



O JIU JITSU BRASILEIRO EM EXTENSÃO

Luiz Gustavo Bonatto Rufino¹
Carlos José Martins²

RESUMO

Esse estudo teve como objetivo analisar o impacto de um projeto de extensão universitária para a promoção da cidadania. Para isso, foi selecionada uma amostra de 15 participantes do projeto de extensão universitária de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro. Aplicou-se um questionário com cada um destes participantes buscando estabelecer suas opiniões e visões não só sobre o jiu jitsu em si, mas também sobre a importância de um projeto de extensão como este no âmbito social. Os sujeitos demonstraram gostar muito da prática do jiu jitsu, sobretudo entendendo o jiu jitsu enquanto possibilidade de realização de atividades físicas e de lazer. Todos os sujeitos consideraram importante a existência de projetos de extensão como o de jiu jitsu na universidade. Com relação aos motivos que os levaram à participação no projeto, a maioria afirmou que a possibilidade de treinar com outras pessoas é a principal razão, fato que ilustra a democratização da prática do jiu jitsu proposto por este projeto de extensão. Conclui-se que o projeto de extensão universitária de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro tem um impacto positivo para os participantes, pois permite a eles não só conhecerem as técnicas da modalidade, mas também discutir sobre as diversas vertentes de conteúdos do jiu jitsu, tornando-se mais críticos e reflexivos sobre esta prática corporal.

Palavras-chave: Jiu Jitsu. Extensão Universitária. Ensino. Dimensões dos Conteúdos.

THE BRAZILIAN JIU JITSU IN EXTENSION

ABSTRACT

This study aimed analyzing the impact of an extension project for the promotion of citizenship. So, we selected a sample of 15 jiu jitsu participants of the extension project at UNESP. Each participant answered a questionnaire, and we tried to establish their views and visions, not only about jiu jitsu, but also about the importance of an extension project like this in our society. The subjects seemed to like jiu jitsu a lot, comprehending it as a possibility for physical and leisure activity. All participants considered it important to have this kind of project in the university. The opportunity to practice with other people is the main reason that led the participants to this project. This fact illustrates the democratization of jiu jitsu proposed by this extension project. We concluded that the jiu jitsu extension project at UNESP at Rio Claro has a positive impact on their participants, because it allows them to not only to know the techniques of the sport, but also to discuss the various aspects of jiu jitsu's contents, becoming more critical and reflective about this body practice.

Keywords: Jiu Jitsu. University Extension. Teaching. Dimensions of Contents.

¹ Discente do Curso Graduação em Educação Física da UNESP Rio Claro

² Professor do Departamento de Educação Física da UNESP Rio Claro.



EL JIU JITSU BRASILEÑO EN EXTENSIÓN

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo analizar el impacto de un proyecto de extensión para la promoción de la ciudadanía. Para ello, hemos seleccionado una muestra de 15 participantes en el proyecto de extensión universitaria de jiu jitsu de la UNESP - Rio Claro. Se aplicó un cuestionario a cada participante tratando de establecer sus puntos de vista y visiones, no sólo acerca de jiu jitsu en sí mismo, sino también sobre la importancia de un proyecto de extensión como este en nuestra sociedad. Los sujetos demostraron bien disfrutar de la práctica de jiu jitsu, entendida como una posibilidad para la actividad física y el ocio. Todos los participantes consideraron muy importante contar con proyectos de extensión como este en la universidad. Entre las razones que llevaron a la participación del proyecto, la mayoría dice que la oportunidad de entrenar con otras personas es la principal razón. Este hecho ilustra la democratización de jiu jitsu propuesto por este proyecto de extensión. Se concluye que el proyecto de extensión universitaria de jiu jitsu en UNESP - Rio Claro tiene un impacto positivo en los participantes, que les permite no sólo conocer las técnicas del deporte, sino también analizar los diversos aspectos relacionados con el contenido de lo jiu jitsu, convertirse en personas cada vez más críticas y reflexivas sobre esta práctica corporal.

Palabras-clave: Jiu Jitsu. Extensión Universitaria. Enseñanza. Dimensiones de contenidos.

INTRODUÇÃO

Segundo [Da Costa \(2006\)](#), o jiu jitsu brasileiro é o esporte individual que mais cresce no país, possuindo cerca de trezentos e cinquenta mil praticantes e quinhentos estabelecimentos de ensino somente nas grandes capitais. Há ainda o fomento de produtos relacionados ao jiu jitsu que cresce vertiginosamente, tanto entre os praticantes quanto entre os não praticantes, como revistas, livros, *dvds*, vestimentas específicas (como kimonos), vestimentas gerais (como camisetas e bermudas), dentre outros produtos.

[Rufino e Darido \(2009a\)](#), afirmam que o jiu jitsu está em constante transformação e, a cada dia, cresce o número de praticantes, de campeonatos, de federações e confederações e, até mesmo, o número de golpes, chaves e posições relacionadas à modalidade.

Além disso, a modalidade está inserida em outros ambientes como algumas escolas e, até mesmo, dentro de universidades, seja enquanto disciplina curricular, como no caso da Universidade Gama Filho, no Rio de Janeiro ([DA COSTA, 2006](#)), ou enquanto projeto de extensão universitária, como no caso da Universidade Estadual Paulista "Júlio de Mesquita Filho", UNESP – Rio Claro.

Dessa maneira, é possível afirmar que essas transformações têm provocado algumas mudanças de concepções em determinadas pessoas sobre o jiu jitsu brasileiro



que, no passado, já foi rotulado genericamente como “*esporte violento e agressivo*” por uma quantidade muito maior de indivíduos.

Para [Rufino e Darido \(2009b\)](#), se outrora os lutadores de jiu jitsu foram estigmatizados pela conduta de algumas pessoas que se intitulavam lutadores (até mesmo com a popularização na mídia de termos como os “*pit boys*” que eram os praticantes de jiu jitsu que brigavam em casas noturnas e bares), hoje o esporte vem aumentando o número de praticantes e de consumidores de produtos referentes à modalidade.

Entretanto, ainda é possível constatar, como afirmaram [Rufino e Darido \(2010, p. 181\)](#) que, se por um lado, o jiu jitsu brasileiro está crescendo em número de praticantes e visibilidade, por outro, ainda é comum encontrar várias reportagens vinculadas à mídia publicadas de forma pejorativa, ou que representam uma visão limitada sobre a modalidade, sendo muito comum encontrar nas mídias reportagens que vinculam a imagem do jiu jitsu brasileiro a brigas, violência, confusões, agressões, etc.

Como exemplo de reportagens que relacionam questões sobre violência ao jiu jitsu podemos destacar: “*Lutador de jiu jitsu é acusado de matar travesti e queimar corpo*” ([O ESTADO DE SÃO PAULO, 2010](#)), “*Lutador da família Gracie é acusado de agredir idoso e roubar carro em SP*” ([FOLHA DE SÃO PAULO, 2007a](#)), “*Lutador de jiu jitsu causa tumulto com arma falsa e é preso no RS*” ([FOLHA DE SÃO PAULO, 2007b](#)), “*Lutadores de jiu jitsu são acusados de provocar brigas em Franca*” ([FOLHA DE SÃO PAULO, 2000](#)), dentre outras reportagens.

