

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA  
CENTRO DE DESPORTOS - CDS  
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CAROLINA PAULI DOS SANTOS**

**Corpo de doutrina e ensinamentos práticos no cotidiano dos judocas do  
Clube Universitário de Judô da UFSC**

**FLORIANÓPOLIS**

**2016.**

CAROLINA PAULI DOS SANTOS

**Corpo de doutrina e ensinamentos práticos no cotidiano dos judocas do  
Clube Universitário de Judô da UFSC**

Trabalho de conclusão apresentado ao Curso de Educação Física – Licenciatura, do Centro de Desportos (CDS) da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC) como requisito parcial para obtenção do título de Licenciada em Educação Física

Orientador: Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso

FLORIANÓPOLIS

2016

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA – UFSC**  
**CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – Hab. Licenciatura**

**Termo de Aprovação**

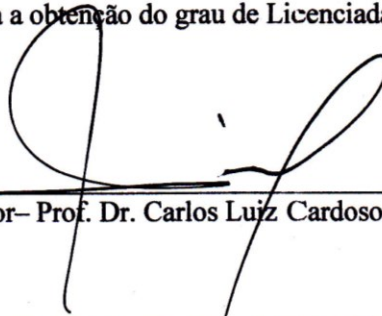
A Comissão Examinadora abaixo assinada, aprova o Trabalho de Conclusão de Curso em forma de monografia,

**Corpo de doutrina e ensinamentos práticos no cotidiano dos judocas do**  
**Clube Universitário de Judô da UFSC**

Elaborado por  
**Carolina Pauli dos Santos**

Como pré-requisito parcial para a obtenção do grau de Licenciada em Educação Física.

Banca Examinadora:



---

Orientador– Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso

---

Membro – Profª. Mda. Marina Saldanha da Silva Athayde

---

Membro – Prof. Mdo. Rafael Lima Kons

Florianópolis, SC, 05 de dezembro de 2016

## AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos aqueles que participaram, direta ou indiretamente deste estudo.

De forma especial à meus pais, minha mãe Bernadete Pauli dos Santos e meu pai Luiz Nazareno dos Santos, que sempre apoiaram e incentivaram minhas escolhas independente de quais fossem, obrigada por sempre incentivarem a continuar estudando. Se não fosse pela dedicação de vocês, com certeza não estaria fazendo esses agradecimentos. Minha irmã Janine Pauli e minha sobrinha Luiza Pauli de Matos, que tanto amo e que abriram mão de assistir suas séries preferidas para me emprestar o notebook. Meu namorado Matheus Antônio, que aguentou meus momentos de stress, sempre me apoiando e auxiliando, além de me manter alimentada e hidratada nas muitas horas de produção deste trabalho

Principalmente ao meu irmão Luiz Octávio Pauli dos Santos, que mesmo morando na Nova Zelândia, me auxiliou incontáveis vezes na correção do trabalho. Obrigada pelos comentários e sugestões. Saiba que sem você esse trabalho não seria o mesmo.

Aos meus colegas da faculdade que aguentaram minhas muitas mudanças de humor e pelas muitas discussões em sala, que levaram a mudar meus pontos de vista incontáveis vezes. Obrigada pelos inúmeros momentos de alegria e tristeza que passamos juntos.

À Maisa da Silva Pauli, que além de ser minha dupla de estágio, se tornou minha confidente, minha professora, minha quase prima, que muito me ensinou durante a graduação.

À Camilla Luiz, que emprestou seu livro de estimação. Muito obrigada Camilla, seu livro contribuiu muito para o desenvolvimento deste estudo.

À todos os amigos que mesmo não contribuindo diretamente para o desenvolvimento deste estudo, contribuíram nos momentos de descarrego. Sem sombra de dúvida esses momentos foram fundamentais para chegar nesse momento.

Por fim, e igualmente importante, ao meu orientador Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso, pela paciência, dedicação, liberdade e apoio, nossos debates foram muito esclarecedores, além de engraçados.

## RESUMO

Cada vez mais caracterizado como um esporte de rendimento, o judô a partir do processo de esportivização, vem sofrendo com a perda de seu sentido filosófico. É possível perceber que a busca em obter resultados significativos virou o foco dos treinamentos (PINTO, 2009). Por esse motivo, este estudo tem como objetivo identificar o nível de conhecimento acerca das máximas e princípios do judô e associar a aplicação dos mesmos nos treinos e no cotidiano do Clube Universitário de Judô da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC). A pesquisa foi realizada com 15 praticantes de judô do citado clube, sendo 3 praticantes do gênero feminino e 12 do masculino, com idade entre 15 e 44 anos. Como instrumento de coleta foi utilizado um questionário contendo 29 questões abertas e fechadas. Essa pesquisa sugere que muitos dos praticantes têm pouco domínio sobre as máximas, princípios e até mesmo sobre o contexto histórico em que o judô foi idealizado, o que os limitavam de utilizar esses princípios, apesar dos mesmos afirmarem que o faziam. Referente às contribuições da prática do judô no cotidiano, percebeu-se que as contribuições citadas poderiam derivar da prática de qualquer modalidade esportiva. Pelo pouco conhecimento identificado não foi possível observar se os mesmos utilizam o judô como uma filosofia de vida.

**Palavras-chave:** judô; filosofia de vida; ensinamentos práticos.

## **LISTA DE TABELAS**

Tabela 1. Resultados das buscas.....	23
Tabela 2. Respostas acerca do conhecimento dos princípios .....	30

## **LISTA DE FIGURAS**

Figura 1. Idade X Faixa .....	25
Figura 2. Tempo de prática x Faixa.....	26
Figura 3. Conhecimento sobre os princípios filosóficos do judô .....	29

## **LISTA DE QUADROS**

Quadro 1. Significado de judô.....	28
Quadro 2. Relação desempenho como ser humano .....	33
Quadro 3. Contribuição do Judô na vida dos praticantes .....	34
Quadro 4. Mudanças de atitude após a prática do judô .....	35

## SUMÁRIO

1	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	8
1.1	VÍNCULO PESSOAL .....	9
1.2	OBJETIVOS DO ESTUDO .....	10
1.2.1	<b>Objetivo geral</b> .....	10
1.2.2	<b>Objetivos específicos</b> .....	10
1.3	JUSTIFICATIVA .....	10
2	<b>FUNDAMENTOS TEÓRICOS</b> .....	12
2.1	UM BREVE HISTÓRICO DO JUDÔ .....	12
2.2	AS MÁXIMAS E OS PRINCÍPIOS DO JUDÔ .....	13
2.3	FORMAÇÃO PARA A VIDA .....	15
2.4	ORIENTE X OCIDENTE .....	17
2.5	ESPORTIVIZAÇÃO DO JUDÔ .....	18
2.6	O PAPEL DO PROFESSOR DE JUDÔ .....	20
3	<b>METODOLOGIA</b> .....	22
3.1	PENSANDO SOBRE A PESQUISA .....	22
3.2	REALIZANDO A PESQUISA .....	23
4	<b>RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	25
4.1	DADOS INICIAIS/PESSOAIS .....	25
4.1.1	<b>Idade</b> .....	25
4.1.2	<b>Tempo de prática</b> .....	26
4.2	NÍVEL DE CONHECIMENTO .....	27
4.3	NÍVEL DE TREINAMENTO .....	31
4.4	RELAÇÃO DO ENSINAMENTO PRÁTICO NO COTIDIANO .....	33
5	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	36
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	38
	<b>APÊNDICE</b> .....	41

## 1 INTRODUÇÃO

As artes marciais de acordo com Rezende, Cantanhede e Nascimento (2010), iniciaram como forma de autodefesa. Estes afirmam que ao longo do tempo as artes marciais sofreram influência dos valores e preceitos do budismo, xintoísmo e confucionismo. “Tal união fez com que as artes marciais deixassem de ser meramente uma prática corpórea e se transformassem em uma filosofia, uma maneira de viver melhor encontrando-se o equilíbrio necessário entre o corpo e a mente” (REZENDE, CANTANHEDE E NASCIMENTO 2010, p. 1).

O judô destaca-se entre outras artes marciais por sua pedagogia direcionada ao revigoramento mental e físico de seus praticantes. Silva e Santos (2005) reiteram que os pressupostos filosóficos do judô, foram idealizados pensando não só no desenvolvimento físico do praticante, mas de maneira geral, visando desenvolver potencialidades intrínsecas dos praticantes. Dessa forma é o que ressalta Ruffoni (2004, p. 21):

O judô não é somente uma técnica física para o corpo, mas também um princípio filosófico para o fortalecimento do espírito. Princípio esse que se aplicará em todas as fases da vida humana, em todos os desafios, combates e contratempos nas suas atividades, quer sejam esportivas, sociais ou profissionais.

Pode-se perceber com as ideias de Pinto (2009) que a partir do fenômeno da esportivização<sup>1</sup>, o judô vem sendo cada vez mais caracterizado como um esporte de alto rendimento, onde aparenta não apresentar mais preocupações com a filosofia, muito menos com a prática dos princípios preconizados por Jigoro Kano. Atualmente, é possível perceber que os treinamentos são voltados única e exclusivamente ao rendimento, onde a busca em obter resultados significativos virou o foco dos professores da modalidade, ignorando os valores intrínsecos do BUDO (caminho das artes marciais). Ou seja, a busca por resultados tornou-se mais importante do que o real sentido do judô, um sistema de educação física integral.

Santos (2006, p.115) nos esclarece que

(...) as artes marciais japonesas são chamadas de budo, quando estas possuem conotação filosófica, sendo que bu significa “marcial” ou “militar” e do “caminho” - caminho das artes marciais. Em resumo, as artes marciais com esta conotação têm a tarefa de contribuir na evolução do homem, ajudando-o a enfrentar e encarar a realidade com energia e coragem. A meta é descobrir o caminho de cada ser humano dentro das suas limitações e

---

<sup>1</sup> Processo pelo qual uma atividade corporal se torna um esporte. (PAES, R. R., BALBINO, H. F. 2009)



possibilidades. O homem, em sua evolução física e espiritual passa pelo estágio primário, secundário, atingindo um nível superior. Esta busca de perfeição deve ser o caminho da vida, que a cada dia se aprimora. Esta escolha do caminho permite ao homem viver, sentir, perceber, aperfeiçoar-se, enriquecendo-se até a morte. Esta busca deveria ser consciente por aqueles que praticam artes marciais com conotações filosóficas, buscando assim o caminho suave.

## 1.1 VÍNCULO PESSOAL

A escolha do judô como tema de pesquisa se deve, principalmente, ao fato de ser um assunto relacionado ao meu envolvimento com o mesmo, bem como seus efeitos positivos no início da minha infância.

Meu primeiro contato com o judô foi na escola, em 2004 quando eu tinha apenas 13 anos. Minha paixão pelo judô surgiu assim que comecei a observar meus colegas praticando nas aulas extracurriculares que havia em minha escola. Por falta de recursos financeiros não tinha condições de praticar, mesmo assim todos os dias de aula eu estava lá assistindo meus colegas, e absorvendo cada informação que era passada. Com o passar do tempo e a minha insistência em observar as aulas, fez com que o professor me desse uma bolsa de estudos, onde pude enfim iniciar a praticar.

Alguns anos se passaram e com a mudança de escola, perdi a ligação com o judô. Foi no curso de Licenciatura em Educação Física na Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), que voltei a ter contato com o mesmo, ao cursar a disciplina de Teoria e Metodologia do Judô. Após esse segundo contato com o judô, comecei a praticar novamente e pude em um semestre, auxiliar a professora Daniele Detânico como monitora de disciplina mencionada anteriormente.

