

## ***Jiu-jítsu: a arte suave na escola***

Pedro Xavier Russo Bonetto

A experiência pedagógica aqui relatada deu-se no começo de 2019, numa escola pública municipal localizada no bairro da Vila Madalena, São Paulo, junto a duas turmas do 6º ano do Ensino Fundamental.

Sobre a fundamentação didático-metodológica, contamos com a perspectiva cultural do componente, aproveitada do documento oficial do município de São Paulo, o *Currículo da Cidade*.

O acesso às manifestações da cultura corporal pressupõe que, por meio de vivências, estudos, pesquisas e debates, os estudantes acessem as diversas produções culturais e seus usos sociais vinculados aos jogos e brincadeiras, aos esportes, às danças, às ginásticas, às lutas e a demais práticas corporais do patrimônio material e imaterial da humanidade, bem como àquelas presentes e trazidas pelo próprio grupo e por outros grupos sociais e também por outros povos, sejam no tempo espaço ancestral e/ou contemporâneo. Um dos objetivos é entrar em contato e alargar o conhecimento e a cultura dos estudantes sobre si e sobre os outros. (SÃO PAULO, 2017; p. 124).

Importante destacar que as tematizações não seguiram as sugestões do referido documento, sobretudo, porque na proposta municipal as turmas de 6º ano, invariavelmente, teriam como objetos de estudo as lutas do Brasil. Apesar de conhecermos a proximidade do *jiu-jítsu* com a cultural brasileira e suas múltiplas transformações<sup>1</sup>, sabemos que se trata de uma luta de origem japonesa. Rompemos com as classificações e indicações do documento curricular, uma vez que a rigidez imposta, relacionando cada objetivo de aprendizagem com um determinado ano não considera o conhecimento dos estudantes, bem como seus interesses, desejos e oportunidades de contato com diferentes práticas corporais. Para tanto, consideramos uma importante passagem do documento que aponta a possibilidade de não reproduzir os objetos de conhecimento e os objetivos de aprendizagem em uma ordem estanque.

Cabe destacar ainda que os objetivos de aprendizagem e desenvolvimento apresentam uma numeração que tem como propósito a localização. Não se trata, em hipótese alguma, uma sequência a ser seguida, nem um pré-estágio ou um pré-requisito para trabalhar com

---

<sup>1</sup> A ponto de ter uma variante esportiva conhecida internacionalmente por *brasilian jiu-jitsu*.

um objetivo e depois outro, já que a dinâmica das aulas, o planejamento do professor e sua leitura aguçada pela avaliação é que determinarão quantos e quais objetivos serão trabalhados (SÃO PAULO, 2017; p. 74).

Cabe destacar, que nos períodos letivos anteriores tínhamos tematizado: brincadeiras, *funk*, futebol, vôlei e ginástica artística. Alguns elementos nos fizeram definir o *jiu-jítsu* como tema das aulas. O primeiro, foi a presença constante de um estagiário de Educação Física que é *sensei*<sup>2</sup> em uma academia de lutas dessa prática corporal. Em conversa com os estudantes, o estagiário Ricardo Bourbon dissera que era faixa preta de *jiu-jítsu* e isso causara grande curiosidade, além disso, soubemos que algumas crianças haviam praticado *jiu-jítsu* em projetos comunitários, uma aluna frequentava aulas da luta em uma academia há bastante tempo (era faixa amarela) e outro aluno disse que tinha começado a praticar recentemente, junto com o pai. As turmas ficaram muito empolgadas quando falamos de *jiu-jítsu*, se disponibilizaram a ajudar com os tatames e com a organização das atividades. Iniciamos com um bate-papo para identificar seus conhecimentos. Registramos suas falas, enquanto o Ricardo, o estagiário, tecia comentários a partir das colocações. Acabou abordando a história do *jiu-jítsu* e a origem do nome, *Ju = arte + jitsu = suave*.

Conversando reservadamente com ele, indagamos: “Lá na academia seu intuito é um, aqui nosso intuito qual é? Lá você é o *sensei*, aqui somos professores de Educação Física. Repare, não é a mesma coisa. Lá os alunos e alunas te procuram espontaneamente, aqui eles e elas são obrigados a frequentar a escola. Analise, ao longo do semestre, que o ensino de lutas na academia é muito diferente da tematização do *jiu-jítsu* no ambiente escolar”. Ainda, afirmamos que o processo e acesso aos conhecimentos também eram importantes dentro da escola, por isso tínhamos que ouvir, reconhecer, debater e analisar os discursos dos estudantes. Não podíamos simplesmente ensinar golpes, técnicas e a maneira supostamente mais correta de fazer algo.

