



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS IV – CATOLÉ DO ROCHA
PRÓ-REITORIA DE ENSINO MÉDIO, TÉCNICO E À DISTÂNCIA
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

DANILO DE SOUSA MARQUES

**A PRÁTICA DO JIU-JITSU COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL: UM
ESTUDO DE CASO NA CIDADE DE SÃO BENTO - PB**

CATOLÉ DO ROCHA - PB

2019

DANILO DE SOUSA MARQUES

**A PRÁTICA DO JIU-JITSU COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL: UM
ESTUDO DE CASO NA CIDADE DE SÃO BENTO - PB**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Coordenação do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciatura em Educação Física.

Orientador: Prof. Dr. Edivan Silva Nunes Júnior.

CATOLÉ DO ROCHA - PB

2019

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

M357p Marques, Danilo de Sousa.

A prática do jiu-jitsu como ferramenta de inclusão social: um estudo de caso na cidade de São Bento - PB [manuscrito] / Danilo de Sousa Marques. - 2019.

34 p. : il. colorido.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação EAD em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, EAD - Catolé do Rocha, 2019.

"Orientação : Prof. Dr. Edivan Silva Nunes Júnior, Departamento de Agrárias e Exatas - CCHA."

1. Jiu-jitsu. 2. Inclusão social. 3. Esporte. 4. Sociedade. I. Título

21. ed. CDD 796.815

DANILO DE SOUSA MARQUES

**A PRÁTICA DO JIU-JITSU COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL: UM
ESTUDO DE CASO NA CIDADE DE SÃO BENTO - PB**

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo)
apresentado à Coordenação do Curso de
Educação Física da Universidade Estadual da
Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título
de Licenciatura em Educação Física.

Aprovada em: 23/11/2019.

BANCA EXAMINADORA



Prof. Dr. Edivan Silva Nunes Júnior (Orientador)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof.^a Dr.^a. Dóris de Andrade Laurentino (Examinadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)



Prof.^a Dr.^a. Rayane Nunes Gomes (Examinadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Percentual de homens e mulheres praticantes de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.....	18
Figura 2 – Percentual de faixa etária dos praticantes de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.	19
Figura 3 – Percentual de nível de escolaridade dos praticantes de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.	19
Figura 4 – Percentual de anos da prática de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.....	21
Figura 5 – Percentual de respostas sobre a promoção da inclusão social através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.	22
Figura 6 – Percentual de respostas sobre a melhoria comportamental através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.	23
Figura 7 – Percentual de respostas sobre mudanças no comportamento afetivo através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.....	24
Figura 8 – Percentual de respostas sobre o desenvolvimento cognitivo através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.	25
Figura 9 – Percentual de respostas sobre as perspectivas de expansão do Jiu-jitsu para as escolas do município de São Bento - PB, 2019.	25
Figura 10 – Percentual de respostas sobre a recomendação do Jiu-jitsu para outras pessoas, 2019.....	26

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	7
2 REFERENCIAL TEÓRICO.....	8
2.1 A história do Jiu-jitsu.....	8
2.2 O Jiu-jitsu brasileiro.....	9
2.3 A importância do Jiu-jitsu na vida das pessoas.....	11
2.3.1 A prática do Jiu-jitsu na construção de valores	12
2.4 Inclusão Social	13
2.4.1 A inclusão social através do esporte	14
2.5 A prática do Jiu-jitsu como ferramenta de inclusão social	15
3 METODOLOGIA	17
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO	18
4.1 Perfil dos praticantes de jiu-jitsu da cidade de São Bento - PB.....	18
4.2 Efetividade do Jiu-jitsu entre os praticantes de São Bento - PB	20
4.3 O Jiu-jitsu e a inclusão social na perspectiva dos praticantes.....	21
4.4 O Jiu-jitsu e suas perspectivas na cidade de São Bento-PB	25
5 CONCLUSÃO	27
REFERÊNCIAS.....	29
APÊNDICE.....	29

A PRÁTICA DO JIU-JITSU COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL: UM ESTUDO DE CASO NA CIDADE DE SÃO BENTO - PB

BRAZILIAN JIU-JITSU PRACTICE AS A SOCIAL INCLUSION TOOL: A CASE STUDY IN SÃO BENTO - PB TOWN.

Danilo de Sousa Marques¹

RESUMO

O presente estudo buscou ouvir a opinião dos praticantes de Jiu-jitsu da cidade de São Bento - PB tendo como objetivo analisar as contribuições da prática do Jiu-jitsu para a inclusão social no referido município. Para isso, foi necessária uma abordagem quanti-qualitativa, pois buscou a interpretação dos fenômenos e também traduziu em números opiniões e informações para que fosse possível analisar os resultados. Nesse contexto foram coletados os dados através de questionários que buscaram montar o perfil dos praticantes do Jiu-jitsu, a efetividade do esporte na cidade, a inclusão social na perspectiva dos praticantes e o Jiu-jitsu e suas perspectivas na cidade de São Bento-PB. Mediante os resultados obtidos, concluiu-se que o Jiu-jitsu contribui em diversos aspectos para a inclusão social mostrando-se ser um esporte que atende a todos os públicos e faixas etárias.

Palavras-chave: Jiu-jitsu. Inclusão social. Esporte. Sociedade.

ABSTRACT

The present study aimed to hear the opinion of Jiu-jitsu practitioners from São Bento - PB town, in order to analyze the contributions of Jiu-jitsu practice to social inclusion in that community. For this, a quantitative and qualitative approach was necessary, once it sought the interpretation of the phenomenon and translated opinions and information into numbers so that it was possible to analyze the results. In this context, we collected data through questionnaires, which sought to describe the profile of Jiu-jitsu practitioners, the effectiveness of this sport in the town, social inclusion from the perspective of practitioners, and Jiu-jitsu's perspectives in São Bento-PB town. From the results obtained, we concluded that Jiu-jitsu contributes in many aspects to social inclusion, proving to be a sport that reaches all audiences and age groups.

Keywords: Jiu-jitsu. Social inclusion. Sport. Society.

¹ Graduando do curso de Licenciatura em Educação Física pela Universidade Estadual da Paraíba – UEPB e do curso de Bacharelado em Educação Física pela Universidade Paulista – UNIP. E-mail: danilo.de.sousa.marques@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

O Jiu-jitsu é um método de luta com raízes japonesas que acabou ganhando um estilo brasileiro que envolve técnicas de imobilizações, ou seja, um de seus objetivos é conquistar posições de controle até que o lutador consiga a finalização que é dada por uma imobilização muito precisa, em que o lutador torce, puxa ou pressiona alguma articulação do corpo ou estrangula o oponente, dando assim o fim da luta.

Nesse esporte, o lutador busca fazer uso das partes duras do corpo contra os pontos vulneráveis do adversário. No que diz respeito às divisões de pesos, esta é feita por faixa e idade. Klaus (2016) caracteriza o Jiu-jitsu como a arte marcial que realiza golpes de alavancas, torções e pressões para levar um oponente ao chão e dominá-lo.

Segundo Silva (2015), o Jiu-jitsu como qualquer outro esporte traz benefícios para a saúde e a mente, auxilia na melhoria da respiração devido a seu grande número de exercícios aeróbicos e trabalha os reflexos por se tratar de um esporte baseado na técnica e não na força. O lutador deve estar sempre atento aos movimentos do seu adversário o que acaba desenvolvendo os reflexos. Outro fator importante, é o trabalho mental que a prática do Jiu-jitsu estimula no lutador o que acarreta em desenvolver atitudes como capacidade de superação, de pensar sobre pressão e de principalmente respeitar o próximo.

Segundo Archete (2016), o Jiu-jitsu é uma filosofia de vida que permite que as pessoas desenvolvam a parte física, bem como proporciona o trabalho com o estado psicológico, o agir em equipe e estimula o companheirismo. As vantagens do esporte são a disciplina, respeito pelas regras, autoestima, autoconfiança, controle de emoções, desenvolvimento de coordenação motora, condicionamento de reflexos, alívio de tensão, controle de ansiedade, auto integração social, assistência no desenvolvimento de inteligência, audácia, coragem, agilidade e resistência à dor. Sendo assim, o Jiu-jitsu contempla todas as características necessárias para ter uma vida saudável e inclusa numa sociedade cada vez mais competitiva e excludente.

