Lutas diversificadas para a diversidade da Educação Física escolar

Welington Santana Silva Júnior

Respeitando e valorizando a cultura local, a experiência foi realizada para oferecer aos alunos uma diversidade de gestualidades e expressões corporais com o tema "lutas". Durante todo o segundo semestre de 2015, com início no final do mês de julho e fim no final do mês de dezembro, o objetivo foi proporcionar aos alunos do 1º ao 5º ano do Ensino Fundamental I, de uma escola pública do município de Sorocaba, uma série de conhecimentos dessa prática corporal, como sua contextualização histórica, suas técnicas específicas e, principalmente, discutir assuntos como gênero, racismo e religião.

Iniciamos as aulas na EM Prof. Walter Carretero trabalhando com os alunos o conceito de luta recorrendo às práticas corporais de oposição (por exemplo, briga de galo, pega o rabo do macaco, briga de jacaré e outras); em seguida trabalhamos o boxe, a capoeira e, para finalizar, o jiu-jítsu. A escolha dessas três formas de oposição teve como objetivo abordar as diferenças de uma luta para a outra; no boxe, os golpes são executados somente com os membros superiores, na capoeira, a maior parte dos golpes emprega os membros inferiores e, no jiu-jítsu, não existem golpes traumáticos por ser uma luta em que se recorre a alavancas, torções e pressões para derrubar e dominar o oponente. As diferenças nas características dessas três lutas foram fundamentais para a escolha delas.

Como problematização, discutimos como as pessoas nos dias de hoje buscam praticar uma luta não para aprender defesa pessoal somente, ou porque gostam e visam ao esporte de combate competitivo e individual, mas pela estética e saúde corporal exigida cada vez mais por uma sociedade em muitos aspectos hegemônica, situação que fez muitas academias de artes marciais se adequarem ao mercado *fitness*. Procurei me informar sobre os diferentes tipos de aula que envolvem lutas existentes nas academias de

artes marciais. Basicamente, são dois modelos: para aqueles que gostam de lutar, que querem se tornar atletas ou que buscam aprender defesa pessoal; e para aqueles que buscam, através da luta, melhorar o condicionamento físico, em prol da saúde e da estética corporal, sendo esse um dos motivos que ampliaram a procura dessa prática por mulheres.

Pesquisa, planejamento e avaliação

As pesquisas tomaram como base os resultados das aulas anteriores, ocasiões em que eu planejava e desenvolvia a aula, discutia com os alunos, avaliava e decidia qual seria o novo conteúdo a ser trabalhado, de acordo com os resultados obtidos. As avaliações foram feitas por meio das observações das práticas corporais e das rodas de conversa durante cada aula; eu observava o desenvolvimento dos alunos, fazia perguntas e registrava em um caderno as observações e respostas. Com base nesses registros, eu planejava o próximo conteúdo para a aula seguinte.

A escola é vista pela sociedade como uma instituição onde o professor tem o dever de formar cidadãos preparados para o mundo, envolvendo nesse contexto a influência sociopolítica de grupos dominantes que participam da construção do currículo, desconsiderando as mudanças e modernidades atuais. É preciso analisar com atenção o aluno que temos em sala, se ele acompanhou as mudanças ocorridas, sendo preciso nos adequar a elas para que possamos poder promover o aprendizado; caso contrário, o que encontraremos são alunos desinteressados pelo estudo. Temos que transformar a escola em um lugar que promova a criticidade, que valorize a cultura local, onde os conhecimentos se aprofundem nessas culturas e os temas de projetos não sejam hegemônicos e superficiais. Na escola é preciso formar cidadãos capazes de criar, criticar, participar, preparados para as diversidades sociais, políticas, culturais, laborais, para assim poderem intervir e problematizar as formas de produção de vida.