Pensando nos objetivos educacionais acerca do tema *jiu-jítsu*, elaboramos objetivos provisórios/iniciais que poderiam nos guiar durante a tematização:

- Vivenciar/experimentar o *jiu-jítsu* no contexto escolar, preservando a integridade própria e a dos demais colegas;
- Planejar e organizar, coletivamente, as vivências com o *jiu-jítsu*, identificando as características (regras, gestos, estratégias, indumentária, materiais, formas de organização, instituições e outros) do *jiu-jítsu*;

---

<sup>2</sup> Um título honorífico japonês, comumente usado para se referir a professores e/ou mestres.

- Reconhecer as transformações históricas dessa luta a partir do contato com a cultura brasileira e os diferentes sentidos e significados atribuídos pelos seus praticantes;
- Adaptar e criar situações de vivência e troca de significações sobre o *jiu-jítsu*, compreendendo-o como artefato cultural em constante transformação<sup>3</sup>.

Dando continuidade ao trabalho, apenas disponibilizamos os tatames na quadra da escola e os estudantes começaram a lutar da forma como entendiam o *jiu-jítsu*. Foi interessante observar as diversas compreensões sobre a luta. Antes que alguém indicasse como era feito, brincaram dando chutes, socos, *agarrões* e empurrões.

**Imagem 1.** Alunos lutando da maneira que reconheciam a luta



Fonte: Imagem do autor

Proporcionamos essas situações durante algumas aulas. Percebendo que não dispúnhamos de muitos tatames de EVA, os estudantes sugeriram juntarmos 2 ou 3 quadrados de EVA separados, formando pequenos tatames. Assim, os praticantes teriam mais espaço e conforme as lutas aconteciam, íamos junto com o estagiário Ricardo passando pelos grupos menores. Quem já praticara *jiu-jítsu* levou seu próprio quimono e para aqueles que não tinham, conseguimos disponibilizar alguns emprestados. Ao passo que iam aprendendo, experimentando, também iam revezando os quimonos. Os colegas

---

<sup>3</sup> Outra vez mais desconsideramos os apontamentos do *Currículo da Cidade* na elaboração dos objetivos. A proposição deu-se com base nas condições avaliadas pelo professor.

que conheciam a luta começaram levando muita vantagem sobre os demais, a ponto de se tornarem referências. Não demorou, viraram instrutores, ajudavam e diziam o que era válido e o que era proibido fazer.

Isso foi interessante porque muitos estudantes tinham vergonha de lutar quando todos estavam olhando, mas nos pequenos grupos, participavam apenas com quem tinham mais afinidade. Ao passo que as aulas foram acontecendo, os estudantes começaram a perguntar: “Como eu ganho?” “Pode puxar a roupa?” “Pode enforcar?” “Ele me chutou! Vale isso?” A ajuda partia de quem sabia, independente de quem fosse: estudante, estagiário ou professor.

**Imagem 2.** Alunos e alunas vivenciando nos pequenos grupos



Fonte: Imagem do autor

Nos pequenos grupos explicamos as regras mais básicas (o que não poderia ser feito e que gerava punição), as questões de segurança, como bater três vezes quando quiser desistir e as técnicas de proteção nas quedas. Importante lembrar que não partimos de golpes ou regras prévias, à medida em que surgiam os questionamentos, as alternativas eram experimentadas. Foi importante observar o interesse que alguns estudantes demonstraram durante as atividades, eles e elas solicitavam ajuda do Ricardo o tempo todo. Assim que ele terminava de falar com um grupo, chamavam-no no outro. E como as perguntas eram quase sempre diferentes, os golpes demonstrados e praticados também variavam. Com o passar do tempo e as mudanças nas composições dos grupos, os

estudantes passaram a trocar conhecimentos entre si. Vez por outra, uma pergunta chamava a atenção de todos, fazendo com que a turma inteira parasse para ouvir as explicações do Ricardo.