Em uma sociedade moldada pela exclusão social, o esporte é uma oportunidade de promover não só mudanças de hábitos e qualidade de vida, mas sim uma forma de unir diferenças e cooperar para o processo de inclusão social.

Nesse sentido, determina-se o esporte como um canal de socialização positiva e inclusiva.

O Jiu-jitsu é uma modalidade que trabalha a resiliência do praticante, valores éticos e morais. Para Castro *et al* (2018), o Jiu-jitsu brasileiro pode ser utilizado como uma prática educativa crítico-emancipatória, que contribui para a construção da cidadania infanto-juvenil devido à sua competência educacional, social e comunicativa sendo uma grande ferramenta de inclusão social e cidadania. O presente estudo tem por objetivo analisar as contribuições da prática do Jiu-jitsu para a inclusão social na cidade de São Bento – PB.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A história do Jiu-jitsu

O surgimento do Jiu-jitsu tem sua origem incerta, mas segundo alguns historiadores acredita-se que essa arte nasceu na Índia e era praticado por monges budistas. As palavras Jiu-jitsu tem como tradução “arte versátil, suave” ela foi desenvolvida a partir da necessidade da autodefesa. Dessa forma, os monges desenvolveram uma técnica baseada nos princípios do equilíbrio, das alavancas e do sistema de articulação do corpo o que evitava o uso de forças e de armas. O Jiu-jitsu percorreu o sudoeste asiático, da China e, chegou ao Japão onde o esporte desenvolveu-se e popularizou-se (ROBBE, 2006).

A finalidade do esporte era que no campo de batalha o enfrentamento, poderia deixar um samurai sem suas espadas ou lanças o que necessitava de um método de defesa sem armas. Contudo, o Jiu-jitsu surgiu de uma contraposição ao Kenjitsu e outras artes mais rígidas, em que se fazia necessário o uso de espadas e outras armas (MAIA, 2007).

No final do século XIX, alguns mestres de Jiu-jitsu saíram do Japão para outros continentes, estes passaram a viver do ensino da arte marcial e das lutas que realizavam. No Brasil, o Jiu-jitsu chegou através do professor de Jiu-jitsu chamado Mitsuo Maeda (conhecido como Conde Koma), que era Cônsul do Japão no estado do Pará. Ele reúne amigos para ensinar as técnicas do verdadeiro Jiu-jitsu tendo como alunos, nesta ocasião, os irmãos Carlos, Gastão e Oswaldo Gracie (GUIMARÃES, 2002).

O até então aluno do professor Mitsuo Maeda, Carlos Gracie muda-se para o Rio de Janeiro com a família e adota a profissão de lutador e professor de Jiu-jitsu. Tempos depois, Carlos Gracie viaja para Belo Horizonte e ganha muita repercussão com suas lutas e por vencer adversários mais forte do que ele fisicamente. Em 1925, de volta ao Rio de Janeiro, ele funda a primeira academia Gracie Jiu-jitsu. Logo, os Gracie adquiriram fama e notoriedade nacional e atraídos por esse mercado, muitos japoneses vieram ao Rio de Janeiro, no entanto, nenhum deles conseguiu formar uma escola tão sólida quanto a da Academia Gracie (GUIMARÃES, 2002).

Com o tempo, e depois de muito estudo foi então desenvolvido o estilo brasileiro de Jiu-jitsu, com o aprimoramento da luta de solo. Os Gracie foram importantes para o avanço do Jiu-jitsu no Brasil de forma que adquiriram notoriedade nacional e internacional tendo atualmente Roger Gracie, como o maior vitorioso da família, conhecido como um dos maiores lutadores de Jiu-jitsu da atualidade (BARBOSA, 2006)

Segundo Teixeira (2011), o Jiu-jitsu, criado pela família Gracie, é hoje um dos principais produtos de exportação dos brasileiros, superado apenas pelo samba e o futebol. O autor também afirma que o Jiu-jitsu brasileiro se efetou no Brasil ao custo de muito esforço, no qual foi possível provar que o uso da técnica permite ao fraco vencer o forte. Diante disso, o Jiu-jitsu passou por um processo de nacionalização, ou seja, o esporte que outrora de origem japonesa, passou a cada dia adquirir mais traços nacionais. O Jiu-jitsu atualmente vem ganhando cada vez mais adesão. Dessa forma, o Jiu-jitsu brasileiro é um dos mais proveitosos e espetaculares esportes.

2.2 O Jiu-jitsu brasileiro

O Jiu-jitsu brasileiro foi desenvolvido no Brasil pela família Gracie. Na vertente brasileira trata-se de uma arte marcial que reflete um desporto de combate onde se concentra principalmente em um sistema de defesa pessoal próprio que tem como objetivo imobilizar a ação do adversário. O Jiu-jitsu brasileiro permite o domínio do adversário e não leva em consideração seu tamanho, pois nesse esporte o mais importante é a técnica que se bem executada acaba levando o adversário à submissão (BARBOSA, 2006).

O Jiu-jitsu brasileiro se caracteriza principalmente em ensinar uma pessoa frágil a defende-se de adversário mais fortes e uma das suas vantagens concentra-se na luta corporal que é realizada no chão e no desarmar dos pontos fortes do inimigo. Nesse sentido, o Jiu-jitsu brasileiro pode ser classificado como um esporte de movimentos exatos coordenados de defesa que faz uso de alavancas e bloqueios de respiração que levam os adversários à redenção. Lise e Capraro (2018) afirmam que o Jiu-jitsu é uma arte científica e que envolve o físico, moral e intelectual.

Segundo Castro *et al* (2018) a prática do Jiu-jitsu brasileiro oscila, pois, existe o aumento da popularidade e do conhecimento sobre a modalidade, no entanto, há ainda um preconceito gerado pela falta de informação ou até mesmo uma certa vinculação tendenciosa sobre a prática do Jiu-jitsu como esporte violento. Sendo assim, existe uma controvérsia relacionada à associação equivocada deste esporte à prática da violência. Mesmo diante de controvérsias, o esporte conseguiu desenvolver-se no país passando então por um processo de nacionalização, ou seja, o esporte de origem japonesa passou a adquirir traços nacionais.

O Brasil pela primeira vez introduziu uma nacionalidade e identidade própria numa luta marcial existente. Isso foi um acontecimento único em toda a história do esporte mundial e dessa forma nasceu o Jiu-jitsu Brasileiro que, tempos depois foi exportado para todo o mundo (MAIA, 2007).

O Jiu-jitsu brasileiro foi conquistando inúmeros adeptos no mundo todo, entretanto, só se tornou internacionalmente conhecida no início dos anos 90, devido o campeão brasileiro Royce Gracie, que ganhou diversos torneios nos primórdios do UFC (Ultimate Fighting Championship) um famoso torneio de artes marciais, contra adversários bem maiores que defendiam outros estilos de luta. Tornando o Jiu-jitsu brasileiro conhecido no mundo todo e dessa forma difundido o esporte no Brasil e no mundo (GUIMARÃES, 2002).

Atualmente, o Jiu-jitsu brasileiro é um dos esportes mais especulares para todos os entusiastas das lutas marciais. Dessa forma, pode ser utilizado em diversas perspectivas diferentes, sendo elas: torneios de Grappling que são uma forma de combate onde os praticantes exibem as suas habilidades técnicas, físicas e psicológicas, tendo como objetivo neutralizar o oponente. Torneios de mistura de artes marciais (MMA), estes torneios muito populares no mundo todo. É frequente encontrar nesses tipos de torneios todo o tipo de lutadores sendo o Jiu-jitsu brasileiro um dos estilos mais utilizados e apreciados. Defesa pessoal, nesse

modelo não há objetivos competitivos, por isso, os praticantes recorrem a flexibilidade do corpo, de modo evitar os golpes dos seus adversários utilizando a sua força de forma inteligente com o auxílio de técnicas mais adequadas sendo estes os princípios básicos do Jiu-jitsu brasileiro (ROBBE, 2006).

O Brasil há muitos adeptos do Jiu-jitsu e a tendência é que o esporte cresça a cada dia, sendo motivo de orgulho para os cidadãos brasileiros por se tratar de uma atividade física que trabalha o corpo e a mente. Sendo assim, só tem a acrescentar benefícios na vida daqueles praticam essa arte marcial (GUIMARÃES, 2002).

