

LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: O JUDÔ COMO INSTRUMENTO PEDAGÓGICO

Antonio Nilson Coelho Holanda ¹
Antonio Vitor Barros de Lima ²
Raimundo Erick de Sousa Agapto ³

INTRODUÇÃO

O Judô, mais do que uma arte marcial, é uma filosofia de vida que busca o aprimoramento físico, mental e moral do indivíduo. Criado por Jigoro Kano, o Judô Kodokan representa uma transformação pedagógica profunda: uma prática tradicional de combate foi reformulada para se tornar um instrumento educacional completo, baseado nos princípios de seiryoku zenyo (uso eficiente da energia) e jita kyoei (benefício mútuo) (KANO, 2008; GATLING, 2021).

Kano não apenas fundou um estilo de luta, mas criou um verdadeiro sistema de formação humana. Com uma trajetória de quase 40 anos na educação, incluindo 26 anos como diretor da escola de formação de professores de Tóquio, atual Universidade de Tsukuba, ele acreditava que a educação era a única causa à qual um homem poderia se dedicar sem arrependimentos (KANO, 2008; Gatling, 2021). Sua visão integrava os três pilares educacionais propostos por Herbert Spencer: o desenvolvimento intelectual, físico e moral, que formam a base de sua proposta educacional (GATLING, 2021).

Ao reestruturar o ju-jutsu, Kano promoveu uma mudança significativa do jutsu (técnica) para o dō (caminho), ressignificando a prática corporal como uma via de autoconhecimento e evolução contínua (KANO, 2008). Sua metodologia para o ensino das lutas não se restringia à técnica, mas incorporava a formação do caráter, o raciocínio lógico e o respeito ao outro como elementos centrais. Isso possibilitou que o Judô fosse compreendido como uma ferramenta pedagógica poderosa também no contexto escolar (BRADIĆ ET AL., 2021; GATLING, 2021).

A racionalidade era um valor essencial para Kano. Influenciado por sua formação acadêmica, que incluía estudos de filosofia ocidental e textos confucionistas clássicos, ele construiu os princípios do Judô sobre fundamentos éticos universais. O utilitarismo de

¹ Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física – IFCE Campus Canindé, tony.hollanda@gmail.com;

² Acadêmico do Curso de Licenciatura em Educação Física – IFCE Campus Canindé, vitorbarros1109@gmail.com;

³ Raimundo Erick de Sousa Agapto (Orientador), raimundo.agapto@ifce.edu.br;



pensadores como John Stuart Mill, Jeremy Bentham e Herbert Spencer influenciou diretamente sua concepção de moralidade baseada no bem coletivo (GATLING, 2021). Mesmo sem reivindicar a autoria exclusiva das ideias que compõem sua filosofia, Kano fadaptou esses conceitos à realidade japonesa de seu tempo, propondo um Judô acessível, lógico e aplicável à vida cotidiana (KANO, 2008).

O Judô, influenciado por sua forma de pensar japonesa que prioriza o equilíbrio entre o aprendizado intelectual, emocional e físico (valorizado até hoje pelo MEXT no Japão), é visto como uma ferramenta educativa que vai além da atividade física, ajudando a desenvolver habilidades pessoais, sociais e éticas. Sua inclusão na Educação Física escolar é respaldada tanto pela BNCC (Base Nacional Comum Curricular) quanto pelos PCN (Parâmetros Curriculares Nacionais), que reconhecem a contribuição das lutas para o desenvolvimento integral dos estudantes, destacando seus aspectos culturais, sociais e éticos.

A BNCC define as lutas como práticas de confronto direto ou indireto para vencer o oponente usando técnicas e estratégias, recomendando que os alunos experimentem diferentes tipos, conheçam sua evolução e reflitam sobre preconceitos, sempre participando com segurança e respeito. Já os PCN as definem como disputas que buscam dominar o oponente por meio de técnicas como desequilíbrio e imobilização, com regras que evitam a violência. Ambos os documentos propõem que o ensino das lutas transcenda a mera repetição de movimentos, focando em um ambiente de aprendizado seguro, com diálogo e foco nos valores educativos e sociais.