Essa reaproximação com o judô, me fez perceber que quando criança não compreendia os efeitos positivos da filosofia do judô em meu cotidiano. Durante aquele período, me dediquei muito, participei de torneios, treinava em outras academias, mas sempre com o intuito de aperfeiçoar minha técnica, trocar de faixa e ser a melhor atleta. Aprendi um pouco sobre quem foi Jigoro Kano (o fundador do judô), mas nunca me aprofundei sobre os princípios filosóficos, vinculados à criação do judô como arte marcial. Os princípios filosóficos preconizados por Jigoro kano, tiveram um impacto bastante marcante em minha vida após a reaproximação com o judô. Tendo como exemplo questionamentos sobre como

devo agir diante de determinadas situações comparado às minhas reações antes de conhecer a filosofia do judô.

Essa indagação (que foi despertada no meio acadêmico), me fez questionar se os princípios filosóficos do judô são também utilizados no cotidiano de outros judocas. Conseqüentemente, esta pesquisa tem como intuito investigar a aplicação do conhecimento dos princípios filosóficos do judô, dos praticantes do Clube Universitário de Judô da Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC).

## 1.2 OBJETIVOS DO ESTUDO

### 1.2.1 **Objetivo geral:**

Relacionar o nível de conhecimento, treinamento e aplicação prática dos praticantes do Clube Universitário de judô com suas máximas e seus princípios.

### 1.2.2 **Objetivos específicos:**

1. Descrever as características dos praticantes de judô do clube;
2. Identificar o nível de conhecimento dos praticantes em relação ao corpo de doutrina do judô;
3. Relacionar a experiência prática dos praticantes aos princípios e máximas do judô;
4. Identificar o uso dos princípios judoísticos na formação para a vida.

## 1.3 JUSTIFICATIVA

Enquanto monitora da disciplina de Teoria e Metodologia do Judô, auxiliei na correção de alguns trabalhos realizados pela turma. Em um desses trabalhos, os acadêmicos elaboraram uma resenha sobre um ponto de vista da autora Saray Giovana dos Santos, intitulado “Judô: onde está o caminho suave?”, que aborda alguns aspectos que são contrários às ideias preconizadas pelo idealizador do judô, Jigoro Kano.

Enquanto dava meu parecer sobre as resenhas, passei a lembrar das aulas de judô em

que participei durante a infância, e percebi que o que aprendíamos nessas aulas estavam diretamente relacionadas às palavras da autora, ressaltando a perda do sentido filosófico da modalidade. A partir desse momento passei a questionar se esse fato acontecia em outras instituições. Por essa razão fui despertada a investigar quais os conhecimentos dos praticantes de judô e a aplicação dos mesmos no cotidiano. Essa pesquisa passa a ser importante para sanar minha curiosidade científica.

Este estudo tem grande relevância para os profissionais que atuam com o judô, para que os mesmos percebam que o judô não se trata apenas de um conjunto de técnicas voltadas ao rendimento esportivo, mas sim de uma filosofia de vida, que engloba corpo e mente, que busca o amadurecimento pessoal de cada indivíduo que o pratica. Este estudo poderá nortear profissionais da área a se indagar/verificar/investigar se a metodologia, pedagogia e filosofia usada são coerentes com as usadas por Jigoro Kano.

É também relevante para a área da Educação Física, uma vez que nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN), as lutas fazem parte dos conteúdos da Educação Física escolar:

As lutas são disputas em que o(s) oponente(s) deve(m) ser subjugado(s), mediante técnicas e estratégias de desequilíbrio, contusão, imobilização ou exclusão de um determinado espaço na combinação de ações de ataque e defesa. Caracterizam-se por uma regulamentação específica, a fim de punir atitudes de violência e de deslealdade. Podem ser citados como exemplo de lutas desde as brincadeiras de cabo-de-guerra e braço-de-ferro até as práticas mais complexas da capoeira, do judô e do caratê. (BRASIL, 1997, p. 37)

Para Ferreira (2006), as lutas, bem como o judô, podem trazer aos praticantes incontáveis benefícios, sendo esses relativos ao desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo-social. A respeito do aspecto motor, a prática possibilita o desenvolvimento da lateralidade, melhora da coordenação global, do equilíbrio e do controle do tônus muscular, assim como o aprimoramento da noção de tempo e espaço. Relacionado ao aspecto cognitivo, as lutas beneficiam a atenção, a percepção, o raciocínio e a formulação de estratégias. No que diz respeito ao aspecto afetivo-social, a prática possibilita desenvolver nos praticantes aspectos importantes como postura social, socialização, respeito, perseverança e determinação.

## 2 FUNDAMENTOS TEÓRICOS

### 2.1 UM BREVE HISTÓRICO DO JUDÔ

Em 1853, com a chegada dos americanos no Japão, deu-se o fim ao regime feudal que era dominado pelos samurais, o que deu início à Era Meiji. Com as modificações da estrutura social, o governo obrigou os samurais a abandonar seu antigo *status*, e os proibiu de usar seu corte de cabelo característico e suas espadas (SANTOS, 2014).

Nesse cenário, em 1860 em uma cidade chamada Mikage no Japão, nasceu Jigoro Kano. Um jovem estudante que muitas vezes era tratado com descaso por causa de sua debilidade e frágil constituição física. Ainda criança, Jigoro Kano despertou curiosidade sobre um método de luta, chamado jujutsu (ju = suave; jutsu = técnica), onde era utilizada pouca força e onde era possível superar adversários fisicamente mais fortes. Com o passar dos anos, Jigoro Kano aperfeiçoou seus conhecimentos sobre essa luta. Após estudar em diversas escolas e ter inúmeros mestres, Jigoro Kano percebeu que no cenário em que o Japão se encontrava, o jujutsu já não se encontrava com as novas tendências culturais. Como consequência, passou a perder sua popularidade (SANTOS, 2014). Segundo Martins (2014, p. 14) Jigoro Kano “atribuiu princípios básicos e estabeleceu normas racionais para tornar a aprendizagem mais fácil e acessível a todos, onde o judô se tornaria mais que uma arte marcial, mas uma filosofia, uma forma de educação física e também de preservar a cultura do povo japonês”

Um ano depois de graduar-se pela Universidade de Tóquio, em 1882, Jigoro Kano foi para um templo budista chamado Eisho-ji, onde com apenas 22 anos de idade, fundou o “Judô Kodokan”. Maçaneiro (2012) afirma que no início essa nova técnica ainda era muito semelhante ao jujutsu que Kano havia aprendido e com o tempo foi incorporando técnicas de outros estilos que pesquisava, aprimorando assim o Judô Kodokan. Santos (2012, p. 41) afirma isso quando cita palavras de Jigoro Kano:

Assim, eu trabalhei com afinco em minha meta de reformar o judô, e em 1882 peguei os pontos fortes de cada escola, sem aderir a uma ou duas escolas em particular, e estabeleci o Judô Kodokan com base em conceitos científicos modernos e de acordo com princípios educacionais.

Com o passar do tempo o judô foi se popularizando pelo Japão. Por volta de 1889 Jigoro Kano mudou-se de cidade onde passou a ter mais de mil e quinhentos alunos. Nesse

período já possuía 24 filiais espalhadas por Tóquio (STEVENS, 2007, *apud* MAÇANEIRO, 2012).

Em meados dos anos 1900 alguns dos melhores alunos-professores de Jigoro Kano se espalharam pelo mundo demonstrando e ensinando o judô (MENDES, 2015). Estudiosos afirmam que o judô foi implantado em 1908, com a vinda dos imigrantes japoneses ao Brasil (VIRGÍLIO, 1994 *apud* MENDES, 2015).

## 2.2 AS MÁXIMAS E OS PRINCÍPIOS DO JUDÔ

“Quando Jigoro Kano idealizou o que seria o judô, ele criou os princípios que norteariam o praticante desta arte. Estes representariam o “Espírito do judô”, que se compõe de três máximas e nove princípios” (MORAES; RUFFONI; SOUZA. 2011, p. 2).

As máximas deixadas por Jigoro Kano são:

- 1) *Seiryoku Zenyo* (máxima eficácia com o menor uso de energia);
- 2) *Jita Kyoei* (prosperidade e benefícios mútuos);
- 3) *Ju* (suavidade, “cedência”).

Sobre a máxima *Seiryoku Zenyo*, Santos (2014, p. 37) afirma que:

Este princípio também é chamado como o da doçura ou da não resistência, ou ainda, como “ceder para vencer”. Sempre que se comenta sobre ele, logo vem à tona a não utilização de força. Porém, este princípio não deve ser aplicado apenas no âmbito físico, mas conforme a ideologia de Jigoro Kano, deve ser aplicado principalmente nos planos intelectual, moral e espiritual. Desta forma, a melhor maneira de transpor obstáculos é não se opor a eles, mas pelo contrário, ceder, adaptar-se, desviar seu objetivo e utilizá-lo de forma a não se desgastar, preservando sua saúde mental e espiritual.

*Jita Kyoei* trata do benefício mútuo. Quando pessoas vivem em conjunto, cada membro da sociedade deve cooperar com o próximo, somando suas virtudes e pontos fortes, para que todos vivam em harmonia. Se todos agem com o espírito de cooperação, ajudando uns aos outros, o trabalho de cada pessoa beneficia não apenas a si mesma, mas também a outras. Como resultado, alcançar este conjunto traz felicidade mútua.

Segundo Santos (2014, p. 38):

(...) prosperidade e benefícios mútuos, são visíveis na prática, tendo em vista que esta é realizada na maior parte em duplas, ou seja, “para que eu me aprimore, eu preciso do meu oponente”, e vice-versa. E é com essa troca que se entra em contato consigo mesmo (prosperidade), com os próprios medos, ansiedades, reações e hábitos. Mediante a prática orientada e respeitando as limitações de cada componente, contando com a contribuição do oponente, é que resulta o benefício mútuo.

Pode-se relacionar a máxima *Jita Kyoei* como a consequência da máxima *Seiryoku Zenyo*, pois controlando mente e corpo eficientemente, é possível contribuir de maneira positiva com a sociedade, ou seja, benefício mútuo (SANTOS, 2014).

A máxima *Ju*, segundo Sérgio dos Santos (2014) se trata de gentilmente vencer a brutalidade através da suavidade, ou seja, ceder para vencer. De acordo com Kassab (2013), está relacionada diretamente ao físico, mas que no entender de Jigoro Kano deveria ser levado também ao plano intelectual. Pode-se perceber essa relação através de suas palavras durante um discurso proferido na University of Southern California, por ocasião das Olimpíadas de 1932 (KASSAB, 2013, p. 17):

Deixem-me agora explicar o que significa, realmente esta suavidade ou cedência. Supondo que a força do homem se poderia avaliar em unidades, digamos que a força de um homem que está na minha frente é representada por dez unidades, enquanto que a minha força, menor que a dele, se apresenta por sete unidades. Então se ele me empurrar com toda a sua energia, eu serei certamente impulsionado para trás ou atirado ao chão, ainda que empregue toda minha força contra ele. Isso aconteceria porque eu tinha usado toda a minha força contra ele, opondo força contra força. Mas, se em vez de o enfrentar, eu cedesse a força recuando o meu corpo tanto quanto ele o havia empurrado mantendo, no entanto, o equilíbrio então ele inclinar-se-ia naturalmente para frente perdendo assim o seu próprio equilíbrio. Nesta posição ele poderia ter ficado tão fraco, não em capacidade física real, mas por causa da sua difícil posição, a ponto de a sua força ser representada, de momento, por digamos apenas três unidades, em vez das dez unidades normais. Entretanto eu, mantendo o meu equilíbrio conservo toda a minha força tal como de início, representada por sete unidades. Contudo, agora estou momentaneamente numa posição vantajosa e posso derrotar o meu adversário utilizando apenas metade da minha energia, isto é, metade das minhas sete unidades ou três unidades e meia da minha energia contra as três dele. Isso deixa uma metade da minha energia disponível para qualquer outra finalidade. No caso de ter mais força do que o meu adversário poderia sem dúvida empurrá-lo também. Mas mesmo neste caso, ou seja, se eu tivesse desejado empurrá-lo igualmente e pudesse fazê-lo, seria melhor para eu ter cedido primeiro, pois procedendo assim teria economizado minha energia.

