

A INFLUÊNCIA DAS ARTES MARCIAIS NO COMPORTAMENTO DE ESCOLARES EM TRÊS CIDADES DA SERRA GAÚCHA – PERCEPÇÃO DE PAIS E PROFESSORES

Adriano Smalti¹

Leandro Barbosa²

Carlos Bonone³

RESUMO: O objetivo deste estudo foi verificar a influência das Artes Marciais no comportamento de escolares em três cidades da Serra Gaúcha na percepção de pais e professores. Trata-se de uma pesquisa de caráter qualitativo, descritivo e transversal. A amostra foi composta por onze participantes, sendo três docentes de alunos praticantes de Kickboxing, dois docentes de alunos praticantes de Jiu Jitsu, três pais de alunos praticantes Kickboxing e três pais de alunos praticantes de Jiu Jitsu de três cidades da Serra Gaúcha. Como instrumento de pesquisa foram utilizadas entrevistas semiestruturadas, aos pais e professores, sendo gravadas e transcritas para fins de validação. Após, as entrevistas foram analisadas, sendo identificadas as unidades de significado que deram origem as categorias de análise do estudo. Os resultados encontrados foram positivos, pois os relatos dos pais e professores descritos nas entrevistas enfatizaram que as Artes Marciais contribuem em diversos aspectos que são: desempenho escolar, saúde, relação interpessoal, pessoal e social dos escolares.

Palavras-chave: Artes Marciais; Comportamento; Escolares.

ABSTRACT: The objective of this study was to verify the influence of Martial Arts on the behavior of schoolchildren in three cities of Serra Gaúcha - perception of parents and teachers. The specific objectives were to identify how Martial Arts contribute to the formation of the identity of these students. This is a qualitative, descriptive and cross-sectional research. The sample consisted of eleven participants, three teachers of Kickboxing students, two teachers of Jiu Jitsu students, three parents of Kickboxing students and three parents of Jiu Jitsu students from three cities in Serra Gaúcha. Semi-structured interviews with parents and teachers were used as a research instrument, which were recorded and transcribed for validation purposes. Afterwards, the interviews were analyzed, and the units of meaning that gave rise to the categories of analysis of the study were identified. The results were positive, because the reports of the parents and teachers described in the interviews emphasized that Martial Arts contribute in several aspects, which are: school performance, health, interpersonal, personal and social relationships of the students.

Keywords: Martials Arts; Behaviour; School.

¹ Acadêmico de Educação Física Bacharelado. E-mail: asmalti@ucs.br.

² Acadêmico de Educação Física Bacharelado. E-mail: lbarbosa1@ucs.br.

³ Orientador do trabalho. Mestre em Ciências do Movimento Humano. E-mail: cggbono1@ucs.br.

1 INTRODUÇÃO

Pelo fato de toda a Arte Marcial ter uma parte militar na sua origem, é possível notar uma forte postura hierárquica entre os praticantes, que são condicionados a respeitar os superiores além de um comportamento exemplar dentro e fora dos tatames. É esta particularidade que as lutas têm, de superação dos limites, que pode ser fundamental para a formação de novos cidadãos. O autor Pacheco (2012, p. 415), salienta que “[...] ao adentrar em uma modalidade de arte marcial, o aluno praticante pode conhecer um mundo completamente diferente, com normas rígidas de conduta e disciplina, que auxiliam na formação moral do indivíduo.”

As Artes Marciais abarcam aspectos mentais e físicos, e tem como algumas de suas características, o respeito mútuo, a nobreza, a lealdade, a solidariedade, a obediência às regras aos seus professores e Mestres e podem desempenhar um papel significativo no desenvolvimento psicossocial de jovens. Estas atividades não apenas promovem benefícios físicos, mas também estimulam valores que são essenciais para o crescimento integral de crianças e adolescentes (VERTONGHEN E THEEBOOM, 2010; PACHECO, 2012; JÚNIOR, 2022). É a partir deste viés que iremos realizar esta pesquisa, no intuito de identificar se realmente estas características estão presentes em seus praticantes.

As modalidades de Artes Marciais abordadas nesta pesquisa serão o Kickboxing e o Jiu Jitsu. O Kickboxing como instrumento de trabalho na fase de formação dos pré-adolescentes é de grande valia, se for explorado e ensinado por um profissional qualificado, uma vez que, todas as valências físicas, psicológicas, comportamentais, sociais e emocionais podem ser vivenciadas durante a prática dele. Já a prática do Jiu Jitsu em contextos sociais, tem sido crescentemente reconhecida como uma ferramenta vital para auxiliar jovens em situações de vulnerabilidade. A prática das Artes Marciais traz grandes ensinamentos e benefícios em todas os âmbitos que formam o ser humano, como por exemplo, o cognitivo, social, físico, psicoafetivo e motor (JUNIOR, 2022).

Nesse sentido, essa pesquisa tem como objetivo principal verificar a influência das Artes Marciais no comportamento de escolares em três cidades da Serra Gaúcha na percepção de pais e professores. De forma específica, os objetivos foram os de verificar a influência das lutas no contexto: pessoal, interpessoal e social, na saúde e no desempenho escolar destes estudantes.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

O presente estudo trata-se de uma pesquisa qualitativa, de caráter descritivo e transversal, que utiliza o método de pesquisa de campo, com informações coletadas por meio de entrevistas semiestruturadas, cujo objetivo é analisar as informações coletadas e compreender os acontecimentos a partir dos objetivos específicos que foram elencados para este estudo. A pesquisa qualitativa objetiva conhecer a maneira como as pessoas se relacionam com seu mundo cotidiano, se preocupa com o nível de realidade que não pode ser quantificado, ou seja, trabalha com descrições, comparações e interpretações (MINAYO, 2014).