2.3 A importância do Jiu-jitsu na vida das pessoas

A atual sociedade vem deixando de lado as práticas esportivas o que gera atualmente uma sociedade que apresenta um estilo de vida sedentário e com distúrbios de má alimentação. Esses problemas não se limitam apenas a adultos, mas também a crianças e adolescentes, ou seja, todas as faixas etárias da sociedade estão vulneráveis a desenvolver esses distúrbios. Dessa forma, é necessário reagir a essa situação buscando desenvolver nas pessoas a importância da prática constata de uma atividade física para que as pessoas possam ter um corpo e uma mente saudável (BERG, 2012).

Segundo Alves *et al* (2012), a prática do esporte é reconhecida como relevante para o ser humano e para a sociedade em geral. Este conceito tem-se tornado mais amplo devido a atual divulgação dos benefícios dessa atividade para o bem-estar das pessoas no âmbito físico, psicológico, cognitivo e social.

Diante o que foi exposto, faz necessário que as pessoas tenham aproximação com práticas esportivas para ter uma vida mais saudável. Pensando nisso, observa-se a grande eficiência do Jiu-jitsu por se tratar de uma modalidade que se efetivou no país ganhando assim nacionalidade e reconhecimento (BERG, 2012).

Muitas pessoas não imaginam as mudanças que o Jiu-jitsu pode causar em suas vidas, pois, inicialmente pode parecer algo diferente da realidade e de alguns padrões do esporte. Entretanto, sem muito esforço os praticantes assumem determinadas disciplinas como alimentação saudável e aos poucos passam a usufruir de benefícios não somente para o corpo, mas para a mente. Começar uma arte marcial pode ser para alguns uma forma de terapia que ajuda a aliviar o estresse da vida agitada que se tem atualmente, bem como ajuda a melhorar o

humor, tendo até resultados positivos no tratamento de doenças psicológicas como a depressão. Para Berg (2012), os músculos passam a trabalhar mais, pois, é preciso exercer uma força constantemente para conseguir aplicar as técnicas no adversário, com isso o corpo vai sendo exercitado e os músculos passam a ter maior flexibilidade e maior força de contração. O estresse do dia vai sumindo porque há gasto de energia na parte física e mental.

A prática do Jiu-jitsu tem algumas particularidades, pois a mesma permite que uma pessoa considerada frágil possa se igualar facilmente em um combate contra um oponente bem maior e bem mais forte que ela. Com isso, é possível evidenciar a importância desse esporte na vida das pessoas como uma alternativa para a melhoria da saúde do corpo (MOREIRA, 2006)

2.3.1 A prática do Jiu-jitsu na construção de valores

Os valores são transmitidos de diversas formas em uma sociedade tendo como precursores de influência a internet, a televisão, religião, a família e entre outras coisas. Dessa forma, tudo isso contribuem para formação do caráter e da índole dos indivíduos. Para Chaves (2004) é importante ficar atento com os valores que são transmitidos para os jovens. Portanto, deve-se proporcionar uma reflexão crítica sobre o que se é transmitido, pois, os valores são absorvidos e determinantes para a construção da identidade, personalidade, pensamento crítico ou alienado e passivo na sociedade, ou seja, é capaz de determinar um sujeito participativo ou um mero expectador da sociedade em que vive.

O esporte é muito benéfico na transmissão de valores e na construção de disciplina e respeito, e por isso, vale ressaltar a prática esportiva como grande aliada na construção de valores em uma sociedade. Diante disso, o Jiu-jitsu se encontra como uma arte marcial, voltada ao controle do corpo e da mente sendo um esporte voltado inteiramente para a disciplina e autocontrole dos seus praticantes (SILVEIRA, 2014).

A prática do Jiu-jitsu semeia valores éticos, morais, como a socialização e a cooperação. Então, é um esporte valioso no desenvolvimento dos valores na sociedade atual que a cada dia torna-se mais individualista. Diante disso, Bickel, Marques e Santos (2012) ressaltam que o esporte está diretamente ligado com a

construção de valores, em que proporciona que crianças e adolescentes possam dividir novas experiências afastando-as das drogas e da prostituição.

A prática do Jiu-jitsu, nesse contexto, tem consequências positivas na formação do caráter e na construção da cidadania, pois auxilia no desenvolvimento de comportamentos e atitudes positivas que são a base de uma sociedade (WERNECK,1999).

2.4 Inclusão Social

O ato de incluir significa trazer em si, introduzir, abranger, ou seja, a inclusão social é o ato de inserir todos em uma sociedade fazendo valer seus direitos de cidadãos. A inclusão social é o conjunto de ações que garante a participação igualitária de todos em uma sociedade, independente da classe social, raça, opção sexual, religião e entre outros aspectos. Incluir é respeitar as diferenças e garantir que todos tenham a possibilidade de participar de uma sociedade usufruindo de seus direitos como cidadão. O Brasil, por exemplo, presencia desde dos seus primórdios grandes desigualdades sociais e conseqüentemente a exclusão de diversos grupos dos seus direitos básicos como cidadão (OLIVEIRA, 2007).

Paula (2004) ressalta que a inclusão social é um processo pela qual a sociedade se adapta na intenção de incluir em seus sistemas sociais, cidadão que foram excluídos, no sentido de terem sido privados dos acessos aos direitos fundamentais. Dessa forma, a inclusão social é fornecer auxílio e principalmente dando oportunidade aos indivíduos mais necessitados, para que os mesmos possam ter acesso a bens e serviços que diante determinada situação social provavelmente não teriam.

A discussão sobre o termo, inclusão social se deu no Brasil por volta do século, XIX, por iniciativas oficiais, particulares e isoladas e também por interesse de alguns educadores inspirados por experiências europeias. Atualmente, o tema inclusão social no Brasil vem orientando a elaboração de políticas públicas e de leis que visam criar programas e serviços especializados como é o caso do atendimento às pessoas portadoras de necessidades especiais. Segundo Sasaki (2003) por volta dos anos 60 passou a surgir o termo “exclusão social”, porém esse conceito passou a ser intensificado nos anos 80 e por ser um termo recente está ligada com a preocupação com a integração social e com os direitos humanos.

A inclusão social busca atender a todas as pessoas que não têm as mesmas oportunidades dentro de uma sociedade. Nesse conceito, se encaixam pessoas com deficiência, idosos, negros e etc. Diante dessa situação vulnerável, o governo busca criar leis que possam diminuir a situação de exclusão social, bem como promover acesso aos seus direitos. Por exemplo, existem leis específicas para cada área, como é o caso das cotas em universidades, em relação aos negros, e também as que tratam da inclusão de pessoas com deficiências no mercado de trabalho. No entanto, a cultura brasileira ainda tem pouca experiência em relação a inclusão social e existem ainda muito crítica a igualdade de direitos, um fator que pode ser citado é que ainda hoje há uma intensa discussão sobre a oferta de cotas nas universidades (SILVEIRA, 2014).

Segundo a Unesco (2013) apesar das tentativas de reduzir as desigualdades mediante projetos sociais, a realidade mostra que ainda falta muito para que grande parte da sociedade tenha seus direitos equiparados ao resto da população. É importante ser positivo e acreditar que num futuro não tão distante esta situação possa melhorar, pois, aos poucos muitos cidadãos vão se conscientizando da importância de se criar uma cultura de respeito ao próximo e de gerar um país com menos desigualdades marcantes.

É bom lembrar que quando as pessoas são colocadas em um grupo que elas se sentem aceitas, se semeia valores morais e respeito ao próximo e isso dar a oportunidade de oferecer a todos os mesmos direitos (MOREIRA, 2006).

2.4.1 A inclusão social através do esporte

Atualmente há um reconhecimento do esporte como um canal de inclusão social, pois, este é capaz de unir diferenças entre povos e assim cooperar para o desenvolvimento da integração social. A prática esportiva no contexto atual vem sendo ampliada e sua importância não estar somente a um cuidado com o corpo, mas também em um conceito que trabalha a disseminação dos valores éticos e morais.

É notável o aumento de projetos esportivos destinados a jovens das classes populares, essas iniciativas dão a oportunidade de incluir diversos nichos sociais a uma atividade física. A prática esportiva, visa o desenvolvimento das pessoas sendo

assim uma forma de criar competências sociais e comunicativas essenciais para o crescimento psicológico e individual das pessoas (ARRUDA, 2014).