De acordo com Santos (2014, p. 38-39), os nove princípios criados por Jigoro Kano, que compõem o “espírito do judô”

(...) marcam as maneiras de percorrer o “suave caminho”, cujo estudo de seus fundamentos fornece a base para a compreensão e progresso do Judô, sendo eles:

1. Conhecer-se é dominar-se, e dominar-se é triunfar;
2. Quem teme perder já está vencido;
3. Somente se aproxima da perfeição quem a procura com constância, sabedoria e, sobretudo, humildade;
4. Quando verificares, com tristeza, que nada sabes, terás feito teu primeiro progresso no aprendizado;
5. Nunca te orgulhes de haver vencido um adversário; quem venceste hoje poderá derrotar-te amanhã. A única vitória que perdura é a que se conquista sobre a própria ignorância;
6. O judoca não se aperfeiçoa para lutar; luta para se aperfeiçoar;
7. O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus companheiros;
8. Saber cada dia um pouco mais, utilizando o saber para o bem, é o caminho do verdadeiro judoca;
9. Praticar o judô é educar a mente a pensar com velocidade e exatidão, bem como ensinar o corpo a obedecer corretamente. O corpo é uma arma cuja eficiência depende da precisão com que se usa a inteligência.

### 2.3 FORMAÇÃO PARA A VIDA

Através dos princípios é possível perceber que a filosofia do judô é diretamente influenciada pela filosofia de vida oriental, a qual segue valores éticos e humanitários profundos, transformando disciplina e equilíbrio em formas de viver e encarar o semelhante, ou seja:

(...) ensina aos praticantes dessa arte suavizante: o equilíbrio do corpo e da mente, respeito às pessoas mais velhas, saber perder e ganhar, conter a ansiedade, agilidade, reflexo, pensamento rápido, coordenação motora, espírito de coletividade, amizade e prosperidade mútuas, eficiência no uso da energia e outras características. Isso proporciona o desenvolvimento do aprendizado humano dos judocas conscientizando-os em utilizar as técnicas de forma correta com a finalidade de promover um melhor desempenho tanto no Dojô (sala de treinamento) como no dia a dia em todos os afazeres cotidianos (ARAÚJO, 2005, p. 17).

Para Jigoro Kano todo problema poderia ser resolvido pelo uso eficiente da energia física ou mental. “Acreditava que as técnicas desenvolvidas pelo Judô colaborariam para o homem melhorar os aspectos de sua vida, ajudando-o a viver mais racionalmente e enfatizou que o judô é o caminho do autoconhecimento e da formação integral do ser humano”

(ARAÚJO, 2005 p. 16).

De acordo com Araújo (2005), além dos princípios filosóficos, Jigoro Kano criou outros elementos básicos que deram forma e identificaram essa luta como sendo o caminho da suavidade, que são: o local de treinamento e estudos (*dojo*), a vestimenta (*judogi*), as saudações (a forma de cumprimentar-se), a ética e etiqueta, a hierarquia, a disciplina, a importância dos rolamentos e amortecimentos de quedas, a finalidade das técnicas, o verdadeiro sentido da competição e a conscientização de ser judoca.

O autor ainda sustenta que cada elemento tem sua finalidade não só na prática, mas também no cotidiano. Saber cair, por exemplo, é indispensável para saber estabelecer técnicas como projetar o oponente, e isso só é possível através de inúmeras quedas durante o treinamento. Dentro desse elemento é possível fazer uma analogia com o cotidiano do judoca, onde “se a vida te derrubar, saiba cair e amortecer, refletindo o que aconteceu de errado e, em uma rapidez, conscientemente dê um *ippon* (golpe máximo no judô) nessas dificuldades diárias, buscando sempre o equilíbrio” (ARAÚJO 2005, p. 23).

Assim como as quedas são importantes, o *randori* (prática livre) é essencial para o aprendizado do judoca. O *randori* é a forma de treinamento durante a qual dois judocas disputam um contra o outro simulando uma luta. Através do *randori*, muitas lições importantes podem ser extraídas. A partir delas o judoca aprende a utilizar o princípio da máxima eficiência, onde por exemplo: o judoca deve vencer o oponente utilizando uma técnica adequada ao invés da força bruta. “Essa lição é igualmente aplicável na vida diária: o praticante deve compreender que a persuasão suportada por argumentos lógicos (bom senso) é, no final das contas, mais efetivo do que o uso da força” (ARAÚJO 2005, p. 25).

Abordando sobre os termos japoneses utilizados no judô, Araújo (2005) ressalta que os mesmos devem ser conservados, pois:

(...) é a linguagem oficial do judô que conserva sua identidade oriental e filosófica, tão banalizada atualmente no ocidente. Com certeza, buscar o Judô nas suas raízes, além de ser o caminho certo para se obter autonomia, seria uma valiosa contribuição ao processo de aprendizagem da arte. Por isso é importante conservar a essência do judô: sua filosofia, tradição, normas e hierarquias que o judoca tem que seguir no Dojô (Local de treinamento) ou em qualquer local que estiver. Porque é assim que funciona o sistema de uma sociedade democrática que procura o desenvolvimento, ou seja, no judô há a questão da hierarquia, do respeito, cumprir o horário, da disciplina, higiene, da amizade etc. (ARAÚJO 2005, p.26).



## 2.4 ORIENTE X OCIDENTE

Ao chegar no ocidente o judô foi absorvido de maneira distorcida da preconizada por seu idealizador. Devido ao fato de ao demonstrarem a nova arte marcial os mestres japoneses exaltaram os combates para provar a eficiência do judô, passando os conhecimentos apenas na execução, sem comentários e sem apresentação dos muitos fatores necessários ao entendimento da arte marcial como ela realmente era (BORGES 2010, *apud* MORAES, FUFFONI, SOUZA, 2011).

Para Santos (2006), os mestres orientais, com cultura diferenciada, não conseguiam entender porque era tão difícil para os ocidentais responder corretamente as solicitações da modalidade, pois não tinham embasamento para tal compreensão. A autora ainda ressalta que o fato cultural, de os ocidentais não compreenderem os ensinamentos orientais pode, em parte, explicar por que a verdadeira essência do judô foi se perdendo com o passar do tempo.

No oriente, a filosofia está centrada na relação entre o corpo, espírito e a mente, onde não há separação entre religião, filosofia, princípios e cotidiano. “Por isso é diferente da cultura lógica ocidental, no qual o oriental desafia essa lógica pela essência do que ela é formada enquanto que no ocidente o indivíduo não é incentivado a conhecer-se e trabalhar sua energia interna” (ARAÚJO, 2005 p. 16).

Santos (2006) ratifica as palavras de Araújo (2005) quando afirma que há uma confusão efetuada pelos ocidentais entre espiritualidade e religião, onde a causa para tal confusão seria a falta de embasamento teórico por parte dos ocidentais, quando se trata do judô como meio de desenvolvimento físico e espiritual.

Pinto (2009) observa que no caminho que o judô vem seguindo, a busca pelo desenvolvimento espiritual e o aperfeiçoamento técnico são considerados desnecessários, muitas vezes desprezados, dando atenção apenas a aspectos superficiais do treinamento e entretenimento. O autor ainda ressalta que o advento das competições acabou limitando o desenvolvimento pessoal e o progresso técnico dos judocas, o que acabou levando à perda da essência do judô. Para o autor “A preocupação com a parte técnica, com a competição e com o entretenimento que estão envolvidos no judô moderno é tão grande que modificações nas regras atuais levaram o atleta a procurar vencer através de provocar o adversário a cometer penalidades” (PINTO, 2009, p. 9).

Com essas múltiplas influências que o judô vem sofrendo é possível perceber que os valores tradicionais desta arte marcial, são vistos apenas como histórico, isto é, sua prática acaba se tornando cada vez mais globalizada, onde as competições acabam levando às inúmeras adaptações, criando “estilos” de judô, criando um grande distanciamento da prática criada por Jigoro Kano. (MESQUITA, 1994 *apud* MORAES, FUFFONI, SOUZA, 2011).

Para Pinto (2009), um grande exemplo desse distanciamento é a distinção entre ser um judoca e lutador de judô, “já que ambos podem ser um só ou cada qual com sua determinação, no momento em que vencer competições, bater os adversários a todo custo e principalmente valorizar o desempenho físico em detrimento do ideal filosófico da modalidade, o ser judoca fica de lado” (p.10). O autor ainda ressalta que quando falamos de lutadores de judô, falamos de pessoas que praticam o judô apenas para desempenho físico.

Santos (2006) destaca que ser judoca é saber tirar proveito dos conhecimentos deixados por Jigoro Kano. Dessa forma o judoca deve aprender a saber o momento adequado de agir; aprender que vencer a si próprio é mais importante que vencer um oponente; aprender que o judô deve ser praticado como benefício para toda a sua vida e não apenas para um período desta; aprender a respeitar a si e aos outros; aprender a ser solidário; aprender a preservar tudo e todos, enfim, “aprender a ser judoca de essência para que cada dia aprenda um pouco mais para utilizar esse saber para o bem” (SANTOS, 2006, p. 118).

## 2.5 ESPORTIVIZAÇÃO DO JUDÔ

Segundo Fofonka, (2015), Jigoro Kano com o objetivo de disseminar a pratica do Judô pelo Japão, utilizou de sua influência para incluir sua arte no currículo escolar. Kano tinha como pressuposto, usar o judô na formação educacional dos jovens ajudando-os a estabelecer autonomia e patriotismo. A partir do surgimento de outras entidades de ensino do judô, além da Kodokan, iniciou-se um processo de competitividade entre as mesmas, pois uma escola queria demonstrar que era superior as demais. (JUNIOR; SILVA; DRIGO, 2014 *apud* FOFONKA, 2015).

Segundo Draeger (1997) e Villámon (2004) (*apud* MAÇANEIRO 2012, p. 36), a partir de 1946 deu-se significativamente o processo de modernização do judô, na época as forças americanas que ocupavam o Japão baniram as práticas marciais no país. Para que as restrições

fossem retiradas, as práticas marciais foram redirecionadas para a prática esportiva, deixando de lado o foco moral e marcial.

Conforme o judô se difundia fora de seu país de origem, seus princípios fundamentais eram cada vez mais expostos à cultura ocidental. Como um exemplo, Fofonka (2015) ressalta que na França, foi implementado o sistema de graduação através das cores das faixas, o que gerou maior arrecadação financeira, e favoreceu o processo de esportivização da modalidade. Logo foram surgindo federações em vários países, que colaboraram na estruturação de campeonatos da modalidade.

Segundo Maçaneiro (2012 p. 37):

O Judô foi reorganizado em estruturas institucionais. A formação de associações internacionais, nacionais e regionais ao redor do mundo, segundo Villamón (2004), criou uma legitimação burocrática e uma voz coletiva que começou a tomar o poder e o controle de sua comunidade e cultura embrionárias (o Japão). Ou seja, a decisão viria de instituições globais ao invés do local de origem que até então organizava a modalidade, o Kodokan. Esses fatores passaram a se destacar ainda mais a partir do momento em que o Judô se incorporou às olimpíadas e, a partir daí, passa a se sujeitar aos interesses que as competições implicam às práticas esportivas tais como: divisão por pesos, limites de tempo, pontuação, limites quanto às técnicas permitidas e ilegais, e assim sucessivamente. O espetáculo implícito aos palcos esportivos ditaria então como se realizariam as disputas (VILLAMÓN, 2004).