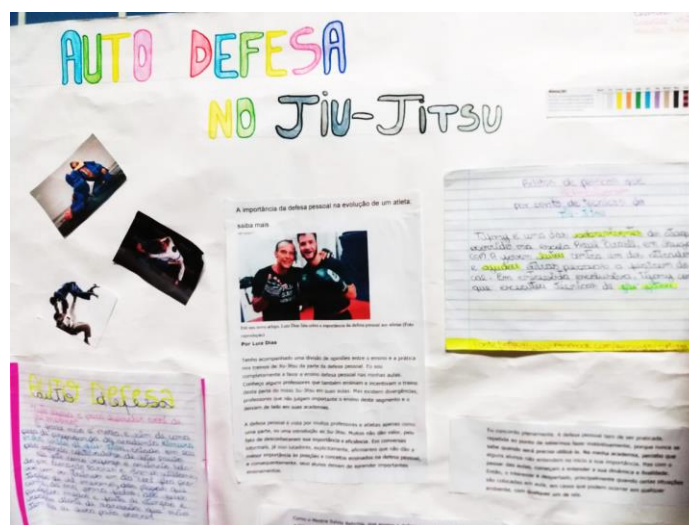
**Imagem 3.** Alunos e alunas ouvindo as informações do *sensei* Ricardo



Fonte: Imagem do autor

Em certo momento, orientamos a realização de pesquisas cujos resultados foram compartilhados, sejam informações históricas, regras, formas de competir, golpes ou qualquer outro conhecimento sobre o *jiu-jítsu*.

**Imagem 4.** Pesquisas sobre o *jiu-jítsu*



Fonte: Imagem do autor

Um dos estudantes trouxe à escola um livro sobre a história do MMA no Brasil e disse que muitos lutadores também eram do *jiu-jítsu*. Iniciamos algumas aulas lendo passagens alusivas aos praticantes da família Gracie aprendendo a luta na região norte do Brasil com um mestre chamado Conde Koma e, posteriormente, levando-a para o estado do Rio de Janeiro.

No salão de Artes, assistimos vídeos de lutadores e lutadoras de *jiu-jítsu* que narravam a origem da luta e sua chegada ao Brasil. Conhecemos duas versões, uma mais tradicional que relaciona o mestre Conde Koma, ensinando uma luta de autodefesa denominada de *ju-jítsu* para integrantes da família Gracie<sup>4</sup> e outra versão que atribui o início da prática no Brasil aos fuzileiros navais<sup>5</sup> após travarem contato com uma tripulação de japoneses. Nessa ocasião, consultamos também o livro trazido por um dos colegas que corrobora a versão mais convencional. A dubiedade das informações, as versões e o debate histórico agitaram as discussões com as turmas.

Uma questão histórica muito importante diz respeito à criação do chamado *brazilian jiu-jítsu* ou *jiu-jítsu* brasileiro. Para os produtores dos vídeos, a partir da experimentação e vivência dos lutadores brasileiros e a grande quantidade de mudanças que estes implicaram nas técnicas japonesas, é possível considerar que hoje, a luta praticada no Brasil é bem diferente do *jiu-jítsu* japonês, ao ponto que nem os próprios lutadores japoneses reconhecem a versão brasileira. Constitui-se, praticamente, uma outra modalidade de luta.

Na quadra, assim que chegavam, alguns iam correndo pegar os tatames, outros já iam montando os quadrados, uns limpavam os EVAs, colocavam os quimonos e a aula começava rapidamente. Iam lutando, convidando os colegas para “fazer um rola<sup>6</sup>”, meninos contra meninas, às vezes, meninos contra meninos e um espaço onde só as meninas lutavam. Em outras ocasiões, paravam, ensinavam os golpes, perguntavam sobre as técnicas e discutiam sobre regras ou estratégias. A maior parte das vezes não tínhamos uma única comanda para a turma. Cada grupo se organizava e se relacionava com o *jiu-jítsu* de uma maneira muito singular. Os grupos também se compunham e recompunham sem critérios fixos. As aulas transcorreram dessa forma por um bom tempo.

---

<sup>4</sup> Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=rZQkydT-SyM> Acesso em 10/01/2021.

<sup>5</sup> Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=dEUXg2ITxc&t=929s> Acesso em 10/01/2021.

<sup>6</sup> Expressão comum no jiu-jítsu que se refere a lutar, convidar alguém para um embate amistoso.

