

---

# Relação entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes em crianças

**Rodrigo Augusto Trusz,  
Carlos Adelar Abaide Balbinotti,  
Alexandre Velly Nunes**

## Resumo

Este artigo trata sobre a relação entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes de crianças. O judô foi sistematizado como método de educação por Jigoro Kano, que propõe a educação integral do indivíduo, incluindo, portanto, sua educação psicossocial. O objetivo deste estudo foi verificar e analisar a relação entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes em crianças, através do aprendizado de habilidades sociais (HS), na perspectiva de instrutores de judô. Realizamos entrevistas semiestruturadas com 8 (oito) *sensei*<sup>1</sup>. As informações obtidas foram analisadas e categorizadas qualitativamente por meio do método de análise de conteúdo. Constatamos que os elementos da cultura japonesa que compõem a estruturação das aulas, como as regras de conduta no dojô<sup>2</sup>, o sistema de hierarquia e as formas de treinamento, podem contribuir para o aprendizado de HS dos praticantes. A figura do *sensei* foi considerada primordial por sua representação e influência sobre os alunos mais jovens. Concluimos que o judô possui elementos que o caracterizam como atividade promotora de comportamentos socialmente competentes, contanto que a prática esteja alinhada com os princípios filosóficos e pedagógicos originais propostos por Jigoro Kano.

**Palavras-chave:** esportes de combate, artes marciais, habilidades sociais, socialização, educação física.

---

<sup>1</sup>Sensei é a nomeação dada ao instrutor de Judô.

<sup>2</sup>Dojô é a nomeação dada ao local para prática de Judô.

## Relationship between the practice of judo and the development of socially competent behaviors in children

*Rodrigo Augusto Trusz, Carlos Adelar Abaide Balbinotti, Alexandre Velly Nunes*

### Abstract

This article deals with the relationship between the practice of judo and the development of socially competent behaviors in children. Judo was systematized as an education method by Jigoro Kano, who proposes the integral education of the individual, including, therefore, his psychosocial education. The aim of this study was to verify and analyze the relationship between the practice of judo and the development of socially competent behaviors in children, through the learning of social skills (HS), from the perspective of judo instructors. We conducted semi-structured interviews with 8 (eight) sensei. The information obtained was analyzed and categorized qualitatively using the content analysis method. We found that the elements of Japanese culture that make up the structuring of classes, such as the rules of conduct in the dojo, the hierarchy system and the forms of training, can contribute to the HS learning of the practitioners. The figure of the sensei was considered primordial for its representation and influence on younger students. We conclude that judo has elements that characterize it as an activity that promotes socially competent behaviors, as long as the practice is aligned with the original philosophical and pedagogical principles proposed by Jigoro Kano.

**Keywords:** combat sports, martial arts, social skills, socialization, physical education.

## Relación entre la práctica del judo y el desarrollo de conductas socialmente competentes en los niños

*Rodrigo Augusto Trusz, Carlos Adelar Abaide Balbinotti, Alexandre Velly Nunes*

### Resumen

Este artículo trata sobre la relación entre la práctica del judo y el desarrollo de conductas socialmente competentes en los niños. El judo fue sistematizado como método de educación por Jigoro Kano, quien propone la educación integral del individuo, incluyendo, por tanto, su educación psicosocial. El objetivo de este estudio fue verificar y analizar la relación entre la práctica del judo y el desarrollo de conductas socialmente competentes en niños, a través del aprendizaje de habilidades sociales (HS), desde la perspectiva de los instructores de judo. Realizamos entrevistas semiestructuradas con 8 (ocho) sensei. La información obtenida fue analizada y categorizada cualitativamente mediante el método de análisis de contenido. Encontramos que los elementos de la cultura japonesa que componen la estructuración de las clases, como las reglas de conducta en el dojo, el sistema de jerarquías y las formas de entrenamiento, pueden contribuir al aprendizaje de HS de los practicantes. La figura del sensei fue considerada primordial por su representación e influencia en los estudiantes más jóvenes. Concluimos que el judo tiene elementos que lo caracterizan como una actividad que promueve comportamientos socialmente competentes, siempre que la práctica esté alineada con los principios filosóficos y pedagógicos originales propuestos por Jigoro Kano.

**Palabras-clave:** deportes de combate, artes marciales, habilidades sociales, socialización, educación física.

## **Introdução**

O tema deste estudo é a relação entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes na infância através do aprendizado de habilidades sociais. Partimos da relação entre o comportamento indisciplinado da criança e seu aprendizado de habilidades sociais. Atitudes de indisciplina, como desrespeito às normas de convivência, agressões verbais e físicas, sempre foram motivo de preocupação para pais, professores e gestores escolares, constituindo-se num dos principais obstáculos enfrentados para a educação de crianças, sendo relacionada à falta de noções de regras e limites por parte delas (Longarezi, 2003). Uma das causas desse problema pode estar na construção e no desenvolvimento do repertório de habilidades sociais que as crianças vêm recebendo (Bolsoni-Silva et al., 2013; Z. Del Prette & A. Del Prette, 2017; Ferreira, Carvalho & Senem, 2016).

O termo Habilidades Sociais se refere à existência de diferentes classes de comportamentos sociais no repertório do indivíduo para lidar de maneira adequada com demandas das situações interpessoais (Caballo, 2003; Z. Del Prette & A. Del Prette, 2003; Murta, 2005). De acordo com Z. Del Prette e A. Del Prette (2011, p.31) "o termo 'habilidades sociais', geralmente utilizado no plural, é aplicado a diferentes tipos de comportamento social no repertório de um indivíduo, que contribuem para sua competência social, favorecendo relações saudáveis e produtivas com outras pessoas". Assim, as habilidades sociais podem ser entendidas como as respostas comportamentais que devem ser aprendidas pelo indivíduo, possibilitando que aja de maneira adequada diante de diferentes situações, referindo-se à capacidade de articular pensamentos, sentimentos e ações de maneira a gerar consequências positivas para si e para os outros (Ferreira, Carvalho & Senem, 2016). São definidas como o conjunto de capacidades comportamentais aprendidas pelo indivíduo diante das demandas existentes nas interações sociais (Caballo, 2003; Z. Del Prette & A. Del Prette, 2001, 2017; Murta, 2005).