Ainda com Maçaneiro (2012 p. 39) podemos perceber que com o processo de esportivização do judô, o foco deixa de ser os pressupostos teóricos e passa a ser regido por regras. O que nos lembra que após a morte de Jigoro Kano em 1930 e a inclusão da modalidade nas olimpíadas, inúmeras foram as modificações, bem como a inclusão de novas regras. É possível perceber também que uma das consequências da modificação das regras e a necessidade de tornar o judô um “esporte espetáculo”, diminuiu consideravelmente as lutas de solo em competições (MAÇANEIRO 2012 p. 58).

Para Araújo (2005 p. 32):

Dentro dessa esportivização, os treinamentos enfatizam o modelo do tecnicismo, ou seja, tradicionalmente, o ensino tem sido baseado na pura repetição (ou imitação) de movimentos. Nas aulas, verificam-se os aprimoramentos de um ou dois golpes esquecendo-se dos quarenta golpes propostos pelo seu fundador que foram estudados e analisados, ou seja, nem

aperfeiçoamento de técnica não é, pois não há uma conscientização no que está fazendo, há sim o aprimoramento de treinamento de forças, cujo objetivo é jogar o adversário no tatame de qualquer forma, desvirtuando outro conceito que Jigoro Kano colocava “ceder para vencer” usando a força do seu adversário para somar com a sua, ou seja, a utilização da energia de forma eficiente e com mínimo de dispêndio.

Monteiro (1998) (*apud* FOFONKA, 2015) afirma que entre os judocas mais tradicionalistas, muitos acreditam que há distinção entre o judô “verdadeiro” e o esportivo, pois os mesmos valorizam o aporte educativo bem como os princípios pedagógicos dessa arte, que acima de tudo devem ser preservados e simbolizados através dos rituais, condutas e formas de etiqueta.

## 2.6 O PAPEL DO PROFESSOR DE JUDÔ

Para Borges (2010) (*apud* MORAES, RUFFONI, SOUZA, 2011, p. 2), o “Sensei (professor) é aquele que despertou antes para o Caminho. Sua função é a de conduzir os iniciantes, seus discípulos, com disciplina, respeito e afeto”. Entretanto, ressalta o autor, que o que vemos hoje são professores obcecados com o desempenho de seus atletas, onde a vitória e os resultados positivos são mais importantes. Com isso as aulas sofreram grandes modificações, distorcendo a didática original, onde o aluno acaba deixando de relacionar os aspectos filosóficos do judô com o cotidiano.

Mendes (2015), ressalta que o professor deve ocupar-se não somente com os resultados em competições, mas também em “refletir sobre aquilo que o *dojô* ensina a esse praticante no sentido de boas influências formativas que melhorarão seu desempenho como cidadão” (p. 65).

Para tal compreensão devemos levar em consideração a tradição cultural da qual o judô foi idealizado, reconhecendo os valores que dão suporte e sentido à sua prática. Diante disso, Gomes (2013, p, 38) destaca que “o judô é uma modalidade esportiva oriental e segue princípios rígidos de uma cultura milenar, que leva em consideração aspectos como obediência e respeito ao extremo”.

O professor de judô, deveria através do seu conhecimento, promover a melhoria da

qualidade de vida de seus alunos, para isso, Grosso (2002, p. 13) nos lembra que:

(...) uma criança não é um pequeno adulto e muito menos uma máquina que deve ser ajustada para obter resultados desportivos, ela é um ser humano que está em plena formação e que possui sentimentos, anseios e vontades, portanto requer muita atenção, dedicação, carinho e respeito para que se tornem no futuro seres humanos verdadeiramente humanos isto é, seres conscientes de seus direitos e deveres e que utilizem todo o conhecimento e experiências adquiridas ao longo dos anos de convivência com o judô na contribuição para a perpetuação de um mundo melhor.

### 3 METODOLOGIA

#### 3.1 PENSANDO SOBRE A PESQUISA

As primeiras reflexões sobre a pesquisa previam a seleção de instituições que ensinam judô partindo do site da Federação Catarinense de Judô. Nele encontrou-se 80 clubes e academias espalhados por toda Santa Catarina, sendo 7 deles em Florianópolis.

Ao iniciar as ligações para entrar em contato com os clubes e academias, foi possível constatar que o site da federação estava desatualizado. Muitos deles o telefone era considerado inexistente ou não pertencia ao clube/academia. Iniciou-se uma nova busca pelo nome da instituição, registrada no site da federação, na plataforma de pesquisa Google. Foi possível entrar em contato com 3 professores de judô, 2 através do telefone e outro por e-mail.

Entre os clubes que contatados por telefone, um deles trabalhava com jovens de 10 a 18 anos de idade, mas em seu grupo não havia judocas com faixa acima da amarela, o que impossibilitou de realizar a pesquisa com os mesmos. O outro trabalhava com atletas de judô de auto rendimento, mas informou que estavam se preparando para uma competição importante, e muitos deles estavam treinando em clubes fora da cidade. Com isso a intenção de realizar a pesquisa com os mesmos foi descartada. O terceiro contato foi com o Clube Universitário de Judô (UFSC) que contava com 27 alunos, de faixas brancas à pretas. O professor foi muito receptivo e se mostrou disposto a participar da pesquisa.

A partir dos contatos realizados, apenas um foi considerado apto a realização da pesquisa. Por esse motivo, partiu-se para a busca generalizada de clubes/academias de judô em Florianópolis para dar continuidade ao processo investigativo. Na plataforma de pesquisa Google, buscou-se os dizeres “aulas de judô em Florianópolis”. Nessa busca foram encontrados 8 locais onde se praticam judô, incluindo escolas, clubes, academias e projetos sociais, das quais na sua grande maioria, destinados às crianças.

Para finalizar as buscas entrou-se em contato com o Conselho Regional de Educação Física de Santa Catarina (CREF SC), em busca de clubes/academias que disponibilizam aulas de judô para seus alunos e estão atualmente registradas no Conselho. Através de e-mails recebeu-se a informação de que poderiam ser informados apenas dados técnicos, como a quantidade de academias ativas registradas no Conselho, quantidade de registro por ano, por

mês, entre outros. Podemos observar essas informações na tabela 1.

**Tabela 1.** Resultados das buscas

<b>LOCAL DE BUSCA</b>	<b>RESULTADO DA BUSCA</b>
Site Federação Catarinense de Judô	7
Google	8
CREF	2.431 pessoas jurídicas registradas e ativas

O objetivo inicial da pesquisa era realizar observações das aulas de judô em academias de Florianópolis. Nessas observações seriam destacadas condutas dos judocas relacionadas às máximas e princípios do judô. A partir dessas observações a ideia foi elaborar um questionário baseando-se na relação entre essas condutas observadas e a presença das máximas e princípios, não só ali na sessão de treinamento como também o modo de praticá-los no dia-a-dia. Sobre esse cotidiano o questionário seria enriquecido com exemplos de situações nas quais as pessoas estão sujeitas a fazer parte e ao mesmo tempo a adotar condutas reativas ou não. O objetivo foi relacionar a prática com a capacidade de enfrentar tais circunstâncias com certa naturalidade ou tranquilidade. Como se sabe, a conduta de um praticante de artes marciais no cotidiano deveria se apresentar como algo incorporado à conduta cotidiana, tendo em vista que o tempo de prática se faça presente nesses eventos pois artes marciais é uma formação para a vida.

Entrando em contato com as instituições que julgávamos dar retorno sobre locais de prática de judô, verificamos que pela demora das respostas e por ter encontrado apenas um clube disposto a permitir acesso dos pesquisadores, optou-se por realizar a pesquisa com o Clube Universitário de Judô (UFSC). Utilizou-se um questionário que permitiu trabalhar os dados quantitativamente mediante estatística descritiva, contendo frequência simples e no aspecto qualitativo, utilizou-se a análise de conteúdo.

### 3.2 REALIZANDO A PESQUISA

A pesquisa foi realizada com 15 praticantes, do Clube Universitário de Judô da UFSC,

que tem “como missão formar, preparar e treinar atletas para participar de competições da modalidade” (CLUBE, 2016)<sup>2</sup>, como consta no site de divulgação da UFSC.

Os praticantes que realizaram a pesquisa tinham entre 15 e 44 anos de idade, a cor de suas faixas variou entre amarela e marrom. A coleta de dados foi realizada em dois dias, após agendamento e autorização prévia. No primeiro dia aplicou-se o questionário com 9 praticantes e na aula seguinte com mais 6. O procedimento foi realizado durante as aulas, na qual o professor permitia que 2 praticantes por vez pudessem responder ao questionário, este sem auxílio externo, que durava em média 20 minutos. Dos participantes da pesquisa, 3 eram mulheres e 12 eram homens, porém o gênero não é relevante nesse estudo.

O questionário utilizado para pesquisa foi o mesmo que Silva e Santos (2005) aplicaram na pesquisa “Princípios filosóficos do judô aplicado à prática e ao cotidiano”. Tal investigação teve “como objetivo verificar o conhecimento dos judocas de Florianópolis sobre o histórico, os princípios filosóficos do judô e suas aplicações na prática e no cotidiano”. (SILVA; SANTOS, 2005, p. 1). Segundo as autoras, o processo investigativo foi testado quanto à validade por dois doutores e dois mestres, cujo índice foi de 88% e a clareza, efetuada por três judocas, obteve um índice de 100%. Por esse motivo optou-se por utilizar este questionário sem modificação das questões.

O questionário contou com 29 questões abertas e fechadas, contendo informações sobre os dados informativos de cada praticante, sobre o nível de conhecimento e a aplicação desse conhecimento no cotidiano. Quanto à estruturação da análise, optou-se por uma adaptação, dividindo os assuntos em três tópicos norteadores para a discussão deste estudo e para melhor interpretação dos dados. São eles: nível de conhecimento (questões 08 a 16), nível de treinamento (questões 17 a 26) e nível de prática cotidiana do ensinamento (questões 27 a 29), as primeiras questões (de 01 até a 07) são informações como cor da faixa, tempo de prática, local de prática, etc.

---

<sup>2</sup> Disponível em: <http://noticias.ufsc.br/2016/03/clube-universitario-de-judo-convida-academicos-para-treinamentos/>



## 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

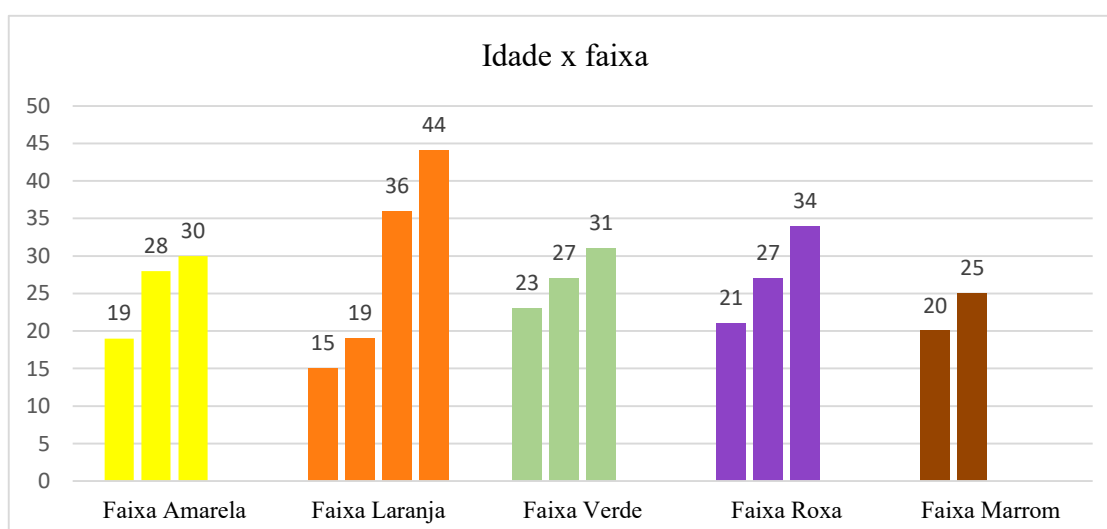
Seguindo a ordem das perguntas dos questionários e o agrupamento das questões, apresenta-se os dados a partir das questões de 1 a 7, relacionadas aos dados pessoais; em seguida as questões de 8 a 16, referentes ao nível de conhecimento dos praticantes sobre aspectos do judô e máximas e princípios; na sequência vem questões de 17 a 26, que tratam do nível de treinamento com base nas máximas e princípios; e para finalizar vem as questões de 27 a 29 que abordam a associação entre o ensinamento e a prática cotidiana.