Podemos fazer da escola um lugar menos rígido e mais democrático, isso depende de cada professor, se ele tem por objetivo formar um cidadão capaz de mudar, opinar e criticar, ao invés de aceitar o que lhe é imposto. Para isso não devemos impor o que o aluno deve aprender, mas sim incluir na construção dos projetos seus saberes prévios, interesses e

necessidades. É preciso que cada tema seja trabalhado de forma intensa e prolongada para que de fato o conhecimento possa ser adquirido e se possa comparar o conhecimento científico ao popular.

A Educação Física, anteriormente responsável pelo desenvolvimento de capacidades e habilidades, vem através do currículo pós-crítico focar o olhar na cultura de forma geral, considerando-a um campo de lutas. A intenção não é fazer alunos aceitarem culturaas diferentes, mas vivenciarem suas diferentes formas e conhecerem seus vários significados, voltando-se para a crítica aos marcadores de gênero, classe social, sexualismo, racismo, religião e outros.

O currículo criado por grupos dominantes ligados diretamente à política econômica vive uma constante luta na intenção de formar cidadãos padronizados aos seus interesses, o que mostra claramente a expansão da hegemonia, com o objetivo de fazer crescer os costumes culturais europeus, sendo estes considerados os corretos diante da sociedade, definindo como marginalizados todos os que não seguem tais costumes. Os estudos culturais, olhando o currículo como forma de criar identidades, vêm por meio da valorização de todo e qualquer costume ou hábito cultural promover um conhecimento aprofundado, e não superficial, de cada tema trabalhado pelo professor. É através dessa forma de abordar a cultura que os estudos culturais buscam criar identidades capazes de mudar seu jeito de pensar, desconstruindo discursos antigos e hegemônicos, substituindo-os por novos discursos com uma única intenção: interferir na realidade social na busca de uma vida mais justa e democrática.

Desenvolvimento das aulas

As aulas foram destinadas a 10 turmas: 1º ano C, 1º ano D, 2º ano D, 2º ano E, 3º ano D, 3º ano E, 3º ano F, 4º ano E, 5º ano C e 5º ano D, durante o 2º semestre de 2015 inteiro, com início no final do mês de julho e fim no final do mês dezembro. O conteúdo proposto a cada turma foi diferente, mas o tema sempre foi o mesmo. Exemplo: para os 1os e 2os anos havia um planejamento, para os 3os, 4os e 5os anos, outro. Ou seja, aumentavam a complexidade dos movimentos corporais, as discussões e quantidade de conteúdos de acordo com as séries.

Nas primeiras aulas, procurei conversar com os alunos sobre o que eles sabiam das lutas, se alguém da sala ou da família deles praticava alguma luta. Poucas crianças responderam que sim, e a atividade mais comum citada foi a capoeira, praticada por alguém da família, geralmente os pais e os tios. Em nenhum caso foi pronunciada a prática de alguma luta por uma mulher, tipo mãe ou tia.

Sobre o que eles sabiam ou entediam de lutas, as respostas foram: "É uma defesa pessoal"; "É uma briga"; "Lutas não podem usar na rua"; "Coisa para se defender"; "Luta para bater"; "Luta é um esporte"; "Luta não é um esporte"; "Luta é dar porrada"; "Luta é violência".

Fiz esse questionamento com todas as turmas e selecionei as respostas mais semelhantes e as mais diferenciadas para embasar o ponto do qual poderia começar.

Jogos de oposição

As lutas são manifestações corporais realizadas entre dois ou mais adversários, voltadas a contusão, desequilíbrio do oponente, retirada dele de certo local, empurrando-o ou puxando-o, em uma disputa de força ou imobilização. Algumas brincadeiras tradicionais, como cabo de guerra, luta do galo, luta do jacaré, luta do saci, puxar e empurrar o arco etc., são conhecidas como jogos de oposição.

Nas primeiras aulas práticas, para contextualizar de forma global o significado de lutas, usei como conteúdos esses jogos de oposição: briga de galo em pé, briga de galo de cócoras, briga de jacaré, pega o rabo do macaco e disputa de força para retirar o oponente do seu quadrado. Realizamos a atividade em todas as turmas, de forma mais lúdica com os 1os e 2os anos, para os quais fizemos uma roda e do jogo participava uma dupla de cada vez. Permiti a torcida, mas sempre reprimia quando vaiavam quem perdia para não causar desmotivação, e conversávamos sempre que isso acontecia.

