
A prática do judô e a promoção de comportamentos socialmente competentes de crianças

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

Resumo

Este estudo apresenta um relato de experiência sobre o trabalho desenvolvido com alunos de uma escola pública localizada em uma comunidade de baixa renda de Porto Alegre. O objetivo do trabalho foi a promoção de comportamentos socialmente competentes através da prática do judô. Participaram 24 crianças de ambos os sexos, com idades entre 9 e 12 anos. Os participantes frequentaram aulas de judô duas vezes por semana, num total de 30 encontros de 1 hora cada. Observamos que o grupo apresentava comportamentos demasiadamente agressivos, verbais e físicos, tanto na sala de aula quanto em outros ambientes da escola. Ao iniciarmos as aulas de judô, observamos que os mesmos comportamentos se repetiam também nesses momentos. Através de um planejamento de aulas voltado para os princípios filosóficos do judô, das etiquetas e normas que regem essa prática, os participantes passaram a agir com menos agressividade, tanto no *dojo*¹ quanto na escola. A experiência permitiu-nos conhecer peculiaridades do grupo e intervir de forma pontual e significativa às crianças, que se apropriaram dos conhecimentos adquiridos nas aulas e fizeram uso de seus aprendizados tanto no *dojo* quanto na escola.

Palavras-chave: artes marciais, educação pelo esporte, habilidades sociais, socialização.

¹Dojô: local para praticar o judô.

The practice of judo and the promotion of socially competent behavior of children

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

Abstract

This study presents an experience report about the work developed with students of a public school located in a low-income community in Porto Alegre, Brazil. The objective of the work was to promote socially competent behavior through the practice of judo. Twenty-four children of both genders participated in this activity, aged between 9 and 12 years old. The participants attended judo classes twice a week, totaling 30 meetings of 1 hour each. We observed that the group showed excessively aggressive, verbal and physical behaviors, both in the classroom and in other school environments. When we started judo classes, we observed that the same behaviors were repeated in these moments as well. Through a lesson plan focused on the philosophical principles of judo, the disciplinary codes that rule this practice, the participants started to act less aggressively, both in the dojo and in the school. The experience allowed us to know the peculiarities of the group and to intervene in a punctual and meaningful way to the children, who appropriated the knowledge acquired in the classes and made use of their learning both in the dojo and in the school.

Key-words: martial arts, sports education, social skills, socialization

La práctica del judo y la promoción de comportamientos socialmente competentes de niños

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

Resumen

Este estudio presenta un relato de experiencia sobre el trabajo desarrollado con alumnos de una escuela pública ubicada en una comunidad de baja renta de Porto Alegre. El objetivo del trabajo fue la promoción de comportamientos socialmente competentes por medio de la práctica del judo. Participaron 24 niños de ambos sexos, con edades entre 9 y 12 años. Los participantes asistieron a clases de judo dos veces a la semana, en un total de 30 encuentros de 1 hora cada una. Observamos que el grupo presentaba comportamientos demasiado agresivos, verbales y físicos, tanto en la clase y en otros ambientes de la escuela. Al iniciar las clases de judo, observamos que los mismos comportamientos se repetían también en esos momentos. Basado en una planificación de clases orientada hacia los principios filosóficos del judo, de las etiquetas y normas que rigen esa práctica, los participantes pasaron a actuar con menos agresividad, tanto en el dojo y en la escuela. La experiencia nos permitió conocer peculiaridades del grupo e intervenir de forma puntual y significativa a los niños, que se apropiaron de los conocimientos adquiridos en las clases e hicieron uso tanto en el dojo y en la escuela.

Palabras-clave: artes marciales, educación por el deporte, habilidades sociales, socialización.

Introdução

As atitudes antissociais e os comportamentos agressivos considerados prejudiciais em crianças e escolares, como agressões verbais ou físicas entre pares e até mesmo com adultos, sempre foi uma questão de reflexão para professores, pais e dirigentes. As maiores preocupações são com relação às repercussões negativas que atitudes e comportamentos desse tipo podem causar no aproveitamento escolar e na socialização dessas crianças. Observa-se que a origem deste problema pode estar relacionada a déficits de comportamentos socialmente competentes e se não forem trabalhados enquanto a criança está em formação, podem repercutir na vida adulta dela (Longarezi, 2003).