### 4.1 DADOS INICIAIS/PESSOAIS

#### 4.1.1 Idade

Entre os praticantes do estudo, 3 possuíam faixa amarela, 4 faixa laranja, 3 faixa verde, 3 faixa roxa e 2 faixa marrom. A média de idade entre os judocas foi de 26.6 anos, onde o mais novo tinha 15 anos de idade e o mais velho tinha 44, como podemos observar na figura 1, que faz a associação entre a idade com a cor da faixa. Observando a idade dos judocas (figura1) e tempo de prática (figura 2), podemos perceber que um grande número de judocas iniciou na modalidade com idade avançada, como é o caso de um faixa laranja que iniciou aos 43 anos de idade, o que nos explica a não associação da idade pela cor da faixa desses judocas.

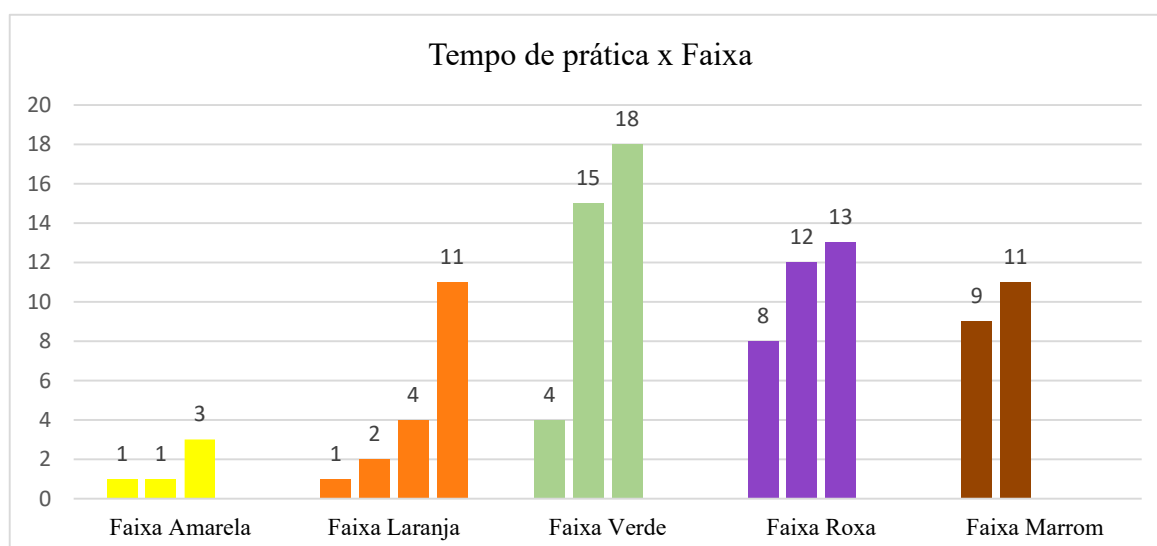
**Figura 1. Idade X Faixa**



#### 4.1.2 Tempo de prática

A figura 2 nos mostra que entre os judocas do Clube não há associação entre a cor da faixa e o tempo de prática. Entre eles, isso se justifica pela idade em que iniciaram a praticar, como observado no tópico anterior. Percebeu-se através dos relatos que alguns judocas passaram longo período afastados dos treinos, o que também justifica a associação negativa. É importante salientar que o comprometimento de cada praticante com os treinamentos, é fator de suma importância para a evolução dos mesmos. Entretanto, tal evolução é estabelecida pelo envolvimento e dedicação do próprio judoca.

**Figura 2.** Tempo de prática x Faixa



O Regulamento para Exame e Outorga de Faixas e Graus (2011) elaborado pelo Conselho Nacional de Graduação (CNG) da Confederação Brasileira de Judô (CBJ) estabelece normas para realização de exames de promoção, outorga e controle de faixas e graus. A promoção é realizada de “acordo com os níveis de aquisição dos conhecimentos históricos, filosóficos, os princípios do espírito do Judô, domínio e habilidades na execução das técnicas, e ainda a contribuição na divulgação e progresso do Judô” (p. 4). As cores das faixas são divididas em níveis, Básico (branca, cinza, azul e amarela), Intermediário (laranja, verde, roxa e marrom), Graduado (preta do 1º Dan ao 5º Dan), e Graduado Superior (vermelha e branca do 6º Dan ao 8º Dan e vermelha 9º Dan e 10º Dan).

Segundo o Regulamento de Graduação (2011), para a promoção é necessário atender aos critérios de idade e carência mínima exigida na graduação anterior. No caso do nível

intermediário, onde se encontram a grande maioria da amostra, o tempo de carência mínima exigida é de 12 meses. A faixa amarela por exemplo, pertence ao nível básico e tem carência de 12 meses. Para os praticantes acima de 16 anos não é exigida a sequência nem a carência nas faixas básicas e intermediárias.

Para que um judoca faça a promoção para a faixa marrom, por exemplo, é necessário que ele tenha no mínimo 16 anos de idade. Para essa suposição se concretizar, o judoca precisaria iniciar sua prática na modalidade por volta dos 4 anos de idade.

## 4.2 NÍVEL DE CONHECIMENTO

Este tópico é relacionado ao nível de conhecimento dos praticantes que aborda a criação do judô. Inicialmente perguntou-se quem foi o criador da modalidade. As respostas apontaram que todos os judocas sabiam quem foi o idealizador do judô. Quanto ao ano e ao local em que a modalidade foi criada, 14 responderam Japão e 1 não opinou. Apenas 3 sabiam o ano correto (1882) e outros 4 afirmaram que foi próximo à 1880. Ou seja, dos 15 judocas, 7 tinham noção do ano em que o judô foi criado e 8 deles não sabiam.

A pergunta seguinte questionou qual o significado da palavra “judô” e o que entendiam sobre o mesmo. Apenas 8 praticantes responderam o significado da palavra judô, e a resposta desses foi bastante similar: “caminho suave”. Sobre o que eles entendiam por judô, as respostas foram diferentes umas das outras. Entre os praticantes, 7 responderam que o judô se trata de uma filosofia. Para outros o judô é um ensinamento para a vida ou que se trata de uma modalidade que vai além do esporte.

A partir das respostas (Quadro 1) é possível constatar que aproximadamente 53,3% (8 de 15) dos praticantes souberam o significado literal de judô. Entre os que não sabiam o significado, todos eram acima da faixa amarela, sendo 1 deles faixa laranja, 3 faixa verde, 2 faixa roxa e 1 faixa marrom. Vale ressaltar que esse é um conteúdo básico do judô, que deveria ser ministrado aos atletas no primeiro contato com a modalidade.

Para demonstrar as diferentes compreensões de judô entre as faixas, apresenta-se um quadro contendo as descrições dos praticantes. Foram escolhidas algumas das expressões que entendeu-se alcançar o significado do conceito judô.

Quadro 1. Significado de judô

Pergunta n. 8: O que você entende por judô? Qual seu significado?	
JUDOCA	RESPOSTA
<b>Faixa Amarela 1</b>	“É o caminho suave, ju (caminho) do (suave). Não é somente luta, mas uma filosofia de vida que pode ser aplicada para si próprio e sociedade.”
<b>Faixa Laranja 4</b>	“Judô é uma arte, a arte de dominar-se. Seu significado é caminho suave. Judô vai além de um esporte, é um modo de viver, uma filosofia que impõe coisas boas.”
<b>Faixa Verde 10</b>	“Judô seria como um ensinamento para a vida. Apesar de melhorar as habilidades motoras, ele nos prepara psicologicamente para enfrentar os próprios desafios do dia-a-dia.”
<b>Faixa Roxa 13</b>	“Judô é uma filosofia de vida que compreende em teorias e subsídios para tornar a vida mais eficaz, respeitosa e menos individualista, traz ensinamentos de vivencia em grupo, respeito e didática e a ter o melhor resultado com o menor esforço.”
<b>Faixa Marrom 15</b>	“Literalmente, a palavra “Judô” pode ser traduzida como “caminho suave”. Entretanto, o Judô vai além de prática esportiva, visto que também tem proposito pedagógico / educacional.”

Na pergunta que diz respeito aos conhecimentos que deram base para a criação do judô, a grande maioria (12 dos 15), disse que Jigoro Kano partiu do jujutsu para criar o judô, 1 praticante não opinou e das outras 2 que não relacionaram ao jujutsu, 1 afirmou que “Seu objetivo era criar um sistema de educação que envolvesse o esporte relacionado a vida pessoal” (faixa laranja 4). E a outra que Jigoro Kano partiu de “Técnicas de várias artes marciais, com uso de menor força e mais resultado” (faixa laranja 7).

Segundo Ruffoni (2004, p. 15) o Professor Jigoro Kano

procurou sistematizar as técnicas de uma arte marcial japonesa, conhecida como “Jiu jitsu” e fundamentar sua prática em princípios filosóficos bem definidos, a fim de torná-la um meio eficaz para o aprimoramento físico, do intelecto e do caráter, num processo de aperfeiçoamento do ser humano.

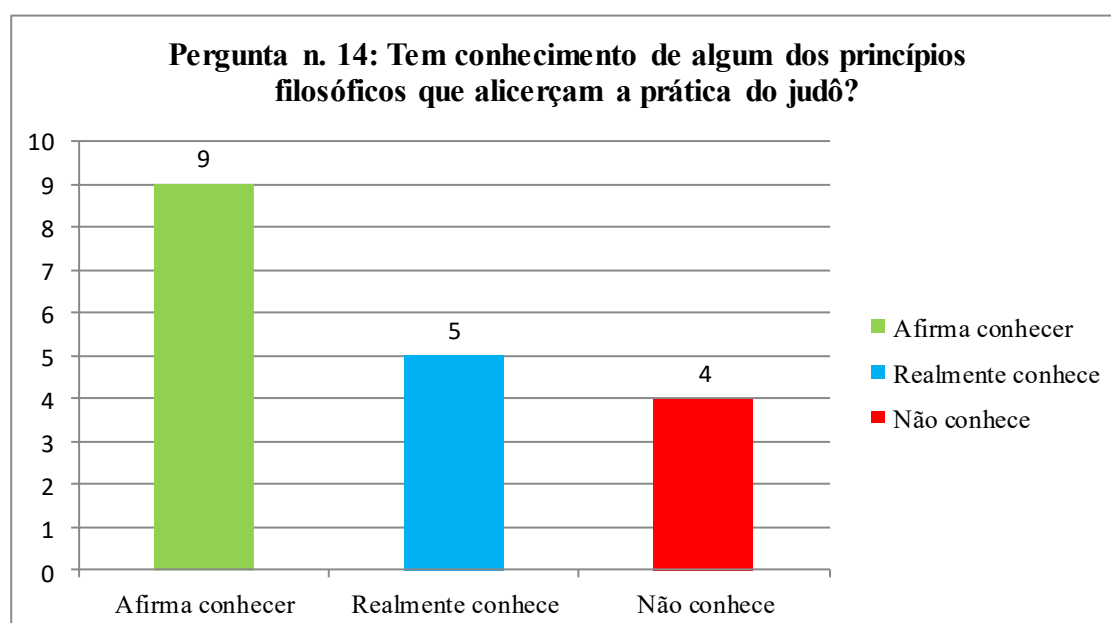
Maçaneiro (2012) ainda ressalta que Jigoro Kano iniciou o Judô baseando-se em dois estilos específicos de jujútsu, o Tenjin Shinyo e o Kito, mas com o passar do tempo passou a incorporar técnicas de outros estilos de jujutsu, o qual nunca deixou de pesquisar.

