



**UNIVERSIDADE ESTADUAL VALE DO ACARAÚ
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**VIVENCIANDO O KARATÊ NA EDUCAÇÃO FÍSICA:
UM ESTUDO DE CASO COM ALUNOS DO ENSINO
FUNDAMENTAL II DE UMA ESCOLA PÚBLICA**

MARIA DA CONCEIÇÃO COELHO DA SILVA

**CAUCAIA - CE
Junho/2008**

MARIA DA CONCEIÇÃO COELHO DA SILVA

**VIVENCIANDO O KARATÊ NA EDUCAÇÃO FÍSICA:
UM ESTUDO DE CASO COM ALUNOS DO ENSINO
FUNDAMENTAL II DE UMA ESCOLA PÚBLICA**

Trabalho apresentado ao Curso de Graduação em Licenciatura Plena em Educação Física da Universidade Estadual Vale do Acaraú como requisito parcial para conclusão de curso, sob a Orientação do Professor Ms. Heraldo Simões Ferreira

**CAUCAIA - CE
Junho/2008**

Agradecimentos

A Jesus por nos dar a oportunidade de viver e aprender com coragem e saúde, renovando sempre as esperanças em dias melhores.

A minha mãe Bernadete Coelho da Silva por ser minha heroína, ser um exemplo de mulher vencedora, por nos guiar, por nos apoiar e sustentar em cada momento, com paciência, dedicação e compreensão nesse percurso da nossa vida.

Ao meu orientador Heraldo Simões Ferreira que nos abriu as portas do conhecimento como quem mostra o caminho para que continuemos a caminhar nas estradas da sabedoria, e assim, possamos cada vez mais, ser profissionais competentes e atuantes numa sociedade tão necessitada de transformações.

A minha amiga Maria Auxiliadora de Andrade que acompanhou todo o processo de graduação e procurou colaborar e ajudar nas nossas pesquisas.

Aos amigos, assim como Dayse Medeiros Coutinho que como irmãos pelo coração, dividiram conosco os momentos de preocupação e dificuldades e também se alegraram com as nossas conquistas e vitórias, como a que estamos alcançando nesse momento.

Enfim, agradecemos a todos que são parte importante na nossa vida.

"Se o adversário é inferior a ti, então por que brigar? Se o adversário é superior a ti, então por que brigar? Se o adversário é igual a ti, compreenderás o que tu compreendes... então não haverá luta. Honra não é orgulho, é consciência real do que se possui."

"Código de honra do samurai"

Resumo

O karatê é uma arte marcial que possui embasamentos filosóficos que busca o equilíbrio do corpo e da mente. Os princípios filosóficos do karatê são: Esforçar-se para a formação do caráter, Fidelidade para com o verdadeiro caminho da razão, Criar intuito de esforço, Respeito acima de tudo e Conter o espírito de agressão (Sasaki, 1978). O Karatê-dô tem por significado o caminho das mãos vazias é de origem japonesa. As artes marciais assim como o Budismo surgiu na Índia ou na China no século VI d. C. e posteriormente se difundiu por todo o Oriente (Reid e Croucher, 2003). O objetivo deste estudo foi aplicar o conteúdo do karatê a quatro turmas de educação física do 6º ao 9º ano do ensino fundamental II em uma escola pública de Fortaleza e após as práticas analisar como a vivência foi recebida pelos alunos. Para atingir o objetivo, foi realizado um estudo de caso cuja intervenção ocorreu no período de outubro a novembro de 2007, através de aulas de karatê, atividades de lutas lúdicas e exposição de trabalhos em um mural. A metodologia foi desenvolver quatro sessões com as turmas de 6º ao 9º ano de uma escola pública de ambos os sexos com idades de 12 a 17 anos. A abordagem dessa pesquisa foi qualitativa. Quanto ao tipo de estudo para essa pesquisa foi utilizada a metodologia descritiva, fundamentada em pesquisa bibliográfica. Observou-se como resultados a demonstração de conscientização através dos depoimentos dos alunos sendo amplamente atingidos, assim como a abordagem realizada para promover a socialização e percepção do outro. Considerou-se que processos educativos próprios levaram o educando a perceber de forma crítica vivenciando uma arte marcial na busca pelo auto-perfeioamento, entendendo a importância da socialização aprendendo valores e contribuindo para o desenvolvimento integral do ser humano. Concluiu-se que as aulas foram bem aceitas pelos discentes e vivenciadas por aqueles que se dispôs a aprender uma nova cultura enriquecendo seus conhecimentos.

Palavras-chave: Karatê, Escola, Educação Física.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	1
2. OBJETIVOS.....	5
2.1 Objetivo Geral.....	5
2.2 Objetivos Específicos.....	5
3. METODOLOGIA.....	6
3.1 Tipo de Estudo.....	6
3.2 Cenário.....	6
3.3 Participantes da Pesquisa	
3.4 Coleta de Dados	
3.5 Análise de Dados	
3.6 Procedimentos Éticos	
4 RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS.....	9
4.1 As Aulas.....	9
4.2 As Observações.....	11
4.3 Os Depoimentos	
4.4 Discussão dos Dados	
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	17
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	19
ANEXOS.....	20

1 INTRODUÇÃO

As artes marciais são complexos sistemas de luta e tem como conceito “Disciplina de luta que tem por objetivo o desenvolvimento da habilidade de combate”.