### Imagem 5. Os grupos divididos em pequenos tatames



Fonte: Imagem do autor

As duas turmas possuíam muitas crianças com deficiências. Desde o começo, sempre participaram das atividades sem nenhum tipo de observação, “fizeram rola”, golpes nas articulações, de asfixia e de queda. Dois estudantes eram acompanhados por estagiários que os auxiliavam durante as aulas. Era muito bacana observar a interação entre eles e os demais. Os professores e funcionários da escola quando ouviam sobre as atividades ou observavam a aula ficavam temerosos. Preocupavam-se com acidentes ou se a prática da luta não incitaria a violência na escola. Por outro lado, os estudantes jamais expuseram essas questões nas aulas. A grande maioria estava muito empolgada com o *jiu-jítsu*.

Em certa ocasião exibimos vídeos com disputas de lutadores faixa preta. Consideraram-nas muito paradas e não entenderam os objetivos e os resultados. Isso porque em nenhuma delas houve finalização, ou seja, foram definidas pela contagem dos pontos. Um grupo de estudantes também tinha feito uma pesquisa sobre o *jiu-jítsu* esportivo e ao observarem as posições tentaram explicar para a turma o que tinha acontecido. Elaboraram uma tabelinha com as posições e a referida pontuação, mas ainda havia dúvidas, pois algumas posições eram muito complexas e difíceis de serem observadas. O estagiário Ricardo conversou com a turma sobre a pontuação do *jiu-jítsu* esportivo, explicando as vantagens e possibilidades de golpes em cada posição.

**Tabela 1.** Posições e pontuações do *jiu-jítsu* esportivo

Posições	Pontos
Vantagem	+1
Punição	-1
Queda/ Raspagem/Joelho na Barriga	+2
Passagem de guarda	+3
Montada	+4
Pegada pelas costas	+4

Fonte: Tabela produzida pelos estudantes

Com base nos conhecimentos acessados, ao assistirem outras lutas, de atletas menos graduados, de mulheres e amadores, que normalmente são mais movimentadas e interessantes, os estudantes tentaram fazer a contagem dos pontos. Iam contando conforme a luta acontecia, iam discutindo, torciam, falavam o que tinham visto e o que estavam achando.

**Imagem 5.** Alunas executando uma chave de braço (arm-lock)



Fonte: Imagem do autor

Também assistimos vídeos de lutadores e lutadoras ensinando algumas posições e golpes. De maneira geral, as crianças já conseguiam reconhecer o *arm-lock* (chave de braço), *kimura*, mata-leão, cem quilos, triângulo, americana e guarda.



**Imagem 6.** Alunos explicando como aprenderam a sair de um golpe de mata-leão



Fonte: Imagem do autor

Um dos grupos responsável por fazer pesquisas sobre os golpes do *jiu-jítsu* apresentou alguns gestos. Disseram que tinham aprendido na assistência aos vídeos como sair do mata-leão. Conforme as aulas aconteciam, os estudantes avaliavam quem lutava melhor e quem tinha mais facilidade ou *jeito* com a luta. Foi curioso observar que, às vezes, jovens maiores e mais fortes perdiam ou tinham muito trabalho para ganhar dos menores. Junto com o *sensei* Ricardo, conversamos algumas vezes sobre as questões técnicas, a agilidade e a atenção aos pequenos detalhes envolvidos na aplicação dos golpes. A forma como conseguiam ver a luta tornou-se cada vez mais elaborada e complexa. O *jiu-jítsu* tornou-se moda na escola. Nos intervalos era o assunto preferido das conversas e as demais turmas assistiam as aulas das janelas que davam para o pátio, valorizando as turmas que tematizavam a luta. Quando nos encontravam, pediam para que o próximo tema das aulas de Educação Física fosse o *jiu-jítsu*.

Enquanto isso, os estudantes de outras turmas se empenhavam para organizar um campeonato “interclasses” de futebol. Quando vieram solicitar o uso da quadra durante o intervalo, as turmas que estavam tematizando o *jiu-jítsu* ouviram e propuseram fazer um campeonato, mas de *jiu-jítsu*. Gostamos da ideia bacana, mas questionamos como organizaríamos o evento. Não tardou, os estudantes estavam com o nome de todos que desejavam participar.