Quando o repertório de habilidades sociais é pequeno ou deficiente, as relações interpessoais tornam-se críticas, podendo gerar restrições e conflitos, consequentemente interferindo de maneira negativa no grupo em que o indivíduo está inserido e na saúde psicológica de todos os envolvidos (Caballo, 2003; Z. Del Prette & A. Del Prette, 2003; Murta, 2005). Em se tratando de crianças, o temperamento impulsivo, desafiador e intolerante a frustrações, associado a déficits cognitivos e inabilidade no manejo social podem constituir um quadro de características de comportamentos inadequados, caso a criança obtenha ganhos com a não realização de tarefas, acesso a privilégios e atenção (Bolsoni-Silva, Silveira & Marturano, 2008). O desenvolvimento de habilidades sociais torna uma pessoa mais adaptável ao ambiente em que vive, favorecendo bons relacionamentos e melhorando sua autoestima. As pessoas socialmente competentes se sentem mais satisfeitas, física e mentalmente mais saudáveis. Por outro lado, indivíduos que não têm tais habilidades são mais propensos a ter uma menor qualidade de vida e desenvolver psicopatologias (Z. Del Prette & A. Del Prette, 2017).

Estudos têm apontado que crianças que participam de atividades esportivas apresentaram melhora na sua socialização (Aquino 2010; Machado, Cassepp-Borges, Dell'Aglio & Koller, 2007; Marques, Pereira & Batista, 2013; Sterkowicz-Przybycień, Kłys & Almansba, 2014; Weinberg & Gould 2001). Através da prática do esporte, as crianças se beneficiam de aprendizados como

integração em grupo, cooperação, socialização, respeito, disciplina e autocontrole. Segundo a UNESCO, o braço das Nações Unidas para a Educação, Ciências e Cultura, o esporte atua como uma ferramenta para a formação integral dos indivíduos e, conseqüentemente, ajuda a desenvolver relações sociais, a construir valores, promover a saúde e melhorar a consciência crítica e a cidadania (Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura, 2013). Ressalta-se, entretanto, que estes benefícios proporcionados pelo esporte só se efetivarão se todos os envolvidos estiverem alinhados com uma proposta de esporte com o viés educativo da prática.

Neste contexto, gostaríamos de destacar o judô como um esporte importante para a formação e educação de crianças, pois caracteriza-se como uma atividade na qual elas podem se expressar plenamente em um contexto lúdico, canalizando sua energia e reforçando seu caráter (Casado & Villamón 2009; Nunes & Trusz, 2018; Villamón & Brousse, 2002). Por meio de técnicas de autodefesa, os praticantes melhoram o equilíbrio, aprendem a usar a disciplina e o respeito para agir e reagir, desenvolvem segurança e autoconfiança. Aprendem também a lidar com limitações e controlar emoções. Além de ser uma atividade relaxante e agradável, alguns autores entendem o judô como uma prática que desenvolve a concentração nos praticantes e a possibilidade de analisar e lidar com situações de sucesso e fracasso (Kozdras, 2014; Martinkova, Parry & Vagner, 2019; Nunes, 2013; Trusz & Dell'Aglio, 2010; Trusz, Nunes & Balbinotti, 2018; Villamón & Brousse, 2002).

O judô que conhecemos hoje tem suas origens no ju-jutsu, antiga arte marcial praticada pelos guerreiros japoneses, sistematizado por Jigoro Kano. Por preocupar-se com os valores éticos e morais que o ju-jutsu outrora tivera e por não se achar satisfeito com a pobreza de princípios pedagógicos e científicos do mesmo, o Professor Jigoro Kano idealizou um método cuja proposta de ensino estimulasse estes valores, além de torná-la mais acessível e menos violenta (Kano, 2008). Na sua sistematização, estipulou os seguintes objetivos: cultura e desenvolvimento do físico, cultura e desenvolvimento da vontade e da moral e capacidade de competir vitoriosamente. Para que um praticante fosse considerado um autêntico judoca, deveria desenvolver os três objetivos de modo harmonioso. Enfatizava o desenvolvimento do judô em três partes: seu uso como método de luta (arte marcial), como método de treinamento (educação física) e como método de treinamento mental, visando o desenvolvimento intelectual e moral e aplicação dos princípios na vida diária (Casado & Villamón, 2009; Kano, 1986, 2008; Kosdraz, 2014; Maekawa & Hasegawa, 1963; Virgílio, 1994).

Sua proposta diferenciava-se fundamentalmente por possuir objetivos claros de promover o crescimento como um todo dos praticantes e o da sociedade em geral, através dos princípios *seyryoku zen'you* e *jita kyoei*, que podem ser traduzidos por "melhor desempenho através do menor gasto de energia" e "bem-estar e benefícios para todos" (Casado & Villamón 2009; Kano, 1986, 2008; Maekawa & Hasegawa, 1963; Martinkova, Parry & Vagner, 2019). *Seyryoku zen'yo* é uma ideia da cultura japonesa que foi utilizada por ele como princípio geral da sua proposta, aplicada na sua experiência física das técnicas de luta e defesa pessoal. Este princípio foi explorado e bastante divulgado pelo Professor Jigoro Kano, que frisava a ideia de utilizá-lo nos planos físico, psicológico e social do praticante. Também reunia símbolos que

representavam as tradições e a cultura oriental, respeitando todos os princípios culturais, filosóficos e históricos da sociedade japonesa (Casado & Villamón, 2009; Maekawa & Hasegawa, 1963).

Através de seus estudos, o Professor Jigoro Kano demonstrou que o ju-jutsu aprimorado, além de sua utilidade para a defesa pessoal, poderia oferecer aos praticantes extraordinárias oportunidades no sentido de serem superadas as suas próprias limitações. No seu entendimento uma atividade física deveria servir, em primeiro lugar, para a educação global dos praticantes. Essa perspectiva reafirma a configuração do judô como um sistema educacional que busca, através da prática perseverante, o ideal de perfeição. Através do treinamento contínuo, indiferente às realizações superficiais como graduações, vitórias ou prestígio, cada judoca pode conseguir a melhora de sua energia física e mental, enquanto busca a aptidão necessária para conseguir a melhor aplicação desta energia em suas vidas diárias (Casado & Villamón, 2009; Kano, 1986, 2008; Maekawa & Hasegawa, 1963).

Entretanto, para ser difundido pelo mundo, o judô passou pelo processo de esportivização. As características de esporte-espetáculo foram pouco a pouco incorporadas pelo judô, conforme ele próprio e também a cultura japonesa em grande parte se ocidentalizavam. De prática de educação física ligada às raízes da cultura do povo japonês, passou para esporte de alto rendimento, entrando para o programa dos Jogos Olímpicos, sendo assim dessa forma universalizado. Apesar desse viés se distanciar dos preceitos filosóficos e pedagógicos originais preconizados pelo Professor Jigoro Kano na concepção do judô, o fato de trazer elementos da cultura japonesa na prática encontra muitos adeptos que continuam difundindo os valores educativos originais. Com isso, o judô veio enriquecer a cultura corporal de vários outros povos do mundo, adequando-se a estas diferentes culturas, mas mantendo suas características, de maneira que pode ser convencionado internacionalmente (Cordeiro Junior, Ferreira & Rodrigues, 1999).

