) acreditava que o processo de socialização do desenvolvimento humano ocorria em oito etapas. Três desses estágios propostos, nos quais as crianças ganham confiança, autonomia e iniciativa, ocorrem durante a primeira infância (LEAHY; TIRCH; NAPOLITANO, 2013).

Durante o estágio 1, as expressões faciais dos bebês mostram felicidade, medo e raiva. Os bebês aprendem a reagir com sorrisos a informações positivas, como vozes, toques e até cheiros. Os adultos geralmente podem acalmar os bebês com toques, vozes e cheiros. Muitos bebês descobrem técnicas de autoconsolo, como chupar o dedo. Pelo menos na marca de meio ano, as crianças geralmente conhecem maneiras apropriadas de expressar felicidade, medo ou raiva. Eles aprendem essas habilidades por meio de respostas e feedback modelados por seus pais ou outros cuidadores. Erik Erikson sustentou que as crianças cujos pais as cuidam corretamente durante esse estágio desenvolvem confiança, segurança e esperança (VALVERDE, et al., 2012).

No estágio 2, as crianças geralmente apontam para as coisas como uma forma de interagir com outras pessoas e usam gestos interativos como dar adeus. Eles geralmente participam de brincadeiras interativas, como peek-a-boo. Durante esse estágio, as crianças pequenas geralmente começam a aprender empatia, como se sentirem chateadas se outra criança chorar. Eles também participam de brincadeiras de faz de conta, como mexer "comida" em uma panela de brincar, e se envolvem em brincadeiras paralelas ao lado de outras crianças. Muitos chamam esse estágio de 'dois terríveis'. A maioria das crianças tem emoções fortes, mas ainda não aprendeu como expressá-las completamente de

maneira aceitável. Eles contam com adultos atenciosos para ajudá-los com as palavras de que precisam (OLIVEIRA, 2016).

As crianças pequenas também procuram os adultos como modelos de como manter a calma. Nos Estágios de Desenvolvimento de Erikson, essa fase pode durar até os 3 anos de idade. Ele escreveu que crianças com pais que dão apoio geralmente têm confiança, vontade, autocontrole e orgulho (VALVERDE, et al., 2012).

Durante o estágio 3, o desenvolvimento emocional em crianças pré-escolares inclui aprender a controlar emoções e impulsos para se adequar a reações socialmente aceitáveis. Frequentemente, eles tentam testar os limites e contam com a orientação de seus pais e cuidadores (LEAHY; TIRCH; NAPOLITANO, 2013).

Os pré-escolares também praticam o controle de sua agressividade em relação aos outros. Eles geralmente ganham habilidades de jogo cooperativo, como revezar e compartilhar. Erikson chamou essa fase de ' idade de brincar ' e dura durante toda a pré-escola até que as crianças ingressem na escola formal. Segundo ele, os objetivos desse estágio incluem usar a imaginação, cooperar com os outros e servir efetivamente como líderes e seguidores (OLIVEIRA, 2016).

2.3 JIU-JÍTSU NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL

2.3.1 Jiu-jítsu nas Escolas

Dentre os conteúdos de Educação Física, organizados nos programas curriculares das unidades educacionais, as lutas caracterizam-se como práticas corporais imprevisíveis, entre dois ou mais adversários, com ações que ocorrem simultaneamente, que, além da prática corporal, evidenciam atitudes de respeito, ética, como bem como conceitos históricos e filosóficos, constituindo-se como um conteúdo macro na Educação Física escola.

Embora as lutas sejam legitimadas como conteúdo da Educação Física, algumas preocupações surgem quando se trata de seu desenvolvimento no cenário escolar. Como fatores ligados aos aspectos que norteiam a prática docente na escola, destaca-se o ensino de um único tipo de luta e diz respeito

apenas àquelas modalidades de luta com as quais o professor tem ou teve maior contato como atleta ou mesmo mestre. Essa limitação de conteúdo se repete no ensino de lutas na escola, pois a literatura mostra que, adicionalmente, ao ministrar suas aulas em outros ambientes, os educadores lançam mão das mesmas propostas de ensino, tanto em academias quanto em escolas, por exemplo, seja para crianças, jovens ou adultos (CAZETTO, 2010).