O esporte é um caminho para que as pessoas se sintam participantes de uma sociedade. Dessa forma, Escobar (2005) afirma que, através do esporte, as pessoas são levadas a sintetizar, analisar, integrar, pensar criticamente e conceituar. Tudo isso oportuniza a transformarem a si mesmas e o seu mundo.

O esporte tem características humanísticas, onde através de sua prática vivencia-se a integração social de diferentes realidades e essa socialização envolve todas as pessoas sem excluir cor, raça, classe social ou qualquer outro tipo de discriminação. O esporte é de todos é para todos. O autor Jacquard (1989) conceitua o esporte como a construção da humanidade que permite a possibilidade de trocas, diálogos e interação.

Diante do exposto, pode-se dizer que a prática esportiva possui caráter de integração social, onde as pessoas são capazes de trabalhar o físico e o psicológico. Sendo uma ferramenta poderosa no resgate de crianças e jovens em situação de risco, pois, estes têm a oportunidade de realizarem uma atividade prazerosa para a mente e o corpo bem como diminuir o ócio evitando a permanência nas ruas (OLIVEIRA, 2007).

2.5 A prática do Jiu-jitsu como ferramenta de inclusão social

Atualmente existem diversas pessoas que apresentam limitações físicas, motoras e, até mesmo mentais, em inúmeros aspectos. Essas pessoas vivem em uma sociedade complexa tendo assim os mesmos valores humanos e direitos. No entanto, as vidas dessas pessoas denotam de um pouco mais de dificuldades, pois mesmo sendo parte de uma sociedade as vezes permanecem excluídas e por isso, necessitam percorrer pelo processo da inclusão social (SILVEIRA, 2014).

É pertinente informar que apresentar limitações não significa uma proibição à prática de algum esporte, nesse caso pode-se destacar as práticas esportivas como a maior promotora da inclusão social. Diante disso, vale ressaltar o Jiu-jitsu como um esporte que vem crescendo no Brasil. Sendo assim, é necessário expor seus benefícios como fator de integração social (WERNECK, 1999).

Esse fator integrador do Jiu-jitsu é um caminho que dar acesso a prática esportiva independentemente das dificuldades, sejam elas físicas ou sociais. Por

isso, a inclusão através desse esporte é um resgate da cidadania e também uma forma adquirir qualidade de vida, respeito e bem-estar sem nenhuma discriminação com as diferenças entre as pessoas (AQUINO, 2016).

Silva *et al* (2014), destaca o Jiu-jitsu como o melhor caminho para desenvolver a capacidade motora, cognitiva e social, diante disso, há uma ligação bastante estreita com a inclusão social. Criando-se uma barreira contra a exclusão social que possa assim superar os desafios através da prática do esporte.

Com base nisso, na inclusão deve-se ter o princípio de que cada pessoa tem sua individualidade, portanto, deve-se conviver com essas adversidades. É então, benéfico para toda a sociedade oferecer a oportunidade do esporte como uma ocupação valiosa para a vida onde esse convívio possibilita o alcance de objetivos sociais valiosos para uma sociedade marcada pela exclusão (ARRUDA, 2014)

Segundo Correia (2010), o Jiu-jitsu apresenta requisitos indispensáveis para que um indivíduo possa adquirir a dimensão total da inclusão social sendo um instrumento simples e eficiente contribuindo para que as pessoas façam parte de um lugar na sociedade.

Diante disso, deve-se considerar todos os fenômenos socioculturais que são alcançados através da prática esportiva em geral. E, o Jiu-jitsu merece um destaque maior por ser uma espécie de luta que tem em sua cultura elementos de manifestações corporais dando assim ao contexto que ele está inserido vários significados sendo, por exemplo, a luta por objetivos pessoais, a luta pela vida, a luta por igualdade e entre outros aspectos (AQUINO, 2016).

Para Pacheco (2010) o Jiu-jitsu é considerada uma das artes marciais mais antigas do mundo, sendo praticado no mundo inteiro por pessoas de todas as idades. O autor aponta o Jiu-jitsu como o esporte de atuação psicológica da cultura masculina, fortalecendo a sensação de segurança e tornando seus praticantes capazes de enfrentar desafios, sejam eles de natureza objetiva ou subjetiva, física ou mental.

Contudo, pode-se observar que a prática do Jiu-jitsu é cada vez mais presente na sociedade brasileira trazendo diversos benefícios para seus praticantes. E tendo, como uma de suas características o respeito pelas diferenças. Portanto, essa arte marcial não exalta estereotípicos físicos entre o forte e o fraco, mas dissemina que com garra e bastante esforço cada um pode conseguir os objetivos desejados (OLIVEIRA, 2007).

3 METODOLOGIA

O estudo buscou ouvir a opinião dos praticantes de Jiu-jitsu da cidade de São Bento - PB. O município fica localizado no alto sertão da Paraíba e com a distância de aproximadamente 386 Km da capital João Pessoa. São Bento - PB possui uma população aproximada de 34 mil habitantes e tem como principal atividade econômica a indústria têxtil.

O presente estudo foi realizado durante o período de 12 de agosto a 27 de setembro de 2019, totalizando uma amostra de 78 pessoas participantes. Os dados foram organizados através de questionário (APÊNDICE) com 14 questões, sendo 3 delas de cunho subjetivo. O mesmo foi transformado em versão digital por meio do Formulário do Google, uma plataforma on-line para criação de questionários. Em seguida, foi enviado para os sujeitos da pesquisa por meio de link na rede social WhatsApp. Por sua vez, a plataforma do Google apresentou todas as respostas das questões distribuídas em percentuais, acompanhadas dos seus respectivos gráficos.

O presente estudo caracteriza-se como pesquisa aplicada. Segundo Prodanov e Freitas (2013, p. 51), esse tipo de pesquisa “objetiva gerar conhecimentos para aplicação prática dirigida à solução de problemas específicos que envolve verdades e interesses locais.” Quanto à abordagem, a pesquisa classifica-se como quanti-qualitativa, nesse sentido, o presente estudo abordou a interpretação dos fenômenos e também traduziu em números opiniões e informações para que fosse possível analisar os resultados.

Quanto aos objetivos, a pesquisa é classificada como descritiva tomando por base o conceito de Gil (2010, p.27) “as pesquisas descritivas têm como objetivo a descrição das características de determinada população”. Em relação aos procedimentos, é possível classificá-la como estudo de caso. Conforme Gil (2008) o estudo de caso é caracterizado por um estudo de profundidade de um ou de poucos objetos, de maneira a permitir o seu conhecimento amplo e detalhado.

O instrumento da pesquisa utilizado para coleta de dados foi o questionário, que seguindo os conceitos de Gil (2010), pode ser definido como a técnica de coleta de dados composta por questões direcionadas aos entrevistados, com objetivo de obter informações sobre conhecimentos, crenças, sentimentos, valores, interesses, expectativas, aspirações, temores, comportamento presente ou passado etc.

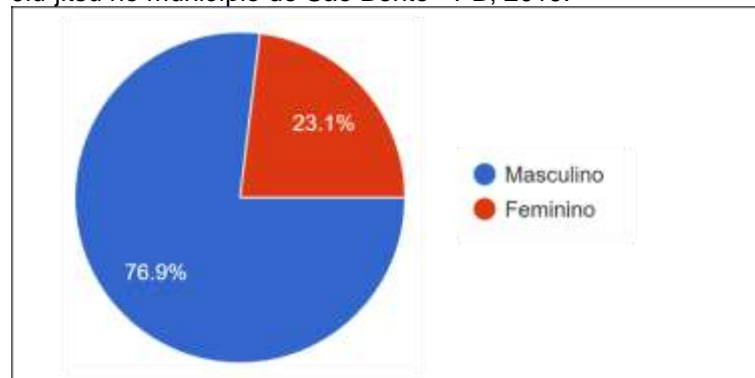
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Perfil dos praticantes de jiu-jitsu da cidade de São Bento - PB

Os resultados obtidos buscam analisar as contribuições da prática do Jiu-jitsu para a inclusão social na cidade de São Bento – PB.