São de origens muito remotas e cercadas de lendas existindo certo mistério em relação a seu surgimento, pois ao se buscar a conhecer esse enigma através de estudos e documentos as conclusões deixam dúvidas. Conta à lenda, que segundo um monge indiano chamado de Bodhidharma, chegou a um templo Shaolin na China e ao pé da Montanha Shogshan passou a ensinar um tipo de meditação que consistia em ficarem longos períodos meditando de forma estática, tendo que agüentar muitas horas sem se movimentar utilizando técnicas de respiração e exercícios para desenvolver força e capacidade de se defender na região onde moravam e instruiu outros monges a fazerem à mesma coisa.

Um renomado estudioso da atualidade o Dr. Joseph Needham, afirma que em épocas antigas a meditação e os exercícios marciais faziam parte do Budismo. As artes marciais assim como o Budismo surgiu na Índia ou na China no século VI d. C. e posteriormente se difundiu por todo o Oriente (REID e CROUCHER, 2003).

Na antiga Babilônia há mais de 5.000 anos nos dá uma idéia do surgimento acerca da origem das artes marciais no qual encontraram um entalhe numa placa de pedra, onde uma figura esta numa posição de bloqueio que são técnicas típicas das artes marciais da Ásia (REID e CROUCHER, 2003).

Existem várias artes marciais, orientais e ocidentais que evoluíram e se aperfeiçoaram através de suas técnicas e ensinamentos filosóficos foram sendo transmitidas de mestres para discípulos, dentre as artes orientais podemos citar o *Kung Fu* que significa “caminho do tempo de habilidade” é de origem chinesa utiliza técnicas corporais assim também como o manejo de dezenas de armas, *Thai chi chuan* “*Thai*, significa grande, *Chi*, significa energia vital e *Chuan*, significa arte dos punhos” é uma arte chinesa cujos movimentos são executados com extrema lentidão e acurada atenção na respiração e o domínio do corpo, o seu objetivo não é a defesa pessoal e sim, o bom funcionamento dos órgãos, da circulação e das funções fisiológicas em geral, *Aikido* “*Ai* significa harmonia, *Ki*, energia universal e o *Do*, significa caminho”, é uma arte marcial japonesa, que busca desenvolver e dominar a energia que flui no corpo para entrar em harmonia, *Jiu jitsu* “significa técnica suave” sendo arte japonesa, que tem como característica, arremessar o adversário ao chão e dominá-lo por completo, *Judô* “Caminho suave” de origem japonesa, seu objetivo é através de técnicas com

puxões e esquivas busca utilizar a força do adversário para arremessar e dominar no chão e o *Karatê-Do* “o caminho das mãos vazias” é arte japonesa e utiliza técnicas com os pés e com as mãos (VELTE, 1981). E outras artes marciais conhecidas como ocidentais como a luta greco-romana “luta de agarrar” é um esporte olímpico, Capoeira é uma luta, uma dança onde se toca um instrumento chamado berimbau, de origem negra inventada pelos escravos e utiliza movimentos rápidos e acrobáticos (REID e CROUCHER, 2003).

As artes marciais orientais possuem como característica o embasamento filosófico que busca o equilíbrio do corpo, mente e espírito através do *Budo*. A palavra *budo* significa *caminho marcial*, o *BU* é uma raiz que significa *marcial* e o *DO* é derivado da palavra em Chinês *TAO* e significa um caminho através da vida que os japoneses compreendiam como o caminho para se chegar ao desenvolvimento espiritual por meio dos treinamentos marciais e o karatê é um exemplo (VELTE, 1981).

Dentre tantas artes marciais, resolvemos empreender este estudo utilizando o Karatê-do, pois tal luta é benéfica para todas as idades e sua filosofia corresponde com os valores que são propostos pelas escolas, portanto, acreditamos que essa ferramenta é um conteúdo de ensino educativo e em fim pedagógico desde que seja bem orientado. É praticante de karatê desde os nove anos de idade e se identificou com essa nobre arte, hoje é faixa preta de karatê graduada 2º grau e credenciada pelo - Conselho Regional de Educação Física - CREF, então por já ter conhecimento utilizou a modalidade em aulas de educação física percebendo que seria uma ótima oportunidade de orientar os alunos a compreender uma arte que também é um esporte e pode melhorar o indivíduo como um todo. Assim o interesse em abordar o tema proposto surgiu da experiência da autora na prática docente do karatê ao ministrar aulas há aproximadamente 12 anos e por perceber que não existem muitos estudos envolvendo a temática.

Karatê-do significa “o caminho das mãos vazias” *Kara* significa vazias, *TE* significa mãos e *DO* caminho. O karatê surgiu a décadas no Japão na Ilha de Okinawa, no arquipélago de Ryukyu. Essa ilha era de propriedade da China e na ilha circulava uma lei em que era proibido o porte de quaisquer tipos de armas, então os povos para se defender praticavam em segredos as inúmeras artes marciais chinesas, como o kung fu, Tai chi chuan e outras. Depois do domínio chinês essas artes se diversificaram pelo mundo (FUNAKOSHI, 1988). O karatê manteve inalterado o *DO*, o caminho espiritual no qual é baseado em fundamentos éticos e filosóficos (VELTE, 1981). E o seu lema é: Esforçar-se para a formação do caráter, Fidelidade para com o verdadeiro caminho da razão, Criar intuito de esforço, Respeito acima de tudo e Conter o espírito de agressão (SASAKI, 1978).

O karatê se difundiu pelo mundo seguindo uma filosofia de vida saudável, disciplina, equilíbrio, através da dedicação, lealdade, autoconfiança do indivíduo. Então, o karatê passou a conquistar o mundo não mais por arte marcial, agora como uma disciplina que trabalha o físico e o intelecto de seus praticantes.