Destaca-se ainda que como parte da cultura, 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 (SOUZA JUNIOR e SANTOS, 2010).

Diante de muitos problemas que atingem os pequenos na atualidade (como bullying, obesidade, isolamento social, crises de ansiedade e, até mesmo, depressão), a arte marcial é um verdadeiro estímulo para a formação de um ser humano íntegro, bem resolvido e de bem com a vida.

Ao contrário dos treinamentos voltados aos adultos, o jiu-jítsu infantil é bem mais lúdico, sendo um verdadeiro estímulo à socialização. As brincadeiras focam no desenvolvimento motor, na disciplina, na compreensão das regras de convivência, no respeito à hierarquia e no entendimento de que na vida há vitórias e derrotas. Afinal, ganhar e perder são realidades que sempre estarão presentes no tatame. Assim, o jiu-jítsu para crianças é um grande ensinamento de vida. Outro aspecto importantíssimo é que os pequeninos se movimentam, gastando energia, ou seja, ficam mais calmos e perdem calorias. Trata-se de pontos fundamentais que auxiliam na saúde, combatendo um dos principais males da atualidade: a obesidade infantil (RODRIGUES, 2020).

Ao longo dos últimos anos, houve um aumento do interesse e aceitação em todo o mundo no Jiu-jítsu. Sem dúvida impulsionada pelo movimento MMA e UFC, para muitas pessoas não só se tornou um método de exercício, mas também tem sido usado para melhorar a disciplina, o foco e a saúde. Embora muitos estilos de Jiu-jítsu possam ser criticados por serem antiquados e impraticáveis, os benefícios de integrar sua prática na vida cotidiana, além do óbvio de melhorar a saúde, são frequentemente subestimados, tanto do ponto de vista físico quanto emocional (FAVATTO, 2021).

Relação análoga entre o jiu jitsu e o karate, próprio Karate Tradicional é dividido em três disciplinas principais; Kihon (Básico), Kata (Formas) e Kumite (Luta) e cada um se presta ao desenvolvimento de comportamentos e habilidades que contribuem para o desenvolvimento dos alunos na escola. A ênfase em ter uma mente disciplinada se traduz facilmente na sala de aula, pois permite que os alunos trabalhem melhor por períodos mais longos, mas também desenvolvam resiliência para atingir metas e objetivos.

Favatto (2021), relacionado as experiências em seus estudos, acredita que um dos pontos fortes do meu caráter é o meu nível de paciência ao lidar não apenas com o próprio aprendizado, mas também ajuda os alunos. A disciplina necessária para manter o interesse no desafio que professores tem pela frente e a motivação para continuar em busca de uma meta são, sem dúvida, reforçadas pelo treinamento em Jiu-jítsu.

Houve muitos estudos que apoiaram o uso de Jiu-jítsu como uma abordagem para aumentar a cognição mental, que é como alguém adquire conhecimento e compreensão. A prática repetida de técnicas e sequências vincula-se perfeitamente ao aprendizado e à revisão em sala de aula. Um aluno estudará um plano de estudos para uma classificação de faixa da mesma forma que se prepararia para um teste ou exame. Priorizar aspectos da avaliação para destacar áreas que exigem prática mais focada é uma característica que muitos professores veem em alunos mais independentes (RUFINO; DARIDO, 2010).