Para [Betti \(2006\)](#), no âmbito da cultura corporal de movimento, as mídias informam e ditam formas, constroem novos sentidos e modalidades de entretenimento e consumo. Mesmo focando prioritariamente o esporte, as mídias cada vez mais buscam destacar outras temáticas da cultura corporal de movimento como, por exemplo, as ginásticas, os “esportes radicais” e as lutas, que passaram a ser objeto do processo de espetacularização mediado pela televisão, temática da publicidade, pauta de matérias em jornais, revistas e sites da internet.

Dessa forma, a “*imagem social*” do jiu jitsu brasileiro oscila dentro de um *continuum* onde, em um extremo, há o aumento da popularidade e do conhecimento sobre a modalidade e, no outro extremo, o preconceito gerado pela falta de informação ou pela vinculação tendenciosa do jiu jitsu por alguns meios de comunicação.

Essa oscilação da visão geral corrobora alguns estudos publicados sobre o jiu jitsu em relação à aderência de praticantes. [Tavares Júnior, Silva e Drigo \(2003\)](#), por exemplo, avaliaram o que leva as pessoas a aderirem à prática de jiu jitsu, levando-se em conta a imagem negativa passada por veículos de comunicação, identificada pelos autores como fator limitante do crescimento da modalidade. Os autores aplicaram um questionário em 39 praticantes de jiu jitsu da cidade de Rio Claro – SP (sendo 34 homens e 6 mulheres). Como resultados, os autores encontraram que 48,35% dos entrevistados conheceram o jiu jitsu através de programas de televisão ou vídeo, 32,25% por amigos, 9,7% por revistas e 9,7% por outros motivos ([TAVARES JÚNIOR, SILVA e DRIGO, 2003](#)).

Em outro estudo, [Silva e Tahara \(2003\)](#) analisaram os principais fatores de adesão à prática do jiu jitsu. Para isso, os autores aplicaram um questionário em 17 sujeitos praticantes de jiu jitsu também da cidade de Rio Claro – SP. Como resultados, eles



encontraram que os principais fatores de adesão relacionam-se ao dinamismo que o jiu jitsu oferece e ao prazer em praticá-lo.

Dentro desse complexo contexto dicotômico no qual o jiu jitsu brasileiro está envolvido, surge indagações sobre a possibilidade de ensino dessa prática corporal objetivando desmistificar visões tendenciosas, quebrar paradigmas historicamente criados e, sobretudo, incluir o ensino do jiu jitsu em procedimentos que visem refletir sobre a prática dessa modalidade em todos os níveis possíveis de serem abordados (física técnica, filosófica e educacionalmente), pretendendo assim que as pessoas possam conhecer o jiu jitsu, praticá-lo e adquirirem uma postura mais crítica e reflexiva sobre essa modalidade, proporcionando uma ação educacional que contribua com a cidadania.

Tendo em vista a ampliação dos conteúdos sobre essa prática corporal, será exposta, a seguir, uma breve contextualização histórica sobre as possíveis origens do jiu jitsu, destacando os processos que o tornaram uma modalidade esportiva totalmente enraizada na cultura brasileira.

JIU JITSU BRASILEIRO: BREVE CONTEXTUALIZAÇÃO HISTÓRICA

O jiu jitsu é conhecido como uma das artes marciais mais antigas da história. De acordo com o site oficial da Confederação Brasileira de Jiu Jitsu ([CBJJ, 2010](#)), o jiu jitsu nasceu na Índia, sendo praticado por monges budistas há mais de três mil anos a.C.

Esses monges precisavam fazer longas viagens a pé e eram constantemente saqueados e roubados e, por ser contra os princípios da religião budista da qual eles faziam parte, eles não podiam possuir armas, muito menos utilizarem-se da violência para se defenderem. Por isso, eles desenvolveram uma forma de lutar na qual se baseava na defesa pessoal, não opondo resistência aos oponentes e sim usando a própria força dos oponentes contra eles mesmos ([CBJJ, 2010](#)).

Essa forma de lutar ficou conhecida como luta corpo a corpo na qual, segundo [Gracie e Gracie \(2003\)](#), favorece a pessoa mais fraca fisicamente, pois ela pode utilizar-se de alavancas e da luta de solo para submeter os seus adversários. Na luta corpo a corpo, não há chutes, socos ou pontapés, por exemplo. Ela utiliza-se do contato direto entre os oponentes para que um ganhe superioridade em relação ao outro. Exemplos de luta corpo a corpo são: o *wrestling* (também conhecido apenas como luta e que na modalidade olímpica se divide em duas: luta estilo livre e luta estilo greco-romano), o judô, o sambo (luta popular na Rússia) e o jiu jitsu brasileiro.

Após a sua origem na Índia, acredita-se que ele tenha passado para a China e, finalmente para o Japão, embora não haja muitas evidências científicas sobre esse processo. Porém, no Japão, o jiu jitsu se desenvolveu e popularizou-se até que Jigoro Kano passou a institucionalizar vários golpes e fundamentos do jiu jitsu tradicional e também a eliminar certos golpes.

Segundo [Virgílio \(1994\)](#), Jigoro Kano (1860 – 1938) estudou o jiu jitsu incessantemente, tendo tido vários mestres. Foi um estudioso não só do jiu jitsu como de diversas outras áreas do conhecimento, tendo estudado e dado aulas de inglês e sendo formado em filosofia, economia e ciência política pela Universidade Imperial de Tóquio.



Teve papel central na institucionalização das regras, modificação de condutas e incrementos de normas, fundando o judô, arte marcial que deriva do jiu jitsu.

Segundo [Gracie e Gracie \(2003\)](#), Jigoro Kano procurou “rejuvenescer” o jiu jitsu clássico japonês com uma reforma completa. Ele percebeu a necessidade de uma revisão radical no modo de treinar os alunos nas técnicas ensinadas. Assim, não criou muitas técnicas novas, mas usou as técnicas que ele já conhecia das antigas escolas de jiu jitsu, inovando na forma de ensinar essas técnicas.

Com o desenvolvimento do judô e a necessidade de divulgação dessa arte marcial, inúmeros lutadores formados pelo próprio Jigoro Kano passaram a divulgar o judô por todo o mundo. No Brasil, veio o lutador Mitsuyo Maeda, também conhecido pelo apelido de Conde Koma.

A partir de algum determinado momento da história, Maeda se intitulou um lutador de jiu jitsu e não mais de judô. Alguns acreditam que seja pelo fato dele, muitas vezes, ter proposto desafios a diversas pessoas em formas de lutas sem regras, chamadas de “vale tudo”, e isso ser contra a filosofia do judô de Jigoro Kano. Já outros afirmam que Maeda simplesmente se identificava mais com o jiu jitsu. O fato é que, embora os motivos sejam obscuros, Maeda chegou a abrir uma escola de jiu jitsu (e não de judô) na cidade de Belém, estado do Pará ([GRACIE e GRACIE, 2003](#)).

Maeda, como forma de gratidão pela ajuda que o empresário Gastão Gracie forneceu no processo de imigração na cidade de Belém, se ofereceu para dar aulas de jiu jitsu ao filho mais velho de Gastão: Carlos Gracie ([GRACIE e GRACIE, 2003](#)).