**Imagem 7.** Alunos fazendo “um rola”



Fonte: Imagem do autor

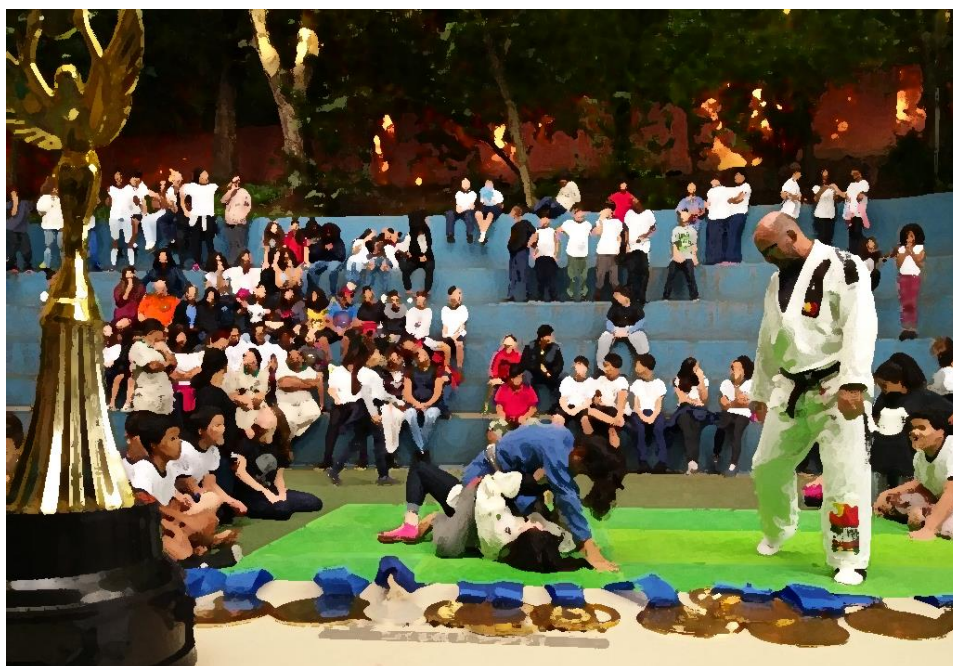
Estavam pensando em fazer um sorteio semelhante ao da Copa do Mundo de Futebol, com chaves grandes no início, fases em que os vencedores fossem passando até chegar às oitavas de final, quartas de final, semifinais e final. Como eram duas salas e praticamente todos quiseram participar, o número de lutas seria muito grande e demandaria muito tempo. Por sugestão do *sensei* Ricardo, elaboramos lutas “casadas” entre um estudante de cada turma (6º A e 6º B). Organizamos lutas entre pessoas com pesos, tamanhos e condições técnicas semelhantes, tornando a atividade menos desigual e mais atrativa<sup>7</sup>. Inclusive, a prática de formar lutas “casadas” é muito comum nos campeonatos ou demonstrações de artes marciais.

Após alguns dias de preparação e conversas a respeito das questões que envolvem uma competição como aceitar o resultado e respeitar o adversário, todos os estudantes se mostraram preparados para a disputa. O interclasses de *jiu-jítsu* começou na hora do intervalo, justamente para que as demais turmas da escola pudessem apreciar o evento. Já no primeiro dia, o interesse foi tanto que a escola praticamente parou para assistir as lutas.

---

<sup>7</sup> Propositamente programamos lutas entre meninos e meninas, desde que observássemos que a condição de disputa fosse aproximada.

### Imagem 8. Interclasses de *jiu-jítsu*



Fonte: Imagem do autor

Tinha professor assistindo, coordenadora pedagógica, profissionais da equipe de limpeza, estagiários, enfim, muita gente na torcida. Quiseram cantar o hino nacional, usar quimono, definiram o juiz (*sensei* Ricardo), o cronometrista (professor), técnicos (alguns estudantes da turma), também pediram para ter troféu e medalhas. Reaproveitamos alguns materiais antigos que estavam esquecidos na sala de Educação Física.

Os estudantes conheceram seus adversários somente no momento em que os nomes eram anunciados, o que aumentava a empolgação. Alguns mostravam nervosismo, outros timidez, receio, enfim, o clima era mesmo de campeonato. Ninguém foi obrigado a participar, houve quem preferisse atuar como comentarista, técnico, massagista, torcedor. Na organização proposta, a vitória contava um ponto para a turma. No fim do segundo dia de lutas, a turma do 6º B sagrou-se campeã. A clima continuou tranquilo e bastante solidário.