Cabe ressaltar que esse estudo é de caráter descritivo, pois tem por objetivo observar, registrar e descrever características de um determinado fenômeno ocorrido em uma amostra, e se configura como um estudo transversal, tendo em vista que é uma pesquisa realizada em um determinado momento e em um curto período. Para a realização desse estudo foi utilizada a entrevista semiestruturada como instrumento de coleta de informações. Esse instrumento combina perguntas abertas e fechadas, onde facilita o discorrer sobre o tema (FONTENELLES et al., 2009; MINAYO, 2014).

A amostra foi composta por pais ou responsáveis legais e professores de três alunos praticantes de Kickboxing e três de Jiu Jitsu. As entrevistas foram realizadas para 11 participantes, sendo 6 pais (três do Kickboxing e três do Jiu Jitsu) e 5 professores (três do Kickboxing e dois do Jiu Jitsu). Os critérios de inclusão para esta pesquisa foram:

- Ter seu filho na faixa etária de 10 a 14 anos;
- O filho ser praticante Kickboxing ou Jiu Jitsu há mais de um ano;
- Assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE);
- Assinar o Termo de Autorização Institucional (TAI).

Para dar início a pesquisa, entramos em contato com os pais e professores dos pré-adolescentes praticantes, apresentando o tema do estudo, além de informar qual o intuito do mesmo, pontuamos que a participação seria voluntária e que as informações pessoais (nome, endereço, entre outros), estariam sob sigilo. Também informamos que não são obrigados a participar, explicitando sobre os aspectos éticos da pesquisa. Em seguida com o aceite da participação foi entregue o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) para os pais e o Termo de Autorização Institucional (TAI) para as

direções das escolas formais e para as escolas de lutas dos participantes, sendo estes assinados e devolvidos. Posteriormente agendamos um horário com os participantes, para realização da entrevista.

Para a coleta das informações a entrevista foi realizada de modo individual e presencial, sendo gravadas e transcritas na íntegra. Após, as entrevistas foram devolvidas para os entrevistados que autorizaram o uso das mesmas, concluindo-se assim, o processo de validação. Depois de transcritas e revisadas pelos participantes, os pesquisadores identificaram as unidades de significado de cada uma das respostas e, ao agrupar estas unidades, constituíram as categorias de análise do estudo.

A fim de manter sigilo e anonimato aos participantes, foram elaboradas siglas de identificação dos mesmos, como segue: para os docentes entrevistados dos alunos praticantes de Kickboxing utilizou-se as abreviações D.K1, D.K2, D.K3 e para os pais P.K1, P.K2 e P.K3 e utilizou-se da mesma estratégia para os alunos do Jiu Jitsu, as siglas D.J1, D.J2 e para os pais P.J1, P.J2, P.J3.

Quanto a análise das informações foi realizada por meio da triangulação entre as informações disponibilizadas pelo(a) entrevistado(a), o entrevistador e o referencial teórico, a fim de compreender os fenômenos advindos do processo.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A proposta dessa pesquisa direcionou-se aos praticantes de Kickboxing e Jiu Jitsu, com foco nos professores e pais destes, os quais residem e estudam em três cidades da Serra Gaúcha: Caxias do Sul/RS, Farroupilha/RS e Garibaldi/RS.

Os relatos, descritos a seguir, apresentam as informações que foram obtidas mediante as entrevistas realizadas com esses professores e pais. A partir das entrevistas surgiram quatro categorias de análise, que serão apresentadas a seguir: a) As lutas na formação pessoal dos estudantes; b) As lutas e a relação interpessoal e social dos estudantes; c) Influências das lutas na saúde; d) A influência das lutas no desempenho escolar de seus praticantes.

3.1 AS LUTAS NA FORMAÇÃO PESSOAL DOS ESTUDANTES

As lutas contribuem na formação da personalidade de seus praticantes, principalmente em crianças e adolescentes. Essa imersão de conhecimentos, que recebem

a todo o instante pode ser de caráter positivo ou negativo, desse modo é muito importante que se tome certos cuidados para saber quais são essas influências que estão chegando e sendo absorvidas por eles. No Kickboxing e no Jiu jitsu há muitos princípios éticos e morais, por ser uma arte marcial também possui essa hierarquia que “obriga” de certa forma os mais graduados a serem espelhos para os mais novos, isso torna uma troca entre professores e colegas de treino, o que gera a busca por superar os seus limites.

Diante disso, é importante destacar a opinião da D.K1 *“Eu vejo assim que ela tem um autocontrole, ela espera. Eu vejo nos olhinhos dela. Ela tem uma disciplina, sabe. Ela tem um respeito com as outras pessoas. Ela tem um respeito. Não, agora é a hora de falar. Não, agora é hora de eu ouvir, ouvi tanto um colega ou tanto uma a profe., então ela, eu vejo que ela tem esse autocontrole, né. E eu acredito que seja também, por ela fazer artes marciais, porque eu sei que existe, uma questão ali de disciplina, de se conhecer, dela se autoconhecer, né. E eu acho que é bem importante pra essa fase deles. Acho que todos devem fazer. Porque ali eles aprendem a se conhecer, eles aprendem que é um esporte. Não é uma violência, e em nenhum momento ela demonstra isso, sabe. Nenhum momento ela demonstrou que ela é violenta, muito pelo contrário, ela demonstra mesmo, é paciência, calma e equilíbrio emocional”*. Também é possível observar na fala do P.J2 *“Ela está até mais calma, ela está se controlando, que ela chora, às vezes, sem motivos. Então até isso, ela já tá conseguindo se controlar mais”*.