A construção de um repertório socialmente habilidoso pode ocorrer em interações em contextos naturais sem treinamento formal, como no relacionamento entre pais e filhos, irmãos, colegas de escola, amigos e cônjuges (Gomide, 2004; Bolsoni-Silva, Silveira & Marturano, 2008; Pinheiro, Haase, Amarante, Del Prette & Del Prette, 2006). Entretanto, falhas podem ocorrer neste processo de aprendizagem, ocasionando déficits relevantes em habilidades sociais. Tem-se constatado que esses déficits estão relacionados com fraco desempenho acadêmico, uso de drogas lícitas e ilícitas, delinquência, diversas desordens emocionais, entre outros (Del Prette & Del Prette, 2002; Del Prette & Del Prette, 2008; Del Prette & Del Prette, 2011).

A indisciplina é apontada como um dos principais obstáculos enfrentados por pais e professores em relação à educação das crianças, sendo relacionada à falta de noções de regras e limites por parte das crianças (Longarezi, 2003). Isso reforça a relação que se estabelece entre o comportamento indisciplinado da criança e a construção de seu repertório de habilidades sociais, indicando, portanto, que a raiz desse problema está, também, na construção e desenvolvimento de habilidades sociais que as crianças vêm recebendo. O baixo índice de habilidades sociais quando constatado torna as relações interpessoais críticas, podendo gerar restrições e conflitos, consequentemente interferindo de maneira negativa no grupo em que o indivíduo está inserido e na saúde psicológica destes (Bolsoni-Silva et al., 2008; Pinheiro et al., 2006).

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 (Del Prette & Del Prette, 2008). Esses comportamentos inadequados estão relacionados às características das crianças, às práticas parentais, à história de interação familiar e à situação escolar (Bolsoni-Silva et al., 2008; Pinheiro et al., 2006). As experiências interpessoais e as interações com ambiente influenciam o repertório de habilidades sociais do sujeito, pois elas tanto podem promover um elaborado repertório de habilidades como podem restringi-lo, gerando falhas nas relações interpessoais (Del Prette & Del Prette, 2011).

A competência social qualifica a proficiência do desempenho social e se refere à capacidade do indivíduo de organizar pensamentos, sentimentos e ações em função de seus objetivos e valores, articulando-os às demandas imediatas e mediatas do ambiente. Esta capacidade envolve um conjunto de

habilidades complexas, incluindo, dentre outras, as de fazer perguntas, lidar com críticas, seguir regras, solicitar mudanças de comportamento e resolver situações interpessoais conflituosas (Del Prette & Del Prette, 2011).

O desenvolvimento das habilidades sociais torna o sujeito mais adaptável ao meio que o cerca, favorecendo os bons relacionamentos e melhorando a autoestima. Pessoas socialmente competentes sentem-se mais satisfeitas, mais saudáveis, física e mentalmente. Porém os sujeitos que não possuem tais habilidades tendem a ter uma qualidade de vida menor e estarem mais propensos a uma psicopatologia (Feiten & Pergher, 2010; Bandeira, Rocha, Pires, Del Prette & Del Prette, 2006; Silva, 2008).

Muitas alternativas vêm sendo utilizadas visando à melhoria da aprendizagem e socialização de crianças. O incentivo às práticas esportivas vem demonstrando bastante sucesso nessa área (Pinto & Cunha, 1998; Machado et al., 2007; Batista & Delgado, 2013; Oliveira & Gomes Junior, 2014; Silva & Graça, 2015). Além de garantir o desenvolvimento educacional físico e de cooperação entre os colegas, o esporte proporciona desafios físicos e mentais, e contribui para o desenvolvimento social, promovendo a identidade social e grupal (Freire & Soares, 2000).

A relação entre esporte e bem-estar psicológico foi considerada como positiva, sugerindo que o aumento da sensação de controle, do sentimento de competência e da autoeficácia, além do lazer, proporciona interações sociais positivas, o autoconceito e a auto-estima (Weinberg & Gould, 2001). A ação educativa através do esporte pode servir para as crianças como um ambiente promotor de saúde e das mais diversas habilidades, sendo que o esporte, principalmente a educação pelo esporte, pode agir transformando potenciais em competências (Machado et al., 2007).