Dando continuidade ao tópico, questionou-se sobre as “lendas/histórias”, que serviram de base para a idealização do judô. Segundo Santos (2007) três são as lendas que serviram

como base. São elas: “as cerejeiras e o salgueiro”<sup>3</sup>, “o temível segredo do monge chinês” e “a visão de Takenuchi”. De acordo com as respostas obtidas, apenas 2 judocas descreveram a história das cerejeiras e do salgueiro, sendo 1 faixa amarela e outro faixa verde. 2 judocas preferiram não opinar, 6 responderam que não sabiam e os outros 5 contaram histórias referentes ao período histórico em que o judô foi criado. Através das respostas obtidas pode-se observar que 86,6% dos participantes do estudo não conheciam nenhuma das 3 lendas. A lenda das cerejeiras e do salgueiro, a qual 2 judocas citaram, está diretamente relacionada a uma das máximas do judô, “ceder para vencer”.

As perguntas seguintes referem-se às máximas e princípios que alicerçam a prática do judô. Como visto anteriormente, são duas máximas, sendo elas *Seiryoku Zenyo* (máxima eficácia com o menor uso de energia), *Jita Kyoie* (prosperidade e benefícios mútuos) e *Ju* (suavidade, “cedência”) e nove princípios. Dos 15 judocas, 6 conheciam as duas máximas, 4 conheciam somente a máxima *Seiryoku Zenyo*, do qual apenas 1 faixa verde conhecia a palavra em japonês, e os outros 5 judocas acabaram confundindo as máximas com alguns dos princípios do judô.

**Figura 3 - Conhecimento sobre os princípios filosóficos do judô**



<sup>3</sup> A lenda conta sobre a história de Shirobei-Akyama, um médico filósofo que certo dia, quando passeava pelo jardim do templo, percebeu que os ramos das cerejeiras quebravam com o peso da neve, enquanto os ramos do salgueiro curvavam-se sob o peso da mesma, depositando-a no chão, voltando a sua posição inicial. A solução para os problemas que o preocupavam veio de imediato, à força devia opor-se a flexibilidade.

A figura 3 refere-se às respostas obtidas da questão n. 14, a qual investigou se os praticantes tinham conhecimento de algum dos princípios filosóficos que alicerçam a prática do judô. Em caso positivo os judocas descreveram quais, como mostra a tabela 2.

**Tabela 2** – Respostas acerca do conhecimento dos princípios

<b>Ação</b>	<b>Quantidade</b>	<b>Princípio</b>
Não opinaram	2	-
Responderam não	4	-
Confundiram	4	-
Conheciam	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Quem teme perder já está vencido</li> </ul>
Conhecia dois princípios	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Quem teme perder já está vencido</li> <li>▪ Conhecer-se é dominar-se, e dominar-se é triunfa.</li> </ul>
Conhecia dois princípios	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Quem teme perder já está vencido</li> <li>▪ O judoca é o que possui inteligência para compreender aquilo que lhe ensinam e paciência para ensinar o que aprendeu aos seus companheiros</li> </ul>

A partir da análise das respostas percebeu-se que dos 9 praticantes que haviam respondido conhecer os princípios, apenas 5 deles realmente os conheciam de fato. Entretanto ao se observar a tabela 2, percebeu-se que dos 9 princípios idealizados por Jigoro Kano, os praticantes conheciam apenas um ou dois. O que retrata a falta de conhecimento por parte dos praticantes acerca dos princípios filosóficos do judô.

As últimas questões deste tópico foram voltadas ao momento da saudação, na qual as perguntas estavam relacionadas aos objetivos, pronúncia e significados das mesmas. As saudações mais citadas foram *Ritzurei* (saudação em pé) e *Zarei* (de joelhos), sendo mencionadas por 6 judocas. Quanto ao objetivo das saudações, 7 relacionaram o objetivo de a saudação ser para saudar Jigoro Kano e o *Sensei*. Sobre a pronúncia e o significado das saudações, 4 preferiram não opinar, 2 disseram não saber e os outros 9 mencionaram alguns momentos da saudação como *Shomen ni* e *Sensei ni*, *Onegai Shimasu*, *Arigatou Gozaimasu* e *Kiotsuke*, muitos deles não conheciam o significado literal, mas tinham noção do que se tratava. Apenas 2 dos 15 judocas, responderam fazer saudação ao entrar e ao sair do dojô, o que para Mendes (2015, p. 67) este momento da saudação é de extrema importância pois para

ele “Ao reverenciarmos o *dojo* estamos reconhecendo a sacralidade de um espaço onde – numa analogia com o mundo – vivemos nossas experiências e aprendemos a nos conduzir sempre com elegância”. Possivelmente este fato tenha acontecido por esquecimento dos judocas ao responderem à questão, pois a saudação ao entrar no *dojo* já faz parte do cotidiano de todo judoca, sendo prática cotidiana.

Neste tópico podemos perceber que os judocas não possuíam domínio substantivo sobre os conhecimentos do judô. Como observado, todos os judocas afirmaram que o judô vai além do treinamento, que não é apenas um esporte. A falta de conhecimento demonstrada pelos participantes vai de encontro com o estudo de Santos et al. (apud JUNIOR, 2008, p.4), o qual objetivaram analisar o conhecimento de judocas do estado do Paraná em relação aos princípios filosóficos do judô, no qual perceberam que mesmo técnicos e judocas estarem conscientes que o judô possui uma filosofia, 74% deles não sabiam dizer nenhum dos nove princípios. Os autores então concluíram que essa perda da ideologia da filosofia do judô, se deu pela metodologia de ensino que os técnicos vêm utilizando em seus treinamentos, o qual objetivam apenas o rendimento esportivo. Outro fator seria a confusão entre espiritualidade e religião, o choque cultural entre oriente e ocidente, o que dá margem para diferentes interpretações. Para isso, é necessário que a base filosófica do judô seja transmitida demonstrando os significados dos conceitos, os princípios e as máximas deixadas por Jigoro Kano.

#### 4.3 NÍVEL DE TREINAMENTO

Este tópico tem o objetivo de verificar como os judocas utilizam os princípios filosóficos durante o treinamento e competições. As perguntas foram diretamente relacionadas aos pressupostos filosóficos preconizados por Jigoro Kano.

Primeiramente perguntou-se aos judocas o significado de “atleta técnico” e se os mesmos consideram-se atletas técnicos. Apenas 1 judoca respondeu que se trata de um atleta de rendimento. A grande maioria, 80% dos praticantes, afirmou se tratar da pessoa que consegue executar os golpes utilizando a técnica correta, como podemos observar na resposta do judoca faixa laranja 5: “Um atleta técnico é aquele que não precisa realizar muito esforço para efetuar um golpe, finalização ou imobilização, devido ao seu conhecimento técnico”. Outros 2 relacionaram com o embasamento teórico, filosofia, como observamos na resposta do faixa verde 9: “é o atleta que, além de tudo, assimila e põe em prática todo o embasamento

teórico que envolve a filosofia do judô, ou qualquer arte marcial”.

Tal resultado indica que aproximadamente 40% dos judocas do Clube Judô Universitário consideram-se atletas técnicos, e os outros 60% afirmaram que não são por praticar a pouco tempo ou por não conseguir realizar os golpes com a técnica correta.

Foi possível perceber, a partir das respostas obtidas acima, que o conceito de **atleta técnico** não foi o mesmo entre os praticantes. Para alguns dos praticantes, ser um atleta técnico constitui dominar as técnicas da maneira mais eficiente e de forma correta, - motivo pelo qual não se consideraram como tal. Já para outros, ser um atleta técnico significa tentar executar os golpes utilizando a técnica correta, para eles, o fato de tentar já os torna um atleta técnico. Como pode-se perceber na resposta do faixa laranja 4, que para ele um atleta técnico “É um atleta que se preocupa com a perfeição da execução de seus golpes, sempre procurando erros a consertar e maneiras mais eficientes de aperfeiçoar a técnica”. E quando perguntado se considera-se um atleta técnico respondeu que sim “Pois estou sempre procurando melhorar minha aplicação e consertar meus erros.”

A partir das perguntas, que foram estruturadas para identificar se os judocas utilizam os princípios máximos do judô durante o treinamento, foi possível perceber que todos relacionaram os princípios ao desempenho técnico do treino, como podemos observar na resposta de um faixa marrom quando perguntado se utiliza as máximas durante os treinos: “Os princípios do judô buscam guiar a nossa prática para máxima eficiência e qualidade. Fora isso, percebo que meu desempenho melhora quando busco cuidar com estes detalhes” (faixa marrom 15). Mesmo os que responderam não executar os princípios (4 dos 15), afirmaram que ainda não dominam as técnicas, mas sempre buscam utilizar os princípios.

A partir das respostas referentes a **utilização dos princípios** percebeu-se certa incoerência da parte dos praticantes, pois muitos afirmaram ter a intenção de utilizar os princípios, porém, os praticantes não os dominavam, como foi possível perceber na tabela 2.

As demais perguntas utilizadas nessa pesquisa, foram relacionadas aos procedimentos utilizados durante o treinamento, como no caso de atletas chegarem atrasados, qual o procedimento é tomado pelo judoca? Quais os cuidados com o *judogui* e o seu corpo? Atende prontamente aos comandos do professor? Qual atitude é tomada ao vencer uma luta? Entre outras. Todos os judocas demonstram ter um grande respeito ao professor, ao treinamento e



aos seus colegas. Podemos perceber essa demonstração de respeito ao analisar a questão referente aos atrasos, onde 13 dos 15 judocas afirmaram que esperam autorização do professor para entrar e logo em seguida fazem as saudações necessárias. Os outros 2 afirmaram fazer a saudação ao entrar e aos mais graduados.

#### 4.4 RELAÇÃO DO ENSINAMENTO PRÁTICO NO COTIDIANO

Neste tópico podemos observar como os praticantes utilizam os ensinamentos do judô no cotidiano. A primeira questão indagou se os judocas conseguiam fazer uma relação entre o desempenho no tatame e seu desempenho como seres humanos (Quadro 2).

**Quadro 2.** Relação desempenho como ser humano

<b>Pergunta n. 27: Você consegue fazer uma relação entre o seu desempenho no tatame e o seu desempenho como ser humano? ( X ) sim ( ) não. Justifique:</b>	
<b>JUDOCA</b>	<b>RESPOSTA</b>
<b>Faixa Amarela 3</b>	“Prestatividade, educação, força de vontade, cordialidade, e paciência são atributos que são compartilhados”.
<b>Faixa Laranja 5</b>	“A relação é ambígua em dia ruim é notável a diferença no treino e sempre que um treino é perdido sente-se a diferença no dia seguinte”.
<b>Faixa Verde 10</b>	“Tento sempre levar o judô com uma religião”.
<b>Faixa Roxa 13</b>	“Tento levar para minha vida e trabalho aquilo que é empregado no treino por exemplo não fazer nada que não seja o meu melhor. Tudo que faço em minha vida e trabalho faço da melhor forma, com todo o meu potencial e tenho orgulho”.
<b>Faixa Marrom 15</b>	“Para que meu desempenho em treinos/campeonatos seja ótimo, eu preciso equilibrar minhas tarefas diárias, alimentação, entre outros fatores. Assim passo aproveitar as atividades físicas com maior intensidade”.