Ao encontro do supracitado, Pacheco (2012, p. 418) ressalta que as Artes Marciais têm como características “[...] nobreza, respeito mútuo, obediência às regras e aos mestres, [...]”. E esses princípios que norteiam as artes marciais vão além dos tatames, pois refletem na vida cotidiana dos praticantes.

O P.K2 relata que, *“Ajudou muito ele nessa questão do equilíbrio emocional, que é o momento que eles têm vontade de explodir, né? De responder, de ser. E eu percebi que isso pro meu filho foi muito bom.”*. Percebe-se no relato do P.J1 esse ponto positivo também, onde descreve que *“A prática do Jiu-Jitsu não apenas promoveu uma melhoria em sua disciplina e capacidade de escuta, como também instigou mudanças positivas em seu comportamento e responsabilidade.”* Junior (2022, p. 11) destaca que “[...] a prática das Artes Marciais traz grandes benefícios e ensinamentos em todas as esferas que formam o ser humano como, por exemplo, o físico, o motor, o social, o psicoafetivo e o cognitivo.”.

O D.K2 também salienta que as artes marciais, em especial o Kickboxing que é a modalidade que seu aluno pratica *“É uma referência de disciplina, porque primeiro*

pela minha experiência eles se entendem como pessoa, aí depois aprende a disciplina, o autocontrole, lealdade, honestidade, respeito, o que realmente é respeito e lealdade, então esses princípios que são bem importantes, ficam muito claro os alunos que praticam sabe, eu vejo isso na V., essa questão de comportamento é diferente.”

Pacheco (2012, p. 418) pontua que as Artes Marciais “[...] são caracterizadas por utilizar da competição interna em seus treinamentos e campeonatos. O desafio está em vencer a “guerra interior” que é travada contra seus próprios desequilíbrios e desarmonias [...]”.

As competições que também fazem parte dos ensinamentos das Artes Marciais, proporcionam uma questão muito importante para a vida adulta, pois nem sempre se pode ganhar, e lidar com as frustrações, é algo que precisa ser aprendido o quanto antes, pois a fase adulta é repleta de desafios e de responsabilidades que exigem um empenho muito grande, para poder dar conta de tudo. Podemos observar isso na fala da D.K1: *“E como reagir a isso ne, sem olhar o outro, ah, mas fica brabo porque o outro ganhou e eu perdi, mas entender esses processos que a vida é assim, é feita de perdas e ganhos. E eu acho que é bem legal assim, esse trabalho é maravilhoso, eu vejo por ela e tenho experiência, na família do quanto ajudou. Ajudou a ter a disciplina e a calma, ter esse equilíbrio”*. Nesse viés o D.K2 defende em essa ideia também: *“Eu acho extremamente importante a criança ter essa autorregulação o saber ganhar, o saber perder, porque isso não é só na luta, isso é em tudo. Na vida, né! A gente vai tá trabalhando e nem sempre vai ser do jeito que a gente quer, da forma como a gente quer! Então, eu acho que esses conceitos que o ensino da luta traz eles são extremamente benéficos para o desenvolvimento da criança como um todo, do adolescente como um todo, pra vida social dele. Num geral.”*

Essa “luta pessoal”, pode ir muito além dos tatames, pode ser utilizada no dia a dia por exemplo, quando o praticante utiliza essa coragem e força de vontade para ajudar alguém, lutar por uma nota melhor na escola, sair do “mundo das drogas”, do crime etc. Isso tudo pode acontecer na vida dos praticantes desde que sejam guiados por um profissional dedicado e qualificado.

Quiroga (2013, p. 865), traz a ideia voltada para a transformação pessoal, pois, de acordo com o autor compreende-se que essas transformações percorrem a vida social, ou seja, a busca pela emancipação e independência é marcada por condicionantes externos que “[...] impregnam a sociedade e o momento histórico em que o adolescente estiver situado.” Neste caso em específico nas Artes Marciais.

Ao encontro do que o autor cita, pode-se trazer este relato positivo do P.K3 *“O que acontece, ele teve uns períodos de crise na escola, indo mal na escola, desobediências, enfim. E aí quando ele começou, quando a gente entrou em consenso, que ele deveria praticar o Kickboxing ele acabou tendo uma diferença muito grande assim, do aluno problemático ele veio ser um aluno destaque com notas extremamente altas e comportamento dele melhorou muito”*

Essas melhorias no comportamento também ocorreram no relato do P.K2: *“Eu tinha reclamação do recreio, eu tinha reclamação do ônibus, tinha reclamação de várias coisas, e do ano passado pra cá não teve mais isso é uma coisa boa! Então, na realidade mudou. Sim, mudou, mudou bastante. Porque ele foi crescendo, foi por causa do esporte. Ele teve mais responsabilidade nos temas, porque senão eu tinha que tá sempre em cima, eu tinha que organizar a mochila, tinha que organizar os temas tudo, aí do ano passado pra cá, não”*.