A partir daí, Carlos e seus irmãos, sobretudo o mais novo, Hélio Gracie, passaram a dedicar-se integralmente ao estudo e aprimoramento dessa forma de lutar. Mesmo com a mudança da família para o Rio de Janeiro, eles continuaram investindo nas técnicas e fundamentos do jiu jitsu que já não era mais como aquele jiu jitsu antigo japonês (denominado de jiu jitsu clássico japonês), e sim era uma “nova” modalidade, denominado por eles mesmo de Gracie Jiu Jitsu ou Jiu Jitsu Brasileiro.

Ao longo dos anos, o jiu jitsu foi se desenvolvendo no Brasil, fato devido, em grande parte, aos desafios propostos pelos lutadores da família Gracie a lutadores de outras modalidades. Mais recentemente, esses tipos de desafios passaram a ser denominados de eventos de mistura de artes marciais ou MMA (da sigla em inglês *Mixed Martial Arts*).

Atualmente, esses eventos passam por um processo de popularização muito grande, promovendo eventos gigantescos em diversas partes do mundo e fornecendo aos atletas grande quantidades de dinheiro. O evento mais popular do mundo é o *Ultimate Fighting Championship*, mais conhecido como UFC que surgiu a partir da ideia de um dos filhos de Hélio Gracie, Rorion Gracie.

Nesses eventos, o jiu jitsu tornou-se modalidade fundamental sobre a qual os atletas precisam ter pelo menos um mínimo de conhecimento para que eles possam ser bem sucedidos. Desde os primeiros UFCs que contou com a vitória do lutador brasileiro Royce Gracie (irmão de Rorion e também filho de Hélio Gracie), que não era nem o lutador mais pesado e nem o lutador mais forte, o jiu jitsu vem se consolidando como um dos principais pilares do MMA ou Mistura de Artes Marciais, ou ainda Artes Marciais Mistas.

Por sua vez, o jiu jitsu brasileiro também vem crescendo (embora em proporção menor do que a dos eventos de MMA). Em termos de competições, embora alguns

campeonatos como o Campeonato Mundial de Jiu Jitsu promovido pela Confederação Brasileira de Jiu Jitsu (CBJJ) e pela International Brazilian Jiu Jitsu Federation (IBJJF) anualmente, ainda não forneçam auxílios em dinheiro aos lutadores (embora promovam a popularidade deles), alguns campeonatos já fornecem consideráveis quantidades de dinheiro aos lutadores como o Campeonato Mundial Profissional ou *World Professional Jiu Jitsu Cup* promovido pelo *Sheik* Tahnoon Bin Zayed Al Nayan, dos Emirados Árabes Unidos, além do ADCC, o Abu Dhabi Combat Club, promovido pelo mesmo *Sheik*.

Ou seja, atualmente o jiu jitsu está ganhando visibilidade e aumento de praticantes, devido a uma série de fatores como: o apoio de determinados grupos de pessoas, a popularização através do MMA, a institucionalização de regras e ao trabalho da Confederação Brasileira e da Federação Internacional, entre outros.

Sobretudo, deve-se ressaltar o fato da intrincada relação que o jiu jitsu possui com a cultura brasileira, proveniente do desenvolvimento desse esporte pelo povo brasileiro. Certamente houve influências de diversas outras culturas como a oriental, sobretudo do Japão, mas as transformações que o jiu jitsu passou no Brasil, fizeram-no um elemento histórico nacional muito importante, pois considera diversos aspectos heterogêneos da cultura brasileira em sua prática, havendo inclusive leis que visem torná-lo patrimônio nacional (como o projeto de lei número 2.941/10 que declara o jiu jitsu brasileiro como patrimônio imaterial do estado do Rio de Janeiro).

O PROJETO DE EXTENSÃO DE JIU JITSU DA UNESP – RIO CLARO

O Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP – Rio Claro surgiu no ano de 2007 com o objetivo de promover vivências significativas a todos os interessados pela prática do jiu jitsu. Objetivou-se, assim, introduzir o jiu jitsu dentro do âmbito universitário como projeto de extensão, democratizando essa prática para o maior número possível de pessoas. Dessa forma, ao longo dos anos, o projeto vem atendendo a um grande número de beneficiados entre alunos e funcionários da universidade, assim como pessoas da comunidade de Rio Claro, entre crianças, jovens, adultos e idosos.

O projeto visa promover a iniciação à técnica, à tática e à aprendizagem da modalidade do jiu jitsu para uma melhor qualidade de vida (diminuição do stress, aumento da resistência, da coordenação motora, flexibilidade), além do ensino de técnicas de defesa pessoal.

Durante cada ano, é realizado um planejamento dividido em dois semestres. Ao longo de cada semestre, há a proposição de determinadas atividades de iniciação à modalidade, jogos e brincadeiras que abordem a temática do jiu jitsu, movimentos simples realizados individualmente, movimentações básicas realizadas em duplas, atividades em grupos, técnicas com e sem o uso do kimono (vestimenta específica do jiu jitsu), técnicas de projeções, quedas, amortecimentos, raspagens e desequilíbrios, passagens de guarda, pegadas, chaves, imobilizações, saídas de posições e finalizações, além de técnicas de defesa pessoal. Todas as aulas são contextualizadas com acontecimentos ocorridos durante o momento, como resultados em competições, reportagens veiculadas

pela mídia (especializada e geral), pontuação do jiu jitsu competitivo, principais regras da modalidade (e suas eventuais mudanças), interpretações de arbitragem, entre outros.

O projeto agrega também a possibilidade de ampliação dos conteúdos ensinados durante as aulas, discutindo-se com os beneficiados pelo projeto questões como: curiosidades sobre a modalidade, reflexões históricas sobre as origens e processos de esportivização, aspectos filosóficos, políticos e sociológicos do jiu jitsu, além de questões sobre ética, respeito e a influência da mídia sobre o jiu jitsu.

É proposto ainda, discussões para diferenciar lutas de brigas, incitações à violência, priorizando o respeito e a cidadania, assim como pesquisas sobre dados históricos e fatos curiosos sobre a história do esporte, dentre outras questões. Os beneficiários são incentivados a trazerem perguntas e curiosidades relevantes às aulas, permitindo que haja uma troca de informações e reflexões que transcende os processos de ensino e aprendizagem de gestos técnicos e movimentos específicos apenas.

Assim, tem-se o jiu jitsu como uma ferramenta de aprendizagem esportiva e educacional, possibilitando que um número cada vez maior de pessoas tenha acesso à prática organizada e sistemática do jiu jitsu através da difusão desse projeto de extensão universitária, divulgando a filosofia da prática do jiu jitsu dentro da UNESP e permitindo o intercâmbio com a comunidade e outras instituições.

Com isso, o objetivo desse estudo foi analisar o impacto do Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP Rio Claro, tendo como opinião a visão de alguns dos beneficiados pelo projeto, com relação à importância de haver, no âmbito da universidade, um projeto de extensão sobre o jiu jitsu brasileiro que visa ampliar os conteúdos ensinados para além da dimensão do "saber fazer", ou seja, dos procedimentos e gestos técnicos, visando agregar também o ensino de conceitos e atitudes durante o processo pedagógico de ensino e aprendizagem.