A filosofia do Judô de Jigoro Kano, que busca a formação completa (corpo, mente e caráter), alinha-se perfeitamente às diretrizes da BNCC e dos PCN, e seu sistema de faixas permite um ensino progressivo e seguro. Assim, o Judô é uma excelente ferramenta pedagógica para trabalhar o conteúdo das lutas, contribuindo para o desenvolvimento de valores como cooperação, respeito, solidariedade e pensamento crítico sobre temas como violência e *fair play*. O objetivo desta pesquisa, diante do exposto, é propor o conteúdo do Judô, adaptado à realidade escolar, como instrumento para o ensino das lutas.

O Judô surgiu no Japão no final do século XIX, durante a Restauração Meiji, em um período de declínio das artes marciais tradicionais como o *jūjutsu* (que englobava técnicas de combate corpo a corpo). A criação do Judô foi influenciada por escolas de *jūjutsu* como a Tenjin-shinyo-ryu e a Kito-ryu. Jigoro Kano, combinando esses ensinamentos com novas técnicas esportivas, fundou o Instituto Kodokan em 1882. O Judô se diferenciou do *jūjutsu* por seu foco na educação física e moral, padronização de



técnicas e princípios éticos como *seiryoku-zenyo* (máxima eficiência) e *jita-kyoei* (benefício mútuo), priorizando a mente sobre a força física.

Ao longo do século XX, o Judô se tornou um esporte global, com sua disseminação impulsionada pelo envio de instrutores do Kodokan a partir de 1906 e pela criação da Federação Internacional de Judô (FIJ) em 1951, que unificou regras. Sua inclusão nos Jogos Olímpicos de Tóquio em 1964 consolidou seu reconhecimento internacional, reforçando valores como respeito e disciplina. No Brasil, o Judô foi introduzido no início do século XX por imigrantes japoneses, como Mitsuyo Maeda (Conde Koma) em 1922. A chegada de mestres como Chiaki Ishii em 1964, a fundação de sua academia em 1968 e a criação da Confederação Brasileira de Judô (CBJ) em 1969 foram marcos importantes, pavimentando o caminho para o Brasil se tornar uma potência no esporte, com a primeira medalha olímpica conquistada por Ishii em 1972.

METODOLOGIA

O estudo adota uma abordagem de natureza qualitativa, preocupada com a profundidade e a interpretação dos fenômenos (GIL, 2019). Quanto aos seus objetivos, a pesquisa é descritiva, visando detalhar e analisar as características do objeto de estudo (GIL, 2017). O procedimento escolhido é a pesquisa de campo, que se justifica pela necessidade de coletar dados primários *in loco* para o aprofundamento do tema (GIL, 2017). O método principal é a Pesquisa-Ação, que se caracteriza pela associação entre a investigação e uma intervenção prática ou a resolução de um problema, ocorrendo em um ciclo contínuo de planejamento, ação e reflexão (THIOLLENT, 2011).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para análise da viabilidade da cartilha pedagógica proposta nesta pesquisa, realizamos a aplicação das atividades práticas com uma turma de 20 estudantes do ensino técnico integrado do IFCE Campus Canindé. A atividade foi realizada no dia 19 de setembro de 2025 e teve duração de 2 horas, correspondendo a duas aulas. Foram desenvolvidas 7 atividades da cartilha, com o objetivo de observar a eficiência pedagógica dos educativos para o ensino das lutas na escola por meio do judô.



Antes da aplicação das atividades, foi apresentado aos alunos um breve contexto histórico do judô, destacando sua importância para o desenvolvimento físico e social dos praticantes. Como a maioria das atividades propostas foram adaptações de jogos e dinâmicas já conhecidas no contexto escolar, não houve dificuldade por parte dos alunos em executá-las. Bastou orientar quanto ao objetivo pedagógico relacionado ao judô para que todos compreendessem a proposta.