Segundo o fundador do karatê moderno o mestre Funakoshi (1865-1956), o karatê passou a ser considerado “Arte Divina”, pela sua eficiência. O mais importante acontecimento do karatê moderno foi quando ele se transformou de arte marcial em esporte através das adaptações que sofreu, possibilitando aos seus praticantes saúde e bem-estar, pois com isso ele pretendia com seu método de luta, que visava à educação física como forma de defesa pessoal, e posteriormente como meio de vida e estando diretamente aliada à filosofia dos samurais e com base científica formar os estudantes de primeiro e segundo graus, em homens de caráter e espírito forte ajudando na sua formação como cidadãos (SASAKI, 1978).

Para Funakoshi o karatê deve estar incluso nas atividades escolares, pois assim, como o ajudou na sua infância e no período em que estava estudando na escola primária a superar as suas deficiências físicas por ser uma criança frágil e doente, se dedicou ao karatê de “mente e corpo, alma e coração” (FUNAKOSHI, 1975).

Segundo Funakoshi (1975) *“o karatê-dô não é apenas um esporte que ensina a bater e dar ponta pés; é também uma defesa contra a doença e as moléstias”*.

De acordo com Funakoshi (1975), a introdução do karatê na escola em Okinawa no Japão, se deu através da seguinte forma: após uma demonstração de karatê ao inspetor escolar da Prefeitura de Kagoshima, o karatê passou a fazer parte do currículo escolar e obtivera a aprovação do Ministério da Educação. Os resultados obtidos foram favoráveis e em 1920, passou a ocupar espaço em universidades e clubes. Desde então, os outros países passaram a se utilizar dessa arte nas instituições educacionais, inclusive no Brasil, que apesar da recente adesão, tem dado continuidade ao método.

Atualmente, essa modalidade vem sendo utilizada nas escolas como um elemento fundamental para o melhor desempenho dos alunos de maneira global. Tendo como prioridades de trabalho a auto-estima, o autocontrole, a autoconfiança, atenção, concentração, socialização e cidadania, o karatê tem promovido resultados verdadeiramente satisfatórios, pois esses subsídios são de suma importância para a construção de um alicerce forte, de uma base sólida que evitarão que o indivíduo se desvirtue facilmente e farão com que este esteja inserido no contexto social de maneira digna de respeito e com preparação para a vida cotidiana (MARANZANA, 2008).

As artes marciais têm a intenção de resgatar o indivíduo por meio do próprio interesse por ela para desenvolver um trabalho de inversão, ou seja, combater a violência fazendo com que as pessoas tenham interesse por ela e possam aprender valores.

Portanto, consideramos a idéia de que as lutas devem fazer parte dos conteúdos a serem ministradas nas aulas de educação física, seja na educação infantil ou ensino fundamental. Sabemos que o karatê vem proporcionar para o ser humano qualidades como coordenação, motivação, autocontrole, concentração, atividade anaeróbica e aeróbica, tem uma filosofia voltada para o bem, um código de honra em que se baseia a razão, caráter, esforço, evitar a violência e manter o respeito.

Este estudo visa contribuir para a apresentação de uma possibilidade do trabalho com artes marciais, mais especificamente o karatê, bem como aperfeiçoar os conhecimentos dos processos educativos no ambiente escolar e de certa forma proporcionar para os alunos a vivência de uma modalidade que é um esporte.

Assim formulamos a seguinte questão da atividade investigativa: Que contribuições os alunos poderão ter ao vivenciar o karatê na escola?

A hipótese construída é de que os alunos poderão perceber que o karatê não é violento e que não traz prejuízos à saúde, pelo contrário, só traz benefícios como o extravasamento e controle da agressividade, respeito, libera o estresse e favorece a interação dos alunos.

Para atingir os resultados e objetivos da pesquisa iremos aplicar durante quatro sessões de educação física em uma escola pública de Fortaleza, o conteúdo do karatê para trinta alunos do ensino fundamental II. Após as práticas, os alunos serão convidados a comentar a vivência.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo Geral

Aplicar o conteúdo do karatê a quatro turmas de educação física do 6º ao 9º ano do ensino fundamental II em uma escola pública de Fortaleza e após as práticas analisar como a vivência foi recebida pelos alunos.

2.2 Objetivos Específicos

- Conscientizar o aluno que o karatê é um esporte que promove vários benefícios.
- Desenvolver com os alunos práticas corporais através das lutas lúdicas.
- Abordar aspectos como socialização, respeito e percepção do outro.

3 METODOLOGIA

3.1 Tipo de Estudo

A abordagem dessa pesquisa é qualitativa. Quanto ao tipo de estudo para essa pesquisa foi utilizada a metodologia descritiva, fundamentada em pesquisa bibliográfica com destaque para o karatê.

3.2 Cenário

O estudo foi aplicado em uma escola pública Raimundo Soares de Sousa localizada no bairro da Vila Pery, na cidade de Fortaleza-Ceará. As aulas foram realizadas na quadra de esportes da escola.

O motivo pelo qual a escola foi escolhida é que nesta escola estávamos realizando um trabalho para a disciplina de estágio e então tínhamos que desenvolver um projeto para os alunos da educação física, escolheu-se trabalhar o karatê pelo fato da pesquisadora ter conhecimento e já ter ministrado aulas de karatê e também praticado por muito tempo este esporte e posteriormente repassar o conhecimento para os alunos desta escola e por não haver muitas pesquisas envolvendo esse assunto.