MATERIAIS E MÉTODOS

Amostra

Para este trabalho, foi utilizada uma amostra não probabilística intencional, definida por [Rudio \(1978\)](#) como oriunda de uma estratégia adequada, escolhendo casos para a amostra que represente determinada população sob algum aspecto. A amostra foi recrutada visando estabelecer um recorte representativo das pessoas beneficiadas com o Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP Rio Claro.

Foram selecionados 15 participantes de ambos os sexos, sendo 6 mulheres (40%) e 9 homens (60%), com faixa etária entre 14 e 28 anos com média de idade de 22 anos e 3 meses (± 5 anos), todos praticantes de jiu jitsu do Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP Rio Claro.

Entretanto, 11 dos 15 participantes analisados (73,33%) afirmaram participar do projeto de maneira descontínua, tendo parado e retomado com a prática do jiu jitsu no projeto de extensão pelo menos uma vez, enquanto 4 pessoas (26,66%) afirmaram participar desse projeto de extensão de maneira contínua.

Questionários

Segundo [Thomas, Nelson e Silverman \(2004\)](#), o questionário é um método de *survey*, ou seja, de técnica de pesquisa descritiva que procura determinar práticas ou opiniões presentes em uma população específica. Ele é um tipo de levantamento por escrito utilizado normalmente em pesquisas descritivas, onde se pede aos participantes para que eles respondam às questões estabelecidas ([THOMAS, NELSON e SILVERMAN, 2004, p. 235](#)).

Foram elaboradas questões abertas e fechadas relacionadas com o tema do estudo, além de perguntas que possibilitassem alguns desmembramentos para uma análise mais apurada das visões e opiniões de uma amostra das pessoas beneficiadas com o Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP - Rio Claro sobre o jiu jitsu, de forma geral, e o projeto de extensão, de forma específica.

ANÁLISE DOS RESULTADOS

Os resultados do estudo foram analisados por meio de uma análise de conteúdo ([BARDIN, 1991](#)), um instrumento metodológico com o potencial de aplicação a discursos diversos e que visa compreender estruturas e modelos submersos nos fragmentos de mensagem, codificando-as, classificando-as e categorizando-as. Além disso, realizou-se uma análise descritiva dos resultados encontrados através de procedimentos de estatística descritiva que visou analisar as porcentagens encontradas nos resultados.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A primeira parte dos questionários consistiu em obter informações mais gerais dos sujeitos, como sexo, idade e tempo de participação no Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP – Rio Claro, conforme já caracterizado anteriormente, na sessão de materiais e métodos. Após essa parte mais geral, houve a parte específica, com perguntas sobre o jiu jitsu e sobre o projeto de extensão em si, visando assim criar uma interface de análise obtida por meio das opiniões da amostra participante do presente estudo.

A primeira pergunta dessa segunda etapa consistiu em saber dos participantes o que eles achavam do jiu jitsu brasileiro. O objetivo dessa pergunta foi caracterizar as opiniões das pessoas praticantes de jiu jitsu e participantes do projeto de extensão sobre esta prática corporal, traçando um paralelo com o que foi constatado por [Rufino e Darido \(2010\)](#) com relação aos não praticantes de jiu jitsu, ou seja, aquelas pessoas que só tiveram contato com o jiu jitsu por meio de amigos e familiares ou através dos meios de comunicação.

As opiniões e impressões dos sujeitos sobre o jiu jitsu foram organizadas em seis diferentes categorias. São elas: o jiu jitsu enquanto uma prática corporal promotora de atividades físicas saudáveis e diversificadas, tendo abrangido 38% da frequência de

respostas dos sujeitos; o jiu jitsu como uma prática relaxante e divertida, sendo uma atividade recreacional, com 21% da frequência; o jiu jitsu enquanto um esporte promotor de disciplina, com a frequência de 17%; o jiu jitsu como sendo um esporte dinâmico e apaixonante, com 11% de frequência, o jiu jitsu relacionado a uma prática educativa, com a frequência de 9% e, finalmente, o jiu jitsu como um esporte em franca expansão e tornando-se cada vez mais popular, com apenas 4% da frequência de respostas dos sujeitos. Todas estas opiniões podem ser observadas no gráfico 1.

A opinião dos sujeitos sobre o jiu jitsu concentraram-se, sobretudo, em dois grandes eixos, correspondendo à prática de atividade física e ao jiu jitsu como uma prática de lazer e recreação. Esses dois eixos, que somados abrangeram a frequência de 59% das respostas dos sujeitos, relacionam-se entre si, já que é possível realizar uma atividade física nos momentos de lazer, assim como é possível considerar como lazer a realização de atividades físicas.

Esse fator é uma constatação dos objetivos que os participantes do Projeto de Extensão de Jiu Jitsu da UNESP – Rio Claro possuem, já que o projeto é destinado à prática do jiu jitsu justamente como forma promotora de saúde e qualidade de vida sendo uma atividade recreacional, realizada apenas duas vezes por semana e não tendo nenhum vínculo com a prática do jiu jitsu visando, dentre outras coisas, as competições ou a formação de atletas dessa modalidade.

O que você acha do jiu jitsu?

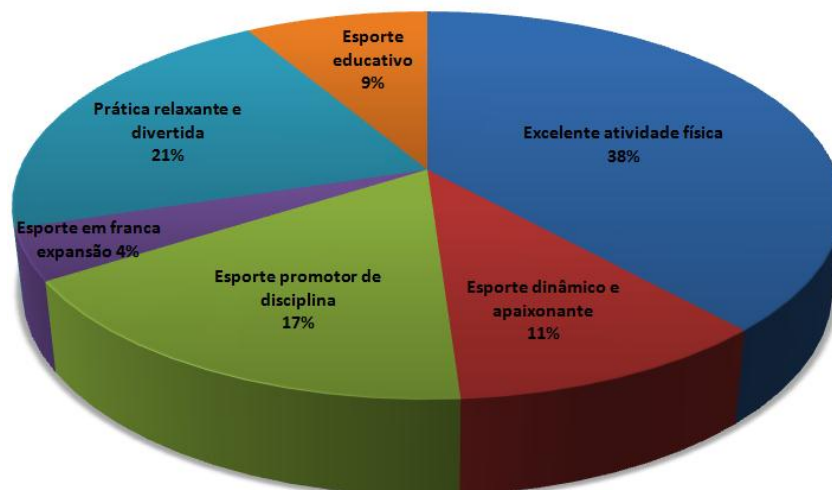


Gráfico 1: frequência de respostas sobre as opiniões dos sujeitos participantes do estudo com relação ao jiu jitsu brasileiro.

As opiniões da amostra participante do estudo por diversas vezes refletiram seus gostos e interesses pessoais sobre essa prática corporal. O sujeito 1, por exemplo, afirmou: “o jiu jitsu é um esporte apaixonante, além de promover atividade física, conhecimentos do esporte, integração com a comunidade e uma forma de lazer”. Da mesma maneira, os sujeitos 3, 11 e 14 afirmaram que consideram o jiu jitsu um esporte muito divertido, pois além de praticarem uma atividade física, eles se divertem e estão sempre aprendendo aspectos novos sobre esta prática corporal.