A partir dessas considerações, buscamos verificar e analisar a relação entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes em crianças, através do aprendizado de habilidades sociais (HS), na perspectiva de instrutores de judô, através das seguintes questões norteadoras: 1) qual a relevância do aprendizado de habilidades sociais iniciar na infância; 2) quais os indicadores de uma possível relação entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes de crianças; 3) quais aspectos da prática do judô podem influenciar no aprendizado de habilidades sociais dos praticantes; 4) quais relações interpessoais que se estabelecem nas aulas de judô e que podem influenciar no aprendizado de habilidades sociais dos praticantes; e 5) qual a relação entre o tempo de prática e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes.

## **Métodos**

### **Tipo de estudo**

Este estudo utilizou o método qualitativo para obtenção e análise das informações. Como parte de um projeto maior – um "projeto guarda-chuva" – denominado 'Modelos de Competição Esportiva para Crianças e

Adolescentes: um Estudo Exploratório-Descritivo', aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS), registrado sob o número 271.526 em 7 de fevereiro de 2013, seguiu os mesmos princípios éticos deste projeto. Nesta pesquisa, as informações foram obtidas por meio de entrevistas semiestruturadas com as quais buscamos verificar a relação entre a prática do judô no Projeto Bugre Lucena (PBL) da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da UFRGS e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes pelos seus praticantes.

### **Amostra**

Os sujeitos que participaram deste estudo foram professores que ministraram aulas de judô no PBL. Para conhecer os potenciais participantes da pesquisa foram acessados as propostas e relatórios de ação de extensão que regulamentaram o Projeto no âmbito da UFRGS. Assim, foram identificados os nomes dos professores que fizeram parte da equipe de trabalho do PBL como bolsistas ou ministrantes. Foram convidados a participar aqueles que atuaram pelo menos dois anos consecutivos atendendo turmas de crianças e adolescentes. O contato foi através de e-mail, no qual foram explicados o tema e os objetivos do estudo e havendo o aceite para participação, a entrevista era agendada. Na data da entrevista foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido para que o professor ou professora registrasse o seu consentimento em participar do estudo.

O grupo de entrevistados foi composto por 8 sensei (4 do sexo masculino e 4 do sexo feminino) e ficou assim caracterizado: 1) todos os entrevistados possuem graduação em Educação Física, sendo 1 ainda possuindo o título de Mestre e outros 3 possuindo Especialização na Área; 2) todos são graduados no judô, sendo 1 terceiro grau da faixa preta e 1 segundo grau da faixa preta; 3) os entrevistados puderam ser organizados de acordo com a época em que atuaram no PBL da seguinte forma: 2 atuaram no PBL no início dos anos 1990; 2 no final dos anos 1990; 2 na primeira metade dos anos 2000; e 2 na segunda metade dos anos 2010; 4) 6 dos entrevistados têm outras experiências com escolinhas de judô além da obtida no PBL.

Considerando a caracterização acima, entendemos que estes sujeitos são especialistas, constituindo-se assim numa rica fonte de informações, uma vez que possuem vivências e experiências que puderam, através das suas respostas, contribuir para o esclarecimento das questões relacionadas ao estudo. Entrevistá-los através de um roteiro semiestruturado contribuiu para qualidade deste estudo. As entrevistas transcritas e os Termos de Consentimento assinados pelos entrevistados serão armazenados no arquivo do Núcleo de Pesquisa em Psicologia e Pedagogia do Esporte – ESEFID/UFRGS, pelo período de cinco anos, de acordo com o procedimento adotado pelos grupos de pesquisa desta Universidade.

### **Instrumentos e procedimentos**

As informações foram coletadas mediante a aplicação das entrevistas. Salientamos que a aplicação da entrevista foi realizada de forma individual, sempre pelo mesmo entrevistador/pesquisador, utilizando o gravador digital de smartphone marca LG, modelo K8. Após a gravação da entrevista (feita

através de gravador digital de áudio), a mesma passou por uma transcrição e análise de depoimento oral. Concluídas as transcrições, as mesmas foram encaminhadas, via correio eletrônico, para os entrevistados. Dessa forma, os mesmos puderam avaliar o conteúdo transcrito, aprovando-o, refutando-o, ou aprovando-o com correções. Conforme acordado com os participantes, foram respeitados os critérios de confidencialidade e privacidade, mantendo suas identidades em sigilo e utilizando apenas as informações que os professores concordaram em expor.

### Procedimentos e Análise de Dados

O material obtido a partir das entrevistas passou pela análise de conteúdo proposta por Bardin (2011). As informações coletadas foram organizadas e categorizadas de acordo com os objetivos do estudo e com a fundamentação teórica. As categorias utilizadas neste estudo foram categorias semânticas, originando categorias temáticas (Moraes 1999). Inicialmente, para responder às perguntas norteadoras da pesquisa, foram estabelecidas três categorias baseadas na revisão teórica (Z. Del Prette & A. Del Prette, 2017; Kano, 1986, 2008). São elas: 1) relevância do aprendizado das habilidades sociais na infância; 2) indicadores da conexão entre a prática do judô e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes; 3) aspectos da prática do judô que contribuem para o aprendizado de habilidades sociais.

Neste estudo, duas categorias empíricas emergiram das respostas às entrevistas: 1) a influência das relações interpessoais para o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes; e 2) a relação entre o tempo de prática e o aprendizado de habilidades sociais para o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes. Após essa etapa, as informações obtidas foram analisadas buscando produzir as devidas interpretações, a fim de estabelecer um diálogo com os objetivos da investigação (Flick, 2009; Minayo, Deslandes & Gomes, 2010).

## Resultados e discussão

### RELEVÂNCIA DO APRENDIZADO DE HABILIDADES SOCIAIS NA INFÂNCIA

Nessa categoria, todos os sensei entrevistados consideraram que é na infância que o indivíduo está mais aberto a aprender, inclusive as habilidades sociais. Podemos ver isso na fala do Entrevistado 1, ao dizer que *"a partir dessa primeira fase que a criança tem um conhecimento de que vive numa sociedade, quanto mais cedo ela puder ter esse contato [...] fica mais fácil ela desenvolver essas habilidades que são próprias para viver numa sociedade."* Na fala do Entrevistado 2, também percebemos essa importância, quando ele diz que *"é quando a gente mais aprende, quando tu estás aberto a aprender"*. O Entrevistado 7 tem uma fala que complementa essa constatação, indicando que é nesta fase que *"acontece a formação do caráter"*.

Entre as habilidades sociais consideradas essenciais para o repertório social de um indivíduo, aquelas que se relacionam com o valor respeito foram consideradas as principais a serem aprendidas. Segundo o entrevistado 8, *"saber falar com os outros, saber aceitar o que os outros dizem, e levar isso*

*como conhecimento*" são habilidades necessárias para demonstrar respeito às pessoas e às regras de convivência dos ambientes em que convivem, sendo consideradas muito relevantes e com grande peso no processo de aprendizagem das crianças. Observamos isso também na fala do Entrevistado 7, quando fala sobre o *"respeito de regras pré-estabelecidas, respeito a regras sociais, que acho que é o que falta bastante hoje"*.