Com a prática do Kickboxing e do Jiu Jitsu foi possível identificar essas mudanças que ocorreram nestes praticantes, e diante disso, cabe destacar que as Artes Marciais apresentadas são referências para os pré-adolescentes, o qual trás na sua essência o respeito, a lealdade e diversos valores que agregam para a formação social e de caráter. É importante também enfatizar que as Artes Marciais se caracterizam pelo estudo do desenvolvimento físico, técnico e espiritual do praticante, ou seja, quem pratica as Artes Marciais nunca deve machucar alguém intencionalmente, no entanto, deve estar apto para se defender, esse é um dos motivos que as Artes Marciais, trazem benefícios tanto no nível educacional, comportamental e o motor (JÚNIOR, 2022).

Ao encontro do supracitado, compreende-se que as Artes Marciais auxiliam na transformação física e social de seus praticantes, uma vez são vistas como uma filosofia de vida e seus praticantes levam para seu cotidiano os ensinamentos aprendidos nas aulas, observa-se também que suas ações são diferenciadas em relação aos que não praticam, pois a garra, liderança, trabalho em equipe, força de vontade de se superar fica em evidência, e é possível notar nos relatos dos pais e docentes os benefícios adquiridos em todas as áreas, seja na formação pessoal desses estudantes, bem como na relação interpessoal e social, que será abordada na próxima categoria.

3.2 AS LUTAS E A RELAÇÃO INTERPESSOAL E SOCIAL DOS ESTUDANTES

Diante dos relatos citados no item anterior, percebe-se que há mais pontos positivos do que negativos, pois estes descrevem mudanças positivas que foram ocorrendo e sendo notadas em diversos âmbitos, como no físico, motor e espiritual. No entanto, ainda existem desafios encontrados na implantação de projetos dentro desta área, é o que também descreve em seu relato o D.K2: *“Ainda existe todo um pré-conceito, né! De se ensinar lutas no ambiente escolar, mas eu pratiquei quando era mais novo. Enfim, e eu vejo que é de extrema importância pra questão de disciplina, de entendimento de regras, eu acho que é o principal benefício. Quando uma criança participa desses projetos ela acaba tendo vantagens em relação as que não praticam, uma vez que essa criança tem essas oportunidades de vivenciar questões de liderança e hierarquia que a luta trás nos seus fundamentos”*.

Seguindo esse viés, de entendimento de regras e vivências dos princípios das Artes Marciais, é importante destacar a fala do P.K3 que identificou mudanças nas tomadas de decisões de seu filho: *“Assim, eu vejo que mudou bastante isso, a questão dele também se posicionar, questão dele ter a opinião própria, ficou cada vez mais claro e a questão também de lutar pela opinião dele, isso tem melhorado bastante, ele tem se expressado mais, se posicionado melhor. Lutando pelas coisas, enfim eu acredito e o que eu vi tem muitas melhorias em relação a isso. O Kickboxing auxiliou muito ele em relação a se encontrar, eu vi um pré-adolescente criando objetivos e metas, e conseguindo deixar claro a sua personalidade, coisa que antes ele não conseguia expressar”*.

Pacheco (2012, p. 418), salienta que:

[...] os jovens indicam-se vulneráveis e suscetíveis às influências vindas do meio social. Logo procuram fora da família aspectos que almejam incorporar a sua realidade pessoal com os quais precisam lidar que constitui uma parte do seu “eu”, porém nem sempre esse “eu” encontra-se integrado a personalidade e a sociedade. Esses jovens procuram se autoafirmar e também a se identificar, podendo assim, compreender a sua rebeldia e revolta por meio das manifestações agressivas, permeando a abstração que ele mesmo faz e desenvolve de si mesmo acerca dos atributos, capacidades, objetos e atividades que tem e deseja alcançar.

Portanto, é necessário que haja contribuições de alguma forma para que os jovens tenham boas referências, para que a construção de suas identidades seja permeada por exemplos positivos, que possam manter o caráter, e levar os princípios básicos para ter uma boa relação com o próximo, sempre respeitando os limites de cada um. E é nessa busca por referências, nesse período de incertezas e busca pelo seu “eu” que se deve estar atento, uma vez que fazem parte da construção da identidade do pré-adolescente e é

fundamental para a formação de suas representações sociais, ou seja, é aqui nesse período da vida que estes indivíduos “[...] irão ancorar sua identidade, projetando-a para a fase adulta, [...]” (QUIROGA, 2013, p. 868).

O autor ERIKSON (1976 apud QUIROGA et al, 2013, p. 864), destaca que essa fase da vida entre

[...] a infância e a idade adulta [...] culmina com a constituição da identidade. Nesta concepção, a identidade é entendida como o resultado das relações entre as dimensões biológica e social que vão se amalgamando através da vivência do indivíduo ao longo dos anos. Assim, os adolescentes, durante esse período (também conhecido pelas transformações que ocorrem em seu corpo em decorrência da puberdade) encontram-se numa crise decorrente do processo de construção da identidade e projeção do futuro.

O Kickboxing e o Jiu Jitsu no meio competitivo e social contribuem para essa formação da identidade dos seus praticantes, por possuírem competições que reúnem culturas diferentes, viagens em níveis regionais, estaduais, nacionais e mundiais. Essa variedade de culturas sempre proporciona aprendizagens que serão transferidas para seu meio social e essas farão parte de suas vidas adultas. Segundo P.K3 *“o esporte ele proporciona a conhecer lugares, pessoas e culturas diferentes e isso é algo que ele tem conhecido, embora ele tenha viajado só aqui no estado em alguns eventos e em participações em alguns campeonatos e palestras, seminários ele tem aprendido muito a respeitar o espaço das pessoas, respeitar as diferenças, o equilíbrio entre o mais forte e o mais fraco e o mais legal é ver ele reconhecer que ele tem potencial.”*