Com os 3os, 4os e 5os anos, começávamos a aula com um exemplo de jogo, em seguida montávamos estações pela quadra, em média duas ou três estações, e eu ficava passando entre elas. Em cada estação eu escolhia um aluno para organizar o jogo (o juiz). Começamos colocando meninos x meninos e meninas x meninas, depois coloquei meninos x meninas e discutimos a questão do gênero. Alguns meninos se achavam mais fortes que as meninas, mas quando começava a luta percebiam que a técnica era mais importante que a força em alguns casos, e que as meninas também

estavam ganhando de alguns meninos. Minha preocupação era somente com a estatura de cada dupla em jogo, minha orientação era que procurassem colegas com estaturas semelhantes para lutar, independentemente do gênero.

Após as quatro primeiras aulas de jogo de oposição, introduzi o cumprimento antes de cada início de luta, cada um devia cumprimentar seu oponente antes de começar a luta. Nas primeiras vezes era apenas um aperto de mãos – pensando na capoeira; depois, com a forma tradicional, assim como acontece nas lutas orientais, em que os lutadores ficam próximos uns dos outros, com braços estendidos na lateral do corpo, palmas das mãos abertas e apoiadas nas coxas, e fazem uma leve flexão do tronco. Nessa fase também começamos a demonstrar a importância de seguir as recomendações do juiz quanto à hora de iniciar a luta, à contagem de pontos e à finalização.

Após as aulas práticas, que duraram quatro semanas, fizemos duas aulas na sala para registrarmos e contextualizarmos o que foi trabalhado nas vivências. Eu começava perguntando o que eles aprenderam, se gostaram ou não, e ia escrevendo na lousa as respostas; em seguida, escrevia algumas coisas que não foram pronunciadas por eles, mas que trabalhamos nas aulas práticas e eu acreditava serem importantes.

Boxe

Relatos históricos explicam que lutas parecidas com o boxe começaram a surgir em 1500 a.C. na Ilha de Creta, como os combates travados com o uso do punho. Mas foi na Grécia Antiga, com os espartanos em combates em que usavam na mão esquerda um escudo para se defender e na direita a espada para golpear seus adversários, que surgiu o pugilato, em que o guerreiro se defende aparando os golpes com o braço esquerdo e golpeia com o braço direito.

Muitas mudanças ocorreram ao longo da história até os dias de hoje, como: regras, classificação dos atletas por peso, surgimento do boxe olímpico e do boxe amador, vestimenta e local adequados para a realização da luta.

Começamos o boxe com aulas em sala para mapear o conhecimento dos alunos sobre essa luta e fazer uma contextualização da história, regras, vestimentas adequadas e evoluções desse esporte com o passar dos anos.

Em umas dessas aulas de contextualização teórica, um aluno do 3º ano F nos falou que já tinha praticado boxe, não estava mais treinando, mas ainda tinha um par de luvas que usou durante o tempo em que treinou. Aproveitei essa oportunidade para pedir a esse aluno que trouxesse as luvas e nos falasse um pouco do que tinha aprendido. Na aula com as luvas desse aluno fizemos uma contextualização do porquê das luvas e do protetor bocal como equipamentos de proteção.

Após as aulas teóricas iniciamos as aulas práticas na quadra, onde sempre começávamos em uma grande roda, eu falava sobre o movimento que seria trabalhado e, em seguida, executava-o no meio da roda para que todos pudessem ver. Logo após, fazíamos os movimentos juntos. Seguindo essa rotina, vivenciamos a base da luta, os deslocamentos corporais durante a luta e os golpes: *jab*, direto, cruzado e gancho.

Nas aulas seguintes começamos com as lutas de sombra, em que formávamos duplas que simulavam uma luta com deslocamentos corporais e execução dos golpes, porém sem contato físico, mantínhamos uma distância segura para evitar o contato. Após algumas duplas realizarem a luta de sombra no meio da roda, a partir do momento em que todos tinham entendido a proposta da atividade, orientei os alunos a formar duplas e realizar a luta de sombra em espaços diferentes da quadra.