Esses discursos diferem dos resultados encontrados no estudo de [Rufino e Darido \(2010\)](#) que analisaram as opiniões dos não praticantes de jiu jitsu sobre essa prática corporal. Nesse estudo, os autores encontraram que alguns sujeitos emitiram uma opinião mais crítica sobre o jiu jitsu, demonstrando alguns conhecimentos, tanto dos gestos técnicos como de algumas características históricas, afirmando até acompanharem alguns eventos em canais de televisão específicos e na internet. De maneira geral, os não praticantes confundiram muitas vezes o jiu jitsu com o judô, ou associaram a imagem dos praticantes de jiu jitsu com alguns casos específicos de violência, vinculados pela mídia.

Os autores também afirmaram que ainda há uma visão muito limitada não só em relação ao jiu jitsu, como em relação à própria Educação Física, que se reduz às questões genéricas, como sendo responsável por descarregar as energias dos praticantes e promotoras do lazer e da recreação, única e exclusivamente, sem haver um trato pedagógico envolvido nisso ([RUFINO e DARIDO, 2010, p. 187](#)).

A grande diferença entre os grupos dos praticantes, como analisado no presente estudo, e o grupo dos não praticantes, como destacado por [Rufino e Darido \(2010\)](#) está no fato do interesse explícito dos praticantes em não só praticar esta modalidade, mas também interessando-se sobre questões como a história e algumas noções gerais do jiu jitsu, acarretando uma busca maior por informações e conhecimentos sobre essa determinada prática, diferente dos não praticantes que são muito mais suscetíveis às influências das informações vinculadas pela mídia, pois muitas vezes esta torna-se a única fonte de informação deste grupo. Porém, a mídia muitas vezes seleciona o que vinculará, fazendo com que as informações sejam distorcidas, e vinculando o jiu jitsu às brigas e confusões que corriqueiramente aparecem, conforme já constado anteriormente. [Rufino e Darido \(2010\)](#) alertam:

Assim, é necessário ter uma visão mais crítica e ampla sobre as funções da Educação Física e, mais precisamente, (...) sobre a temática do jiu jitsu, um conteúdo possível de ser abordado pela mídia sem que seja caracterizado negativamente, como ainda é e, dessa forma, influenciando a visão das pessoas, sobretudo daquelas que não são praticantes, a respeito de suas reais possibilidades enquanto conteúdo da cultura corporal ([RUFINO e DARIDO, 2010, p. 188](#)).

Entretanto, deve-se considerar também que os praticantes de jiu jitsu podem, tal como os não praticantes, ter uma visão algumas vezes distorcida e superficial sobre essa prática corporal, vinculando-a como atividade promotora de disciplina ou, como afirmou o sujeito 7: *“o jiu jitsu trabalha com o caráter das pessoas, melhorando suas formas de ser e agir”*, ou como apontaram os sujeitos 2, 6 e 15 que vincularam a prática do jiu jitsu como promotora de saúde e qualidade de vida. Tanto a questão da disciplina como a questão da saúde são temáticas muito complexas e não é possível reduzi-las ao ponto de considerar o jiu jitsu como única ferramenta capaz de promovê-las.

Embora o jiu jitsu possa estar associado à melhora da saúde e qualidade de vida ou ainda à questão da disciplina, ele por si só não é capaz de melhorar todos esses aspectos que são muito mais abrangentes e dependem de inúmeros outros fatores.

Mesmo com relação à prática do jiu jitsu, tudo depende do modo como ela é realizada. Deve-se enfatizar a necessidade de dissociar o jiu jitsu dessas questões genéricas e reducionistas, pois não é possível transformar a prática do jiu jitsu na “panacéia” de todos os problemas.

Essa afirmação corrobora as análises de [Correia \(2009, p. 27\)](#) que aponta que, do ponto de vista do senso comum, as afirmações de que as lutas/artes marciais são milenares, provenientes apenas do oriente, que todas possuem filosofia, que geram saúde, que disciplinam pessoas, que pregam uma cultura da paz e que implicam formas eficazes de defesa e proteção da vida, são constituídas por “pretensões generalizantes”, que não se confirmam no campo da práxis social.

Em relação ao campo da saúde, [Correia \(2009\)](#) afirma que se a questão da saúde for analisada como mais do que a ausência de doenças ou de dores, tendo em vista a perspectiva de que a saúde não se desenvolve simplesmente pelo intermédio de programas de atividade física ou de decisões e preferências individuais, constata-se que afirmar que “arte marcial promove a saúde” é composta de uma “conotação ingênua e reducionista”.

Isso não significa afirmar que o jiu jitsu em nada pode contribuir para uma prática pedagógica promotora de saúde e qualidade de vida e de aprendizagens significativas, mas sim relacionar as possibilidades do jiu jitsu de maneira mais concreta e não reduzindo-as às generalizações ou reducionismos que em nada contribuem com uma opinião crítica e reflexiva, seja enaltecendo o jiu jitsu em demasia, seja transpondo-o à esfera da denegação e renegação, como prática violenta e agressiva. O jiu jitsu não é nem uma coisa nem outra. Ele é sim, antes de tudo, uma prática coberta de possibilidades e potencialidades, depende da forma como ele é tratado por aqueles que estão engajados na docência de sua prática educativa.

Os sujeitos foram também indagados sobre a importância de existir na universidade projetos de extensão como o de jiu jitsu, abordando também os motivos dessa importância (ou falta de importância). Todos os sujeitos consideraram importante a existência de projetos de extensão como o de jiu jitsu, porém os motivos variaram de acordo com as diversas opiniões dos sujeitos.

Os sujeitos 1, 5, 11, 14 e 15 afirmaram que projetos como a extensão de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro, além de disponibilizar uma forma de atividade física, promove a integração com a comunidade, sendo uma forma de lazer e facilitando o acesso a essa prática que, muitas vezes, fica restrita àquelas pessoas que podem pagar pela prática nas academias de ginástica, ou seja, é uma forma de democratizar a prática do jiu jitsu.

Para os sujeitos 2, 6, 7 e 13, a extensão universitária de jiu jitsu é uma forma de fazer com que as pessoas experimentem o esporte e passem a conhecê-lo melhor, e conhecendo-o, comecem a praticá-lo, aumentando assim o número de praticantes de jiu jitsu.

Já os sujeitos 4, 9 e 12 demonstraram alguns conhecimentos históricos sobre a modalidade e relacionaram o jiu jitsu com a cultura brasileira e fazendo dessa relação um grande motivo para praticá-lo. O sujeito 4 afirmou: “o jiu jitsu é um esporte que carrega consigo a identidade brasileira e é preciso que seja melhor estudado no meio acadêmico”. Já o sujeito 12 relacionou o jiu jitsu com a capoeira, ao afirmar: “assim

como a capoeira, o jiu jitsu está muito relacionado com a cultura brasileira, devido ao fato dele ter sido criado e desenvolvido aqui com a família Gracie". Esses apontamentos corroboram as afirmações de [Rufino e Darido \(2009b\)](#) que também relacionaram a prática do jiu jitsu como estando intrinsecamente ligada à cultura brasileira.