A empatia, entendida como a capacidade psicológica de sentir o que outra pessoa sentiria se estivesse na mesma situação vivenciada (Z. Del Prette & A. Del Prette, 2011), pode ser desenvolvida a partir do aprendizado das diferentes formas de mostrar respeito, segundo indicam as falas do Entrevistado 4, que nos diz que é importante *"a questão de se colocar um no lugar do outro"*, e do Entrevistado 3, ao dizer que *"saber se colocar no lugar do outro é uma coisa que falta de um modo geral hoje em dia"*. Nesse sentido os Entrevistados reforçam que o exercício de habilidades sociais que incentivam a empatia é muito necessário.

Cordialidade, saber ouvir os outros, ter disciplina, demonstrar paciência e ter persistência foram outras habilidades consideradas relevantes, como pode ser visto na fala do Entrevistado 3, quando diz que é importante *"trabalhar a cordialidade entre eles. É fundamental se começar a trabalhar na infância, começar a formar adolescentes já descentes"*, na fala do Entrevistado 8 ao indicar que *"a disciplina de não fazer assim, de como se quer e sim de como se convencionou socialmente"* e na fala do Entrevistado 5 ao dizer que *"os ganhos que a criança vai ter com isso vai depender do quanto ela se dedica a isso"*.

Conforme as falas dos *sensei*, pudemos verificar que eles concordam que os primeiros anos de vida de um indivíduo são considerados os mais propícios para a assimilação de aprendizados, incluindo o das habilidades sociais, reforçando o que a literatura nos diz sobre a importância de iniciar o aprendizado dessas habilidades na infância. A infância é configurada, portanto, na fase em que devemos fornecer subsídios para que as crianças aprendam habilidades sociais e permitam que elas entendam a importância de terem padrões para uma melhor convivência (Z. Del Prette & A. Del Prette, 2017).

### **INDICADORES DA CONEXÃO ENTRE PRÁTICA DO JUDÔ E DESENVOLVIMENTO DE COMPORTAMENTOS SOCIALMENTE COMPETENTES**

O judô popularmente possui a imagem de prática disciplinadora, sendo procurada por pais e responsáveis muitas vezes como solução para a educação de suas crianças. Podemos ver isso na fala do Entrevistado 2, *"a maioria dos pais que chegavam lá diziam que estavam colocando os filhos no judô porque viam a necessidade de ensinar disciplina pra eles e que o judô daria isso"* e do Entrevistado 5 *"existe assim uma lenda urbana de que o judô disciplina, ensina o respeito, se a criança é hiperativa, o médico ou psicólogo já diz coloca no judô que o judô acalma"*.

Essa imagem é reforçada pela caracterização das aulas, que envolve alguns ritos e etiquetas, como as formas de saudação no início e no final de cada aula, saudações que são aprendidas já na primeira aula. Nesses ritos estão implícitos o respeito e a cordialidade ao local de treinamento, ao *sensei*



e aos colegas. Observamos isso na fala do Entrevistado 4, quando diz que *"no judô são trabalhadas questões como respeito ao próximo, uma disciplina, alguns aspectos morais, respeito, sinceridade, honestidade. Acredito que é isso que os pais buscam"*, e que pode ser complementada pela fala do Entrevistado 5, ao relatar que:

*"essa visão que se tem da cultura do judô, talvez, da cultura oriental, de mais tranquilidade, de espírito de disciplina, de paciência, eu acho que de maneira geral essa visão que as pessoas fora do meio do judô têm dos benefícios que o judô traz."* (Entrevistado 5, 2018).

A forma como estão estruturadas as aulas de judô apontam para esse perfil disciplinador que as pessoas visualizam. São baseadas na cultura japonesa, apresentando alguns elementos das artes marciais, como a questão da hierarquia (Casado & Villamón 2009; Kano, 1986, 2008; Maekawa & Hasegawa, 1963). Segundo o entrevistado 6, a hierarquia no judô indica uma situação de *"respeito acima do que estamos acostumados a ter na sociedade"*, complementando que essa característica praticada no judô *"faz com que, em cima do tatame, se crie uma aura que ali é outro mundo, ali as coisas funcionam de forma diferente"*. Nesse sentido, podemos dizer que a prática do judô estabelece padrões de conduta e isso contribui para um aprendizado eficaz tanto dos aspectos técnicos quanto dos aspectos sociais (Martinkova & Parry, 2016).

Assim, segundo os *sensei*, o judô contribui para a melhora das questões de disciplina dos alunos, na forma de organização pessoal e com suas coisas, e também no controle da ansiedade, auxiliando-os a desenvolver a paciência. Isso pode ser visto na fala do Entrevistado 2, quando diz que *"criança se desenvolve sabendo o que ela pode fazer e o que ela pode melhorar"*, e isso acarreta a *"melhora da autoconfiança dos alunos"* como mencionado pelo Entrevistado 4. Segundo o Entrevistado 1, esse aprendizado *"reflete nos atos da criança em casa"* como por exemplo *"cuidar do seu material, cuidar das suas coisas em casa, ajudar na organização em casa"*. De acordo com os preceitos estabelecidos pelo Professor Jigoro Kano quando sistematizou o judô, os aprendizados que ocorrem nas aulas e nos treinos não deveriam se limitar apenas a esse contexto, mas aplicados em todos os aspectos e contextos da vida dos praticantes (Casado & Villamón 2009; Kano, 1986, 2008; Maekawa & Hasegawa, 1963). E é isso que se busca através do judô: que as crianças apliquem as lições aprendidas em seu cotidiano.

Outro aspecto relevante falado pelos *sensei* é a situação de lidar com as frustrações. No judô se trabalha muito o cair e levantar, e esse aspecto prático pode estar relacionado a muitas situações do cotidiano. Lidamos constantemente com situações que nos deixam desconfortáveis e até nos prejudicam. O fato de cair e imediatamente se levantar enquanto executa técnicas de judô, pode apontar para uma maneira de lidar com esse tipo de situação. Conforme o Entrevistado 2, essa situação *"é uma forma de entender a superação, ter perseverança, que ela possa continuar"*. O Entrevistado 7 reforça essa afirmação dizendo que no judô, *"a frustração da derrota é trabalhada tanto no treinamento quanto nas competições. É uma habilidade muito importante, porque muito desrespeito hoje acontece porque as pessoas não sabem lidar com suas próprias frustrações"*. Esse tipo de vivência,

experimentada nas aulas de judô, podem auxiliar no desenvolvimento das habilidades de autocontrole e expressividade emocional do indivíduo, uma vez que, de acordo com Z. Del Prette e A. Del Prette (2011, 2017), quando uma pessoa vive uma situação semelhante a que viveu antes, na qual houve uma demanda emocional, a tendência é que o organismo traga de volta memórias dessa experiência, induzindo reações semelhantes.