Com os alunos de 1º e 2º anos não realizei a luta de sombra devido à complexidade da atividade, planejei jogos com os movimentos das lutas, pegamos jogos e brincadeiras tradicionais e os ressignificamos com movimentos da luta no lugar de movimentos tradicionais das brincadeiras, tipo jogos de pega-pega, estátua e morto-vivo.

Para finalizar, a professora que também tematizou lutas com as turmas dela ao mesmo tempo que eu tematizava com as minhas, convidou algumas pessoas de um projeto chamado LisoBoxe (Liga Sorocabana de Boxe) para nos fazer uma visita e um aprofundamento do tema. Os organizadores desse projeto aceitaram o convite e marcamos uma data.

No dia da visita, realizamos uma apresentação com as pessoas da LisoBoxe na quadra para todas as turmas da escola no período da manhã. Os alunos ficaram nas arquibancadas, enquanto os lutadores e parceiros do projeto faziam falas, mostravam os equipamentos, as vestimentas e faziam simulações de lutas. Para finalizar, eles fizeram uma grande aula com todos os alunos interessados. Foi muito importante, porque eles puderam visualizar de perto e ao vivo uma luta de boxe.

Capoeira

A capoeira é conhecida como uma luta de destreza devido à característica da esquiva, tanto para defesa como para ataque – jamais um lutador de capoeira bloqueia um golpe. É considerado um esporte brasileiro, mas foi criado por africanos que vieram para o Brasil escravizados e, para se defender, criaram a luta, em meio a músicas e danças para disfarçar sua prática aos capitães do mato.

Foi uma luta proibida durante muito tempo, devido ao discurso da época de que os capoeiristas eram marginais, usavam a luta para roubar e praticar vandalismo. Mudanças significativas ocorreram com o passar do tempo, empreendidas por importantes nomes que fizeram grandes trabalhos, como o Mestre Bimba, que usava a capoeira como forma de cidadania e desenvolvimento educacional.

A capoeira foi considerada pela Unesco um Patrimônio Cultural Imaterial da Humanidade e está presente no currículo da Educação Física do Ensino Básico como conteúdo de lutas.

Trabalhar a capoeira foi mais fácil, porque eu já tinha praticado essa luta na minha adolescência, e no ano anterior havia realizado um projeto sobre a capoeira na Oficina do Saber, em Sorocaba, uma extensão da escola em período integral, com várias oficinas.

Comecei com rodas de conversa na intenção de mapear o que os alunos sabiam da capoeira. Algumas turmas eram de estudantes de período integral, assim, muitos já tinham vivenciado essa prática no ano anterior, em minhas aulas na Oficina do Saber, sendo esse um projeto de extensão da permanência do aluno na escola. Com isso, eles tiveram facilidade para demonstrar o que aprenderam, porém mantive o tema para ampliar e aprofundar o conhecimento prévio dos alunos e também porque das 10 turmas, 6 eram de alunos de período parcial, que não haviam participado do projeto de capoeira no ano anterior, para eles foi uma primeira vivência com a luta.

Após as discussões, começamos com as aulas práticas na quadra e as teóricas na sala de aula e nas rodas de conversas, antes ou após as práticas. Na prática, devido aos bons resultados da estratégia da roda que usamos no boxe, segui os mesmos princípios: eu explicava a execução do movimento, em seguida, executava o golpe, e logo após o fazíamos todos juntos. Na metade da aula, ainda em roda, eu perguntava quais alunos gostariam de mostrar ao grupo o que tinham acabado de aprender. Alguns, de imediato, levantavam a mão; outros, por timidez ou insegurança, preferiam não se manifestar. Eu os estimulava, mas não insistia, procurava deixá-los sempre livres e à vontade; foi uma forma que encontrei de fazer com que começassem a perder a timidez e a compreender como funciona uma roda de capoeira.