Segundo o Governo Federal, “[...] o esporte não é um instrumento para atacar apenas este ou aquele problema, por mais grave que seja. O esporte é isto sim, um poderoso fator de desenvolvimento humano num sentido mais amplo, porque contribui de forma decisiva para a formação física e intelectual das pessoas” (Brasil, 1997). Entre as modalidades esportivas, pode-se destacar o judô, considerado um esporte educativo por excelência, que permite à criança expressar-se plenamente no contexto lúdico, canalizando sua energia e reforçando seu caráter (Nunes, 2014). Por meio de técnicas de autodefesa, o aluno aprimora o equilíbrio corporal, aprende a utilizar-se da disciplina e do respeito nas ações e reações, desenvolve a segurança e a autoconfiança. Aprende, ainda, a lidar com suas limitações e a controlar suas emoções. Além de ser uma atividade de relaxamento e de prazer, o judô é uma prática esportiva que desenvolve no aluno a concentração e a possibilidade de analisar e conviver com situações de sucesso e fracasso (Villamón & Brousse, 2002).

Segundo o Professor Jigoro Kano (JK), a prática regular do judô pode auxiliar a pessoa a superar seus déficits psicossociais, uma vez que, baseado no princípio da máxima eficiência com menor gasto de energia, ela percebe que a raiva, o estresse, o descontentamento, entre outras, são gastos desnecessários de energia (Kano, 2008). Este desporto pode trazer também benefícios no desempenho escolar dos alunos, na medida em que, através dos princípios e exercícios motores, desperta o sentido de participação,

respeito e concentração, essenciais para o sucesso do processo ensino-aprendizagem (Trusz & Dell'Aglio, 2010).

Programas que visem o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes podem ser considerados uma ferramenta valiosa em todos os níveis de atuação em saúde e também em educação, sendo útil para minimizar fatores de risco e incrementar fatores de proteção ao desenvolvimento humano (Murta, 2005). Uma proposta de ensino de judô pautada nos princípios pedagógicos e filosóficos que o originaram, pode trazer importantes contribuições para o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes de seus praticantes.

Tendo em vista os benefícios da prática esportiva, especificamente o judô, para o desenvolvimento psicossocial de crianças e adolescentes, o objetivo deste estudo foi relatar a experiência de um professor de educação física da rede municipal de ensino com uma turma de iniciantes no judô, verificando se existe relação entre a prática desse esporte e o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes.

Métodos

Tipo de estudo

Realizamos um relato de experiência com uma turma de um Projeto de Extensão Universitária de iniciação ao judô realizado com alunos do quarto ano do ensino fundamental de uma escola municipal de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brasil. As informações relatadas foram obtidas através de observações ao longo do semestre de aulas. Os relatos dos aspectos psicossociais são baseados na classificação de habilidades sociais proposta por Del Prette & Del Prette (2011), conforme quadro abaixo:

Quadro 1: Classes e subclasses de habilidades sociais propostas como relevantes na infância

Classes Principais	Subclasses
Autocontrole e expressividade emocional	Reconhecer e nomear as emoções próprias e dos outros, controlar a ansiedade, falar sobre emoções e sentimentos, acalmar-se, lidar com os próprios sentimentos, controlar o humor, tolerar frustrações, mostrar espírito esportivo, expressar as emoções positivas e negativas.
Civilidade	Cumprimentar pessoas, despedir-se, usar locuções como: <i>por favor, obrigado, desculpe, com licença</i> , aguardar a vez para falar, fazer e aceitar elogios, seguir regras ou instruções, fazer perguntas, responder perguntas, chamar o outro pelo nome.
Empatia	Observar, prestar atenção, ouvir e demonstrar interesse pelo outro, reconhecer/inferir sentimentos do interlocutor, compreender a situação (assumir perspectiva), demonstrar respeito às diferenças, expressar compreensão pelo sentimento ou experiência do outro, oferecer ajuda, compartilhar.
Assertividade	Expressar sentimentos negativos (raiva e desagrado), falar sobre as próprias qualidades ou defeitos, concordar ou discordar de opiniões, fazer e recusar pedidos, lidar com críticas e gozações, pedir mudança de comportamento, negociar interesses conflitantes, defender os próprios direitos, resistir à pressão dos colegas.