Podemos constatar que as crianças que praticam judô, durante sua jornada nessa modalidade, aprendem a lidar com frustrações, a canalizar sua agressividade, a expressar seus sentimentos de forma positiva e poderão apresentar uma melhoria na aprendizagem de outras habilidades sociais importantes, manifestadas através da responsabilidade e cuidado com seus pares. Com esse entendimento é possível visualizar um comportamento primordial para que as pessoas evoluam e, conseqüentemente, tragam evolução para a sociedade: a cooperação. O judô, em sua essência, traduz isso através do princípio jita kyoey (prosperidade e benefícios para todos), almejado como ideal de busca constante (Kano, 2008; Kosdraz, 2014; Martinkova, Parry & Vagner, 2019; Virgilo, 1994).

### **ASPECTOS DA PRÁTICA DO JUDÔ QUE CONTRIBUEM PARA O APRENDIZADO DE HABILIDADES SOCIAIS**

De acordo com as observações que fizeram ao longo de suas experiências com a prática, os *sensei* entrevistados indicam que o judô contribui para o aprendizado das habilidades sociais. Associam essa constatação ao fato da manutenção de muitas de suas características originais, como forma de tradição, considerando isso o diferencial do judô em relação a outros esportes. Podemos observar essa ideia na fala do Entrevistado 4, quando diz que o:

*"judô é um esporte diferenciado, a questão da saudação, esperar o professor comandar para fazer as coisas, saber a hora de falar, saber até a hora de usar sua energia, então eu acho que contribui para esse aprendizado das habilidades sociais".*  
(Entrevistado 4, 2018)

O Entrevistado 2 fala que o judô é:

*"um esporte onde se tem uma convicção muito forte das raízes, de se manter como iniciou. Se manteve muito forte a tradição. Tudo isso eu acho que ajuda muito nessa parte do desenvolvimento social, porque cria uma forma de caráter, de se manter mais ou menos numa linha de conduta, de entender que pode seguir uma disciplina e isso pode ser bom".*  
(Entrevistado 2, 2018)

Conforme os *sensei*, a estruturação das aulas de judô cria um espaço facilitador para exercitar a resiliência e a cooperação. Observamos isso na fala do Entrevistado 8, quando diz que a prática do judô ajuda as crianças a "*criar uma organização, um ritmo para eles fazerem coisas*", e que pode ser complementado pela fala do Entrevistado 3, quando diz que "*esta é uma oportunidade que o judô tem mais do que outros esportes*". Segundo o Entrevistado 6, um elemento importante nesse processo é que "*com essa*

*história da hierarquia, criamos um espaço facilitador para trabalhar nesses contextos".* E esse espaço facilitador ocorre, pois as regras e etiquetas são muito claras e reforçadas o tempo todo, uma característica forte do judô (Kozdras, 2014; Martinkowa, Parry, & Vagner, 2019; Sterkowicz-Przybycień, Klys, & Almansba, 2014; Trusz & Dell'Aglio, 2010; Trusz, Nunes & Balbinotti, 2018).

Os sensei entrevistados indicam que durante as aulas, muitos aspectos e atividades que são trabalhadas podem contribuir para o aprendizado de habilidades sociais. A começar pela etiqueta das saudações, mantidas da tradição japonesa, simbolizam o respeito e a cortesia, destacado pelo Entrevistado 6, quando diz que *"existe um respeito pelo chão que tu pisas, existe um respeito pelo espaço que tu usas, existe um respeito ao professor que te ensina e existe um respeito ao colega que participa contigo"*. Ao se acostumar com o gesto de saudação nas aulas de judô e entender as razões pelas quais se executa essa saudação, a criança poderá reproduzir fora desse contexto. Não a saudação oriental praticada nas aulas, mas o sentimento de respeito e estima pelos outros e pelos lugares onde convivem (Kozdras, 2014; Martinkowa, Parry, & Vagner, 2019; Sterkowicz-Przybycień, Klys, & Almansba, 2014).

O simbolismo das quedas é referenciado nas atividades técnicas de *ukemis* (técnicas para amortecimento de quedas) e *randori* (treinamento de combate/luta). Nessas atividades as quedas acontecem constantemente. Além do aspecto técnico que está sendo colocado em prática, há um sentido implícito de uma dificuldade que precisa ser superada com perseverança, como mencionado pelo Entrevistado 5 quando diz que *"o cair ali não representou o fim. É só um momento que vai te proporcionar depois uma condição de tu levantar e continuar tentando, tentando melhorar"*. Também trabalha na questão de lidar com sentimentos de frustração ou euforia, especialmente no treino *randori*, onde um colega se opõe e busca o mesmo objetivo. Observamos isso no discurso do Entrevistado 2, ao dizer que:

*"tu tens que mostrar respeito tanto quando tu ganhas quanto quando tu perdes. E eu acho que isso é uma contribuição muito grande pra pessoa ter um entendimento do que é o respeito pelas outras pessoas em qualquer situação da tua vida, tanto quando tu tá ganhando, numa situação superior, quanto numa situação inferior a outra pessoa"*.  
(Entrevistado 2, 2018)

Outro aspecto das aulas mencionado pelos sensei entrevistados é o *uchikomi* (treinamento de repetição de técnicas), que requer a cooperação entre os praticantes, pois enquanto um repete as ações técnicas (*tori*, quem aplica a técnica), o outro (*uke*, quem recebe a técnica) deve facilitar a execução técnica do colega sem opor resistência. Neste tipo de treinamento, o desempenho do *uke* é fundamental. É através da cooperação com o colega que o praticante melhora seu aprendizado técnico (Martinkova & Parry, 2016). Observamos essa questão na fala do Entrevistado 5 quando diz que:

*"a questão da prática das técnicas, da execução de uma projeção ou de um estrangulamento onde eu vou estar ajudando o meu adversário, eu vou estar"*

*ensinando ele, vou estar dando armas pra ele me vencer, mas que normalmente ninguém pensa nisso. Vai num sentido de cooperação". (Entrevistado 5, 2018)*

Esse depoimento pode ser complementado pela fala do Entrevistado 6, quando diz que *"lá na criação do judô, ele foi feito de forma que a gente não se machuque porque eu dependo de ti pra treinar "*.