Essas experiências são muito importantes para as crianças e adolescentes e mesmo quando elas forem adultos, ainda permanecerão ligadas a esses ensinamentos. Podemos perceber isso na fala do P.K1 *“Então como o pai já era praticante da arte marcial e já tinha conhecimento, a gente conduziu ela a arte marcial, de primeiro momento a V. entrava no tatame pra brincar, pra ela tudo era diversão, começou assim, começou a fazer um golpe e ela achava engraçado, vamos imitar os bichinhos e ela fazia sabe, aí tinha mais crianças que treinavam, aí falavam vamos ver quem chega primeiro e ela fazia sabe, e eles adoravam”*. Pode-se perceber no relato que a Arte Marcial passou de geração para geração, e essas experiências, muito provavelmente serão reproduzidas nas próximas gerações e as Artes Marciais seguirão firmes nestas famílias.

Ao encontro do citado o D.K2 destaca que quando *“o pai e a mãe são pessoas que praticam atividades físicas, automaticamente vai incentivar a criança a praticar também a atividade física, nesse caso o Kickboxing, não vai ser uma criança sedentária.”*

Uma família que treina uma modalidade de Arte Marcial, também é mais saudável, como percebe-se nos relatos dos pais e docentes, pois o condicionamento físico e o emagrecimento são consequências dos exercícios realizados durante as aulas/treinos, pois cada movimento executado é necessário que se faça uma preparação, desse modo a força, resistência, elasticidade entre outras capacidades vão sendo aprimoradas e os benefícios da prática ficam em evidência, como será abordado no próximo item.

3.3 INFLUÊNCIAS DAS LUTAS NA SAÚDE

As Artes Marciais podem trazer benefícios para a saúde de seus praticantes, isso se identifica no relato do P.K1 o qual salienta que os treinamentos tiveram melhorias significativas no quadro de saúde de sua filha: *“Sim. Quando ela começou a praticar a arte marcial há seis anos atrás, ela começou porque ela tinha colesterol. Ela foi diagnosticada com colesterol e ela teve que tomar remédio por um tempo, devido a alimentação dela que não tava certa. Eu saía pra trabalhar, deixava com uma cuidadora e essa pessoa ela não cuidava assim direito da alimentação, dava muita porcaria, sabe?”*. Outro aspecto de melhora na saúde é possível notar no comentário do P.K2 *“Ele tinha no último exame que ele fez colesterol. Mas ele estava bem mais gordinho agora depois que começou a treinar Kickboxing ele deu uma emagrecida e está se sentindo melhor e mais disposto”*. Para Hallal et.al. (2010,p.3036), são inúmeros os benefícios que as atividades físicas proporcionam aos seus praticantes, podendo ser observado durante toda a vida.

A prática de atividade física na adolescência está relacionada com benefícios tanto a curto quanto a longo prazo para a saúde. Além dos efeitos diretos sobre a saúde, a atividade física na adolescência está relacionada com maior probabilidade de prática de atividade física na idade adulta.

A prática regular das Artes Marciais segundo os relatos, tem um impacto positivo na saúde comportamental e emocional de seus praticantes. No caso de P.J1 *“A prática do Jiu-Jitsu não apenas promoveu uma melhoria em sua disciplina e capacidade de escuta, como também instigou mudanças positivas em seu comportamento e responsabilidade.”*, diante disso, cabe ressaltar a importância da atividade física, a qual é extremamente reconhecida por promover melhorias significativas na saúde mental, incluindo a redução do estresse, ansiedade e depressão (BIDDLE; ASARE, 2011).

Segundo o relato da P.J2 *“Acho que foi só para melhorar, porque é uma coisa que ela se encaixou. Ela sempre gostou dos esportes, de jogar bola. Antes ela era mais de brincar de boneca, agora ela já está mais para o lado do esporte. Deus o livre falar que ela não vai no dia do Jiu Jitsu, é uma briga, né? Não porque eu tenho que ir, porque o professor...”*. A rotina e a disciplina associada ao treinamento das Artes Marciais parecem ter incentivado a filha de P.J2 a adotar hábitos saudáveis, como manter a higiene pessoal e participar nas tarefas domésticas. A adoção de responsabilidades e uma rotina estruturada são elementos essenciais para o desenvolvimento saudável durante a infância e a adolescência (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2012). A prática de Artes Marciais, em particular, tem sido associada ao desenvolvimento de disciplina, respeito e autocontrole em jovens (VERTONGHEN; THEEBOOM, 2010).

Ao encontro do supracitado, cabe destacar sobre a importância de uma rotina saudável seja de hábitos de higiene ou alimentar, isso se verifica na fala do P.J1 *“Ele come muita coisa saudável. Aqui, um dia é café, e um dia é janta de noite. E eu sempre tenho salada, de algumas ele gosta. Brócolis, alface, tomate também. Mas doces é mais no final de semana. Mas no dia de semana é comida mesmo, arroz, feijão.”* Uma boa alimentação também faz parte de uma vida saudável, e o fato de comer frutas e legumes sempre é um desafio para os pais em relação aos seus filhos, devido à grande variedade de guloseimas que tem atualmente.

Sobre hábitos de higiene, é importante destacar que a higiene pessoal, especialmente após atividades físicas, é muito importante, uma vez que durante a atividade se suja e ocorre uma exposição muito grande, por isso é importante para prevenir doenças e promover a saúde. O P.J3 relata que: *“Mas em questão de higiene é 100%. Mas mudou muito também depois que ele começou ir para a academia.”*. Hallal et al (2006), destaca que o compromisso com o esporte desde cedo não só estabelece um precedente para um estilo de vida ativo, mas também pode prevenir problemas de saúde, como obesidade e doenças relacionadas.