Fazer amizades	Fazer perguntas pessoais, responder perguntas oferecendo informação livre (auto-revelação), aproveitar as informações livres oferecidas pelo interlocutor, sugerir atividade, cumprimentar, apresentar-se, elogiar e aceitar elogios, oferecer ajuda, cooperar, iniciar e manter conversação ("enturmar-se"), identificar e usar jargões apropriados.
Solução de problemas interpessoais	Acalmar-se diante de uma situação problema, pensar antes de tomar decisões, reconhecer e nomear diferentes tipos de problemas, identificar e avaliar possíveis alternativas de solução, escolher, implementar e avaliar uma alternativa, avaliar o processo de tomada de decisão.
Habilidades sociais acadêmicas	Seguir regras ou instruções orais, observar, prestar atenção, ignorar interrupções dos colegas, imitar comportamentos socialmente competentes, aguardar a vez para falar, fazer e responder perguntas, oferecer, solicitar e agradecer ajuda, buscar aprovação por desempenho realizado, elogiar e agradecer elogios, reconhecer a qualidade do desempenho do outro, atender pedidos, cooperar e participar de discussões.

Fonte: Del Prette & Del Prette, 2011, p. 46 e 47

Caracterização do ambiente e da turma

O Projeto Bugre Lucena (PBL), um projeto de extensão universitária de iniciação ao judô, ocorre desde 1991, ininterruptamente, com o objetivo de proporcionar a prática de judô e outros esportes de combate de forma gratuita à população de baixa renda. Ao longo dos anos, diversas parcerias foram firmadas para atendimento desse público. Atualmente existe uma parceria com a Secretaria Municipal de Educação da Prefeitura de Porto Alegre, e o PBL passou a atender turmas exclusivas de alunos da rede pública municipal de ensino.

A participação dos alunos e escolas municipais acontece por adesão dos mesmos. A escola interessada em participar com seus alunos procura a coordenação pedagógica do Projeto PBL e inscreve os alunos, no limite de 25 por turma. É organizada então a logística, com a marcação de transporte fornecido pelo Projeto e o empréstimo dos *judogis*². O dojô onde ocorrem as aulas fica localizado na Escola de Educação Física da Universidade. Uma área de aproximadamente 160 m² de tatames oficiais e piso com sistema especial para amortecimento dos impactos das quedas.

As turmas de judô do PBL são organizadas em: Iniciação, Aperfeiçoamento (alunos que treinaram pelo menos um ano na turma de Iniciação) e Treinamento (alunos com graduação mais avançada). É dada ênfase aos fundamentos, aos princípios e às etiquetas do judô, a saber: cumprimentos (*rei*), amortecimentos de quedas e rolamentos (*ukemis*), deslocamentos (*shintai*), posturas (*shizentai*) e pegadas (*kumikata*), posições e saudações. As projeções no Judô são introduzidas de acordo com uma metodologia adaptada do método alemão e o gokyô (sistema de classificação de técnicas: 5 grupos de 8 técnicas cada). Esta metodologia é baseada no aprendizado progressivo das técnicas, das de execução mais fácil e impacto da queda mais brando para as de maior dificuldade de execução e

²Judogi: quimono, uniforme para a prática do judô.

impacto mais severo. As técnicas de domínio no solo (*katame waza*) são as imobilizações (*ossae komi waza*), ficando excluídas para alunos com idade inferior a 14 anos as técnicas de chave de articulação e estrangulamentos (*kansetsu waza* e *shime waza*). As regras de competição, histórico e biografia e ensinamentos do fundador do judô são referidos em aula através de explanações orais do professor, apresentação de vídeos e materiais impressos.

Os alunos que constituíram a turma para este estudo frequentaram o 4º ano do ensino fundamental de uma escola pública municipal. O número de alunos que frequentavam as aulas regularmente era de aproximadamente 24 crianças de ambos os sexos, com idades variando de 9 a 12 anos, predominando crianças de 9 e 10 anos. Os participantes frequentaram aulas de judô duas vezes por semana, no período de agosto a dezembro de 2015, totalizando 30 encontros de 1 hora cada. O grupo ainda participou de uma competição interna com outras turmas e convidados e da cerimônia de troca de faixa ao final dos 30 encontros.

Resultados e discussão

Das turmas de escolas municipais de 2015 que estavam frequentando as aulas no Projeto, a escolhida para este estudo foi a que aqui nomearemos de Turma 5. Esta turma apresentava muitas situações de indisciplina na Escola, principalmente no recreio. Fizemos observações diariamente na Escola durante o primeiro semestre e constatamos que se caracterizava como muito agitada e intolerante entre os pares. Eram frequentes as brigas entre os alunos e pelos motivos mais fúteis. O auge das situações problemáticas foi a organização dos alunos em "bondes" que se procuravam no recreio para brigar. Muitas vezes, boa parte dos alunos era encaminhada à Coordenação de Turno e Direção em razão dessas situações. Na sala de aula também eram muito agitados e as agressões verbais entre eles eram frequentes. Apesar disso o aprendizado, segundo relato da professora regente, estava razoavelmente bom. Porém algumas vezes era necessário encaminhar alguns alunos à Coordenação de Turno ou Direção quando extrapolavam os limites colocados pela professora.