No fim de cada aula trabalhávamos as palmas, os toques dos instrumentos pandeiro e berimbau, e cantávamos algumas músicas. Eu apresentava os instrumentos, discursava sobre cada parte que o formava, tocava e, em seguida, um de cada vez, se tivesse interesse, podia pegar o instrumento e tentar tocar também. Com o pandeiro foi bem mais simples do que com o berimbau, pois o pandeiro é pequeno e leve, mais fácil de tocar; já o berimbau, por ser pesado e comprido, tornava-se mais difícil de segurar e tocar. Por esse motivo, eu segurava o berimbau para os alunos menores enquanto eles tocavam com o dobrão e a baqueta.

Com as turmas que já tinham visto a capoeira no ano anterior, no final de cada aula eu procurava fazer uma roda de capoeira – a maioria desses alunos já sabia a palma, algumas músicas e alguns até tocavam o pandeiro enquanto eu tocava o berimbau. Com as turmas que estavam vivenciando a capoeira pela primeira vez, após duas semanas de aula, com a vivência da ginga e dos golpes mais simples, também fazíamos a roda, no começo só com as palmas, pois a intenção era fazer com que os alunos entendessem como se forma uma roda de capoeira e, a parte principal, como jogar a capoeira. Eles batiam as palmas, eu formava as duplas e orientava a entrada, o jogo e a saída da roda.

Vivenciamos a ginga, a estrelinha, a parada de mão, a parada de cabeça e os golpes: benção, martelo, meia-lua de frente, meia-lua rodada, armada e queixada. Para cada golpe aprendido em uma aula, na próxima vivenciávamos a defesa de cada um: cocorinha, esquivas, palma e negativa; em seguida eu orientava os alunos a formar duplas, espalharem-se pela quadra e treinarem em forma de jogo o golpe e a defesa que tinham acabado de aprender. Era um momento bem dinâmico e divertido.

Também contextualizamos a história da capoeira, o racismo sofrido pelas pessoas escravizadas, como a criaram e sua relação com conceitos religiosos, a discriminação que a capoeira sofreu nos primeiros anos da libertação dos escravos e como é vista nos dias de hoje.

Mesmo tratando do racismo que permeou a história da capoeira, um menino, com raiva de uma colega negra durante uma atividade, a xingou de macaca e macumbeira. De imediato parei a aula e conversei primeiro com os dois alunos e, em seguida, com toda a turma sobre o que tinha acabado de acontecer – uma ação de preconceito e discriminação por causa da cor de pele. Informei à professora de sala o ocorrido para que ela tivesse ciência e, assim, pudesse dar continuidade ao assunto. No dia seguinte, a mãe da aluna foi até a escola tirar satisfações sobre o acontecido.

Após esse fato, procurei conversar mais com todos os alunos sobre o racismo na escravidão, o racismo nos dias de hoje e a interface entre a religiosidade e a capoeira. Para aprofundar o assunto, convidei um grupo de capoeira para fazer uma apresentação para os alunos. Eles aceitaram e fizemos conforme a apresentação do projeto LisoBoxe. No dia combinado, o grupo foi até a escola, organizou uma roda na quadra, levamos todas as turmas para assistir à apresentação e participar dela batendo palmas, cantando e jogando. Foi muito interessante, porque os alunos puderam ouvir outras músicas, outros toques, ver outros golpes e, principalmente, a atuação da mulher na roda de capoeira, porque três dos convidados eram mulheres e jogavam muito bem.

Jiu-jítsu

Alguns registros históricos sobre o jiu-jítsu indicam sua origem na Índia, sendo uma luta criada como forma de defesa pelos monges budistas, que durante

suas peregrinações eram atacados por saqueadores. Devido à religião budista, eles eram proibidos de usar armas ou qualquer tipo de ação caracterizada violenta, o que fez com que criassem um método de imobilização em uma luta de corpo a corpo, em que o adversário ou saqueador era imobilizado através de suas próprias forças, provocadas por pegadas que impedissem o movimento articular. Após certo tempo, não muito determinado pelos historiadores, o jiu-jítsu passou a ser praticado na China, mas foi no Japão seu maior crescimento e reconhecimento mundial. Atualmente está entre os esportes que mais vêm crescendo, principalmente no Brasil, sendo inserido em diferentes espaços, como nas universidades, nos projetos sociais e nas escolas.