Com a intenção de conhecer o perfil dos praticantes do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB, a primeira questão da pesquisa realizada objetivou saber a quantidade de participantes do sexo masculino e feminino (figura 1).

Figura 1 – Percentual de homens e mulheres praticantes de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.

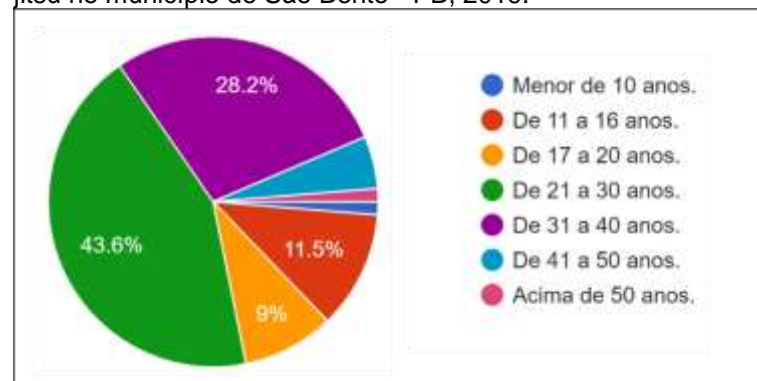


É possível perceber que 76,9% dos praticantes de Jiu-jitsu são homens e 23,1% são mulheres. Apesar do resultado ter representado um número maior de homens é notável observar que existe uma participação considerável de mulheres no esporte, o que representa mesmo que de maneira suscita uma ascensão das mulheres à prática do Jiu-jitsu. Levando em consideração as questões culturais em relação à prática de lutas marciais, como esporte masculino, esse número de mulheres praticantes de Jiu-jitsu ainda é bastante considerável.

A segunda questão, ainda no objetivo de montar o perfil dos praticantes de Jiu-jitsu da cidade de São Bento-PB, busca identificar a faixa etária dos praticantes do esporte (figura 2).

Percebe-se que a faixa etária mais atuante na prática do Jiu-jitsu se enquadra entre os 21 a 30 anos apresentando um porcentual de 43,6%, esse resultado é acompanhado pela faixa etária de 31 a 40 anos representando assim 28,2% do resultado da pesquisa. Tendo também um número considerável de adolescentes com um resultado de 11,5% entre 11 a 16 anos e de jovens representando 9% da pesquisa. Na faixa etária entre 41 a 50 anos, a pesquisa apresentou 5,1% e apenas 1,3% para os acima de 51 anos. Já em relação aos menores de 10 anos apresentou apenas 1,3% do resultado da pesquisa.

Figura 2 – Percentual de faixa etária dos praticantes de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.



Diante disso, pode-se observar que o esporte enquadra todas as faixas etárias mostrando-se bastante diversificado nesse sentido, porém ainda tem como maioria de praticantes adultos.

A última questão, ainda na dimensão de montar o perfil dos praticantes do esporte, buscou identificar o nível de escolaridades dos mesmos (figura 3).

Figura 3 – Percentual de nível de escolaridade dos praticantes de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.



Os resultados apontaram que a maior parte dos praticantes de Jiu-jitsu são aqueles que já cursaram o ensino médio completo representando 24,4% dos resultados da pesquisa. O estudo mostrou também que do total dos respondentes da pesquisa 20,5 possuem ensino superior incompleto e 19,2% possuem ensino superior completo. Já 15,4% possuem ensino médio incompleto. Em relação aos que possuem alguma especialização os dados da pesquisa apontaram 10,3% acompanhados por 7,7% que estão no ensino fundamental entre 6º e o 9º e por 1,3% que estão no ensino fundamental entre 1º e o 5º ano. Por fim os praticantes que possuem mestrado apresentou apenas 1,3% dos resultados da pesquisa.

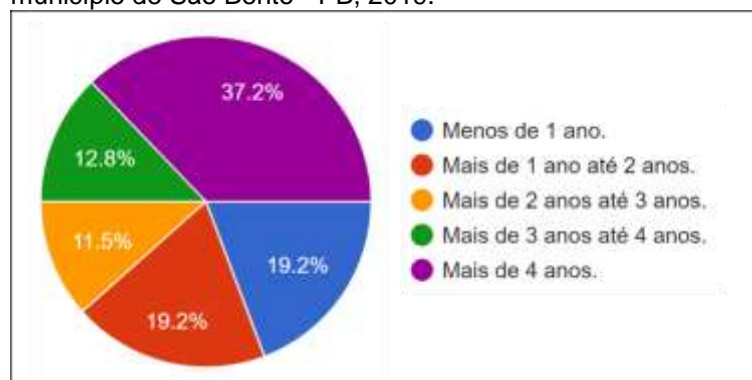
Contudo, pode-se observar que o perfil dos participantes do esporte mostra-se bastante diversificado apesar de ter tido como maioria adultos. Diante disso, pode-se contestar o Jiu-jitsu como um esporte que abrange todos os perfis e com uma diversidade de faixas etárias.

Para Gurgel (2002) o Jiu-jitsu é uma arte marcial com bases científicas, que permite ataque e defesa, mas também implica no conhecimento de uma luta que é denominada de arte suave porque através das técnicas de defesa pessoal, bem como no conhecimento de alavancas e aplicação destas em pontos vulneráveis do corpo humano, aliado às noções de equilíbrio, multiplica substancialmente a força inicial, permitindo ao mais fraco defender-se e até dominar um adversário fisicamente mais forte. Portanto, abrange todos as idades e diferentes perfis por ser um esporte que valoriza a técnica e não o perfil físico dos seus praticantes.

4.2 Efetividade do Jiu-jitsu entre os praticantes de São Bento - PB

Nessa sessão, buscou-se identificar a efetividade do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB, ou seja, determinar o tempo de permanência da prática do esporte. Nesse sentido, foi disponibilizado aos respondentes da pesquisa as opções de menos de 1 anos até 4 anos ou mais de efetividade na prática de Jiu-jitsu (figura 4).

Figura 4 – Percentual de anos da prática de Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.



Pode-se verificar que 37,2% praticam o Jiu-jitsu há mais de 4 anos e 19,2% estão há mais de um ano. Também apresentou o resultado de 19,2% para aqueles que estão no Jiu-jitsu há menos de um ano. E 12,8% responderam que praticam o Jiu-jitsu há mais de três anos. Os respondentes que praticam os esporte há mais de dois anos totalizaram 11,5% dos resultados da pesquisa.

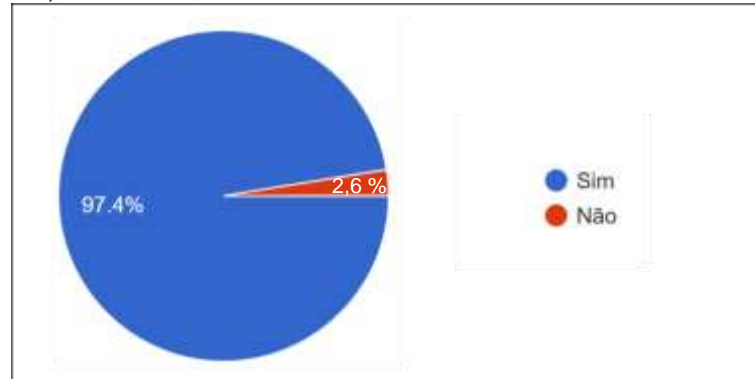
Diante dos resultados acima pode-se perceber uma certa efetividade de praticantes de Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB, pois, a pesquisa mostrou que a maioria das pessoas estão a mais de quatro anos no esporte. Diante desses resultados é considerável salientar que o esporte apresenta uma certa permanência de praticantes em um tempo considerável.

4.3 O Jiu-jitsu e a inclusão social na perspectiva dos praticantes

Essa sessão teve por objetivo analisar a perspectiva do praticante de Jiu-jitsu da cidade de São Bento-PB e por isso, foi preciso anexar ao questionário perguntas subjetivas, ou seja, as respostas obtidas não poderiam ser mensuradas em números, mas através de uma análise intuitiva dos dados.

Diante do que foi exposto anteriormente, buscou-se por meio dessa sessão analisar a inclusão social na perspectiva dos praticantes de Jiu-jitsu (figura 5).

Figura 5 – Percentual de respostas sobre a promoção da inclusão social através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.