Mais recentemente, há estudos em andamento que exploram a ligação entre o treinamento em Jiu-jítsu como forma de melhorar o bem-estar emocional de uma pessoa; particularmente com a gestão do stress. Num mundo tão acelerado, fluido e digital em que vivemos, é sabido que muitos jovens estudantes têm dificuldade em gerir o seu tempo acadêmico juntamente com o seu tempo de lazer, assegurando-se de que têm uma quantidade adequada de sono. A recente adição de exercícios controlados de respiração e meditação tem sido usada para ajudar os alunos a se concentrar e acalmar a mente após as sessões de karatê. Este é um aspecto emprestado das aulas que demonstrou ajudar os jovens adultos a gerenciar melhor seus níveis de estresse (ARRUDA, et al., 2014).

Acredita-se ainda que citação do atual capitão, Upper Sixth Charlie Pearman-Wright, que os principais benefícios que tivemos do Karate é que ele

realmente desenvolveu nossa autodisciplina e habilidades de comunicação. No entanto, os benefícios adicionais não esperam ou pensa que são mais gratificantes. Ser capaz de treinar crianças não tem sido muito agradável, mas no começo foi difícil explicar uma técnica ou um conjunto de movimentos para um grupo pequeno. Além disso, tem que ser paciente e, eventualmente, adaptando suas demonstrações e explicações, encontra uma voz dentro da qual eles podem entender e aprender. O Karate definitivamente nos deu confiança para nos expressarmos (FAVATTO, 2021).

As Jiu-jítsu não limitam a sua participação com base na habilidade e potencial, é algo que qualquer um pode fazer que espelhe a educação. Millfield é bem conhecido por sua oferta esportiva e acadêmica e tem um amplo espectro de alunos em termos de habilidades e necessidades educacionais, e vejo isso em todas as sessões de Karate. Os benefícios invisíveis das Jiu-jítsu estão no desenvolvimento de alunos completos que estão melhor preparados para o futuro que os espera, e é por isso que eu encorajaria as escolas a oferecer tais aulas, se puderem (SILVA, 2017).

2.3.2 Jiu-jítsu x crianças

Principalmente, oferecemos a palavra disciplina com o termo punição. Bem, na realidade, a disciplina precisa ser imposta muito antes da necessidade de punição. É uma habilidade que deve ser aprendida para estabelecer o autocontrole, cultivar bons hábitos e fortalecer a força de vontade para fazer o que é certo. No Jiu-Jitsu brasileiro, as crianças aprendem que disciplina não é punição, mas uma abordagem de ensino que o prepara. Este treinamento de arte marcial é projetado para abrir os jovens estudantes e suas mentes para lidar perfeitamente com situações e cenários. Os benefícios mentais desse estilo de treinamento representam grandes dividendos para a capacidade da criança de aprender a autodisciplina. Eles aprendem como estabelecer o controle de seus pensamentos, emoções, impulsos negativos e gerenciar o comportamento geral (HATTORI; LIMA; FERNANDES, 2015).

A arte do Jiu-Jitsu se concentra principalmente no auto aperfeiçoamento. Neste jogo, uma pessoa compete contra a outra. As crianças

lutam com a natureza competitiva de diferentes esportes coletivos e a ideia de rebaixar os outros no campo esportivo aumenta sua confiança. Variações de diferentes disciplinas de artes marciais encorajam os alunos a trabalhar em cada estágio. À medida que continuam crescendo e alcançando proficiência, eles começam a se sentir orgulhosos de suas realizações (MEIRELLES, 2018).

Assim como uma faca cega precisa ser afiada para realizar suas tarefas, uma criança precisa ser afiada ao realizar tarefas rotineiras. Nesta era da tecnologia em que tudo está à distância de um clique, é muito difícil dar atenção ou dedicar-se totalmente a uma única tarefa. Estatísticas recentes revelaram que mais de 6,4 milhões de crianças entre 4 e 17 anos sofrem de Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade. Alguns procuram ajuda médica, enquanto outros levam as crianças para a escola de artes marciais. Pela prática constante e repetição sustentada, os jovens adultos aprendem como limpar seus cérebros e se concentrar em uma única tarefa de cada vez. Os princípios e práticas básicos, mas fortes, do Jiu-Jitsu não beneficiam apenas as crianças na academia, mas também a vida diária (RODRIGUES, 2020).