Conforme Z. Del Prette e A. Del Prette (2011, 2017), o desenvolvimento da cooperação também depende da competência interpessoal do professor, no caso do judô o sensei, como agente de planejamento e condução das interações. E isso remete a outro aspecto das aulas de judô apontado pelos sensei entrevistados: a hierarquia. A hierarquia existente no judô é uma característica da cultura japonesa mantida como tradição na prática até hoje. De acordo com o Entrevistado 1, *"não é uma hierarquia que promove uma discriminação, muito pelo contrário, ela agrega, a gente faz parte de uma mesma família"*, e que pode ser complementado pela fala do Entrevistado 3, ao afirmar que *"a integração e o contato que tem entre os alunos torna eles mais empáticos. Acho que os alunos começam a ter mais consideração uns com os outros, e isso vai chegar no respeito, que acho que é o primordial"*. Essa hierarquia, representada principalmente pela figura do sensei, transmite a segurança necessária para que as crianças aprendam e valorizem comportamentos socialmente competentes, considerando que figuras de referência são essenciais na infância (Piaget, 1994).

Considerando esses aspectos apontados pelos sensei entrevistados e mesmo o judô sendo classificado como um esporte individual, podemos dizer que na prática a modalidade é caracterizada pela coletividade. O Professor Jigoro Kano justificou muito bem a ideia de cada indivíduo usar sua energia da melhor forma possível, pois o crescimento individual só é alcançado através do crescimento coletivo (Casado & Villamón, 2009; Kano, 1986, 2008). O incentivo à cooperação em atividades práticas, apontado pelos sensei em suas falas, é entendido como princípio básico enraizado na prática do judô desde sua sistematização, sendo requisito fundamental para o aprendizado de habilidades sociais por seus praticantes.

## **A INFLUÊNCIA DAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS PARA O DESENVOLVIMENTO DE COMPORTAMENTOS SOCIALMENTE COMPETENTES**

Neste estudo analisamos duas das relações interpessoais que acontecem nas aulas de judô: entre *sensei* e aluno, e entre os alunos. Como mencionado anteriormente, o judô segue um modelo de hierarquia herdado da tradição japonesa e neste modelo, a figura do *sensei* ocupa o topo. Sendo visto pelas crianças como um exemplo a ser seguido, muito devido ao simbolismo da faixa preta, o *sensei* tem um grau de influência significativo sobre o comportamento e as atitudes dos alunos. Isso é percebido na fala do Entrevistado 5, ao dizer que na tradição do judô:

*"o sensei, o quimono, a faixa preta acaba dando a impressão e percebe que é real, um peso maior ainda naquilo que a gente fala, na brincadeira que a gente*

*faz, tem que se ter muito cuidado, que o peso disso é muito maior". (Entrevistado 5, 2018)*

Assim, entende-se que a responsabilidade do sensei em emitir exemplos de comportamentos socialmente competentes é muito grande, uma vez que refletirá sobre os comportamentos que seus alunos aprenderão e, conseqüentemente reproduzirão (Cynarski, 2014; Trusz & Dell'Aglio, 2010; Trusz, Nunes & Balbinotti, 2018). Essa ideia é abordada pelo Entrevistado 6 ao dizer que:

*"assim como eu exijo todo esse respeito por mim em cima do tatame, ao mesmo tempo eu sou obrigado a fazer com que o aluno veja em mim um exemplo. Porque se ele ver que eu não sou um cara correto, por que ele vai baixar a cabeça pra mim? Por que ele vai respeitar os meus comandos?". (Entrevistado 6, 2018)*

O sistema de hierarquia no judô também contribui para a relação entre os praticantes. Sendo orientado pelas cores das faixas, que refletem o tempo de prática no judô, é considerado um diferencial do judô para a aprendizagem social. Segundo o entrevistado 6:

*"às vezes falta o símbolo pra algumas pessoas compreenderem as coisas. E acho que o judô até nisso tem a sua vantagem". Conforme o Entrevistado 1, "a hierarquia, representada até pela própria graduação, ela demonstra que a pessoa está a mais tempo, que tem mais conhecimento, que teve mais treino, que suou mais, então por isso a gente deve considerar ela como um exemplo pra ser respeitado". (Entrevistado 6, 2018)*

Esse sistema hierárquico é baseado num costume de tratamento entre as pessoas praticado na sociedade japonesa: *senpai* (mais antigo, veterano) e *kohai* (mais novo, calouro). Esse sistema indica responsabilidades para ambos os indivíduos dessa relação. O praticante mais antigo deve respeito ao mais iniciante, por entender as dificuldades de iniciar no aprendizado e o praticante mais novo deve respeito ao mais antigo por ele já ter avançado no aprendizado (Cynarski, 2014). Observamos isso na fala do Entrevistado 5, quando diz *"tem que demonstrar respeito pelos colegas que estão entrando, são mais novos, pra evoluir junto com eles. Ajudar eles a crescer"*, e que pode ser complementado pela fala do Entrevistado 4 *"quanto maior a faixa, maior a responsabilidade"*.

Através das falas dos *sensei* entrevistados, é possível dizer que as relações interpessoais que acontecem nas aulas de judô, do sensei com seus alunos e da criança praticante com outras crianças, podem ser determinantes para o aprendizado das habilidades sociais. Essas relações sendo positivas, poderão configurar as aulas de judô e outros ambientes que envolvem a prática como torneios e competições em ambientes promotores de amizades, onde as experiências compartilhadas entre pares poderão proporcionar muitas contribuições para situações de demandas interpessoais. Ainda, quando as relações interpessoais são bem-estruturadas criam um contexto de cooperação, reciprocidade e gestão de conflitos em que as habilidades sociais

básicas são adquiridas e desenvolvidas, além de constituir uma fonte de aprendizado e informação sobre si mesmo e sobre o mundo, bem como recursos para o enfrentamento de situações estressantes e resolução de problemas. Sobretudo, relações interpessoais positivas ensinam e exercitam modelos e padrões de relacionamento que serão exigidos em algum momento da vida (Z. Del Prette & A. Del Prette, 2011, 2017).

### **RELAÇÃO ENTRE O TEMPO DE PRÁTICA E O APRENDIZADO DE HABILIDADES SOCIAIS PARA O DESENVOLVIMENTO DE COMPORTAMENTOS SOCIALMENTE COMPETENTES**

A reflexão sobre o tempo que uma criança leva para absorver os aprendizados das aulas de judô, especificamente os relacionados às etiquetas da prática e às normas de conduta no *dojô*, sempre foi tema de interesse de quem ensina a modalidade para crianças. Longe de querer estipular um tempo padrão pra esses aprendizados, uma vez que se deve levar em consideração que cada criança é única em seus processos de aprendizado, a ideia de se ter uma referência de tempo como suporte para o planejamento da ação educativa nas aulas é bastante atrativa. Dito isso, indagamos os sensei acerca dessa questão e eles nos apontaram exatamente as individualidades de cada criança como a maior dificuldade para estipular um tempo necessário para os aprendizados. Observamos isso na fala do Entrevistado 6, ao afirmar que *"existem casos mais específicos, de crianças com problemas familiares, com uma vulnerabilidade social maior, alguma coisa assim, que elas demoram mais tempo a entrar nesse contexto"* e na fala do Entrevistado 3, quando ele diz que *"isso é bem relativo, porque vai de criança pra criança, também tem a faixa etária, vários pontos relevantes e que podem diferenciar isso"*.