Foi possível identificar através das respostas que 97,4% dos praticantes acreditam que o Jiu-jitsu promove a inclusão social. Sendo assim, é notável perceber que a maioria das pessoas acreditam que esse esporte é uma ferramenta de inclusão social em sua vida. Diante dos resultados da pesquisa apenas 2,6% não acreditam na inclusão através do Jiu-jitsu.

Diante do que foi analisado pode-se levar em consideração o conceito de Labronici (2000) que salienta que participação em atividades esportivas tem recebido atenção especial pelas pessoas a fim de experimentarem sensações de movimento, que muitas vezes são impossibilitados pelas barreiras físicas, ambientais e sociais. Levando assim, a ideia de inclusão social na perspectiva de seus praticantes.

Nesta seção, foi abordado também perguntas de forma subjetivas onde os praticantes do esporte descreveram o porquê de acreditarem na inclusão social através da prática do Jiu-jitsu. Sendo assim, foi descrito pelos respondentes da pesquisa suas crenças e associações em relação ao Jiu-jitsu.

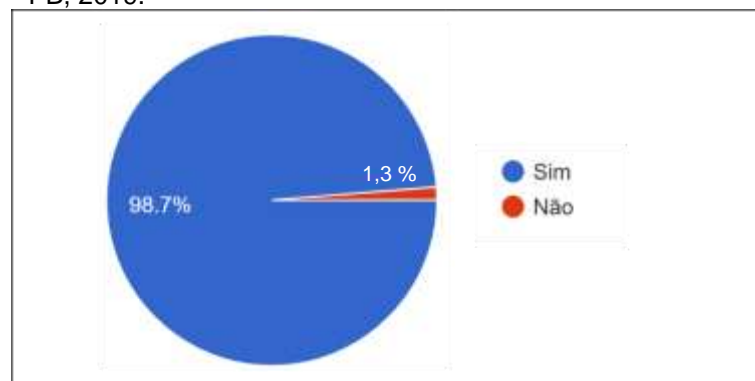
Diante as respostas analisadas podem levar em consideração as seguintes perspectivas descritas pelos respondentes da pesquisa que classificaram o Jiu-jitsu como: disciplinador, coletivo, integrador e abrangente para todos os públicos.

Observado isso podem-se destacar alguns comentários descritos pelos entrevistados. Sendo um destes: *“toda prática de esporte agrega valor pessoal e na comunidade local, transformando assim pessoas e uma família onde os atletas se sentem em casa e isso atraem a inclusão”*. Já outros comentários em sua maioria exaltaram a dizer que *“o Jiu-jitsu é um esporte coletivo, onde um precisa do outro para poder praticá-lo, ajudando assim, por exemplo, pessoas com deficiência física e*

coisas do tipo, todos são iguais perante a arte marcial”. Contudo, o que foi exposto ressalta o pensamento de Caruzzo *et al* (2013), a fidelização de um esporte, constrói um comportamento social positivo, que engloba a importância de ajudar um ao outro, respeito das regras e mudança de comportamento na perspectiva de um futuro melhor.

A pesquisa também buscou abordar as alterações do comportamento social dos praticantes de Jiu-jitsu. Com o objetivo de averiguar a melhoria ou não do comportamento social dos mesmos com colegas, familiares, amigos e etc (figura 6).

Figura 6 – Percentual de respostas sobre a melhoria comportamental através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.



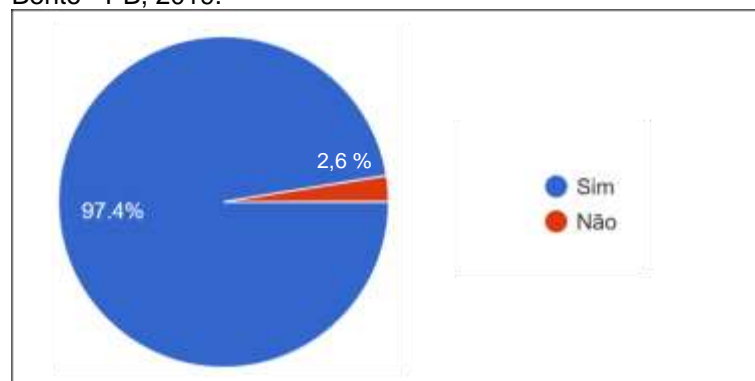
Os resultados apontaram que 98,7% obtiveram melhoria no comportamento social e apenas 1,3% não consideram mudanças significativas nas relações sociais. Dessa forma, a pesquisa demonstrou que a maioria dos praticantes do esporte acreditam na integração social através do Jiu-jitsu. De acordo com Helal (1990) o esporte já é uma prática social institucionalizada e deve ser pensado como meios de alcance de objetivos sociais como amizade, solidariedade, convívio civilizado e também como uma ocupação de vida e de dedicação social. Já para Arruda (2014) o esporte se apresenta como um dos requisitos indispensáveis para que o indivíduo possa atingir a dimensão total de inclusão social.

Os respondentes da pesquisa também descreveram aspectos que foram alterados a partir da prática do Jiu-jitsu dentre eles pode-se destacar: disciplina,

segurança, paciência, respeito, autocontrole, companheirismo, agilidade e trabalho em equipe. Dentre o que foi descrito pelos participantes da pesquisa pode-se destacar relatos como: “*sou mais calmo, mais respeitoso, me tornei mais extrovertido, sou disciplinado, aprendi a correr atrás daquilo que quero e eu era o oposto disso*”.

Em relação à afetividade, o estudo percebeu que deve ser um fator abordado quando se fala em esporte na dimensão de integração social. Por isso, foi solicitado que os praticantes de Jiu-jitsu respondessem sobre suas perspectivas relacionadas a esse fato (figura 7).

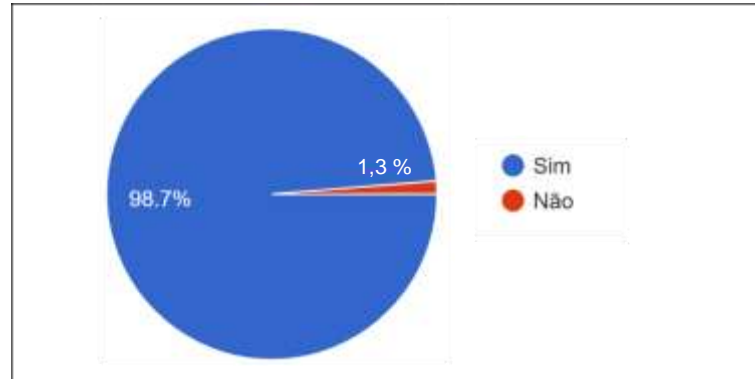
Figura 7 – Percentual de respostas sobre mudanças no comportamento afetivo através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.



Os resultados da pesquisa apontaram que 97,4% consideram que seu comportamento afetivo foi modificado através da prática do Jiu-jitsu e 2,6% responderam não apresentar mudanças no comportamento afetivo. Para Correia e Franchini (2010), a luta é uma forma diversificada, recorrente de dinâmica que deve ser afetiva e cheia de representações e significados.

Já em relação à aprendizagem, percebeu-se que é importante para melhoria da perspectiva de vida das pessoas bem como um fator importante para autoestima de qualquer indivíduo. Por estimar importante analisar as mudanças que os praticantes de jiu-jitsu obtiveram relacionados a esses fatores (figura 8).

Figura 8 – Percentual de respostas sobre o desenvolvimento cognitivo através do Jiu-jitsu no município de São Bento - PB, 2019.

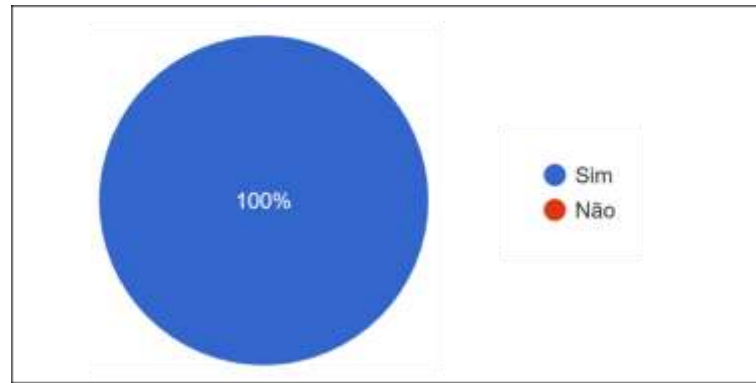


A pesquisa apontou que 98,7% consideram uma melhoria no desenvolvimento cognitivo, já 1,3% responderam não ter havido mudanças nesse fator. Ao analisar os dados expressos no resultado da pesquisa pode-se perceber que significativamente a maioria dos praticantes de Jiu-Jitsu consideram ter obtido uma melhoria na aprendizagem. Para Pacheco (2010) o Jiu-jitsu tem seu destaque na atuação psicológica e cognitiva dos indivíduos tornando as pessoas capazes de enfrentar seus limites.