As observações foram feitas durante as aulas de estágio da pesquisadora no semestre letivo de 2007.2. As aulas foram realizadas através de fundamentos teóricos explicando as questões históricas que envolvem a arte marcial da pesquisa e de práticas, nas quais são executados os movimentos básicos do karatê.

Foram utilizados alguns materiais escolares como canetas pilot, lápis, borracha, cartolina, papel madeira, teve-se também a utilização de outros materiais para realização das lutas lúdicas que consistia de balões de ar, pregadores de roupa, fita gomada e barbante. Com esse material os alunos escreviam respondendo as perguntas que foram elaboradas.

Foram formados três grupos que tivessem de cinco ou mais participantes para a realização do trabalho escrito e que ao final do estudo iriam ser expostos na quadra formando um mural onde os alunos pudessem visualizar os trabalhos, cada grupo ficava com um desses tópicos que consistia das seguintes perguntas: Os benefícios que o karatê pudesse trazer aos praticantes? Um outro grupo escrevia: O que os alunos dessa escola estavam aprendendo com o karatê? E o terceiro grupo escrevia: Em que situações na vida eles poderiam utilizar o karatê

de forma sadia e respeitando a sociedade. Os alunos trocavam idéias entre si, cada um contribuía com uma palavra e ao mesmo tempo foi sendo construído o trabalho para o mural.

3.3 Participantes da Pesquisa

Serviram como sujeitos para a presente pesquisa 30 alunos dos 6º, 7º, 8º e 9º anos do ensino fundamental, de ambos os sexos, com idades entre 12 e 17 anos e participantes de educação física, sendo que a população investigada foi composta pelos 110 alunos deste nível de ensino.

Duas semanas antes de começar as aulas práticas de karatê foram explicadas que somente às terças-feiras durante quatro semanas iriam ser realizadas as aulas e que todos poderiam participar e conseqüentemente os alunos que comparecessem teriam presença registrada no diário de classe. Foi explicado também, que ao final das aulas os alunos que quisessem poderiam dar seus depoimentos comentando as aulas de karatê que eles vivenciaram.

Um critério exigido para selecionar a amostra foi que os alunos que descem seus depoimentos tivessem anteriormente participado de todas as aulas de karatê, portanto, se o aluno faltasse alguma aula já constataríamos como critério de exclusão.

3.4 Coleta de Dados

A pesquisa foi feita através de observação participante que “se realiza através do contato direto do pesquisador com o fenômeno observado para obter informações sobre a realidade dos atores sociais em seus próprios contextos” (MINAYO, 1994).

Para a realização deste trabalho foram aplicadas quatro aulas pela pesquisadora no período de outubro a novembro, sendo uma vez por semana com duração de cinquenta minutos cada sessão, no horário da manhã, a primeira aula com o 6º ano, segunda aula com 7º ano, a terceira aula com 8º ano e a quarta aula com 9º ano.

Após cada aula tinha um intervalo de 10 minutos de uma turma para a próxima turma, então neste intervalo eram feitas anotações sobre a mesma, com auxílio de um diário de campo que a pesquisadora fazia após a realização de cada aula prática de karatê. Nesse instrumento se transcrevia tudo que a pesquisadora julgasse interessante como forma de documentar informações para posterior análise.

Dos trinta alunos da amostra que compareceram a todas as aulas escolhemos de forma aleatória cinco alunos para comentar seus depoimentos.

3.5 Análise de Dados

Foram realizados através das falas dos participantes por meios de depoimentos dos mesmos e das observações registradas, sendo desta forma, os dados analisados de forma interpretativa. Deixamos que eles escrevessem livremente suas opiniões sobre as aulas.

3.6 Procedimentos Éticos

Foi solicitada a permissão da diretora e do professor de Educação Física para a realização da pesquisa. Os alunos envolvidos foram avisados dos objetivos do estudo, que não correriam risco algum e que poderiam desistir e que teriam sua identidade preservada. Para preservar a identidade dos envolvidos neste estudo optamos por colocar somente as iniciais dos nomes, mantendo apenas o gênero e a série. Foi solicitada uma autorização através do termo de consentimento para os pais dos discentes envolvidos no estudo.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

4.1 As Aulas

Realizamos durante a aplicação do estudo atividades que estivessem de acordo com o conteúdo de uma aula formal de karatê, portanto, dando início com um aquecimento, depois um alongamento em seguida fazíamos as técnicas formais do karatê realizando as bases, defesas e chutes, dando prioridade ao ensino da prática de *KIHON* (exercício formal).

4.1.1 A primeira aula

Na primeira aula os alunos formaram duas fileiras na quadra, onde primeiramente foi falado para eles sobre o histórico do karatê mencionando a origem, o criador, o significado da palavra karatê-dô, as faixas (Branca, Amarela, Vermelha, Laranja, Verde, Roxa, Marrom e Preta) e o que as cores das faixas representam.

Em seguida foi iniciado um aquecimento e alongamento dos membros superiores e inferiores, posteriormente foi feita a aplicação da aula de forma prática com as bases do karatê. As bases foram explicadas e demonstradas posteriormente eles faziam as bases e as mesmas eram realizadas em forma de contagem, após a demonstração da técnica o aluno avançava na base como, por exemplo, a base Zen Kutsu Dachi, avançava até uma contagem de cinco passos e recuava na mesma base e mesma contagem de um a cinco, esse mesmo procedimento foi realizado com as outras bases.