Dos 15 questionados, 14 responderam que sim, que conseguem fazer uma relação dos ensinamentos com o cotidiano. Observando o quadro 2 podemos perceber que as respostas tiveram dois pontos, um para a vida como um todo, dando significado às suas ações e a outra relacionada aos treinamentos e como se sentem em relação ao mesmo.

Somente 1 dos judocas (faixa marrom 14) diz não conseguir fazer essa relação, alegando que “As vezes meu desempenho no tatame é bom mas a vida esta sofrida, o contrário também ocorre mas tem vezes (boas vezes) que os dois estão bons, não tem uma

relação muito linear entre elas”.

A segunda questão abordou sobre o que os praticantes achavam sobre a contribuição do judô em suas vidas. Nesse quesito todos afirmaram que a prática contribui sim. Os praticantes citaram algumas contribuições em suas vidas, como a melhora da disciplina, do foco, da confiança, da saúde, da paciência e da preocupação com o próximo. Assim como ter perseverança, concentração, a refletir sobre atitudes e consequências, ter persistência física e emocional. Como é possível perceber no Quadro 3, onde elencou-se as respostas mais expressivas.

**Quadro 3.** Contribuição do Judô na vida dos praticantes

<b>Pergunta n. 28: Você acha que a prática do judô contribui para sua vida? ( X ) Sim (   ) Não. Justifique:</b>	
<b>JUDOCA</b>	<b>RESPOSTAS</b>
<b>Faixa Amarela 2</b>	“Melhora minha disciplina, foco, confiança e saúde”.
<b>Faixa Laranja 4</b>	“Virei uma pessoa mais calma, mais preocupada com o próximo, pensando mais nas minhas atitudes e suas consequências”.
<b>Faixa Verde 9</b>	“Mantém minha ansiedade controlada e até a ajudar a controlar as das pessoas que me cercam”.
<b>Faixa Roxa 12</b>	“Traz primeiro sabedoria, saúde, e prosperidade”.
<b>Faixa Marrom 14</b>	“Me acalma vir para o treino tirar o estress”.

A partir dessas contribuições citadas, questionou-se se esses aspectos eram realmente trabalhados durante os treinamentos, uma vez que a *missão* do Clube Universitário de Judô é “formar, preparar e treinar atletas para participar de competições da modalidade” (CLUBE, 2016). Essa questão vai de encontro com os resultados obtidos na pesquisa de Silva e Santos (2005), onde perceberam que havia contribuição filosófica do judô no cotidiano dos participantes da pesquisa, principalmente quanto a mudanças de atitudes, porém, reconheceram que algumas dessas mudanças citadas, também poderiam ser percebidas se os mesmos praticassem outras modalidades esportivas, o que não as torna exclusivas da prática do judô.

A última questão indagou se os judocas sentiram/perceberam mudanças nas suas atitudes após a prática do judô. Aproximadamente 86.6% dos praticantes responderam que sim, como é possível perceber nas falas dos mesmos no Quadro 4.

Os outros 2 praticantes que responderam não perceber mudanças em suas atitudes, alegaram que iniciaram no judô quando ainda eram muito novos, portanto suas atitudes sempre foram influenciadas pela prática.

**Quadro 4.** Mudanças de atitude após a prática do judô

<b>Pergunta n. 29: Você sentiu/percebeu mudanças nas suas atitudes após a prática do judô? ( X ) Sim ( ) Não. Em caso positivo, em quais situações e que tipo de mudanças?</b>	
<b>JUDOCA</b>	<b>RESPOSTAS</b>
<b>Faixa Amarela 1</b>	“Tenho mais calma, penso mais antes de ter alguma atitude e procuro sempre uma forma de usar bem a minha energia auxiliada com a força”;
<b>Faixa Amarela 3</b>	“Um senso maior de prestatividade e educação, além de melhora da saúde”;
<b>Faixa Laranja 6</b>	“Sou mais disciplinado e mais perseverante para perseguir meus objetivos”.
<b>Faixa Laranja 7</b>	“Melhorou respiração. Perda de gordura. Mais calma no convívio familiar”;
<b>Faixa Roxa 12</b>	“Maior atenção, mais respeito, escutar para aprender, cair para levantar, levantar para cair”;

O objetivo desta questão era perceber em quais situações os praticantes percebiam as mudanças no seu cotidiano. Porém os praticantes pouco relataram essas situações, apenas citaram os locais onde perceberam haver mudanças, como no convívio familiar e no trabalho. Apenas, o praticante faixa amarela 2 afirmou que: “aumentou muito minha confiança em minhas próprias capacidades, antes eu desistia das coisas sem nem tentar direito hoje sou mais focado e persistente”.

Possivelmente os praticantes não tenham respondido esta parte da pergunta, pois estavam cansados. Lembrando que muitos interromperam o treinamento para responder o questionário, que era extenso.

## 5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esta pesquisa teve como intuito identificar o nível de conhecimento dos praticantes do Clube Universitário de Judô da UFSC, acerca das máximas e princípios dessa arte marcial. Através desse processo investigativo foi possível relacionar esse conhecimento com a aplicação do mesmo no treinamento e no cotidiano dos praticantes.

Pode-se observar ao longo da pesquisa que os praticantes do Clube têm pouco domínio sobre os princípios, máximas e até mesmo sobre o contexto histórico do judô. Muitos reconhecem apenas que essa arte marcial derivou do jujutsu, porém desconhecem o contexto em que o mesmo foi criado, ou a razão pela qual o mestre Jigoro Kano desenvolveu o judô através do jujutsu. Essa pesquisa argumenta que esses aspectos são necessários para que o judô seja um instrumento transformativo em suas vidas, não só através das técnicas e projeções, mas sim como um meio de educação para o corpo, mente e espírito.

Quanto a utilização dos princípios filosóficos durante o treinamento, percebeu-se que os praticantes acreditavam conhece-los e utilizá-los, porém, como visto anteriormente, não tinham conhecimento sobre os mesmos, o que limitou seus conhecimentos sobre a relação da utilização da técnica com o mínimo uso de força. Além disso, 10 dos 15 praticantes, conheciam a máxima *Seiryoku Zenyo* (máxima eficácia com o menor uso de energia).

A partir das respostas dos praticantes, referente às contribuições da prática do judô no cotidiano, percebeu-se que as contribuições citadas poderiam derivar da prática de qualquer modalidade esportiva. Pela falta de conhecimentos acerca das máximas e princípios do judô, não foi possível observar se os mesmos utilizam o judô como uma filosofia de vida.

Durante a realização desta pesquisa ficaram evidentes algumas limitações referentes a metodologia de pesquisa. A falta de observação das aulas foi uma delas. O uso de processo observatório possibilitaria sanar algumas dúvidas, quanto a utilização dos princípios durante o treinamento; os procedimentos realizados durante as aulas; a relação entre os praticantes e o cuidado com o *judogui*.

Percebeu-se também a falta de clareza em algumas questões, como no caso da pergunta n. 14: *Tem conhecimento de algum dos princípios filosóficos que alicerçam a prática do judô? ( ) Sim ( ) Não. Em caso positivo. Qual(is)?*

A intenção desta questão foi averiguar todos os princípios que o praticante conhecia ou dominava, porém percebeu-se certa incoerência na questão. A mesma perguntou se o praticante tem conhecimento de “algum” dos princípios, o que induz a resposta de apenas um, porém em caso positivo deveria descrever “quais”, o que se entende como mais de um princípio. Possivelmente essa incoerência na questão tenha confundido alguns dos praticantes que responderam apenas um princípio. Por esse motivo, para novas pesquisas com a utilização deste questionário, sugere-se a reformulação das perguntas, para que as deixem mais claras quanto ao objetivo da mesma.

Para o enriquecimento de futuras pesquisas com objetivos similares, propõe-se realizar observações das aulas de judô, aplicar o questionário com os *senseis* assim como tornar as perguntas do questionário mais claras. Outra sugestão, que auxiliaria na identificação da aplicação do judô como filosofia de vida, seria inserir no questionário, exemplos do cotidiano em que o praticante descreveria sua reação e qual o sentimento que lhe aflorou nesse momento. Outra sugestão seria investigar um maior número de judocas para que seja discutido e comparado o resultado dessa análise com a realidade de outros clubes.

Possivelmente um estudo semelhante, com uma amostra significativa a nível estadual, possa identificar o caminho que o judô vem seguindo: um esporte de rendimento ou uma filosofia para a vida. Além disso, um estudo realizado com mais instituições, poderia potencialmente revigorar a validade científica dessa pesquisa. Espera-se que a partir desse estudo novas pesquisas possam ser realizadas nesse sentido. Conseqüentemente em suas discussões, resultantes do processo investigativo, que inspirem os profissionais da área a discutirem a importância dos princípios judoísticos preconizados por Jigoro Kano.

Diante do exposto, acredita-se que é fundamental realizar um trabalho de base para que todos se conscientizem que essa arte marcial, que visa o autoconhecimento através do caminho suave, precisa da realização dos rituais, das tradições e da filosofia, para que continue contribuindo no desenvolvimento físico, mental e espiritual dos praticantes. Para que os mesmos se tornem cidadãos mais críticos, conscientizadores e criativos e que assim possam contribuir na transformação do meio onde vivem.

## REFERÊNCIAS

ARAÚJO, Rafael Vieira. **JUDÔ: da história à pedagogia do esporte**. 2005. 114 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Licenciatura em Educação Física, Universidade Federal de Goiás, 2005. Disponível em:  
<[http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos\\_teses/EDUCACAO\\_FISICA/monografia/Judo-da-historia-a-pedagogia-do-esporte.pdf](http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/arquivos/File/2010/artigos_teses/EDUCACAO_FISICA/monografia/Judo-da-historia-a-pedagogia-do-esporte.pdf)> Acesso em: 15 de maio de 2016.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais: Educação física** / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997. 96p. Disponível em: <<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro07.pdf>>. Acesso em: 07 julho 2016.

FERREIRA, Heraldo Simões. As lutas na educação física escolar. **Revista de Educação Física** - nº 135 - novembro de 2006 - p. 36-44 disponível em:  
<[http://fnkp.labs.wiremaze.com/uploads/writer\\_file/document/352/As\\_lutas\\_na\\_EF\\_escolar.pdf](http://fnkp.labs.wiremaze.com/uploads/writer_file/document/352/As_lutas_na_EF_escolar.pdf)> Acesso em: 13 novembro 2016.

FOFONKA, Elton Boeira. **A iniciação esportiva do judô no Projeto Bugre Lucena da ESEF/UFRGS**. 2015. 44 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) - Curso de Educação Física Universidade Federal do Rio Grande do Sul – UFRGS. 2015. Disponível em:  
<<http://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/126611/000973272.pdf?sequence=1>> Acesso em: 12 novembro 2016.

GRADUAÇÃO, Conselho Nacional de. **Regulamento para exame e outorga de faixas e graus**. 2011. Disponível em:  
<[http://www.cbj.com.br/painel/arquivos/noticias\\_arquivos/1560/REGULAMENTO%20DE%20GRADUACAO%20-%20DIVULGADO%20EM%2009%20DE%20FEV%202011.pdf](http://www.cbj.com.br/painel/arquivos/noticias_arquivos/1560/REGULAMENTO%20DE%20GRADUACAO%20-%20DIVULGADO%20EM%2009%20DE%20FEV%202011.pdf)> Acesso em: 14 novembro 2016

GROSSO, Francisco. **A ludicidade como estratégia de ensino nas aulas de judô para crianças** – 2002. 15 f. Disponível em:  
<<http://www.judocarioca.com.br/PDF/A%20LUDICIDADE%20COMO%20ESTRATEGIA%20DE%20ENSINO%20NAS%20AULAS%20DE%20JUDO%20PARA%20CRIANCAS.pdf>> acesso em: 19 novembro 2016.