É importante ressaltar que apesar do campeonato, o objetivo nunca foi selecionar os melhores praticantes ou formar lutadores. Ainda que os campeonatos, por si, valorizem e enalteçam em demasia aqueles que vencem, é possível experimentar, sentir prazer, aprender e se aproximar mais das práticas corporais nesse contexto.

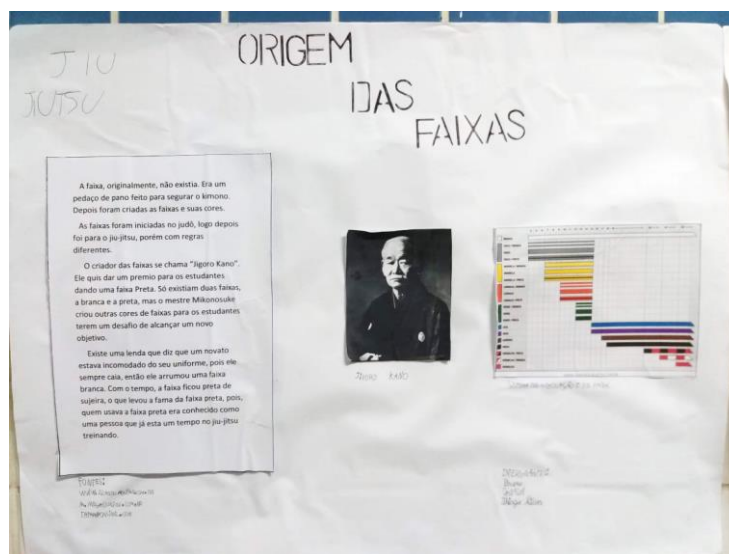
**Imagem 9.** Interclasses de *jiu-jítsu*



Fonte: Imagem do autor

Já no fim do semestre, avaliamos mais densamente as atividades realizadas, os conhecimentos produzidos, as interações entre as turmas, a presença de um estagiário *sensei* de *jiu-jítsu*, as pesquisas sobre a luta, a leitura do livro, a assistência aos vídeos e documentários sobre a história do *jiu-jítsu*, bem como a participação de cada um.

**Imagem 10.** Outras pesquisas sobre o *Jiu-jítsu*



Fonte: Imagem do autor

Considerando os objetivos iniciais que nos levaram à tematização do *jiu-jítsu* e apreciando também as singularidades, as diferentes condições e relações que os estudantes estabelecem com um dado tema, foi possível observar um enlace muito intenso entre os pertencentes às duas turmas e o *jiu-jítsu*. Muitos estudantes descreviam as regras, o contexto histórico da luta, bem como os gestos com boa quantidade de detalhes. Não observamos qualquer fala discriminatória e/ou preconceituosa relacionada à prática. Desde o início, todos se relacionaram de forma empática e colaborativa durante as atividades. Isso foi notório quando se revezavam para buscar os tatames, compartilhavam os quimonos e faziam os “rolas” quando eram convidados. Uma das hipóteses é que as duas turmas estavam habituadas à Educação Física culturalmente orientada, na qual se problematizam os preconceitos, exclusões e atos violentos.

Acreditamos que a experiência curricular produziu uma afecção positiva na turma. Basta dizer que quando iniciamos as discussões para eleger outro tema, a maioria reagiu: “não vai ser tão legal quanto o *jiu-jítsu*”, “melhor ficarmos com *jiu-jítsu pra sempre professor*”, “podia ficar lutando o ano inteiro”, “bem melhor que futebol” e “todo mundo participa”. Sem dúvida, a avaliação foi muito positiva.

Retomando o assunto com o estagiário-*sensei* Ricardo Bourbon por mensagem de celular, ele relatou o que tinha pensado sobre Educação Física escolar e a tematização das lutas na escola.

A principal diferença está na quantidade de informação e nos aspectos que serão tratados em aulas. Na escola o objetivo é apresentar o *jiu-jítsu* aos alunos como um mundo a ser descoberto e criar o interesse pela prática, assim como acontece com o futebol, natação, atletismo, vôlei, basquete e outros esportes. Na academia, o objetivo já é outro, ali podemos aprofundar nas técnicas, seja ela esportiva, autodefesa ou simplesmente recreativa (MENSAGEM 1).