Estes alunos ingressaram no Projeto de Judô no segundo semestre, após uma reunião entre a professora regente, a coordenação de disciplina da escola e a coordenação pedagógica do PBL, onde a escola solicitou o apoio do PBL, entendendo que o aprendizado de um esporte de combate poderia agregar experiências que melhorassem a socialização dos alunos. Apesar de iniciarem as aulas um pouco tímidos em relação ao novo ambiente que passaram a frequentar, os mesmos comportamentos indisciplinados e agressivos se manifestavam. Agressões verbais entre eles eram bastante frequentes. Muitas vezes as aulas tinham de ser interrompidas para uma conversa geral sobre comportamentos aceitos no *dojô*.

O foco pedagógico do PBL é a formação do aluno como judoca e cidadão, baseado nos ensinamentos do Professor Jigoro Kano, onde o indivíduo deve buscar o aperfeiçoamento físico, cognitivo e social de si próprio e colaborar com a comunidade em que está inserido (Villamón & Brousse, 2002; Kano, 2008). O caminho para se atingir esse objetivo é a

prática do Judô com ênfase no respeito aos locais de treino e aos praticantes e estender esse respeito à sua família e comunidade.

Dessa forma, buscamos, através do dia-a-dia das aulas de judô, apresentar as etiquetas, os fundamentos e as técnicas desta modalidade, pontuadas sempre com muitas conversas sobre cooperação entre os colegas, deixar de implicar com o outro, cuidar da própria conduta ao invés de apontar para os outros, sempre com enfoque nos princípios filosóficos do judô *Jita Kyoei* e *Sey Ryoku Zenyou*, que podem ser traduzidos por “Bem estar e benefícios para todos” e “Melhor desempenho com menor gasto de energia”. Através desses princípios, a proposta do Professor Jigoro Kano objetivava claramente promover o crescimento dos seus praticantes e o da sociedade em geral (Kano, 2008).

Com o passar das aulas, observamos que os alunos passaram a executar as normas do dojô e as etiquetas do judô de forma mais natural, mostrando que estavam se apropriando destes comportamentos. Atitudes simples como organizar seu material pessoal nos armários, calçar os chinelos no intervalo para tomar água, fazer saudação para entrar ou sair do tatame, sentar em *agura*³ ou *hiraza*⁴ para ouvir uma explicação, cumprimentar o colega com aperto de mão depois da saudação após um *randori*⁵ passaram a fazer parte do repertório de comportamentos nas aulas de judô.

Nota-se ainda que o nível de concentração dos alunos apresentou melhora considerável. No início do semestre, eram necessárias muitas intervenções para que a turma focasse nas explicações e conversas. Após três meses de aulas, os alunos já se organizavam para ouvir as conversas e explicações com apenas um chamado do *sensei*⁶. Destacamos que a melhora na concentração pode ser observada a partir do momento em que os alunos diminuíram as agressões verbais e as implicâncias de uns com os outros. Essas mudanças também podem ser relacionadas à prática da conduta exigida no dojô, a qual reforça comportamentos que levam o praticante a dar maior atenção, e consequentemente concentrar-se mais às explicações do *sensei* ou de algum colega que esteja expondo algum aspecto importante da técnica a ser executada.

Em uma das nossas conversas com a turma, ressaltamos essa melhora e orientamos que associassem isso ao princípio da máxima eficiência. Uma vez que eles não estavam gastando energia em implicar com os colegas, em apontar os defeitos dos outros, sobrava energia para que eles tivessem um aprendizado mais qualificado nas aulas deles, tanto na quantidade de ensinamentos que eles poderiam receber em uma única aula como na qualidade que eles poderiam desenvolver esses ensinamentos. A professora regente acompanhou os alunos durante todo o semestre no PBL e comentou conosco sobre a diminuição das brigas e implicâncias entre eles quando estavam nas aulas de judô.