Os sujeitos que tiveram as afirmações mais destoantes foram os sujeitos 3, 8 e 10 que não foram categorizados nem entre si nem com nenhum dos outros sujeitos. O sujeito 3, por exemplo, afirmou que o jiu jitsu "é um esporte que merece atenção", embora não tenha explicado que tipo de "atenção" é esta que o jiu jitsu mereça. Já o sujeito 8 afirmou que projetos de extensão como o de jiu jitsu permite que diferentes pessoas possam praticá-lo, afirmando ainda que muitas dessas pessoas não praticariam esse esporte se fosse de outra maneira devido à imagem que o jiu jitsu carrega consigo. Finalmente, o sujeito 10 relacionou a importância da extensão de jiu jitsu como uma forma de relacionar ensino e pesquisa sobre esta prática com a intervenção proporcionada pela extensão na comunidade tanto da UNESP quanto da comunidade subjacente, fazendo uma clara analogia ao tripé que fundamenta o âmbito universitário, a saber: o ensino, a pesquisa e a extensão.

De acordo com as afirmações dos sujeitos, ficou clara a importância que projetos de extensão como o de jiu jitsu possuem não só para os participantes e beneficiários do projeto como também para a própria prática em si que ganha mais popularidade e permite que mais pessoas se interessem e comecem a praticá-la. Deve-se ainda considerar mais um importante fator que projetos de extensão como o de jiu jitsu tem: a possibilidade de interação de alunos de graduação com as pessoas beneficiárias no exercício da prática pedagógica dessas atividades de intervenção comunitária, permitindo um contato direto com os beneficiários e ainda possibilitando que experiências de intervenção sejam adquiridas pelos alunos, integrando aquilo que eles aprendem nas aulas com as ações extensionistas, sempre orientados por um professor que auxilia e coordena o projeto.

[Cazetto \(2009\)](#) afirma que para que uma modalidade torne-se popular e conhecida, existem alguns espaços sociais que ela precisa adentrar, como as olimpíadas e as escolas, por exemplo. Pode-se acrescentar também o âmbito universitário como um importante local para a prática da modalidade. Sendo assim, projetos de extensão como o de jiu jitsu possibilita que a "imagem social" dessa modalidade, muitas vezes caracterizada pejorativamente, seja ressignificada, o que permite que mais pessoas passem a conhecê-la e adquiram uma opinião mais crítica e reflexiva sobre essa modalidade e, também, que mais pessoas passem a praticá-la de maneira regular, sistematizada e orientada.

Perguntou-se aos sujeitos participantes da pesquisa quais seriam os motivos que os levaram a frequentar o projeto de extensão de jiu jitsu, permitindo a eles assinalarem mais de um item que fora estipulado. O gráfico 2 ilustra as respostas obtidas.

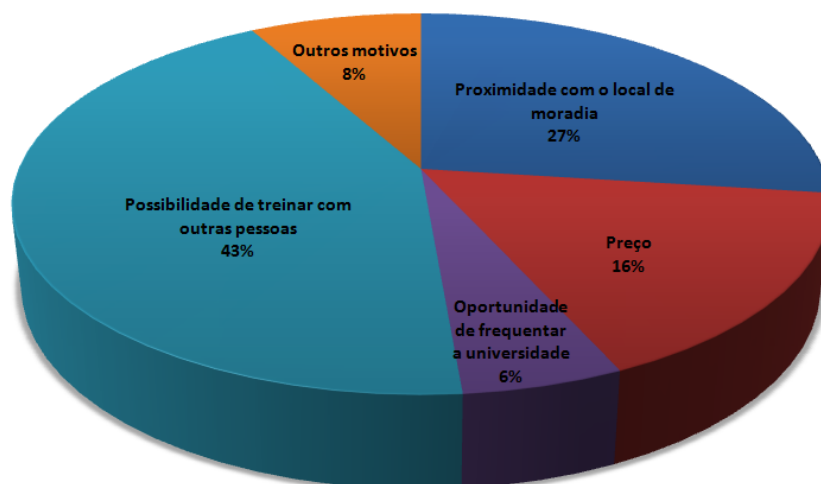
Quais motivos o levaram a frequentar o Projeto de Extensão de Jiu Jitsu?

Gráfico 2: frequência de respostas sobre os motivos que levaram os sujeitos participantes da pesquisa à participarem desse projeto de extensão.

O item mais assinalado pelos sujeitos correspondeu à possibilidade de treinar com outras pessoas, fator que ilustra a democratização da prática do jiu jitsu proporcionado pelo projeto de extensão universitária de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro. Esse é um dos diferenciais deste projeto em relação a outros ambientes relacionados à prática do jiu jitsu, pois o projeto admite praticantes de todas as equipes de jiu jitsu existentes, assim como de pessoas que nunca praticaram essa modalidade. Em alguns casos, é ainda comum encontrar academias que não permitem que seus clientes treinem em outros lugares, considerando aqueles que por ventura treinarem em outra academia como uma espécie de “traidor”.

O objetivo da extensão universitária de jiu jitsu é justamente o contrário, visando democratizar a prática dessa modalidade para o maior número possível de pessoas, permitindo que diferentes pessoas com diferentes níveis de treino e de ambos os sexos treinem juntos e aprendam em conjunto. Assim, o projeto torna-se uma ferramenta de interação social, fato constatado pela grande maioria dos sujeitos ao assinalarem essa característica como principal motivo para a sua participação neste projeto, com 43% de frequência de aparição.

Outros motivos menos evidenciados foram a proximidade com o local de moradia, com 27% de frequência, evidenciando o fato de o projeto atender, sobretudo, a comunidade mais próxima da universidade em termos geográficos e a questão do preço, com 16% de frequência, ilustrando o fator do projeto ser democrático e atender à pessoas de todos os níveis sócio-econômicos. Houve ainda a questão de, através da participação no projeto de extensão de jiu jitsu, ser possível frequentar a universidade, fato elencado com uma frequência de 6%.

Dentro de outros motivos estão: possibilidade de praticar atividade física, com a frequência de 5% e o interesse pelo esporte com 3% de frequência. Nenhum participante da pesquisa assinalou o item: falta de locais para a prática do jiu jitsu na cidade, talvez

pela existência de alguns locais para a prática do jiu jitsu na cidade de Rio Claro (São Paulo), sendo inclusive uma cidade de referência nesse esporte em termos nacionais.

Foi perguntado ainda se, na opinião dos sujeitos pesquisados, era importante que, além das técnicas e dos movimentos, fossem discutidas questões como a história do jiu jitsu, curiosidades, novidades, regras, entre outras, visando assim à ampliação dos conteúdos a serem ensinados aos beneficiários do projeto. Todos os sujeitos responderam de maneira afirmativa, considerando importante essa ampliação de conteúdos.

Novamente, todos os sujeitos afirmaram não só ser importante, mas também fundamental a contextualização de outros aspectos não só referentes à prática dos gestos técnicos e movimentos em si, como as explicações sobre regras, fatos históricos ou curiosidades, visando à ampliação dos conteúdos a serem ensinados.

Basicamente, foi possível dividir as respostas dos sujeitos em três grandes grupos: os dos sujeitos que afirmaram que os embasamentos teóricos são parte integrante dos ensinamentos dos conteúdos referentes ao jiu jitsu, conforme destacado pelos sujeitos 1, 4, 7, 10, 12, 14 e 15; os dos sujeitos que admitiram que abrangendo outros conteúdos, suas dúvidas e curiosidades puderam ser sanadas, destacando ainda que alguns sujeitos admitiram utilizar a internet como fonte de informações para suas inquietações referentes ao jiu jitsu, como os sujeitos 3, 5, 6, 11 e 13; e, finalmente, aqueles sujeitos que evidenciaram encarar o jiu jitsu como uma filosofia de vida, tentando realizar os preceitos dessa prática corporal em todas as situações de suas vidas, como destacado pelos sujeitos 2, 8 e 9.