Por causa do bullying contínuo, muitas crianças tendem a ter baixa auto-estima e confiança mínima. Os sentimentos negativos que vêm da baixa auto-estima podem ser catastróficos e causar danos às mentes jovens e felizes, podendo levar à ansiedade, depressão, raiva e culpa. Muitas pessoas podem não considerar utilizar o Jiu-Jitsu para lidar com problemas de saúde mental como esses, é sem dúvida a melhor abordagem para aumentar a confiança de uma criança e melhorar sua auto-estima. Eles começam a acreditar em si mesmos a cada movimento que aprendem e se sentem mais confiantes à medida que o corpo se transforma em uma forma melhor (LIMA, et al., 2021).

Acima de tudo, seus filhos vão socializar com o resto dos membros da academia e fazer novos amigos na sessão interativa. Os aspectos sociais oferecerão ao seu filho mais confiança e a capacidade de falar e se comunicar de uma maneira melhor (MEIRELLES, 2018).

Entre todas as melhores coisas que uma criança aprende na aula de Jiu-Jitsu, está o respeito. Desde ouvir seus instrutores até observar o respeito pelo oponente, seu filho aprende a importância da honra e da humildade. A criança deve entender a diferença e aceitá-la com tranquilidade. Essa característica da vida melhora as interações e os vínculos diários (LIMA, et al., 2021).

O Jiu-Jitsu oferece ao seu cérebro um impulso mental pelo processo de gerenciamento do estresse. Esses produtos químicos do bem-estar que são liberados do seu cérebro ajudam a controlar o estresse. E o próprio treino ajuda na redução da tensão muscular que está entrelaçada com o estresse. O treinamento de jiu-jitsu permite que a mente desvie o foco de sua longa lista de tarefas e traz seu estado para um momento contínuo em que pratica habilidades e aprende novas técnicas (RODRIGUES, 2020).

Outro efeito positivo do treino de Jiu-Jitsu é que ele melhora a qualidade do seu sono. E quando a criança está bem descansada, é mais provável que acorde revigorada com uma mente melhor e mais clara. Isso não apenas ajuda a se sentir melhor, mas também dá ao cérebro uma boa chance de reconstruir e realizar os processos cognitivos críticos (COELHO, et al., 2016).

Essas atividades permitem que as crianças simplesmente mostrem enquanto realizam os movimentos. Este não é realmente o caso. Um dos maiores benefícios do Jiu-Jitsu para crianças é uma melhor concentração. Ouvir e observar ativamente é o aspecto fundamental e crucial de aprender algo novo. O Jiu-Jitsu garante a concentração de seus praticantes e também permite que as crianças desenvolvam habilidades rápidas e reacionárias para mudar de direção a qualquer momento (SCHULER, 2007).

A resolução de um conflito pacífico é o pilar dos desportos de combate. Mas há poucos casos em que ser capaz de se defender se torna necessário. Como espera que as crianças entrem em situações que exijam autodefesa, é uma habilidade que salva vidas. Estar equipado com truques básicos de autodefesa permite que seu filho se proteja. As crianças aprendem sobre a consciência de estranhos, o que é apropriado para sua faixa etária (MEIRELLES, 2018).

A retenção também é uma habilidade importante que deve dominar. Com sua mente em desenvolvimento precoce, as crianças que estudam Jiu-Jitsu acham mais fácil memorizar detalhes pessoais e importantes. Inclui o endereço, número de contato, número do celular dos pais, etc. Em caso de emergência, essa informação se torna muito importante, mas o conceito de memorização serve para todos os próximos anos. Como a criança trabalha pelos diferentes níveis de Jiu-Jitsu, ela é obrigada a memorizar as manobras e poses. Exercitar

essa habilidade pode melhorar sua forma de abordar a memorização (HATTORI; LIMA; FERNANDES, 2015).