Apesar da complexidade e variabilidade dos fatores envolvidos, a percepção dos sensei entrevistados acerca desse tempo necessário para o aprendizado é de que, em um período de quatro a seis meses, a influência das etiquetas e normas do judô passou a fazer parte do comportamento das crianças, ao menos no contexto das aulas. O Entrevistado 3 expressa bem essa ideia, dizendo que:

*"depois de uns quatro meses já começa a aparecer uma coisa mais fixada, eles começam a incorporar aquilo e se adequar, eu acredito muito nisso. E acho que depois entre quatro e seis meses tu começa a ver eles espelhados no que que seria um judoca".*  
(Entrevistado 3, 2018)

O Entrevistado 7, entretanto, coloca que *"não vai mudar a vida de uma pessoa em seis meses, mas eu acho que tu já começa a observar um respeito maior em seis meses, isso em média"*.

Os *sensei* entrevistados apontam também alguns elementos que condicionam esse tempo necessário para os alunos começarem a aprender as posturas e comportamentos inerentes à prática do judô, como o comparecimento às aulas e a compreensão dos ensinamentos propostos pelo *sensei*. Observamos isso na fala do Entrevistado 1, que alerta sobre a assiduidade quando diz que em *"seis meses tu percebes uma grande mudança nas crianças. Naquelas crianças que são assíduas fica muito forte, é muito visível essa mudança"*. O Entrevistado 6 aponta a importância da compreensão

a partir dos ensinamentos do sensei, ao afirmar que *"começamos a ter mudanças quando os alunos começam a entender o sensei"*. O Entrevistado 3 coloca que os aprendizados começam a se fixar quando a criança passa a apreciar as atividades da aula, quando diz que elas *"começam a curtir provavelmente, porque é prazeroso"*.

Sobre a consolidação dos aprendizados das etiquetas e das normas do *dojô*, os sensei apontam que é importante trabalhar com repetição e persistência, seguindo o mesmo princípio do aprendizado técnico. Observamos essa questão na fala do Entrevistado 6, ao dizer que *"é por repetição. É como treinar para entradas, uchikomi, você vai treinar, você vai treinar e em pouco tempo o golpe vai sair, o golpe vai funcionar"*. O Entrevistado 2 aponta para a continuidade ao dizer que *"é claro que é a continuação da prática que realmente vai proporcionar isso"*. De acordo com Z. Del Prette e A. Del Prette (2011, 2017), a consolidação de qualquer habilidade social será efetiva quando a criança internalizar um comportamento específico relacionado a essas habilidades, de forma que esse comportamento se torne natural. As aulas de judô são caracterizadas por manter um padrão, principalmente no que diz respeito à execução dos ritos e etiquetas, e esse padrão contribui para a consolidação do aprendizado desse conteúdo das aulas.

Além da observação dos aprendizados nas aulas de judô, os *sensei* entrevistados apontaram que o retorno trazido por pais e responsáveis também apresenta indicativos do desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes pelas crianças. Normalmente o tempo que as crianças passam com o sensei nas aulas de judô é de duas a três horas por semana em média. Nesse contexto, os relatos trazidos por pais, responsáveis e até mesmo os professores da escola contribuem para que se tenha uma ideia sobre o quanto o judô pode influenciar no aprendizado das habilidades sociais. Esses relatos foram mencionados pelos *sensei* entrevistados, como na fala do Entrevistado 2 quando diz que:

*"na metade do semestre, por exemplo, era quando os pais começavam a se manifestar. Não só pais, professores também chegaram a procurar as aulas e comentar de que tinham visto melhora no comportamento da criança, de que estava mais sociável, ou que estava menos ansiosa, então não brigava tanto durante as aulas, na sala de aula mesmo"*. (Entrevistado 2, 2018)

O Entrevistado 7 relatou que *"começa a mãe trazer coisas de casa, que ele tá ajudando; em média seis meses a ver melhora comportamental nas crianças"*. Esse feedback dos pais e responsáveis é essencial para que se possa tentar dimensionar o potencial do judô como atividade promotora do aprendizado de habilidades sociais, bem como também reflete o cumprimento de suas expectativas em relação ao judô, quando buscaram essa atividade para seus filhos e filhas.

## **Considerações finais**

O judô, sistematizado pelo Professor Jigoro Kano como método de educação física originalmente, mesmo passando pelo processo de esportivização, manteve muitos elementos da tradição e cultura japonesas,

sendo que muitos desses elementos compõem a estruturação das aulas até os dias de hoje. A característica mais marcante que pudemos observar é a da hierarquia e o respeito dos praticantes por ela. E esse aspecto pode ser considerado como o diferencial do judô para caracterizá-lo como atividade com potencial para contribuir para o aprendizado de habilidades sociais.

Verificamos que o judô trabalha de maneira marcante e constante o sentido de cooperação entre os praticantes. Praticamente todas as atividades, desde as mais tradicionais como o uchikomi (treino por repetição) ou randori (treino livre simulando combate) até atividades que adotam processos pedagógicos mais modernos, tem na sua essência o trabalho em equipe e ajuda mútua. Quando nas aulas é trabalhada, além dos gestos técnicos, a relação com os princípios de cooperação, a contribuição do judô para o aprendizado das habilidades sociais torna-se mais relevante.

A partir dessas duas atitudes, respeito e cooperação, essenciais para o convívio saudável em sociedade, conseguimos estabelecer a relação do judô com o aprendizado de habilidades sociais. Entretanto, para que o aprendizado das habilidades sociais através do judô tenha resultados significativos, é necessário que o sensei tenha conhecimento dos princípios pedagógicos e filosóficos que regem a prática e assuma o papel de modelo de conduta como judoca, conscientizando os alunos de que as atividades são de cooperação entre os colegas e que só assim é possível haver o crescimento de todos, tanto técnica e física quanto socialmente.

Enfatizamos ainda que as mudanças comportamentais que se almejam com as aulas de judô podem até ser percebidas num curto espaço de tempo desde a iniciação na prática, porém só serão consolidadas enquanto essa prática for assídua e contínua. O judô por si só não vai transformar seus praticantes em sujeitos socialmente habilidosos. Ele possui muitos elementos que poderão favorecer o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes, porém depende do engajamento de todos os envolvidos, sensei, pais ou responsáveis, professores de escolas e os próprios praticantes para que se atinja tal objetivo.

Tendo em vista que o judô é uma prática esportiva bastante popular em escolas, incentivar e proporcionar essa prática para crianças escolares, especialmente as que vivem em comunidades carentes e em situação de risco, com poucas condições financeiras de praticar em clubes e academias, é uma iniciativa fundamental para a inclusão social dessas crianças, contribuindo de forma significativa não só para a inserção numa prática esportiva, mas também para o aprendizado de habilidades sociais que auxiliarão na vida delas e da sociedade em que vivem. Dessa maneira poderemos estar contemplando um dos ideais do Professor Jigoro Kano, relacionado ao objetivo final de quem pratica o judô, que é aperfeiçoar-se e contribuir com algo de valor para o mundo (Kano, 2008).