Nesse sentido, percebe-se que a prática das Artes Marciais tem uma influência positiva em vários aspectos da vida de seus praticantes, no que diz respeito à qualidade de vida, pois toda a atividade física que nos tira da zona de conforto, que eleva os batimentos acima da taxa basal de repouso, traz benefícios que podem salvar vidas, tais como equilíbrio da pressão, melhora da circulação, equilíbrio do colesterol entre outros inúmeros benefícios para a saúde física e emocional.

Para o P.K3 *“Ele sempre teve problema de bronquite asmática e rinite, sempre que muda o tempo ou quando está em um local fechado, é muito complicado porque atacava muito, ficava com o peito chiando e não conseguia respirar, chegamos a levá-lo ao hospital várias vezes, pois a única coisa que resolvia era fazer nebulização e xarope descongestionante, mas com as lutas ele passou a usar menos medicamentos e não se atacou mais, agora não é mais necessário o uso do nebulizador”*

A parte de aquecimento e de preparação física das lutas, são no geral intensos e com muitos exercícios de calistenia, com o próprio corpo, tais como polichinelos, abdominais e flexão, além de muitas corridas e saltos verticais e horizontais. Esse método militar que é empregado pelos professores, acaba gerando uma consequência positiva para os seus praticantes, tais como tônus muscular, emagrecimento, todos esses aspectos de saúde podem ser identificados facilmente pelos praticantes.

Segundo Simões et al (2021, p. 5-6), algumas das principais razões para se praticar as artes marciais são: “treinar as emoções, desenvolver o caráter, promover a saúde em crianças e jovens (dado o efeito positivo da atividade física), e melhorar a concentração, permitindo adquirir mais facilmente conhecimentos na escola.”. Diante disso, é importante verificar também como as Artes Marciais, em específico o Kickboxing e o Jiu Jitsu influenciam no que diz respeito ao desempenho escolar de seus praticantes, uma vez que se está saudável os outros aspectos da vida também estarão em boas qualidades.

3.4 A INFLUÊNCIA DAS LUTAS NO DESEMPENHO ESCOLAR DE SEUS PRATICANTES

Uma criança ou adolescente que pratica Artes Marciais, no decorrer do tempo vai aprendendo a superar seus limites e dentro de suas possibilidades melhorar a cada dia como pessoa, aluno, filho ou cidadão. Desse modo podemos visualizar esses avanços em alguns relatos de nossos entrevistados, em especial no que diz respeito ao seu desempenho escolar. O P.K3 destaca que *“quando ele começou a treinar o Kickboxing ele acabou tendo uma diferença muito grande assim, do aluno problemático ele passou a ser um aluno destaque com notas extremamente altas”*. Outro exemplo é P.K1 *“Sabe aquela palavra assim, missão dada, missão cumprida? Ela sim, ela não aceita tirar nota baixa na escola, ela tá sempre à procura de um dez. Um sete, um oito pra ela não serve. Então ela é muito estudiosa, ela se dedica com perfeição.”*

Também podemos observar mudanças no comportamento em relação a brigas que são comuns no período escolar, no caso do P.K2 o pai destaca que *“eu tinha reclamação do recreio, reclamação do ônibus, notas abaixo da média, e depois que ele começou no Kickboxing ele teve uma mudança, as notas aumentaram, não é um dez, mas ele está acima da média, porque existem outras dificuldades também né, e também não brigou mais no recreio ele entendeu que quem luta não briga, isso foi um avanço assim muito bom”*. Pode-se inferir que essas mudanças estão relacionadas com o envolvimento dessas crianças e adolescentes com atividades que lhes proporcionam um maior desafio, também motivação para as outras tarefas que não são tão atraentes, pois a característica das competições internas que ocorre nos centros de lutas, torna seus praticantes competitivos e determinados a vencer em todas as áreas. Segundo Lourenço et al (2010, p. 139)

Um aluno motivado revela-se activamente envolvido no processo de aprendizagem, insistindo em tarefas desafiadoras, despendendo esforços, utilizando estratégias apropriadas e procurando desenvolver novas capacidades de compreensão e de domínio. Manifesta entusiasmo na execução das tarefas e brio relativamente aos seus desempenhos e resultados. Criar esta cultura de actuação na escola poderá ser o pilar essencial para a acção de aprender.

Dentro do âmbito escolar podemos encontrar características diferentes dos alunos, sendo que comportamentos podem ser distintos entre eles. Podemos observar na fala do D.J1, *“O aluno hoje em sala de aula, ele não é bagunceiro, mas ele gosta de ser o centro das atenções. Ele sempre quer estar em foco, gosta muito de chamar a atenção.”*. Antunes (2003) postula que *“[...] as relações interpessoais moldam fortemente a experiência educacional do aluno”* (ANTUNES, 2003, p. 37).