Essa programação das aulas tinha duração de 50 minutos de aula no período da manhã.

4.1.2 A segunda aula

Na segunda aula foi feita à explicação do Lema do Karatê (Anexos), inicialmente os alunos formaram duas fileiras, em seguida foi feito um aquecimento e alongamento dos membros superiores e inferiores. Em seguida executaram a aula prática de defesas do karatê, os alunos permaneciam em pé para fazer a defesa com uma contagem de 1 a 10 e depois faziam à defesa avançando na base ao qual eles aprenderam na aula anterior.

Após a realização com todas as defesas que estavam programadas, os alunos formaram três grupos que tivessem de cinco ou mais participantes para a realização do trabalho escrito e que ao final do estudo iria ser exposto na quadra formando um mural onde os alunos pudessem visualizar os trabalhos. Foi utilizada nessa atividade cartolina, caneta pilot e um tempo de dez minutos para a confecção de um cartaz, cada grupo ficava com um desses tópicos que consistia das seguintes perguntas: Os benefícios que o karatê pudesse trazer aos praticantes? Um outro grupo escrevia: O que os alunos dessa escola estavam aprendendo com o karatê? E o terceiro grupo escrevia: Em que situações na vida eles poderiam utilizar o karatê de forma sadia e respeitando a sociedade. Os alunos trocavam idéias entre si, cada um contribuía com uma palavra e ao mesmo tempo foi sendo construído o trabalho para o mural.

4.1.3 A terceira aula

Na terceira aula foi feito um aquecimento, alongamento dos membros superiores e inferiores e uma recapitulação da aula anterior, lembrando bases e defesas. Em seguida foi feita a realização de chutes que foi apresentada com uma contagem de um a cinco movimentos, avançando e voltando andando normal, depois os mesmos grupos foram formando-se para o término dos cartazes com tempo de 10 minutos.

4.1.4 A quarta aula

Na aula final todos os trabalhos escritos foram expostos na parede da quadra. Estes trabalhos foram feitos anteriormente pelos alunos no qual eles responderam com suas próprias palavras as perguntas feitas nas aulas que consistia de três perguntas: Os benefícios que o karatê pudesse trazer aos praticantes? O que os alunos dessa escola estavam aprendendo com o karatê? Em que situações na vida eles poderiam utilizar o karatê de forma sadia e respeitando a sociedade? Para a exposição constava-se de todos os trabalhos escritos do 6º ano, 7º ano, 8º ano e 9º ano. Em seguida foi feito com cada turma em horário diferente algumas lutas lúdicas (Anexos). As atividades lúdicas realizadas consistiam da aplicação de lutas lúdicas com os alunos onde eles estavam vivenciando formas de disputas como brincadeiras. Todos os alunos foram convidados para o centro da quadra, onde primeiramente foi explicado o tema Lutas Lúdicas e posteriormente iniciamos as lutas lúdicas, os alunos ficavam em duplas ou em grupos dependendo das atividades. Quando os alunos vivenciavam uma luta logo em seguida passávamos para fazer outra luta e assim sucessivamente.

A seguir segue Quadro 1 que faz a relação das atividades com o dia que foram aplicadas.

Quadro 1. Quadro relacionando o dia com a atividade programada.

Data	Atividades Realizadas
1ª aula 16/10/2007	Histórico sobre o karatê (O que é o karatê, Quem criou o karatê, Onde surgiu o karatê, O que significa a palavra karatê) as faixas (Branca, Amarela, Vermelha, Laranja, Verde, Roxa, Marrom e Preta). Aquecimento. Alongamentos. Bases (Heiko dachi, Heisoku dachi, Musubi dachi, Zen kutsu dachi, Ko Kutsu dachi e kiba dachi).
2ª aula 23/10/2007	Explicação do lema do karatê (Dojo kun). Aquecimento. Alongamentos. Técnicas de defesa (Age uke, Soto uke, Uchi uke, Osae uke e Shuto uke). Formação de três grupos para cada turma (Tempo cronometrado de 10 minutos para a realização do trabalho).
3ª aula 30/10/2007	Aquecimento. Recapitulação da aula anterior. Técnicas de chutes (Mae geri, Mawashi geri, Yoko geri). Formação dos mesmos grupos para término dos trabalhos. (Tempo cronometrado de 10 minutos para a realização do trabalho).
4ª aula 20/11/2007	Exposição dos trabalhos escritos. Explicação sobre o que são lutas lúdicas. Lutas lúdicas (Luta dos polegares, Luta do saci, Luta de empurrar, Luta dos pregadores, Luta da esgrima, Uga-uga, Cheque-mate, Luta do resgate, Luta do equilíbrio, Luta passar costas, Luta do pescador).

4.2 As Observações

No começo da aplicação do projeto foi realizada uma conscientização com o objetivo de preparar os alunos a entender melhor o karatê. A partir daí as aulas foram programadas para ensinar ao máximo os alunos por meio da vivência das técnicas do karatê e seus princípios filosóficos buscando a socialização com relação às situações da vida.

A participação de alguns alunos no começo do projeto foi complicada, pois estes se negavam a participar por julgarem a aula “chata”, alguns alunos que se recusavam a fazer a

aula ficavam rindo dos que estavam fazendo, eles ficavam ao redor da quadra olhando e rindo, eles solicitavam o futsal. Assim foi explicado que ao final do estudo, iriam ser iniciadas as aulas normais, mas as tais vivências do karatê seriam feitas conforme o programado.