2.3.3 METODOLOGIA

LINHA DE PESQUISA

Foram levantadas informações bibliográficas. Portanto, para saber se o esporte de lutas/jiu jitsu está sendo utilizado como contexto pedagógico dentro e fora das escolas, tentaremos responder através de outros estudos, que foram elaborados e publicados.

De acordo com o delineamento desse trabalho, o estudo será uma pesquisa bibliográfica, aonde será feito o uso de materiais já publicados, como artigos, estudos disponíveis em canais de congressos, periódicos (revistas), livros, sites, teses, dados em formatos on-line, entre outros.

Desta forma, uma linha de pesquisa voltada diretamente para Educação Física, Práticas Pedagógicas e Sociais (EFPPS), que tem como fundamentação, buscar entender a não aplicação do esporte de lutas Jiu Jitsu.

Segundo Pizzani et al. (2012), uma pesquisa bibliográfica é feita através de uma minuciosa leitura de outros textos, em busca das principais informações teóricas de um trabalho científico.

De acordo com Mezzaroba e Monteiro (2009), uma pesquisa, inicia-se de maneira tradicional, através da organização de conceitos teóricos, mas que também pode ser aprofundada através da prática controlada ou baseada em vivências, através da observação, mas recebendo o acolhimento da parte teórica. Ao desenvolver uma pesquisa de trabalho acadêmico, existe várias maneiras de se utilizar métodos de pesquisa, e para esse trabalho foi utilizado a pesquisa com atividade de natureza bibliográfica.

NATUREZA DA PESQUISA

E essa pesquisa, será de natureza qualitativa, e tem a função de encontrar a natureza dos dados de uma forma global.

Segundo Mezzaroba e Monteiro (2009, p. 110), “preponderar sempre é o exame rigoroso da natureza, do alcance e das interpretações possíveis para o fenômeno estudado e interpretado de acordo com as hipóteses estrategicamente estabelecida pelo pesquisador.

Essa pesquisa, procura entender as condições das aulas de Educação Física, envolvendo o esporte de lutas jiu jitsu, preocupando-se com o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional. Sendo assim, essa pesquisa é de característica descritiva, pois o mesmo preocupa-se com o estado social e cultural da sociedade.

No entanto, será utilizado para essa pesquisa, fontes documentais para esclarecer ações integradas ao conteúdo do karatê e a sua trajetória.

TIPO DE PESQUISA

Essa pesquisa, procura entender as condições das aulas de Educação Física, envolvendo o esporte de lutas jiu jitsu, preocupando-se com o bem social dos alunos do ensino fundamental e o desenvolvimento geral dos alunos. Sendo assim, essa pesquisa é de característica descritiva, pois o mesmo preocupa-se com o estado social e cultural da sociedade.

No entanto, será utilizado para essa pesquisa, fontes documentais para esclarecer ações integradas ao conteúdo do jiu jitsu e a sua trajetória.

TÉCNICAS, INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS PARA COLETA DE DADOS

Será utilizado para elaboração desse trabalho estudos bibliográficos, artigos, livros, bases de dados, teses e dados em formato online, entre outros. A busca foi realizada na base de dados do Google Acadêmico, Scientific Electronic Library Online (SciELO).

Desta forma, será analisado todos os estudos bibliográficos, através de uma leitura de senso crítico, sem desconsiderar o senso comum. Em todo o

conteúdo bibliográfico será feita a busca do essencial em sua máxima qualidade, a fim de chegar ao melhor entendimento e conclusão dessa pesquisa.

ANÁLISE DOS DADOS

Desta forma, foram analisados todos os estudos bibliográficos, através de uma leitura de senso crítico, sem desconsiderar o senso comum. Em todo o conteúdo bibliográfico foi feita a busca do essencial em sua máxima qualidade, a fim de chegar ao melhor entendimento e conclusão dessa pesquisa.