Essa busca por popularidade não é possível notar neste aluno, que tem um comportamento muito positivo segundo D.J2 *“A aluna é um exemplo de criança, ela é muito comportada, ela tem algumas dificuldades, mas ela tenta o máximo, ela é esforçada, ela tenta manter o foco, ela é tudo de bom”*. Também podemos observar esses benefícios em outro aluno, que o D.J2 afirma a importância de ele estar inserido nas Artes Marciais, *“O aluno é bem mediano. E só é mediano por causa do Jiu -Jitsu, se não, ele seria pior. Ele teria uma capacidade enorme, mas que ele não usa, né? Ele não usa porque ele não tem interesse. O foco dele é só isso.”*

O fato de o escolar ter preferência por um determinado conteúdo/matéria não significa que não deve estudar as outras. Para D.J1: *“O rendimento dele poderia ser muito*

melhor, porque ele é um aluno inteligente, ele é um aluno capaz, mas ele não tem muita vontade. O que interessa pra ele até se dedica, mas se for algo que não interessa, ele simplesmente larga, abandona e deixa a vida me levar”. Essa busca por realizar apenas o que é atrativo tem levado nossos jovens por um conhecimento muito superficial de tudo. Almeida salienta que. “A motivação é frequentemente o divisor entre a capacidade e a realização” (ALMEIDA, 2002, p. 559).

As Artes Marciais quando apresentadas da forma correta trazem benefícios, mesmo que pequenos, tem relevância e devem ser comemorados, pois cada vitória, cada conquista tem um peso diferente para cada indivíduo. Segundo Morin (2000), os alunos tendem a desenvolver interesse em áreas onde sintam competência ou paixão.

Em contraponto com o relato do D.J1, o docente D.K1 destaca que *“Eu nunca, nunca tive problema com briga na escola, tanto que como te disse, né. Eles conseguem entender que não é uma violência e que é um esporte. Quem luta não briga. E que não precisa levar isso pra fora no momento na escola ou até na sociedade. Mas assim eu nunca tive problema. Muito pelo contrário”*. Ao encontro deste relato a mãe P.K1 também salienta que *“quando eu vou receber o boletim é só assim, mãezinha, parabéns.”* Estes dois relatos destacam como a Arte Marcial contribui para o desempenho escolar de forma positiva. Outra descrição que vai ao encontro deste é também da docente D.K1 que comentou que seu filho pratica artes marciais e agora ela vê como foi importante para a vida adulta dele, ela descreve que *“E essa questão da educação, do chegar, agora ele tá trabalhando, numa empresa e ele foi elogiado pelo básico, por pedir licença pra falar, pedir com licença sabe? Com licença, os princípios básicos as palavrinhas mágicas. Foi se perdendo, né. Muito obrigada. E eu pensei nisso na aluna em questão. Ela diz com licença sabe. Ela é muito respeitosa, sabe. Porque eu sei, que tem que pedir licença pra entrar no tatame, e etc. E acredito que muito desse respeito vem da luta”*

Já em contraponto com os relatos anteriores pode-se observar que o aluno descrito pelo D.J2 está passando por grandes desafios *“Olha, eu já o peguei dessa forma e ele não evoluiu em nada. Ele não respeita. Ele me afronta sucessivamente.”* Esta é uma realidade encontrada nas escolas onde os alunos na sua grande maioria estão em vulnerabilidade social e tem diversos fatores que contribuem para esses comportamentos negativos. O D.J2 afirma que *“Ele se acha superior. E para ele, o único foco, o único foco de interesse dele realmente é o Jiu -Jitsu. Ele gosta muito e eu acho que o que ainda consegue manter ele um pouquinho focado é isso. Eu acho que se não fosse isso, seria um caso bem grave, isso ajuda a manter um pouco o comportamento dele.”*

Entretanto percebe-se um desafio enorme por parte desses professores que lidam com casos como desse aluno, mas é possível notar que o Jiu Jitsu nesse caso, está sendo uma ferramenta de extrema importância para mantê-lo com o mínimo de disciplina possível. A realidade encontrada nas periferias é complexa e quando deparadas com outras situações é muito difícil manter os jovens focados em ser melhores cidadãos, portanto os avanços mesmo que nesse caso sejam pequenos, são fundamentais.

Já o docente D.K2 relata que *“Os alunos que treinam são eles que apaziguam, em situações de bullying, eles chegam e dizem, não é assim, não faça isso.”*. O autor Simões et al (2021), destaca que a prática das Artes Marciais é um ótimo meio de “[...] desenvolvimento biopsicossocial, ético e estético de crianças e adolescentes, desde que os treinos sejam conduzidos por profissionais qualificados e com ética irrepreensível.” O mesmo autor destaca que as crianças e adolescentes tem suas diferenças e características próprias e combinar a intencionalidade das Artes Marciais, sua parte física e seus princípios culturais (disciplina, lealdade, etc), podem fazer a diferença no que diz respeito a “[...] estratégias de intervenção em adolescentes com comportamentos desafiantes.” (BURT & BUTLER, 2011 apud SIMÕES et al 2021, s/p).

Cabe destacar também que as Artes Marciais “[...] devido às suas peculiaridades, [...] podem melhorar muitos aspectos funcionais das crianças e jovens, com implicações no bem-estar psicológico e no campo educacional, com subsequente melhoria no conhecimento.” (FABIO & TOWEY, 2017 apud SIMÕES et al, 2021, s/p).

Outro aspecto importante é a igualdade social que pode ser percebida nesse meio, pois no mesmo dojo é possível treinar o rico e o pobre, o homem e a mulher, a criança e o idoso, entre outros exemplos. Essa forma de reconhecimento e de respeito com os colegas, são primeiramente explicitados pelo professor e, posteriormente, seus alunos as reproduzem, desse modo os impactos vivenciados atravessam gerações.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho teve como objetivo verificar a influência das Artes Marciais no comportamento de escolares em três cidades da Serra Gaúcha, na percepção de pais e professores.