4.4 O Jiu-jitsu e suas perspectivas na cidade de São Bento-PB

Nesta seção, buscou-se identificar a ascensão do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB, bem como analisar as perspectivas de crescimento e as dificuldades. Nesse contexto, foi pedido que os respondentes da pesquisa expusessem se gostariam que houvesse a prática de Jiu-Jitsu nas escolas (figura 9).

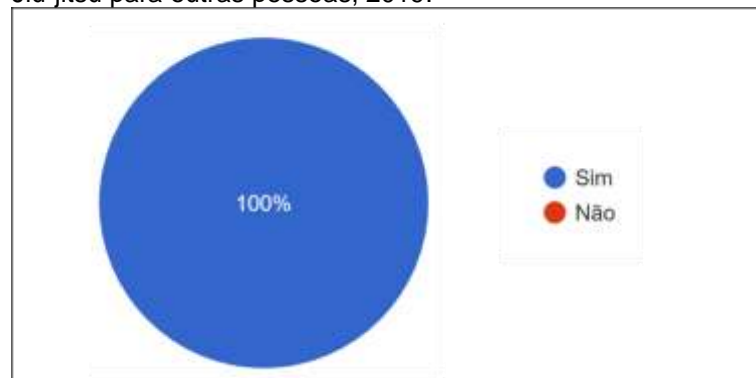
Figura 9 – Percentual de respostas sobre as perspectivas de expansão do Jiu-jitsu para as escolas do município de São Bento - PB, 2019.



Os resultados da pesquisa apresentaram que 100% das pessoas que responderam o questionário gostariam que o Jiu-jitsu fosse praticado nas escolas públicas ou privadas. Diante disso, pode-se confirmar que a população tem interesse por uma disciplina voltada para a integração de lutas marciais no contexto escolar da cidade de São Bento-PB.

A presente pesquisa no objetivo de analisar a perspectiva do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB buscou também identificar se os praticantes indicariam a prática do esporte para outras pessoas (figura 10).

Figura 10 – Percentual de respostas sobre a recomendação do Jiu-jitsu para outras pessoas, 2019.



As respostas apresentaram que 100% das pessoas que responderam à pesquisa indicaria a prática do esporte para outras pessoas. Isso demonstra a estima que os praticantes de Jiu-Jitsu têm pelo esporte bem como o fato de que indivíduos acreditarem muito no potencial do Jiu-Jitsu como fator de mudança na vida das pessoas.

Assim, o estudo buscou descrever as dificuldades enfrentadas para o crescimento da prática do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB. Foi possível perceber que os respondentes da pesquisa consideram como dificuldade para o crescimento do esporte fatores como: preconceito, falta de investimento, falta de apoio do setor público, falta de divulgação e certo desconhecimento da prática do esporte pela população.

Contudo, a pesquisa obteve também relatos dos praticantes que expuseram suas opiniões. Os comentários obtidos relatam que: *“existe a falta de participação dos líderes municipais, escolares e familiares para mostrar as crianças que o Jiu-jitsu pode mudar sua vida para melhor”*. Os relatos expuseram também *“o preconceito, pois quem não pratica esse esporte ou quem não tem noção do que o Jiu-jitsu representa, o ver como algo agressivo onde, na verdade, é totalmente o contrário”*.

Diante do que foi exposto, pode-se perceber que ainda há muita falta de informação e isso é responsável por gerar um certo tipo de preconceito onde intitula o esporte como violento. Na opinião dos respondentes da pesquisa, há também a falta de divulgação e apoio dos gestores públicos da cidade de São Bento-PB.

5 CONCLUSÃO

Por meio da pesquisa foi possível analisar as contribuições da prática Jiu-jitsu para a inclusão social na cidade de São Bento-PB. Inicialmente o estudo buscou traçar o perfil dos praticantes de Jiu-jitsu na cidade e verificou que sua maioria são do sexo masculino, entretanto, houve uma expressiva participação das mulheres expressa nos dados da pesquisa. O que pode denotar a carga cultural das lutas marciais como esporte masculino que vem aos poucos quebrando preconceito e tornando acessível para ambos os sexos.

Ainda no intuito de montar o perfil dos praticantes de Jiu-Jitsu na cidade a pesquisa identificou a faixa etária dessas pessoas e pode verificar que sua maioria são adultos que tem por volta entre 21 a 30 anos seguidos pelos que tem entre 31 a 40 anos. A pesquisa observou que mesmo que a faixa etária se enquadrasse nesses

valores pode-se observar que existe uma variedade de faixas etárias praticantes do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB. No que diz respeito à escolaridade, o estudo mostrou que em sua maioria os praticantes são aqueles que já cursaram o ensino médio.

Na segunda sessão mostrou-se a efetividade da prática do Jiu-jitsu na cidade de São Bento-PB. Dessa forma, identificou-se que a maioria dos respondentes da pesquisa praticam o Jiu-Jitsu há mais de 4 anos e isso demonstra uma certa consolidação do esporte na cidade de São Bento - PB.

A última sessão teve como objetivo analisar a inclusão social na perspectiva dos praticantes de Jiu-jitsu na cidade. Diante disso, foi possível perceber que, em sua maioria, os respondentes da pesquisa analisaram o esporte como relevante na inclusão social. A pesquisa revelou também que a maior parte das pessoas gostariam que o esporte fosse fornecido nas escolas públicas ou privadas e que indicariam a prática do Jiu-jitsu para outras pessoas. Contudo, percebe-se que os respondentes da pesquisa acreditam muito no potencial de mudança na vida das pessoas através da prática do Jiu-jitsu.

A pesquisa analisou as dificuldades de ascensão do esporte na cidade de São Bento-PB. Com isso pode-se identificar que para os praticantes do esporte ainda há muito preconceito e desconhecimento, além de falta de investimento pelo setor público.

Portanto, o presente estudo conclui que o Jiu-jitsu contribui em diversos aspectos para a inclusão social, por ser um esporte que atende a todos os públicos e faixas etárias. Demonstrando assim sua eficiência na construção do respeito pelo próximo e como um importante integrador social que tem o poder de beneficiar a vida das pessoas tanto nos aspectos físicos como psicológicos.

REFERÊNCIAS

ALVES, H.; et al. **EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires - Ano 17 - Nº 169-2012.

AQUINO, G. **O esporte elemento socializador e formador de crianças e jovens**. Faminas, v.6, n.2, 2016.

ARCHETE, W. L. et al. **Benefícios do jiu-jítsu para crianças**. Coleção pesquisa em educação física, Várzea Paulista, v. 15, n. 02, p. 63-70, abril. 2016. Disponível em: <<http://www.editorafontoura.com.br/periodico/vol-15/Vol15n2-2016/Vol15n2-2016-pag-63-70/Vol15n2-2016-pag-63-70.pdf>>. Acesso em: 24 de outubro 2019.

ARRUDA, Pablo Delano Porfírio; SOUZA, Bertulino José. **Jiu-jitsu: Uma abordagem uma abordagem metodológica relacionada a quebra de estereotípicos**. Redfoco vol.1, n.1, 2014.

BARBOSA, Sérgio Sandro. **Composição corporal e força isométrica em lutadores de Jiu-jitsu**. 2006 (Graduação) Faculdade de Educação Física. Universidade Federal do Rio Grande do Norte, 2006.

BERG, Kristian. **Indicações de alongamentos: eliminando a dor e prevenindo lesões**. Porto Alegre: Artmed, 2012.

BICKEL, E. A.; MARQUES, M. G.; SANTOS, G. A. **Esporte e sociedade: a construção de valores na prática esportiva em projetos sociais EFDeportes.com**, Revista Digital. Buenos Aires, Ano 17, Nº 171, 2012.