Alguns alunos no início faziam comentários achando que eles iriam aprender karatê para sair batendo em alguém, isso é compreensível e foi aí que a conscientização se fez necessário, acreditamos que a conscientização ocorreu uma possível mudança no comportamento dos alunos e no entendimento da verdadeira essência do karatê.

Em outro momento foram explanadas as contribuições que o karatê poderia trazer aos praticantes e alguns alunos se mostraram surpresos com tantos benefícios.

A divisão dos grupos foi uma forma de divisão muito comum nas primeiras aulas de aplicação da proposta da realização do mural. É importante salientar que os próprios alunos faziam a divisão dos grupos, a professora pesquisadora fazia somente o acompanhamento de fora e algumas vezes era solicitada para a retirada de alguma dúvida ou explicação do tema envolvido. Durante a realização das aulas práticas era possível perceber uma limitação das habilidades motoras com relação às bases do karatê. As meninas apresentavam dificuldades para coordenar seus movimentos, o que acabava prejudicando seu desempenho, principalmente quando era necessário avançar nas bases e fazer as técnicas de defesas. Isso foi percebido muito claramente, algumas ficavam paradas olhando as outras fazendo, então foi perguntados, porque não estavam fazendo, elas disseram que não entenderam e o procedimento realizado quando algo desse tipo acontece é paralisar a aula reunir o grupo e a técnica é novamente explicada, percebeu-se um problema de aprendizado.

Nas aulas o professor da escola participava fazendo as técnicas junto com os alunos e isso foi interessante, pois nas conversas no final da aula o professor contribuiu dizendo aos alunos que o conhecimento e treinamento das técnicas se faz interessante, pois poderia ajudar no jogo do basquete e futsal com pernas mais fortes para a realização das jogadas.

No último dia de aplicação do projeto foram ministradas aulas de lutas lúdicas (Anexos), onde os alunos puderam vivenciar algumas formas de disputas brincando, observou-se que os alunos demonstraram bom entendimento e que as lutas podem ser disputas e também uma forma de brincadeira sem machucar os outros respeitando sua integridade física.

4.3 Os Depoimentos

Após as práticas pedimos que os alunos comentassem sobre o ocorrido. Observamos que só foram registrados comentários positivos, já que não houve críticas negativas. Abaixo comentaremos alguns depoimentos dos alunos:

1- Aluna C. C. do 6º ano. Em minha opinião eu gostei muito porque aprendemos golpes de karatê, brincamos de luta e o karatê ajuda na concentração, foi demais eu gostaria que tivesse outros projetos além do karatê como balé, dança de rua, danças de forró e outras coisas mais.

Além do karatê essa aluna relata que gostaria que a escola propiciasse outras atividades, a vivência do karatê para ela foi positiva.

Isso demonstra que o karatê contribui e desperta e tal afirmação nos leva a refletir sobre a necessidade de variar os conteúdos de ensino nas aulas de educação física e aplicar projetos que tenham objetivos pedagógicos bem trabalhados para que desperte a consciência sobre seu próprio corpo, aprimorando suas habilidades, melhorando a postura e o equilíbrio.

2- Aluna S. V. S. do 6º ano. Comenta que a “gente ta se defendendo no Karatê a gente não ta atacando, quem é do bem só se defende e nunca mesmo vai atacar”! O ataque só serve pra diminuir o caráter! “O melhor seria, ao invés de lutar”, tentar ver o que o outro ta sentindo” Eu acho que deve ter karatê na escola, aliás, em todas as escolas e eu aprendi muitas coisas, karatê não é só luta é uma defesa pessoal, é equilíbrio eu achei muito legal tomará que tenha karatê aqui na escola é também brincadeira e diversão.

Do ponto de vista dessa aluna as aulas foram interessantes e ela se divertiu muito ao fazer as aulas.

Isso demonstra que os objetivos foram atingidos e tal afirmação nos leva a refletir sobre a necessidade de trabalharmos mais o conteúdo das lutas na educação física porque os alunos gostam e aprendem a se socializar com os demais, pois a luta sendo bem orientada fortalece e melhora a qualidade dos relacionamentos, os jovens compreendem a importância da diversidade e do respeito na convivência.

3- Aluna J. S. O. do 8º ano. *A aula de karatê hoje foi muito interessante eu gostei muito e foi muito mais legal todo mundo participou direito e nos divertimos muito eu adorei.* Ela acrescenta ainda que “o Dojo Kun ensina que você tem que ter respeito com todos para que os outros tenham respeito com você”.

Essa aluna se refere às lutas lúdicas, onde foram empregadas formas de lutas sem exigência de técnicas mais apuradas.

Isso demonstra que o respeito acontece essa questão do aluno ficar cara a cara e olho no olho do colega é um ótimo exercício para enxergá-lo melhor, percebendo as características dele e conduzindo seu caráter de modo a respeitá-lo. As duplas estabelecem uma espécie de diálogo, em que as mensagens são trocadas pelo olhar e pelos gestos, tal afirmação nos leva a refletir sobre a necessidade de orientar os alunos a diferenciar a luta em si, de uma arte marcial que há milênios vem evoluindo e que o desenvolvimento não é só físico, pois toda arte marcial está fundamentada em princípios filosóficos e espirituais muito fortes, que buscam o desenvolvimento da mente e do caráter e o karatê tem o Dojo kun, é um lema que todo praticante deve seguir para encontrar o caminho, se fortalecer e seguir utilizando em sua vida.