Continuamos a observá-los na escola durante o segundo semestre também. Apesar de estarmos conseguindo alguns avanços nas aulas de

³Agura: forma de sentar, com as pernas cruzadas.

⁴Hiraza: forma de sentar, ajoelhado sentando o quadril nos calcanhares.

⁵Randori: treino livre, simulação de combate.

⁶Sensei: professor, aquele que veio antes.

judô, no ambiente escolar os alunos ainda tinham problemas disciplinares. Resolvemos intervir nas aulas de judô com mais conversas. Em uma das conversas, expusemos que a ideia do Professor Jigoro Kano, quando sistematizou o judô, era de que as pessoas buscassem melhorar não apenas no dojô, mas no dia-a-dia delas. Explicamos que as normas e etiquetas que eles aprenderam podem e devem ser utilizadas além das aulas de judô (Kano, 2008). A partir de então, gradualmente, pudemos perceber também na escola que os alunos passaram a agir conforme orientação recebida no judô. Percebemos a diminuição das agressões verbais e físicas entre eles. Os problemas com os "bondes" se extinguiram e a turma teve um fechamento de ano na Escola mais tranquilo.

Outra observação importante que fizemos acerca das aulas no dojô, foi que, inicialmente, a tentativa de seguir as normas e etiquetas orientadas estava voltada mais para agradar os professores. Normalmente os alunos agiam conforme as etiquetas apenas quando os mesmos estavam observando a turma. Com o passar do tempo, porém, verificamos que houve uma apropriação das etiquetas por parte dos alunos, tornando-se uma questão mais natural para eles.

Considerações finais

O judô é um esporte educativo por excelência, que permite à criança expressar-se plenamente no contexto lúdico, canalizando sua energia e reforçando seu caráter. Por meio de técnicas de autodefesa, o aluno aprimora o equilíbrio corporal, aprende a utilizar-se da disciplina e do respeito nas ações e reações, desenvolve a segurança e a autoconfiança. Aprende, ainda, a lidar com suas limitações e a controlar suas emoções. Além de ser uma atividade de relaxamento e de prazer, o judô é uma prática esportiva que desenvolve no aluno a concentração e a possibilidade de analisar e conviver com situações de sucesso e fracasso.

Ao observarmos que as situações problemáticas que faziam parte da rotina dos alunos da Turma 5 do projeto de judô na escola, especialmente as agressões verbais e físicas entre eles, estavam prejudicando o aprendizado e dificultando a sua socialização, ultrapassando o limite do tolerável e administrável nas instâncias dentro da escola, tomamos a decisão de uma alternativa fora do ambiente que as crianças estavam acostumadas e que pudesse trazer algo novo e positivo para o aprendizado delas.

O trabalho desenvolvido no projeto de judô com a turma 5 buscou proporcionar, aos participantes, experiências que promovessem comportamentos socialmente habilidosos. O ensino através das lutas deve ser visto como uma forma de colaborar com a formação das pessoas, de maneira que o aluno de judô, assim como de qualquer outro esporte de combate, se insira na sua sociedade como um bom cidadão. Nesse sentido, o judô, ensinado de acordo com os princípios filosóficos preconizados pelo Professor Jigoro Kano, é uma prática que pode colaborar na formação dos indivíduos, auxiliando-os a se inserirem em sua sociedade com valores e atitudes culturalmente aceitos.

Podemos relacionar a apropriação das etiquetas do judô como a conquista de comportamentos socialmente competentes pelos alunos. O fato dos alunos terem manifestado os comportamentos aprendidos nas aulas de judô também no ambiente escolar nos remete a concluir que um projeto de iniciação ao judô, baseado nos princípios filosóficos e ensinamentos do Professor Jigoro Kano, pode sim funcionar como um eficiente programa para o desenvolvimento de comportamentos socialmente competentes.