A questão da ampliação dos conteúdos deve estar presente durante todo o processo da prática pedagógica de qualquer natureza, como das práticas corporais, por exemplo. Para que haja essa ampliação dos conteúdos, [Coll et al. \(2000\)](#) propõem que eles devem ser tratados em três diferentes dimensões: *atitudinal*, *conceitual* e *procedimental*. A dimensão conceitual deve responder à pergunta: “*o que se deve saber?*” A dimensão procedimental relaciona-se à pergunta: “*o que se deve fazer?*” E, por fim, a dimensão atitudinal abrange a seguinte indagação: “*como se deve ser?*”

[Zabala \(1998\)](#) afirma que a proposição de [Coll et al. \(2000\)](#) tem uma grande potencialidade explicativa dos fenômenos educativos. Em outro estudo, [Zabala \(2001\)](#) aponta também que a distribuição ou agrupamento de conteúdos em três tipos são um instrumento-chave para determinar, em primeiro lugar, as ideias subjacentes a qualquer intervenção pedagógica a partir da importância que esta atribui a cada um dos diferentes tipos de conteúdos e, em segundo lugar, para avaliar sua potencialidade educativa ([ZABALA, 2001, p. 161](#)).

Dessa forma, todo o processo organizacional e de planejamento do projeto de extensão de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro baseia-se nessa ampliação dos conteúdos, abrangendo as três diferentes dimensões. Em estudo anterior, [Rufino, Martins e Darido \(2009\)](#) encontraram que o projeto de extensão de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro preocupa-se em ir além da transmissão de conhecimentos dos aspectos técnicos da luta de jiu jitsu, inserindo também outros conteúdos como os relacionados à história do esporte, regras, principais lutadores, etc. Para os autores:

Além disso, há ainda a discussão de diversos temas relacionados aos valores que o jiu jitsu pode transmitir como o respeito, a disciplina, a diversidade, etc. Todos esses aspectos fazem parte da busca pela conduta ética dos alunos. Assim, muito mais do que apenas praticar as técnicas do jiu jitsu brasileiro há a preocupação com o ensino-aprendizagem dos procedimentos, conceitos e atitudes que promovam conhecimentos que permitam integrar os alunos na esfera da cultura corporal de movimentos ([RUFINO, MARTINS e DARIDO, 2009](#)).

Finalmente, foi perguntado aos sujeitos se é possível mudar a visão, muitas vezes preconceituosa, que algumas pessoas ainda têm sobre o jiu jitsu, questionando ainda como fazer para que haja essa transformação de visão. Mais uma vez, os sujeitos foram unânimes em considerar que é possível, embora alguns destacaram a dificuldade desse processo de informação, como o sujeito 2 que afirmou: *“eu acho difícil, mas não impossível. É preciso que mais pessoas conheçam o esporte dando mais oportunidades para que elas entendam a história dessa arte”*.

Alguns sujeitos propuseram maneiras de mudar essa visão. O sujeito 1, por exemplo, afirmou: *“é possível mudar sim, divulgando o esporte e convidando a comunidade a participar dos treinos”*. Já o sujeito 6 afirmou: *“acho que sim, mas primeiro, é preciso que alguns praticantes mudem suas atitudes para parar de denegrir o esporte”* associando a conduta dos praticantes com os preceitos da prática corporal em si. Com relação a essa visão, [Rufino e Darido \(2010, p. 185 - 186\)](#) afirmam não ser possível relacionar a conduta dos praticantes com a imagem social do esporte como um todo, assim como não é possível relacionar as atitudes de um jogador de futebol com o esporte que ele pratica, ou as atitudes de um padre com os preceitos de sua instituição religiosa.

Todavia, alguns sujeitos, como os sujeitos 1, 2, 5, 11 e 14 afirmaram acreditar que essa imagem já está sendo transformada com a popularização do esporte e o conhecimento das pessoas, embora eles tenham admitido que ainda existam pessoas e condutas que são pejorativamente relacionadas aos praticantes de jiu jitsu. Esse fato se deve, em parte, pelas características dos sujeitos do presente estudo que, por conhecerem e praticarem o jiu jitsu, têm uma opinião mais crítica e reflexiva, diferente daqueles que não conhecem esse esporte ou conhecem-no de maneira superficial.

Contudo, é preciso destacar que essa “mudança de visão” ocorrerá somente com o conhecimento das reais possibilidades e potencialidades do jiu jitsu enquanto prática corporal educativa. Dessa forma, torna-se primordial que as pessoas ao menos conheçam e entendam as características da modalidade para que as condutas de determinados praticantes não possam ser generalizadas para todo o grupo de praticantes.

Esta é uma importância fundamental da extensão de jiu jitsu: democratizar o acesso à prática e ao conhecimento reflexivo sobre o jiu jitsu brasileiro, sua relação com a cultura brasileira e, exercendo a prática pedagógica do ensino dessa modalidade de maneira crítica e reflexiva, permitir aos beneficiários praticar uma atividade física organizada e sistematizada de lazer e recreação, além de, também, aprenderem e apreendem sobre outros conteúdos relacionados a este esporte, por meio da ampliação dos conteúdos oriundos da sistematização explícita das três dimensões dos conteúdos.

Mais do que conhecer e praticar a modalidade, é preciso que os beneficiários possam ter uma postura crítica e reflexiva com relação a essa prática, de modo que



possam se tornar agentes ativos e transformadores de suas próprias realidades e praticantes de um jiu jitsu considerado ferramenta educacional promotora de cidadania.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

De acordo com os resultados encontrados e as análises estabelecidas, foi possível evidenciar a importância da existência de uma atividade extensionista como o projeto de extensão universitária de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro, tanto para a melhor representação da “imagem social” dessa modalidade, quanto para promover benefícios aos participantes do referido projeto que, através da extensão, têm acesso à prática organizada e sistemática do jiu jitsu, pautada na cidadania, através da democratização dessa prática.

Democratizar a prática do jiu jitsu significa permitir que mais pessoas tenham conhecimento e acesso a ela de modo a introduzi-las em todos os contextos culturais do qual o jiu jitsu faz parte, ampliando os significados oriundos dessa prática. Para isso, a prática pedagógica precisa apoiar-se em critérios que visem à expansão dos conteúdos para além da repetição mecânica de gestos técnicos e movimentações pré-determinadas, ou seja, é preciso considerar as dimensões dos conteúdos como processos deliberados relacionados à prática das questões referentes ao ensino e a aprendizagem do jiu jitsu.

Dessa forma, a prática pedagógica do jiu jitsu no projeto de extensão universitária tem condições de fazer com que os alunos não só conheçam o amplo espectro de movimentações existentes nesta prática esportivo-corporal, mas também que eles possam conhecer a rica história da modalidade, as transformações ocorridas, as regras, curiosidades e perspectivas futuras.

A ampliação dos conteúdos permite que a prática pedagógica do jiu jitsu torne-se crítica e reflexiva, direcionando-a para o exercício da cidadania nas relações estabelecidas durante as aulas. Os praticantes/beneficiários do projeto, conforme constatado, são pessoas que possuem uma visão diferenciada do jiu jitsu em relação àquela muitas vezes vinculada às mídias e aos não praticantes. Muitos iniciaram a prática da modalidade no projeto de extensão e, através dele, puderam adquirir uma visão mais crítica e reflexiva com relação a essa prática corporal.