4- Aluna I. C. B do 7º ano. Comenta que atualmente “a gente não presta muita atenção no que a gente faz no dia-a-dia”, “várias coisas que você fez sem ter cuidado, sem prestar atenção nenhuma”. Para ela, é importante “saber o que você vive no dia-a-dia, em sua casa, no que você nem mesmo prestou atenção”. *Foi muito legal as aulas de karatê, eu estou muito feliz com essas aulas, porque é uma energia vital e muito fácil de fazer.*

Para essa aluna essas técnicas são fáceis e deu para aprender sem complicações.

Isso demonstra que com o karatê ela percebeu a importância da concentração que é uma das capacidades mais valorizadas nas artes marciais tal afirmação nos leva a refletir sobre a necessidade de educadores direcionarmos os alunos a compreender a superar seus limites, medos e conhecer suas próprias capacidades e aprender a canalizá-las melhor.

5- Aluno O. F. M do 9º ano. “As aulas de karatê eu achei o máximo, porque eu aprendi a me defender um pouco, não se aprende pra brigar e nem fazer o outro se machucar. O karatê é muito importante porque ajuda a gente a ter mais respeito com os outros, e a si conhecer melhor e eu gostei muito é pena que a professora não possa ficar”.

Com relação às aulas esse aluno ficou querendo que as aulas continuassem, ou seja, poderia ter permanecido um período maior e pelo seu interesse demonstrado participaria de todas as aulas.

Isso demonstra que as expectativas foram atingidas e tal afirmação nos leva a refletir sobre a necessidade de abrir um espaço para os alunos poderem se manifestar e compreender que não é uma briga e poder desmistificar a associação que fazem das disputas como sendo violência, pois saibam que esta idéia é equivocada. Na luta o outro não é inimigo, é só um adversário. Não é por motivo nenhum, mas a maioria das artes marciais começa e termina com um cumprimento.

4.4 Discussão dos Dados

Com este trabalho verificou-se que ao proporcionar aos alunos uma conscientização do que realmente é o karatê, entendendo que com seus princípios é possível controlar a agressividade e atingir a serenidade da mente, o karatê não deve ser usado ofensivamente, assim como foi levantado por Funakoshi (1975).

Segundo essa idéia de que o karatê é contra a violência e agressividade, e concordamos com essa idéia, acreditamos que com essa conscientização e vivência que os alunos passaram se tornaram mais conscientes da verdadeira essência do karatê e que não pode ficar somente na teoria. Assim como relata Funakoshi (1975), para que as pessoas possam entender essa arte oriental “a prática verdadeira é feita não com palavras, mas com o corpo todo”, ele ainda diz que “o que você aprender ouvindo as palavras de outros será esquecido rapidamente; o que você aprender com seu corpo todo será lembrado para o resto da vida”.

No momento em que foram mencionados os benefícios que o karatê poderia trazer aos seus praticantes observou-se que os alunos desconheciam tais benefícios físicos, morais e intelectuais, então foi sendo mostrado aos alunos que o karatê, assim como Reid e Croucher (2003), colocam enfatizando que o karatê beneficia corpo e mente.

Nakayama (1979), corroborando com os benefícios mencionados no estudo afirma que um karateka através das práticas domina todos os movimentos do corpo, como flexões, saltos, aprendendo a movimentar os membros e o corpo para frente e para trás, para cima e para baixo, de um modo livre e uniforme. Desta forma o karatê trabalha variadas valências físicas que necessitamos, dependemos e desenvolvemos ao longo da vida.

Partindo da visão que é um iniciante, verificou-se que alguns alunos tinham dificuldades na realização de movimentos onde se exigia coordenação motora e outras habilidades esse ponto mostra com a colocação de Sá (1988), a respeito da dificuldade na realização de movimentos, traçando um planejamento com movimentos bem mais simples, e gradativamente ir aumentando o grau de dificuldade para que o iniciante possa sincronizar e reduzir suas dificuldades nas habilidades, portanto, concordamos com a visão do autor de que a assimilação é mais rápida pelo aluno.

Na aula de lutas lúdicas (FERREIRA, 2006) procurou-se mostrar as lutas como forma de disputas, assim como BRASIL (1997) coloca, que as lutas podem ser formas de disputas em que os oponentes tracem técnicas, estratégias de desequilíbrio ou exclusão de um espaço determinado. No entanto, os Parâmetros Curriculares Nacionais, propõem as lutas/artes marciais como um conteúdo possível e atrativo para ser desenvolvido nas aulas de Educação Física.

Bondía (2002), corroborando com a compreensão do significado da experiência desejado no estudo, afirma que ela é em primeiro lugar um encontro ou uma relação com algo que se experimenta, que se prova é aquilo que nos passa ou que nos toca, ou que nos acontece, e ao nos passar nos forma e nos transforma. Somente o sujeito da experiência está, portanto, aberto à sua própria transformação e é incapaz de experiência aquele que se põe, ou se opõe, ou se impõe, ou se propõe, mas não se ex-põe.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Seguindo essa idéia de investigação, acreditamos que com essa proposta possibilitou aos envolvidos ter uma pequena vivência na questão da pesquisa. Elas tiveram que interagir nas aulas e pela experiência pela qual passaram e pelo interesse demonstrado pôde-se constatar as contribuições e a conscientização que o karatê promove como respeito, socialização, confiança, preparação física e saúde, tendo também que refletir sobre as atitudes agressivas que não levam a nada, por conseguinte aprender uma luta e mesmo, assim controlar e melhorar suas atitudes de acordo com a filosofia da essência do karatê.