O *jiu-jítsu* ensinado na escola começa com a história e seu desenvolvimento no Brasil e no mundo, já as técnicas apresentadas devem ser de fácil compreensão pelos alunos como também de baixo risco de causar lesões aos praticantes. Deve ser salientado que o uso indevido das técnicas pode causar sérios danos às pessoas e até mesmo responsabilidade civil e criminal ao praticante. Como estratégias de ensino na escola, podemos iniciar demonstrando técnicas básicas, tais como: a forma correta de se proteger de uma queda ou empurrão, como se levantar do solo sem lesionar a coluna e de forma segura, rolamentos, cambalhotas, como se desvencilhar de agarres, etc. Junto a isto vamos demonstrando como o *jiu-jítsu* se transformou de uma arte marcial e autodefesa para uma prática esportiva também. Cabe aqui inserir um pouco da filosofia das artes marciais, a disciplina, o respeito aos mestres

e professores, código de conduta no tatame e uso do quimono. (MENSAGEM 2).

Fica obvio que a quantidade de informação a ser apresentada na escola fica reduzida devido à quantidade de aulas e em relação aos objetivos de cada lugar, por isso, o conteúdo a ser apresentado deve ser o mais claro possível e deve ser suficiente para levar aos alunos uma informação que dê para se ter noção do que é o *jiu-jítsu* (MENSAGEM 3).

A parte dinâmica das aulas de Educação Física foi o que mais me chamou a atenção, ou seja, a forma como os alunos eram convidados a participar das aulas, as estratégias que o professor usava para chamar a atenção do aluno para a matéria. Um trabalho difícil, pois exige muita pesquisa e dedicação do professor para obter bons resultados. Além do mais, as atividades eram feitas com o intuito de contemplar a todos os alunos, sejam meninos ou meninas, todos podiam participar, a atividade não era exclusiva, como vemos em muitas escolas onde existe somente jogo de futebol, onde os meninos jogam e as meninas ficam de fora. Não vi nada de negativo durante o meu estágio (MENSAGEM 4).

Eu compreendi que perspectiva cultural da Educação Física tenta trazer aspectos culturais da vida cotidiana dos alunos para serem trabalhados dentro da escola. O objetivo é fazer com que os alunos compreendam melhor o mundo onde eles vivem, ver a realidade dos outros alunos e de outros lugares do mundo através da Educação Física (MENSAGEM 5).

Por fim, é importante compreender que a tematização do *jiu-jítsu* na escola foi muito potencializada pela presença do *sensei* nas aulas. Mas essa condição não pode ser considerada como elemento indispensável. Comumente, nós professores não vamos contar com a colaboração e auxílio frequente de um especialista na prática corporal objeto de estudo. Para isso, é importante a realização de pesquisas, a ajuda de estudantes praticantes, o convite eventual para algum praticante, a assistência de vídeos e filmes sobre o tema. São muitas as estratégias que nos permitem tematizar práticas corporais que conhecemos superficialmente. É importante destacar que a condição de falta de proximidade com uma prática corporal não pode impedir as tematizações dentro da escola, uma vez que o papel do professor é elaborar atividades de aprofundamento, ampliação dos conhecimentos/discursos sobre uma prática corporal.

Diferente do que ocorre nas escolinhas de esporte, nas academias, projetos de formação de atletas, centros de treinamento e clubes, na Educação Física escolar não há preocupação com performance ou alto desempenho. Os objetivos devem se dar em relação ao projeto pedagógico da instituição, tratando-se de objetivos pedagógicos,

relacionados com a formação de cidadãos democráticos, solidários, críticos e demais subjetividades apontadas pelo projeto educacional.

Registramos aqui, os mais sinceros agradecimentos a todos e todas que colaboraram com a criação desta experiência curricular, em especial, ao *sensei* Ricardo Bourbon pela parceria durante todo o ano de 2019, os estagiários do CEFAI (Centro de Formação e Acompanhamento à Inclusão) e aos demais profissionais da EMEF pelo apoio e confiança.

**Imagem 10.** Turma A com o *sensei* Ricardo Bourbon



Fonte: Imagem do autor

**Imagem 11.** Turma B com o *sensei* Ricardo Bourbon



Fonte: Imagem do autor