## Referências

- Aquino, G. B. de. (2010). O esporte como elemento socializador e formador de crianças e jovens. *Revista Científica da FAMINAS*. 6(2). 125-140.
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70.



Bolsoni-Silva, A. T., Silveira, F. F., & Marturano, E. M. (2008). Promovendo habilidades sociais educativas parentais na prevenção de problemas de comportamento. *Revista Brasileira de Terapia Comportamental e Cognitiva*, 10(2), 125-142.

Bolsoni-Silva, A. T., Verdu, A. C. M. A., Carrara, K., Melchiori, L. E., Leite, L. P., Calais, & S. L. (2013). Ampliando comportamentos pró-éticos dos alunos: relato de pesquisa e intervenção com educadores do ensino fundamental. *Temas em Psicologia*, 21(2), 347-459.

Caballo, V. E. (2003). Manual de avaliação e treinamento das habilidades sociais. Santos: Santos Editora.

Casado, J. E., & Villamón, M. (2009). La utopía educativa de Jigoro Kano: el judo Kodokan. *Recorde: Revista de História do Esporte*, 2(1), 1-40.

Cordeiro Júnior, O., Ferreira, M. G., & Rodrigues, A. T. (1999). A evolução sócio-histórica do judô: primeiras aproximações. *Revista da Educação Física/UEM*, 1(10), 13-21.

Cynarski, W. J. (2014). Moral values, and the people of the noble way of martial arts. Ido Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 14(1), 1-10.

Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2001). Inventário de habilidades sociais: manual de aplicação, apuração e interpretação. São Paulo: Casa do Psicólogo.

Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2003). Luz, câmara, ação: desenvolvendo um sistema multimídia para avaliação de habilidades sociais em crianças. *Avaliação Psicológica*, 2(2), 155-164.

Del Prette, Z. A. P., & Del Prette, A. (2011). Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática. Petrópolis: Editora Vozes.

Del Prette, Z. A. P., Del Prette, A. (2017). Competência Social e habilidades sociais: manual teórico-prático. Petrópolis: Editora Vozes.

Ferreira, F. R., Carvalho, M. A. G. de, & Senem, C. J. (2016). Desenvolvendo habilidades sociais na escola: um relato de experiência. *Construção psicopedagógica*, 24(25), 84-98.

Flick, U. (2009). Qualidade na pesquisa qualitativa. Porto Alegre: Artmed.

Kano, J. (1986). Judo Kodokan. New York: Kodansha Internacional.

Kano, J. (2008). Energia mental e física: escritos do fundador do judô. São Paulo: Editora Pensamento-Cultrix.

Kozdras, G. (2014). The martial art of judo as educational contents for children who living in an open society. Ido Movement for Culture. *Journal of Martial Arts Anthropology*, 14(1), 20-28.

Longarezi, A. M. (2003). Educação moral e limites: princípios norteadores da ação docente. *Revista Profissão Docente*, 3(9), 21-31.

Machado, P. X., Cassepp-Borges, V., Dell'Aglio, D. D., & Koller, S. H. (2007). O impacto de um projeto de educação pelo esporte no desenvolvimento infantil. *Psicologia Escolar e Educacional*, 11(1), 51-62.

Maekawa M., & Hasegawa, Y. (1963). Studies on Jigoro Kano –

significance of his ideals of Physical Education and judo. The Bulletin for the Scientific Study of Kodokan Judo, 2, 1-12.

Marques P., Pereira A. L., & Batista P. M. (2013). O desporto em contexto escolar e o desenvolvimento de competências sociais: revisão sistemática da produção acadêmica em Portugal e a nível internacional. Boletim SPEF, 37, 81-90.

Martinkova, I., & Parry, J. (2016). The paradox of martial arts – safe combat. Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology, 16(4). 4-10.

Martinkova, I., Parry, J., & Vagner, M. (2019). The Contribution of Martial Arts to Moral Development. Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology, 19(1), 1-8.

Minayo, M. C. de S., Deslandes, S. F., & Gomes, R. (2010). Pesquisa social: teoria, método e criatividade. Petrópolis: Vozes.

Moraes, R. (1999). Análise de conteúdo. Revista Educação, 22(37), 7-32.

Murta, S. G. (2005). Aplicações do treinamento em habilidades sociais: análise da produção nacional. Psicologia: Reflexão e Crítica, 18(2), 283-291.

Nunes, A. V. (2013). Judô: caminho das medalhas. São Paulo: Kazuá.

Nunes, A. V. & Trusz, R. A. (2018). Bugre Lucena: inclusão social através do judô. Revista da Extensão, 17, 12-19.

Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura. (2013). Proposta pedagógica de esporte: Brasil Vale Ouro. Brasília: Fundação Vale.

Piaget, J. (1994). O juízo moral na criança. São Paulo: Summus.

Sterkowicz-Przybycień, K., Klys A., & Almansba, R. (2014). Educational judo benefits on the preschool children's behavior. Journal of Combat Sports and Martial Arts, 5, 23-26.

Trusz, R. A., Dell'Aglio, D. D. (2010). A prática do judô e o desenvolvimento moral de crianças. Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, 3(2), 117-135.

Trusz, R. A., Nunes, A. V., Balbinotti, C. A. A. (2018). A prática do judô e a promoção de comportamentos socialmente competentes de crianças. Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, 2(8), 64-75.

Villamón, M., & Brousse M. (2002). Judô como conteúdo de educação física escolar. In Castarlenas J. L., & Molina J. P. (Org.). El judo em educação física escolar: unidades didáticas (pp. 11-28). Barcelona: Editorial Hispano Europea.

Virgílio, S. (1994). A arte do judô. Porto Alegre: Rígel.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2001). Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício. Porto Alegre: Artmed.

## **Sobre o autor**

### **Rodrigo Augusto Trusz**

Prefeitura Municipal de Porto Alegre, Escola Municipal de Ensino Fundamental Wenceslau Fontoura, Porto Alegre, RS, Brasil

### **Carlos Adelar Abaide Balbinotti**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, RS, Brasil

### **Alexandre Velly Nunes**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, RS, Brasil

## **Contato**

### ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

### **Alexandre Velly Nunes**

Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Escola de Educação Física, Departamento de Educação Física.

Rua Felizardo Furtado, 450

Jardim Botânico

90690200 - Porto Alegre, RS - Brasil

Telefone:

Ramal: 5863

TELEFONE

+55 (51) 33085863

FAX

(51) 33085811

E-MAIL

alexandre.nunes@ufrgs.com