Para construção desse estudo, utilizou-se as palavras-chave artes marciais, jiu, jitsu, aprimoramento cognitivo, comportamental, emocional, crianças escola, desenvolvimento, disciplina, história com termo no português – brasileiro, com datas de publicações entre 1987 até 2022.

Para SCHULER, (2007) ouvir e observar ativamente é o aspecto fundamental e crucial de aprender algo novo.

De acordo com HATTORI; LIMA; FERNANDES, (2015) retenção também é uma habilidade importante que deve dominar. Com sua mente em desenvolvimento precoce, as crianças que estudam Jiu-Jitsu acham mais fácil memorizar detalhes pessoais e importantes.

Segundo COELHO, et al., (2016) o efeito positivo do treino de Jiu-Jitsu é que ele melhora a qualidade do seu sono, e quando a criança está bem descansada.

Para MEIRELLES, (2018) a arte do Jiu-Jitsu se concentra principalmente no auto aperfeiçoamento. Neste jogo, uma pessoa compete contra a outra.

O treinamento de jiu-jitsu para RODRIGUES, (2020) permite que a mente desvie o foco de sua longa lista de tarefas e traz seu estado para um momento contínuo em que pratica habilidades e aprende novas técnicas.

De acordo com LIMA, et al., (2021) por causa do bullying contínuo, muitas crianças tendem a ter baixa auto-estima e confiança mínima. Os sentimentos negativos que vêm da baixa auto-estima podem ser catastróficos e causar danos às mentes jovens e felizes, podendo levar à ansiedade, depressão, raiva e culpa.

3 CONCLUSÃO

O objetivo do presente trabalho foi investigar a influência da prática do jiu jitsu, na primeira fase do Ensino Fundamental, para o aprimoramento cognitivo, comportamental e emocional de crianças.

Desenvolvimento emocional da criança depende do equilíbrio de ações protetoras, como proporcionar um ambiente estável e modelar mecanismos de enfrentamento saudáveis versus fatores de risco que incentivam a adversidade. Nossa resposta natural como pais é ajudar e proteger os filhos, no entanto, se os filhos forem sempre salvos de lidar com situações ou emoções desafiadoras, eles não desenvolverão as habilidades necessárias para se adaptar e sobreviver às dificuldades na vida adulta.

As crianças são naturalmente muito capazes, resilientes e adaptáveis e irão surpreendê-lo com sua capacidade de lidar com o estresse se tiverem a oportunidade de experimentar e crescer através dele. As crianças resilientes não têm medo de falhar, pensam que vão conseguir as coisas de primeira ou assumem que as tarefas serão fáceis. Eles aprendem que o sucesso vem com esforço, determinação e prática.

Aprender a aceitar sentimentos sem julgamento, rotular emoções e abraçar situações desconfortáveis são habilidades que ajudam a construir uma mentalidade saudável. Quando a criança estiver experimentando uma emoção difícil, demonstre empatia, mas evite oferecer uma opção de retirada da experiência. Sendo assim, deseja criar tolerância para que eles entrem no modo de enfrentamento, em vez do modo de colapso.