Nessa turma, havia duas alunas surdas. As atividades aplicadas foram as mesmas para todos os estudantes; contudo, no caso das alunas surdas, as instruções foram comunicadas de maneira direta pelo professor. Por exemplo, nas atividades que exigiam agilidade, o comando era repassado diretamente do professor para a aluna surda, sem necessidade de intermediação pelo intérprete. Essa estratégia foi adotada após a observação de que, ao passar pelo intérprete, o tempo de resposta se tornava maior, gerando desvantagem na execução da tarefa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da aplicação da Cartilha Pedagógica para o ensino do judô foi possível analisar as atividades lúdicas que engajaram a turma e mantiveram a essência prática e educativa da modalidade. As propostas apresentadas mostraram-se eficazes para promover o aprendizado ativo, a cooperação e o respeito entre os participantes, princípios fundamentais do judô. Essa adaptação valida o judô como uma alternativa viável e acessível para o ensino das lutas na escola, mesmo na ausência de materiais específicos, como kimonos, faixas ou tatames, demonstrando que o conteúdo pode ser trabalhado de forma criativa e segura com os recursos disponíveis no ambiente escolar.

Além disso, observou-se que o caráter lúdico das atividades contribuiu significativamente para o envolvimento dos alunos, favorecendo a compreensão dos fundamentos da modalidade e fortalecendo aspectos como disciplina, autocontrole e socialização. No entanto, destaca-se a importância de desenvolver novas variações das atividades, de modo a ampliar as possibilidades pedagógicas, tornar as práticas ainda mais dinâmicas e garantir que atendam diferentes faixas etárias e níveis de aprendizagem.

Dessa forma, pretendemos dar continuidade à pesquisa, aplicando a cartilha em diferentes níveis de ensino, com o objetivo de identificar possíveis ajustes, aperfeiçoamentos e novas estratégias de aplicação. Assim, será possível consolidar esse recurso didático como uma ferramenta pedagógica efetiva para o ensino das lutas no



contexto escolar, em consonância com os princípios da Educação Física e da formação integral dos estudantes.

Palavras-chave: Judô, Educação Física Escolar, BNCC, PCN, Lutas

REFERÊNCIAS

BRADIĆ, Slaviša; CALLAN, Mike; LASCAU, Florin Daniel. **The influence of judo kata exercise on adolescents. The Arts and Sciences of Judo**, Malta, v. 1, n. 2, p. 64-71, dez. 2021.

BRASIL, Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. 2018. Disponível em: < <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/abase>>. Acesso em: 25 ago. 2025

BRASIL. Ministério da Educação e do Desporto. **Parâmetros curriculares nacionais: [Educação Física]**. Brasília: MEC/SEF, 1997. Disponível em: < <https://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/livro01.pdf>>. Acesso em: 25 ago. 2025

Confederação Brasileira de Judô. (2023). **História do Judô no Brasil**. Disponível em: <https://www.cbj.com.br/historia>.

DA SILVA, Everton de Souza. **Shuaijiao o judô chinês ou judô o shuaijiao japonês: a influência do wrestling chinês sob o judô de Jigoro Kano**. Recorde: Revista de História do Esporte, v. 12, n. 2, 2019.

GATLING, Lance. **The origins and development of Kanō Jigorō's jūdō philosophies. The Arts and Sciences of Judo**, Malta, v. 1, n. 2, p. 50-80, dez. 2021.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2017.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

International Judo Federation. (2023). **History of Judo**. Disponível em: <https://www.ijf.org/history>.

Ishii, C. (2014). **Os Pioneiros do Judô no Brasil**. São Paulo: Editora Évora.

JONES, L.; HANON, M. **The way of kata in Kodokan judo**. Journal of Asian Martial Arts, v. 19, n. 4, p. 22, 2010.

KANO, Jigoro. **Energia mental e física: escritos do fundador do judô**. São Paulo: Pensamento-Cultrix, 2008.



Olympics. (2023). **Judo: History and Evolution.** Disponível em:
<https://www.olympics.com/en/sports/judo/>.

THIOLLENT, Michel. **Metodologia da pesquisa-ação.** 18. ed. São Paulo: Cortez, 2011.