De acordo com a metodologia proposta através das perguntas e a exposição dos trabalhos feitos pelos alunos com os materiais escolares observou-se que os resultados foram amplamente atingidos e também levando em consideração os depoimentos dos mesmos, pois relatam que gostaram da experiência.

Ao desenvolver as lutas com os alunos através das práticas corporais proposto pelo objetivo verificou-se segundo BRASIL (1997), de acordo com os PCN's que os alunos brincaram e entenderam que era somente uma disputa assim como também vivenciaram nas atividades as práticas corporais como excluir um oponente de um determinado espaço e traçando estratégias como nas lutas realizadas, portanto a metodologia está condizente com o ocorrido na escola.

Quanto ao objetivo proposto sobre os aspectos como socialização, respeito e percepção do outro foram bem abordados quando nas aulas práticas foi falado sobre o Dojo kun e nas vivências com as lutas lúdicas, pois o dojo kun é um dos princípios que você deve mostrar respeito em tudo que faz e em toda parte toda que você vai. O respeito é estendido a todos como pais, senseis, educadores, lei, natureza e falecidos. A socialização, assim como a percepção do outro também foram atingidos, pois quando os alunos se observam e identificam as diferenças de cada colega compreendem que existe uma diversidade e passam a se perceber melhor. A percepção do outro foi trabalhada nas lutas lúdicas, onde a metodologia consistiu em formar duplas e elas estabelecem um diálogo quando ficam frente a frente porque são trocados gestos e olhar.

Com o relatado, pode-se constatar a relevância das aulas de karatê, assim como as lutas lúdicas relacionadas com suas vivências na formação educacional dos envolvidos ressaltando a importância de serem conduzidas por profissionais habilitados com esse conteúdo, com a finalidade de alcançar os valores educativos, praticando de maneira lúdica e não ser encorajado como um instrumento de violência, exclusão e opressão, tendo o objetivo alcançado em si mesmo. Assim, a teoria a respeito do karatê vai ao encontro da proposta desse estudo, ou seja, da execução do karatê de forma conscientizadora, prazerosa e com intuítos educacionais, recreativos e de promoção da saúde, a fim de operar respostas positivas como as que foram colhidas solucionando problemas sejam eles situações pelo comportamento e por atitude.

Os profissionais das artes marciais poderiam trabalhar o karate pedagogicamente como fazem os mestres pós karatê moderno, que sintetizou kata simplificados do karatê. Em 1905, o karatê foi introduzido nas escolas de Okinawa como educação física. Porque não introduzi-lo em nossa grade curricular e com sua popularização poderíamos ter o karatê como modelo para nossas crianças e adolescentes.

Sugerimos ainda que o educador deva utilizar-se da interdisciplinaridade, das expressões rítmicas, através de jogos, brincadeiras, proporcionando atividades sociais e motoras. Uma aula de luta, desenvolvida como no método ortodoxo de ensino adotado nas academias de luta, tem grande chance de afastar os alunos que se sentem inseguros para realizar os movimentos mais comuns.

Tais resultados poderiam ser definidos como parciais, pois acreditamos que um trabalho para que consiga resultados mais consistentes seria necessário que fosse contínuo e comprometido, ao longo de toda a formação das crianças e jovens.

Portanto, nos sentimos realizada com a aplicação desse estudo, mostrando os benefícios que o karatê traz aos seus praticantes e tentando quebrar os preconceitos que se tem muito referente ao karatê para que mude a visão equivocada desta arte.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL, **Secretaria de Educação Fundamental. Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação Física/Secretaria da Educação Fundamental-Brasília: MEC/SEF, 1997.**

BONDÍA, Jorge, L. **Notas sobre a experiência e o saber de experiência.** Revista Brasileira de Educação 27, n.19. Jan/Fev/Mar/Abr 2002.

FERREIRA, Heraldo Simões; **Lutas aplicadas à Educação Física Escolar.** Fortaleza, 2006. 44p. Apostila. Trabalho não publicado.

FUNAKOSHI, Gichin. **karatê-do: O meu modo de vida.** São Paulo: Cultrix, 1975.

_____. **Karate-do nyumon: Texto introdutório do mestre.** São Paulo: Cultrix, 1988.

MARANZANA, Michel. **O karatê e as demais artes marciais atuais tem suas raízes mais remotas no século V.** Disponível em:<<http://www.geogities.com/michelmaranzana/origem.html>. Acesso em: 26/03/2008.

MATTOS, Mauro G.; ROSSETOT JÚNIOR, A. J.; BLECHER, Shelly **Teoria e prática da metodologia da pesquisa em Educação Física: Construindo seu trabalho acadêmico: monografia, artigo científico e projeto de ação.** São Paulo: Phorte, 2004.

MINAYO, M. C. S. **Pesquisa social. Teoria, método e criatividade.** Petrópolis, RJ: Vozes, 1994.

NAKAYAMA, M. **O melhor do karatê: Heian e Tekki.** São Paulo: Cultrix, 1979.

REID, H. e CROUCHER, M. **O caminho do guerreiro: O paradoxo das artes marciais.** São Paulo: Cultrix, 2003.

SÁ, Marco A. L. **Manual de preparação física para o karatê.** São Paulo: Ediouro, 1988.

SASAKI, Y. **Manual de Educação Física: karatê-do e Tênis.** São Paulo: E.P.U., 1978.

VELTE, Herbet. **Dicionário ilustrado de Budo: Mais de 1500 termos técnicos sobre A Marciais do Oriente.** Rio de Janeiro: Ediouro, 1981.