Através do que foi exposto, não há dúvida de que a prática do jiu-jitsu cresceu exponencialmente em todo o mundo nas últimas décadas. Como consequência desse crescimento, os pesquisadores têm se esforçado para aprimorar a qualidade das investigações sobre as respostas cognitivas, comportamentais e emocionais de crianças do jiu-jitsu. No entanto, há uma necessidade urgente de uma melhor compreensão dos referidos aspectos, a fim de fornecer os benefícios da inclusão nas escolas. A literatura científica disponível sobre essas questões precisa ser reforçada e as dúvidas precisam ser sanadas em relação às respostas cognitivas, comportamentais e emocionais de crianças no jiu-jitsu.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Sheila et al. Aprendizagem e controle motor. Faculdade Inta. Sobral, 2016.
- ARRUDA, Pablo et al. Jiu-Jítsu: uma abordagem metodológica relacionada à quebra de estereótipos. **Redfoco**, v. 1, n. 1, 2014.
- BRASIL. Secretaria de educação fundamental. Parâmetros curriculares nacionais: educação física. Secretaria de educação física, Brasília: MEC/SEF, p. 114, 1998
- CAZETTO, Fabiano. Jiu-Jitsu brasileiro e Vale-Tudo: o uso de novas tecnologias no ensino de Lutas e Artes Marciais. **Motrivivencia**, n. 34, p. 223-230, 2010.
- COSTA, Paulo et al. Características antropométricas, perfil alimentar e balanço nitrogenado de atletas de Brazilian Jiu Jitsu. **RBNE-Revista Brasileira De Nutrição Esportiva** , v. 13, não. 78, pág. 174-181, 2019
- COELHO, Thais et al. ARTE SUAVE: a inserção do JIU-JITSU na promoção de saúde e educação das crianças apoiadas pelo NASF Celso Daniel. In: **12º Congresso Internacional da Rede Unida**. 2016.
- FAVATTO, Matheus Martins. O jiu jitsu como conteúdo da educação física escolar no ensino médio. 2021.
- HATTORI, Adrio Acácio; LIMA, Alandesson; FERNANDES, Letícia. A contribuição do jiu-jitsu no desenvolvimento motor de crianças na faixa etária de 8 anos. **Lecturas: Educación física y deportes**, n. 209, p. 1, 2015.
- LEUSIN, Joanna; PETRUCCI, Giovanna; BORSA, Juliane Callegaro. Clima Familiar e os problemas emocionais e comportamentais na infância. **Revista da SPAGESP**, v. 19, n. 1, p. 49-61, 2018.
- LEAHY, Robert L.; TIRCH, Dennis; NAPOLITANO, Lisa A. **Regulação emocional em psicoterapia: um guia para o terapeuta cognitivo-comportamental**. Artmed Editora, 2013.
- LISE, Riqueldi; CAPRARO, André Mendes. Primórdios do jiu-jitsu e dos confrontos intermodalidades no Brasil: contestando uma memória consolidada. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 40, p. 318-324, 2018.
- LIMA, Leonardo 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, p. 191-202, 2021.

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

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

MEIRELLES, Athila. Benefícios da prática do jiu-jítsu no comportamento psicossocial de crianças de 05 á 10 anos de idade na visão dos pais e/ou responsáveis. **Educação Física Bacharelado-Pedra Branca**, 2018.

OLIVEIRA, Danilo Ciconi. Determinantes comportamentais e emocionais do processo ensino-aprendizagem. **Caderno Intersaberes**, v. 5, n. 6, 2016.

PIAGET, Jean. *The Origins of Intelligence in Children* New York: Int. 1952.

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

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

RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto; DARIDO, Suraya Cristina. O jiu jitsu brasileiro na visão dos não praticantes. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 9, n. 2, p. 181-188, 2010.

RUFINO, Luiz; DARIDO, Suraya Cristina. 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, Luiz; MARTINS, Carlos José. O jiu jitsu brasileiro em extensão. **Revista Ciência em Extensão**, v. 7, n. 2, p. 84-101, 2021.

SAUR, Bárbara et al. Relação entre vínculo de apego e desenvolvimento cognitivo, linguístico e motor. **Psico**, v. 49, n. 3, p. 257-265, 2018.

SANTOS, Leandro Gabriel. A importância do brincar para o desenvolvimento cognitivo da criança na educação infantil pré-escolar sob a percepção de professores. **Projeção e Docência**, v. 7, n. 2, p. 23-34, 2016.

SILVA, Paulo Vinícius Carvalho; COSTA JÚNIOR, Áderson Luiz. Efeitos da atividade física para a saúde de crianças e adolescentes. 2011.