Considera-se como positivo o impacto do projeto de extensão universitária de jiu jitsu da UNESP – Rio Claro, pois esse possibilitou que os praticantes pudessem não só ter contato com esta modalidade, mas adquirirem uma visão abrangente sobre as reais possibilidades sobre o jiu jitsu, sendo mais críticos e reflexivos com relação à esta modalidade.

O jiu jitsu é um esporte em constante transformação. Novas regras vão sendo criadas, novos personagens começam a fazer parte da história constituinte dessa modalidade, novos campeonatos surgem e cada vez mais popular a modalidade vai se tornando. Contudo, ela ainda é caracterizada de maneira pejorativa em determinados contextos, como analisado durante o presente estudo. Sendo assim, além de promover a prática sistemática do jiu jitsu enquanto uma atividade física e recreativa propiciadora de lazer, o projeto de extensão universitária de jiu jitsu acredita que esta prática possa ser

uma ferramenta educacional que auxilie no exercício da cidadania daqueles que, por ventura, vierem a se interessar em praticá-lo.

Além disso, o processo de ampliação dos conteúdos por meio da deliberada consideração das dimensões dos conteúdos permite que o jiu jitsu seja um meio promotor de aprendizagens críticas e criativas, tornando-as significativas para os sujeitos participantes, permitindo que eles pratiquem mais este importante conteúdo pertencente à esfera da cultura corporal e possibilitando aos participantes/beneficiários não só praticá-lo, mas também apropriarem-se criticamente destes conteúdos, ressignificando-os e refletindo sobre eles, à luz de uma prática educativa reflexiva e promotora de cidadania.

REFERÊNCIAS

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: LDA, 1991.

BETTI, M. Imagens em ação: uma pesquisa-ação sobre o uso de matérias televisivas em programas de educação física do ensino fundamental e médio. **Movimento**. Porto Alegre, v.12, n. 2, p. 95-120, mai/ago 2006.

CAZETTO, F. F. **A influência do esporte espetáculo sobre o modelo de competição dos mais jovens no judô**. 2009. 209 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2009.

COLL, C. et al. **Os conteúdos na reforma**. Porto Alegre: Artmed. 2000.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE JIU JITSU (CBJJ). **História do jiu jitsu**. Rio de Janeiro: Confederação Brasileira de Jiu Jitsu, 2010. Disponível em: <<http://www.cbjj.com.br/hjj.htm>>. Acesso em: 25 set. 2010.

CORREIA, W. R. Lutas e artes marciais na escola: questões insólitas. In: IV COLÓQUIO DE PESQUISA QUALITATIVA EM MOTRICIDADE HUMANA: AS LUTAS NO CONTEXTO DA MOTRICIDADE / III SIMPÓSIO SOBRE O ENSINO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: 15 ANOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFSCAR / V SHOTO WORKSHOP, 5, 2009, São Carlos. **Anais...** São Carlos: UFSCar, 2009. CD ROM.

DA COSTA, L. **Atlas do esporte no Brasil: jiu jitsu**. Rio de Janeiro: CONPEFE, 2006 Disponível em: <<http://www.atlasesportebrasil.org.br/textos/75.pdf>>. Acesso em: 28 jun. 2010.

FOLHA DE SÃO PAULO. **Lutador da família Gracie é acusado de agredir idoso e roubar carro em SP**. 14 dez. 2007a. Folha Online. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/folha/cotidiano/ult95u355033.shtml>> Acesso em: 04 jan. 2010.

FOLHA DE SÃO PAULO. **Lutador de jiu jitsu causa tumulto com arma falsa e é preso no RS**. 15 ago.2007b. Folha Online. Disponível em: <<http://www1.folha.uol.com.br/folha/cotidiano/ult95u320222.shtml>>. Acesso em: 04 jan. 2010.

FOLHA DE SÃO PAULO. **Lutadores de jiu jitsu são acusados de provocar brigas em Franca.** 31out2000. Folha Online. Disponível em: <http://www1.folha.uol.com.br/folha/cotidiano/ult95u355204.shtml>. Acesso em 13 jan. 2010.

GRACIE, R.; GRACIE, R. **Brazilian Jiu Jitsu: teoria e técnica.** Rio de Janeiro: Ediouro, 2003.

O ESTADO DE SÃO PAULO. **Lutador de jiu jitsu é acusado de matar travesti e queimar corpo.** Estadão.com.br. Disponível em: http://www.estadao.com.br/estadaodehoje/20100524/not_imp555791_0.php. Acesso em: 28 jun. 2010.

RUDIO, F. V. **Introdução ao projeto de pesquisa científica.** Petrópolis: Vozes, 1978.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. O jiu jitsu brasileiro na visão dos não praticantes. **Coleção Pesquisa em Educação Física**, v. 9, n. 2, p. 181 – 188, 2010.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. Considerações iniciais sobre o jiu jitsu brasileiro e suas implicações para a prática pedagógica. In: Congresso Paulistano de Educação Física Escolar, 2009, Caraguatatuba. **Anais...** Caraguatatuba: CONPEFE, 2009a. CD ROM.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. O jiu jitsu brasileiro nas três dimensões dos conteúdos nas aulas de educação física escolar. In: IV COLÓQUIO DE PESQUISA QUALITATIVA EM MOTRICIDADE HUMANA: AS LUTAS NO CONTEXTO DA MOTRICIDADE / III SIMPÓSIO SOBRE O ENSINO DE GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA: 15 ANOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UFSCAR / V SHOTO WORKSHOP, 4, 2009, São Carlos. **Anais...** São Carlos: UFSCar, 2009b. CD ROM.

RUFINO, L. G. B.; MARTINS, C. J.; DARIDO, S. C. O projeto de extensão universitária de jiu jitsu da UNESP Rio Claro nas dimensões dos conteúdos. In: 5º CONGRESSO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA DA UNESP, 2009, Águas de Lindóia. **Anais...** Águas de Lindóia: UNESP, 2009. CD ROM.

SILVA, K. A.; TAHARA, A. K. Fatores de adesão à prática do jiu jitsu. **Motriz**, Rio Claro. v.9, n.1 (supl.), p.S186, 2003.

TAVARES JUNIOR, A. C.; SILVA, L. H.; DRIGO, A. J. TAVARES JUNIOR, A. C.; SILVA, L. H.; DRIGO, A. J. Os motivos da adesão da prática do jiu jitsu na cidade de Rio Claro. **Motriz**, Rio Claro. v.9, n.1 (supl.), p.S180, 2003.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. K.; SILVERMAN, S. J. **Métodos de pesquisa em atividade física.** 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2007.

VIRGILIO, S. **A arte do judô.** Porto Alegre: Rígel, 1994.

ZABALA, A. **A prática educativa: como ensinar.** Porto Alegre: Artmed, 1998.

ZABALA, A. Os enfoques didáticos. In: COLL, C; MARTÍN, E.; MAURI, T.; MIRAS, M.; ONRUBIA, J.; SOLÉ, I.; ZABALA, A. **O construtivismo em sala de aula.** São Paulo: Ática, 2001.