Referências

- Bandeira, M., Rocha, S.S., Pires, L.G., Del Prette, Z.A.P., & Del Prette, A. (2006). Competência acadêmica de crianças do Ensino Fundamental: características sociodemográficas e relação com habilidades sociais. *Interação em Psicologia*, 10(1), 53-62.
- Batista, M., & Delgado, S.C. (2013). A prática de judô em relação com o autoconceito, a auto-estima e o rendimento escolar de alunos do primeiro ciclo do ensino básico. *Revista de Ciencias del Deporte*, 9(3), 193-210.
- 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*. X(2), 125-142.
- Brasil, Ministério da Educação e Cultura (1997). Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física. Brasília-DF.
- Brasil, Ministério da Educação e Cultura (1998). Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física. Brasília-DF.
- Coll, C. (1993). *Desenvolvimento Psicológico e Educação: Necessidades Educativas Especiais e aprendizagem*. Porto Alegre: Artmed.
- Del Prette, Z.A.P., & Del Prette, A. (2002). Avaliação de habilidades sociais de crianças com um inventário multimídia: indicadores sociométricos associados a frequência versus dificuldade. *Psicologia em Estudo*, 7(1), p. 61-73.
- Del Prette, Z.A.P., & Del Prette, A. (2008). Um sistema de categorias de habilidades sociais educativas. *Paidéia*, 18(41), 517-530.
- Del Prette, Z.A.P., & Del Prette, A. (2011). *Psicologia das habilidades sociais na infância: teoria e prática*. 5ª edição. Petrópolis-RJ: Vozes.
- Federação Gaúcha de Judô (2013). Unesco declara judô como esporte mais adequado para crianças. Porto Alegre. Texto recuperado em dez./2015: <http://www.judors.com.br/2013/02/13/unesco-declara-judo-como-esporte-mais-adequado-para-criancas/>
- Feiten, G., & Pergher, G.K. (2010). A influência do esporte sobre as habilidades sociais de cadeirantes. Artigo para conclusão de curso FACCAT.
- Freire, T., & Soares, I. (2000). O impacto psico-social do envolvimento em actividades de lazer no processo de desenvolvimento adolescente. *Psicologia: Teoria, Investigação e Prática*, 1, 23-40.
- Gomide, P.I.C. (2004). *Pais presentes pais ausentes: Regras e limites*. Petrópolis-RJ: Vozes.

Kano, J. (2008). Kodokan Judo. Tokio, New York: Kodansha Internacional.

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.

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. (2014). Projeto de Extensão Bugre Lucena XXV Edição – Iniciação ao judô. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Texto não publicado.

Oliveira, L.C. de, & Gomes Junior, L.C. (2014). Benefícios do basquetebol para adolescentes de uma instituição federal de ensino. In: V Simpósio de Pesquisa e Inovação/IV Seminário de Iniciação Científica do IF Sudeste MG. Barbacena.

Pinheiro, M.I.S., Haase, V.G., Amarante, C.L.D., Del Prette, A., & Del Prette, Z.A.P. (2006). Treinamento de Habilidades Sociais e educativas para Pais de Crianças com Problemas de Comportamento. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19(3), 407-414.

Pinto, J.A., & Cunha, F.H.G. (1998). O tênis como alternativa no currículo escolar para crianças entre 8 e 12 anos. *Motriz*, 4(1), 26-34.

Silva, R.C.O. (2008). Habilidades Sociais no âmbito da Educação Física: um estudo bibliográfico. Monografia para conclusão de curso UNIR.

Silva, A.V. da, & Graça, R.L. da. (2015). Muay Thai: benefícios comportamentais nas crianças praticantes na cidade de Cocal do Sul - SC. TCC – Curso de Educação Física, Unidade Acadêmica em Ciências Humanas, Universidade do Extremo Sul Catarinense.

Trusz, R.A., & Del'Aglio, D.D. (2010). A prática do judô e o desenvolvimento moral de crianças. *Revista brasileira de psicologia do esporte*, 3(2), 117-135.

Villamón, M., & Brousse, M. (2002). El judo como contenido de la educación física escolar. In: Castarlenas, J.L., & Molina, J.P., *El judô em la educación física escolar: unidades didáticas*. (pp.11-28). Barcelona: Editorial Hispano Europea.

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

Sobre o autor

Rodrigo Augusto Trusz

Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS

Alexandre Velly Nunes

Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS

Carlos Adelar Abaide Balbinotti

Universidade Federal do Rio Grande do Sul - UFRGS

Contato

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA

Rodrigo Augusto Trusz

Trav. Américo Silveira, 340/109, Cristo Redentor, Porto Alegre-RS,

CEP 91370-010

E-MAIL

rodrigo.trusz@ufrgs.br

TELEFONE

(51) 99915-9029

Sobre o trabalho

Trabalho aceito no Congresso Internacional de Pedagogia do Esporte 2018, em Campinas-SP.

Apoio: Pró-Reitoria de Extensão da UFRGS através do Programa de Bolsas de Extensão e Edital PROEXT/MEC 2015/2016.