SILVA, Daniel Sousa; SILVA, Cátia Malachias; DE OLIVEIRA, Diogenes Leandro. JIU-JITSU ARTE SUAVE E ESTILO DE VIDA. **Ciência Atual–Revista Científica Multidisciplinar do Centro Universitário São José**, v. 13, n. 1, 2019.

SILVA, Vinicius Rysucci Castro. O Jiu-jitsu como inclusão social no ambiente escolar. 2017.

SOUZA, Edmar Junio; DOS SANTOS MENDES, Cátia Rodrigues. Lesões mais frequentes no Jiu-Jitsu com o treinamento de alto rendimento. **Vita et sanitas**, v. 8, n. 1, p. 185-206, 2014.

SOUZA, Tácito Pessoa; SANTOS, Sérgio Luiz Carlos. Jogos de oposição: nova metodologia de ensino dos esportes de combate. *Revista Digital*. Buenos Aires, v. 14, n. 141, fevereiro 2010.

SOUZA, Christiane; ALMEIDA, Léo César. Bullying em ambiente escolar. **Enciclopédia Biosfera**, v. 7, n. 12, 2011.

SKINNER, Burrhus Frederic. **Science and human behavior**. Simon and Schuster, 1965.

SCHULER, Suely et al. Judô e jiu-jitsu e o desenvolvimento integral de crianças em séries escolares iniciais. 2007.

TEIXEIRA, Cheila Cristina. A importância da brincadeira no desenvolvimento cognitivo infantil. **ID on line. Revista de psicologia**, v. 10, n. 33, p. 94-102, 2017.

VALVERDE, Benedita Salete Costa Lima et al. Levantamento de problemas comportamentais/emocionais em um ambulatório para adolescentes. **Paidéia (Ribeirão Preto)**, v. 22, p. 315-323, 2012.

VIANA, Tatiana Plutarco; ANDRADE, Izabella Santos Nogueira de; LOPES, Ana Nádia Macedo. Desenvolvimento cognitivo e linguagem em prematuros. **Audiology-Communication Research**, v. 19, p. 1-6, 2014.

ANEXO I

**TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE PUBLICAÇÃO DE PRODUÇÃO
ACADÊMICA**

Eu, ANDREY MENDES VIANA estudante do Curso de Educação Física,
matrícula 20172004900491 telefone: 6298148-7736 e-mail
andrey_pay@hotmail.com na qualidade de titular dos direitos autorais, em
consonância com a Lei nº 9.610/98 (Lei dos Direitos do autor), autorizo a Pontifícia Universidade
Católica de Goiás (PUC Goiás) a disponibilizar o Trabalho de Conclusão de Curso intitulado “A
INFLUÊNCIA DA PRÁTICA DO JIU JITSU PARA APRIMORAMENTO COGNITIVO,
COMPORTAMENTAL E EMOCIONAL DE CRIANÇAS, EM SUAS INTERAÇÕES
SOCIAIS DENTRO E FORA DA ESCOLA., gratuitamente, sem ressarcimento dos direitos
autorais, por 5 (cinco) anos, conforme permissões do documento, em meio eletrônico, na rede
mundial de computadores, no formato especificado (Texto (PDF); Imagem (GIF ou JPEG); Som
(WAVE, MPEG, AIFF, SND)•, Vídeo (MPEG, MWV, AVI, QT)•, outros, específicos da área;
para fins de leitura e/ou impressão pela internet, a título de divulgação da produção científica
gerada nos cursos de graduação da PUC Goiás.

Goiânia, 15 de dezembro de 2022.

Nome completo do autor: ANDREY MENDES VIANA

Assinatura do(s) autor(es): Andrey Mendes Viana

Nome completo do professor-orientador: MARIA ZITA FERREIRA

Assinatura do professor-orientador: Maria Zita Ferreira

Goiânia, 15 de dezembro de 2021.