GOMES, Fábio Rodrigo Ferreira; COUTINHO, Felipe Cesar Marcelino; SUZUKI, Frank Shiguemitsu; MASSA, Marcelo. Influência da formação em educação física em professores de judô. **Science in Health**, jan-abr 2013; 4(1): 36-44. Disponível em:  
<[http://arquivos.cruzeirodosuleducacional.edu.br/principal/new/revista\\_scienceinhealth/10\\_jan\\_abr\\_2013/Science\\_04\\_01\\_2013\\_36-44.pdf](http://arquivos.cruzeirodosuleducacional.edu.br/principal/new/revista_scienceinhealth/10_jan_abr_2013/Science_04_01_2013_36-44.pdf)> Acesso em: 26 de setembro de 2016.

KASSAB, Pâmela Ramires Tofolo. **Judô: esporte de luta ou arte marcial?** 2013 Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação). Curso de Educação Física Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”. Disponível em:  
<<http://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/119519/000741750.pdf?sequence=1&isAllowed=y>> Acesso em: 07 dezembro 2016.

MAÇANEIRO, Gustavo Goulart Braga. **Do Judô ao Gracie Jiu-Jitsu: a influência do Judô Kodokan na idealização e no desenvolvimento do Jiu-jitsu brasileiro.** 2012. 65 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2012. Disponível em:  
<<https://repositorio.ufsc.br/bitstream/handle/123456789/103771/TCC - GUSTAVO GOULART BRAGA MAÇANEIRO.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 14 maio 2016

MARTINS, Miguel Tosti Ferreira. **MMA: História e visão da psicologia do esporte e ascensão da modalidade como um dos esportes mais populares da mídia.** 2014. 41 f. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2014. Disponível em:  
<<http://base.repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/131792/000853072.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>. Acesso em: 17 maio 2016

MENDES, Michael Reyne; MULERO, Andre Uitiro Munekata. O judô e a formação cidadã. **Revista de Educação do Cogeime**, v. 24, n. 47 2015. Disponível em:  
<<https://www.redemetodista.edu.br/revistas/revistas-cogeime/index.php/COGEIME/article/view/383/363>> acesso em: 13 maio 2016.

MORAES Fernanda Duarte; RUFFONI, Ricardo; SOUZA, Gabriela Conceição. A utilização dos princípios filosóficos do judô no cotidiano dos judocas do Rio de Janeiro. **FIEP BULLETIN**, v. 81, Special Edition, Article I, 2011. Disponível em:  
<<http://www.fiepbulletin.net/index.php/fiepbulletin/article/viewFile/188/327>> Acesso em: 13 maio 2016.

PINTO, Douglas Cassiano de Castro; BARBOSA, Raphael Artiaga de Carvalho Sergio Servulo Ribeiro; ALVES, Marcus Vinicius Patente. JUDÔ: caminho suave ou caminho da vitória? Arte marcial que se esportivizou ou esporte que se tornou arte marcial? XII Simpósio Internacional Processo Civilizador, Salvador 2009, (**Anais**) p. 1-12. Disponível em:  
<[http://www.uel.br/grupo-estudo/processoscivilizadores/portugues/sites/anais/anais12/artigos/pdfs/comunicacoes/C\\_Pinto.pdf](http://www.uel.br/grupo-estudo/processoscivilizadores/portugues/sites/anais/anais12/artigos/pdfs/comunicacoes/C_Pinto.pdf)> acesso em: 17 agosto de 2016.

QUEIROZ, V. E. Gomes, L; Santos, N. C.; **Judô em suas dimensões intelectuais, morais e físicas: um componente valioso para o processo de ensino-aprendizagem na educação física escolar.** 2006  
Disponível em: <[http://judobrasilemacao.blogspot.com.br/2010\\_12\\_08\\_archive.html](http://judobrasilemacao.blogspot.com.br/2010_12_08_archive.html)> Acesso em: 26 setembro 2016.

PAES, Roberto Rodrigues; BALBINO, Hermes Ferreira. 2009. A pedagogia do esporte e os jogos coletivos. DE ROSE, D. et al. **Esporte e atividade física na infância e adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. 2009. Porto Alegre: Artmed, 73-83. Disponível em: <[http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/39004614/Esporte\\_e\\_atividade\\_fisica\\_na\\_infancia\\_e\\_na\\_adolescencia\\_Uma\\_abordagem\\_multidisciplinar.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1480473357&Signature=64JT64KCEtaoOgqn6XuEFbuZGWY%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEsporte\\_e\\_atividade\\_fisica\\_na\\_infancia\\_e.pdf#page=73](http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/39004614/Esporte_e_atividade_fisica_na_infancia_e_na_adolescencia_Uma_abordagem_multidisciplinar.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1480473357&Signature=64JT64KCEtaoOgqn6XuEFbuZGWY%3D&response-content-disposition=inline%3B%20filename%3DEsporte_e_atividade_fisica_na_infancia_e.pdf#page=73)> Acesso em: 27 Nov. 2016

REZENDE, Adriana Carolina Cunha; CANTANHEDE, Aroldo Luis Ibiapino; NASCIMENTO, Eduardo. Artes marciais para crianças: do método tradicional à prática transformadora. **Efdeportes**, Buenos Aires, v. 143, n. 15, p. 1-2, abr. 2010. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd143/artes-marciais-para-criancas.htm>>. Acesso em: 17 maio 2016.

RUFFONI, Ricardo. **Análise Metodológica na prática do Judô**. Dissertação (Pós-Graduação) – Educação Física, Universidade Castelo Branco, Rio de Janeiro, 2014. Disponível em: <[http://www.nuteses.temp.ufu.br/tde\\_busca/processaPesquisa.php?pesqExecutada=2&id=2205&listaDetalhes%5B%5D=2205&processar=Processar](http://www.nuteses.temp.ufu.br/tde_busca/processaPesquisa.php?pesqExecutada=2&id=2205&listaDetalhes%5B%5D=2205&processar=Processar)>. Acesso em: 23 junho 2016.

SANTOS, Saray Giovana dos. **Judô: buscando o caminho suave**. Florianópolis: Duplic, 2014. 140 p.

SANTOS, Saray Giovana dos. JUDÔ: onde está o caminho suave? **Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano**. 2006; 8(1):114-119. Disponível em: <<https://periodicos.ufsc.br/index.php/rbcdh/article/viewFile/3773/3216>> Acesso em: 13 de Maio de 2016.

SANTOS, Sergio Oliveira. **Judô e educação: Jigoro Kano e a integração Oriente-Occidente**. 2012. 8 f. Monografia (Mestrado) – Educação, Universidade Metodista de São Paulo, 2012. Disponível em: <<http://www.hottopos.com/collat10/39-46Sergio.pdf>>. Acesso em: 7 Julho 2016.

SANTOS, Sergio Oliveira dos. Orientações filosófico-educativas do judô kodokan na perspectiva da integração oriente-ocidente. **Cadernos de Educação**, v.13, n. 26, jan.jun. 2014 p. 159 – 180. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/cadernosdeeducacao/article/view/5076>> Acesso em: 07 dezembro 2016.

SILVA, Daiene; SANTOS, Saray Giovanas. Princípios filosóficos do judô aplicado à prática e ao cotidiano. **Revista Digital - Buenos Aires**, año 10, n. 86, julho de 2005. Disponível em: <<http://www.efdeportes.com/efd86/judo.htm>>. Acesso em: 23 junho 2016.



## APÊNDICE

### CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Concordo em participar da pesquisa “JUDÔ: o corpo de doutrina e a prática cotidiana dos ensinamentos”. Desenvolvido pela acadêmica Carolina Pauli dos Santos e orientada pelo Prof. Dr. Carlos Luiz Cardoso do DEF/CDS/UFSC, estando ciente dos objetivos e relevância do referido estudo. Será garantido o anonimato.

Florianópolis \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### QUESTIONÁRIO

1. Sexo: (    ) Masculino (    ) Feminino
2. Idade: \_\_\_\_\_ anos \_\_\_\_\_ meses
3. Local de prática? \_\_\_\_\_
4. Local (clube, academia ou escola) e cidade que praticou anteriormente: \_\_\_\_\_
5. Há quanto tempo pratica Judô? \_\_\_\_\_ anos \_\_\_\_\_ meses
6. Qual a cor da sua faixa? \_\_\_\_\_
7. Já participou de competições nesta modalidade? (    ) Sim (    ) Não. Em caso positivo, quais?

EVENTOS	CLASSIFICAÇÃO

8. O que você entende por judô? Qual seu Significado?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

9. Quem criou o judô?

\_\_\_\_\_

10. Em que ano foi criado o judô? Em qual país?

\_\_\_\_\_

11. Seu criador partiu de quais conhecimentos para a criação do judô?

---

---

---

---

12. Você conhece alguma das “lendas” ou “histórias”, que serviram de base para a idealização do judô?

(    ) Sim (    ) Não. Se a resposta foi sim as descreva.

---

---

---

---

---

---

---

13. Quais são as máximas do Judô preconizadas por seu criador?

---

---

---

---

---

---

---

14. Tem conhecimento de algum dos princípios filosóficos que alicerçam a prática do judô?

(    ) Sim (    ) Não. Em caso positivo. Qual(is)?

---

---

---

---

---

---

---

15. Quais as saudações utilizadas no judô e quais os objetivos das mesmas?

---

---

---

---

---

---

---

16. Sabe o que se pronuncia quando se realiza a saudação e o significado dessas palavras?

---

---

---

---

---

---

---

**Durante o treino:**

17. Para você o que é um atleta técnico?

---

---

---

---

---

---

---

18. Você se considera um atleta técnico? (    ) Sim (    ) Não. Justifique sua resposta.

---

---

---

---

---

---

---

19. Durante os treinos, você executa as técnicas de forma a utilizar os princípios máximos do Judô?  
(    ) Sim (    ) Não. Justifique sua resposta.

---

---

---

---

---

---

---

20. Durante o treino preocupa-se com o seu oponente? (    ) Sim (    ) Não. Justifique:

---

---

---

---

---

---

---

21. Quais os cuidados que você mantém em relação ao seu corpo e seu kimono para a prática do Judô?

Justifique sua resposta: \_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

22. Em caso de chegar atrasado ao treino. Qual o seu procedimento antes de iniciar a prática?

---

---

---

---

---

---

---

---

23. Costuma atender prontamente as solicitações de seu “sensei”? ( ) Sim ( ) Não. Justifique:

---

---

---

---

---

---

---

---

24. Durante a competição você procura aplicar técnicas de acordo com a movimentação e a força empregada pelo seu adversário? ( ) Sim ( ) Não. Justifique:

---

---

---

---

---

---

---

---

25. Se durante uma luta você tiver que escolher entre lesar seu adversário (ex: quebrar o braço) ou perder o confronto. Qual seria sua atitude?

---

---

---

---

---

---

---

---

26. Qual sua atitude após vencer uma luta?

---

---

---

---

---

---

---

---

27. Você consegue fazer uma relação entre o seu desempenho no tatame e o seu desempenho como ser humano? ( ) Sim ( ) Não. Justifique:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

28. Você acha que a prática do judô contribui para sua vida? ( ) Sim ( ) Não. Justifique:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

29. Você sentiu/percebeu mudanças nas suas atitudes após a prática do judô? ( ) Sim ( ) Não. Em caso positivo, em quais situações e que tipo de mudanças?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---