Dentre as entrevistas realizadas, pode-se observar a importância e a influência positiva que as Artes Marciais proporcionaram a esses indivíduos praticantes de Kickboxing e de Jiu-Jitsu. O comportamento observado em relação a hábitos saudáveis,

a higiene pessoal, frequência escolar, saúde, motivação, desempenho competitivo, entre outros, pode ser observado de maneira positiva.

No decorrer da pesquisa, tivemos algumas limitações tais como: pouca quantidade de amostra, disponibilidade das escolas sendo que duas situavam-se no interior e dificuldade de comunicação com as pessoas financeiramente mais humildes. Para fins de continuidade do estudo, sugere-se que ele seja aplicado em uma amostra de praticantes maior.

Apesar dos desafios encontrados em algumas das situações apresentadas, entende-se que a prática das Artes Marciais, dentro de uma instituição séria com professores comprometidos, pode ser um grande diferencial, pois permite que os praticantes tenham convívio com pessoas de várias culturas, gêneros, costumes, nacionalidades, classes e cores. Com essa diversidade cultural o esporte contribui para que haja um respeito mútuo entre os atletas, tendo uma grande troca entre eles. Sendo assim, essas vivências contribuem e influenciam na formação da identidade dos praticantes.

Também é notável que é muito importante que as Artes Marciais sejam ensinadas para os pré-adolescentes, pois ficou claro nos resultados que elas podem surpreender e contribuir para a formação da construção social de seus praticantes, e que se forem bem instruídos podem transformar suas realidades e chegar a lugares onde jamais imaginaram estar.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, LS. **Motivação e aprendizagem escolar**. *Análise Psicológica*, 20(4), 551-564. 2002.

ANTUNES, C. **A escola dos adolescentes**. Petrópolis: Vozes, 2003.

BIDDLE, SJH; ASARE, M. **Atividade física e saúde mental em crianças e adolescentes: uma revisão de revisões**. *British Journal of Sports Medicine*, v. 886-895, 2011.

FONTELLES, J. M., **Metodologia da pesquisa científica: Diretrizes para a elaboração de um protocolo de pesquisa**. Unespar, 2009. Disponível em: <https://files.cercomp.ufg.br/weby/up/150/o/Anexo_C8_NONAME.pdf>. Acesso em: 15 de mai. de 2023.

GALLAHUE, DL; OZMUN, JC; GOODWAY, JD Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. Amgh Editora, 2012.

GALLAHUE, DL; OZMUN, JC; GOODWAY, JD Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. Amgh Editora, 2012.

HALLAL, PC et al. Atividade física e saúde do adolescente: uma revisão sistemática. *Medicina Esportiva*, v. 12, pág. 1019-1030, 2006.

HALLAL, Pedro Curi; Knuth, Alan Goularte; Cruz, Danielle Keylla Alencar; Mendes, Maria Isabel; Malta, Deborah Carvalho. **Prática de atividade física em adolescentes brasileiros**. Disponível em: <6.sup.pedro.pmd (scielosp.org)>. Acesso em: 10 nov. 2023.

JÚNIOR, José Janilson Bezerra. **O Kickboxing como ferramenta de desenvolvimento comportamental de crianças no Ensino Fundamental**. Orientador: Profa. Dra. Rosângela Cely Branco Lindoso. 2022. 40 f. TCC (Graduação) - Universidade Federal Rural de Pernambuco, Licenciatura em Educação Física, Recife, 2022. Disponível em: <<https://repository.ufrpe.br/handle/123456789/4079>>. Acesso em: 10 abr 2023.

LOURENCO, Afonso Abílio; ALMEIDA DE PAIVA, Maria Olímpia. A motivação escolar e o processo de aprendizagem. **Ciênc. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 132-141, ago. 2010. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212010000200012&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 05 nov. 2023.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. - 14. ed. - São Paulo: Hucitec, 2014.

MORIN, E. **Os sete saberes necessários à educação do futuro**. São Paulo: Cortez; Brasília, DF: UNESCO, 2000.

PACHECO, Renan Lemos. A influência da prática das artes marciais na redução da agressividade em adolescentes, nas aulas de educação física. **POLÊM! CA**, [S.l.], v. 11, n. 3, p. 414 a 424, ago. 2012. Disponível em: <<https://www.epublicacoes.uerj.br/index.php/polemica/article/view/3732/2614>>. Acesso em: 27 jun. 2023.

QUIROGA, Lionel Fernando; VITALLE, Maria Sylvia de Souza. O adolescente e suas representações sociais: apontamentos sobre a importância do contexto histórico. **Physis** em: <<https://www.scielosp.org/article/physis/2013.v23n3/863-878/pt/#ModalArticles>>. Acesso em: 20 abr 2023.

SIMÕES, Hugo; SANTOS, Pedro Manuel; PEREIRA, Beatriz; FIGUEIREDO, Abel. As Artes Marciais e os Desportos de Combate e o Bullying: uma revisão sistemática. **Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación**. V. 39. 2021. Disponível em: <https://www.researchgate.net/publication/340739149_As_Artes_Marciais_e_os_Desportos_de_Combate_e_o_Bullying_uma_revisao_sistematica_Martial_Arts_and_Co>

mbat_Sports_and_the_Bullying_a_systematic_review_Las_artes_marciales_y_deportes_de_combate_y_el_acos. > Acesso em: 31 out. 2023

VERTONGHEN, J.; THEEBOOM, M. **Os resultados sócio-psicológicos da prática de artes marciais entre jovens: uma revisão.** *Journal of Sports Science & Medicine* , v. 4, pág. 528, 2010.