CARUZZO, N; NASCIMENTO JUNIOR, J; VIEIRA, J; VIEIRA, L. **Orientação de metas no contexto do vôlei de praia: um estudo comparativo entre atletas medalhistas e não medalhistas**. Revista brasileira de ciência e movimento, v.21, n. 3, p.42-50, jun, 2013.

CASTRO, Ahiram Brunni Cartaxo de *et al.* **O Jiu Jitsu como prática Educativa para a cidadania infanto-juvenil**. Expressa extensão, [s.l.] p. 152-171, 2018. Disponível em: <<https://periodicos.ufpel.edu.br/ojs2/index.php/expressaextensao/article/view/13565/8703ufpel.edu.br/ojs2/index.php/expressaextensao/article/view/13565/8703>> Acesso em: 9 out. 2019.

CORREIA, Walter Roberto; FRANCHINI Emerson. **Produção acadêmica em lutas, artes marciais e esportes de combate**. Motriz, Rio Claro, v.16 n.1 p.01-09, 2010.

ESCOBAR, Michele Ortega. **O jogo do esporte na cultura corporal**. Unidade 1- Módulo 3 Manifestação dos jogos. Brasília: Universidade de Brasília. Centro de Educação a Distância, 2005.

GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 5 eds. São Paulo: Atlas, 2010.

GUIMARÃES, Fernando de Melo. **Metodologia educacional do Jiu-jitsu**. Rio de Janeiro: Mimeo, 1998.

GURGEL, F. **Manual do Jiu Jitsu**. São Paulo: Tatame, 2002.

HELAL, Ronaldo, **O que é Sociologia do esporte**. São Paulo: Brasiliense, 1990.

JACQUARD, Albert. **Reflexão pedagógica**. Mimeo, 2003.

KLAUS, Júlia. **A filosofia do Jiu Jitsu**. Disponível em: <[http://www.betaredacao.com.br/filosofia-da-disciplina-do- Jiu-Jitsu](http://www.betaredacao.com.br/filosofia-da-disciplina-do-Jiu-Jitsu)>. Acesso em: 24 de outubro de 2019.

LABRONICI, Rita Helena Duarte dias; CUNHA, Márcia Cristina Bauer; OLIVEIRA, Acary de Souza Bulle and GABBAI, Alberto Alain. **Esporte como fator de integração do deficiente físico na sociedade**. Arq. Neuro-Psiquiatr. [online]. 2000, vol.58, n.4, p. 1092-1099.

LISE, Riqueldi Straub; CAPRARO, André Mendes, **Primórdios do Jiu-Jitsu e dos confrontos intermodalidades no Brasil: contestando uma memória consolidada**. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, [s.l.], p. 318-324, 2018.

MAIA, Demian, **O preço das olímpiadas**. Gracie Magazine. Rio de Janeiro, ano XII, n. 120, p. 90, fev.2007.

MOREIRA, Wagner Wei *et al.* **Educação Física e esportes: perspectivas para o século. XXI**.13.ed. São Paulo: Papyrus, 2006.

OLIVEIRA, Ana Amélia Neri. **O esporte como instrumento de inclusão social: um estudo na Vila Olímpica do conjunto do Ceará**. Universidade de Brasília. Fortaleza, 2007.

PACHECO, Caio César Kallenbach. **Motivação no Jiu Jitsu**. Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2010.

PAULA, J. **Inclusão: mais que um desafio escolar, um desafio social**. São Paulo: Jairo de Paula, 2004.

PODANOV, Cleber Cristiano. FREITAS, Ernani Cesar de. **Metodologia do Trabalho Científico: métodos e técnicas de pesquisa e do trabalho acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

ROBBE, Maurício. **Jiu-jitsu: arte suave**. São Paulo: online, 2006.

SASSAKI, R. K. **Inclusão: construindo uma sociedade para todos**. 5ª ed., Rio de Janeiro, WVA, 2003.

SILVA et al. **Refletindo sobre alguns sentidos atribuídos à inclusão em educação no espaço da disciplina educação física**. Seminário Internacional de

Inclusão Escolar: práticas em dialogo. Universidade do estado do Rio de Janeiro 21 a 23 de outubro 2014.

SILVA, Thiago Eduardo Limeira da. **Os benefícios do Jiu-jitsu para a saúde: um incentivo para a prática esportiva.** Fasete, Paulo Afonso – BA. 2015. Disponível em: <https://www.fasete.edu.br/revistarios/media/revistas/2015/9/os_beneficios_do_jiu_jitsu_para_a_saude.pdf> Acesso em: 26 de outubro de 2019.

SILVEIRA, R. T. **O profissional da recreação.** Recreação Marques, ISSN2179-572x, disponível em < www.recreaçãomagazine.com.br>, acesso em 03 de nov. de 2019.

TEXEIRA, Antônio Claudio Engelke Menezes. **Os usos do corpo entre lutadores de Jiu Jitsu.** Interseções, Rio de Janeiro- RJ, p. 351-369, 2011.

UNESCO. **Inclusão social no Brasil.** Brasília, 2013. Disponível em: <<http://www.unesco.org/new/pt/brasil/social-and-human-sciences/social-inclusion>>. Acesso em: 28 de outubro de 2019.

WERNECK.C. **Sociedade inclusiva: que cabe no seu todo?** Rio de Janeiro: WVA, 1999.

APÊNDICE I - QUESTIONÁRIO SOBRE A PRÁTICA DE JIU-JITSU E A INCLUSÃO SOCIAL EM SÃO BENTO - PB

Descrição: Este formulário tem por objetivo compreender as diferentes perspectivas dos praticantes de Jiu-Jitsu da cidade de São Bento - PB. Todos os dados informados aqui serão tratados com total confidencialidade pelo pesquisador e pela Universidade, devendo-se destacar que os resultados serão utilizados para fins exclusivamente acadêmicos e sem qualquer possibilidade de identificação de informações específicas de cada participante da pesquisa.

SEÇÃO 1 - PERFIL DO PARTICIPANTE

Esta seção é destinada a descrever o perfil do entrevistado.

Sexo

- Masculino
- Feminino

Faixa etária

- Menor de 10 anos.
- De 11 a 16 anos.
- De 17 a 20 anos.
- De 21 a 30 anos.
- De 31 a 40 anos.
- De 41 a 50 anos.
- Acima de 50 anos.

Nível de escolaridade

- Do 1° ao 5° ano do Ensino Fundamental.
- Do 6° ao 9° ano do Ensino Fundamental.
- Ensino Médio incompleto.
- Ensino Médio completo.
- Ensino Superior incompleto.
- Ensino Superior completo.
- Especialização.
- Mestrado.

Doutorado.

Há quanto tempo que você vem desenvolvendo a prática do Jiu-Jitsu?

Menos de 1 ano.

Mais de 1 ano até 2 anos.

Mais de 2 anos até 3 anos.

Mais de 3 anos até 4 anos.

Mais de 4 anos.

SEÇÃO 2 - OPINIÃO DO PARTICIPANTE

Esta seção é destinada a coletar informações sobre a opinião do entrevistado.

Você acredita que as lutas, em especial o Jiu-Jitsu, promovem a inclusão social?

Sim

Não

Se sua resposta foi sim, descreva o porquê você acredita na inclusão social através da prática do Jiu-Jitsu.

Em relação ao seu comportamento social (relacionamento com colegas de estudo, com frequentadores da academia e com a família), você considera que houve melhoria?

Sim

Não

Descreva em quais aspectos o seu comportamento foi alterado a partir da prática do Jiu-Jitsu.

A partir da prática do Jiu-Jitsu, você considera que obteve melhoria no seu desenvolvimento cognitivo e na sua aprendizagem escolar?

Sim

Não

A partir da prática do Jiu-Jitsu, você considera que houve melhoria no seu desenvolvimento motor?

Sim

Não

A partir da prática do Jiu-Jitsu, você considera que houve melhoria no seu comportamento afetivo?

Sim

Não

Você gostaria de que houvesse a prática de Jiu-Jitsu nas escolas públicas ou privadas?

Sim

Não

Você indicaria a prática do Jiu-Jitsu para outras pessoas?

Sim

Não

Descreva, na sua visão, uma dificuldade que a prática do Jiu-Jitsu enfrenta na cidade de São Bento - PB.