Trata-se de uma luta bem diferente das outras duas que também estamos abordando neste trabalho. No boxe e na capoeira não se pode executar golpes ou qualquer outro movimento de imobilização do adversário. Essa diferença foi um dos motivos que me fizeram pensar no jiu-jítsu.

Não é diferente da capoeira e do boxe: no boxe, de modo algum se pode usar as pernas, os golpes são proferidos com as mãos fechadas e com os punhos firmes. Já na capoeira, a maior parte dos golpes é realizada pelas pelas pernas, são poucos os golpes em que se usam os braços e os punhos, sendo proibido fechar as mãos; quando é necessário dar um golpe com os membros superiores, o capoeirista deve estar com a mão aberta, e o golpe deve ser em forma de tapa ou escalão.

Começamos com aulas teóricas em sala, nas quais contextualizamos a história do jiu-jítsu, sua origem conforme relatos históricos, seu desenvolvimento no decorrer dos anos e sua potencialidade nos dias de hoje.

Para as aulas práticas, montamos os tatames na quadra, um fato que despertou o interesse de todos os alunos por vivenciar o jiu-jítsu. Iniciamos a vivência com um treinamento natural dos movimentos, feitos em duplas. Após uma prática de duas semanas dos movimentos naturais, começamos a vivenciar os rolamentos sobre o ombro, de frente, de frente e na lateral, com projeção e de costas.

Após essa fase, novamente fomos para a sala de aula contextualizar e aprofundar as regras e vestimentas próprias da luta. Em uma dessas aulas, levei um quimono e conversamos sobre como usá-lo durante as lutas e sobre o fato de algumas pegadas de golpes simples serem na parte da frente do quimono e nas mangas.

Estávamos entrando no início do mês de dezembro, fase em que os alunos começam a faltar consideravelmente, fato que me impediu de realizar as aulas de combate e um aprofundamento maior, como fizemos com o boxe e a capoeira. Reconheço que a falha foi minha no planejamento, mas fiquei satisfeito pelo que tínhamos trabalhado até aquele momento.

Problematização

Com a intenção de desenvolver a criticidade do tema, conversamos sobre o porquê de alguns alunos acreditarem que "luta não é um esporte".

A maioria disse: "Porque é uma violência"; "Porque machuca".

Pude, nesse momento, discutir a violência e procurei falar em que momento a luta é um esporte e em que momento é uma ação violenta. Dei exemplos do dia a dia: "Quando um lutador luta contra outro lutador dentro de um ringue, seguindo as regras, com a vestimenta adequada e sendo supervisionado por árbitros, a luta nessa situação é esporte, não é violência. Quando um lutador usa a luta para agredir outra pessoa em qualquer lugar público (escola, rua etc.), nessa situação, sim, a luta é um tipo de violência física e crime de detenção, que considera o movimento de luta uma arma".

Em questão do aumento da procura pela prática de lutas em nossa sociedade nos dias atuais, conversamos sobre saúde e estética corporal. Procurei informar sobre os diferentes tipos de aula encontrados nos dias de hoje nas academias de artes marciais, sendo basicamente dois modelos: aulas para aqueles que gostam de lutar (que querem se tornar atletas ou que buscam aprender uma defesa pessoal) e aulas para aqueles que buscam, através dos movimentos da luta, melhorar o condicionamento físico, em prol da saúde e da estética corporal, sendo este um dos motivos que ampliaram a procura dessa prática por mulheres.

Deixei passar a oportunidade de aprofundar melhor o tema em relação ao mercado *fitness* e a discriminação existente em nossa sociedade devido à aparência física de cada pessoa. Foi uma falha na discussão crítica.