

AS LUTAS COMO RECURSO PEDAGÓGICO NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Everton Ibraim Silva¹

RESUMO:

As lutas nas atividades de educação física hoje não estão sendo explorado pelos professores de educação física. A partir desse pressuposto o objetivo geral do presente estudo é analisar o uso das lutas como recurso pedagógico nas aulas de educação física no ensino fundamental escolar. Trata-se de uma região integrativa da literatura que buscou informações sobre: (1) o profissional de educação física e seu conhecimento das lutas como atividade educativa; (2) os benefícios das lutas como estratégia pedagógica na educação física, e (3) estratégias pedagógicas do uso da luta na educação física escolar. Dentre as estratégias apresentadas destacamos as atividades: equilíbrio sobre a faixa; revezamento; saltando e rolando; estourando o balão; esgrima de jornal, os galos, mini sumô. Além de abordar as lutas em educação física o professor pode realizar parcerias com outras disciplinas para abordar assuntos como historia das lutas, geografia e cultura do país de origem. Ficou evidente que o professor de educação física não precisa ser um praticante de arte marcial. Ele precisa é disposição para buscar conhecer o assunto, da mesma forma que ele busca conhecimento sobre outros esportes como voleibol e ginástica.

Palavra chave: Lutas. Conteúdo. Recursos pedagógicos. Educação física.

Summary:

The struggles in physical education activities today are not being exploited by physical education teachers. From that assumption the overall objective of this study is to analyze the use of pedagogical resource struggles in physical education classes in elementary school. It is an integrative literature region that sought information on: (1) physical education professional and his knowledge of the struggles as educational activity; (2) the benefits of the struggles as pedagogical strategy in physical education, and (3) pedagogical strategies of struggle in school physical education. Among the strategies presented are the activities: balance on the track; Relay; bouncing and rolling; bursting the balloon; fencing, roosters, mini disappears. In addition to addressing the struggles in physical education teacher can perform partnerships with other disciplines to address issues such as history of the struggles, geography and culture of the country of origin. It was evident that the physical education teacher does not have to be a practitioner of martial arts. He needs is willingness to get to know the subject, in the same way that he seeks knowledge of other sports like volleyball and gymnastics.

Keyword: Fights. Contents. Teaching resources. Physical education.

¹ Acadêmico 8ª fase Licenciatura em Educação Física da Universidade do Extremo do Sul Catarinense - UNESC

1. INTRODUÇÃO

Os profissionais da educação têm suas diretrizes norteadas pelos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's), que visam orientar a oferta do ensino com qualidade. No PCN a proposta da Educação Física está dividida em três blocos de conteúdos que deverão ser desenvolvidos ao longo do ensino fundamental são eles (1) Esportes, jogos, lutas e ginásticas; (2) Atividades rítmicas e expressivas; e (3) Conhecimentos sobre o corpo, sendo que os conteúdos dos blocos deverão ser trabalhados em conjunto.

Percebe-se que atualmente a maioria dos alunos não tem a experiência ou vivência com novos temas nas aulas de Educação Física, ficando reféns das modalidades hegemônicas. Esta situação ocorre porque muitas vezes os professores ficam acomodados com o conteúdo e com a didática utilizada em suas aulas e, com isso, não progredem para passar novos conteúdos (PEREIRA 2007, CORREA 2011).

Os PCNs (BRASIL, 1997) afirma que, ao trabalhar a luta na escola, devemos estimular os alunos a participarem de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas uns com os outros, reconhecendo e respeitando características físicas e de desempenho de si próprio e dos outros, sem discriminação por características pessoais, físicas, sexuais ou sociais, bem como adotar atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer espécie de violência, a fim de tornar as aulas de luta alegres, divertidas e satisfatórias para o ensino e aprendizagem.

O professor poderá trabalhar diferentes tipos de lutas que estão englobadas no PCN's, por exemplo, o caratê, judô a capoeira, podendo incluir o *jiu jitsu*, que é um esporte com ampla expansão, não só no Brasil, mas em todo o mundo.

O professor estudando cada uma das lutas mencionadas anteriormente e construindo formas pedagógicas de brincadeiras e jogos a partir delas, pode proporcionar grandes aulas e uma aprendizagem com qualidade para seu aluno. As lutas na Educação física são um instrumento pedagógico para o professor trabalhar áreas denominadas: cognitiva, afetiva, sociais.

Podemos afirmar que a luta tem um grande valor para a Educação física Escolar, valores que podem ser expresso culturalmente e com competências, sociais, cognitivas e uma melhora na capacidade motora dos alunos.

Este trabalho tem como proposta sugerir para o professor de educação física diferentes formas de trabalhar na escola o conteúdo luta. Assim ele poderá trabalhar os

diversos tipos de jogos, proporcionando a ampliação do conhecimento dos alunos sobre o tema e sua relevância.

O **objetivo geral** que norteou o estudo foi analisar o uso das lutas como recurso pedagógico nas aulas de educação física no ensino fundamental escolar.

Como **objetivos específicos** foi definido:

- Apresentar os benefícios das lutas na prática da educação física;
- Elaborar estratégias brincadeiras e jogos de luta para servir de subsídios nas aulas de Educação Física Escolar;
- Evidenciar que as lutas podem ser inseridas como alternativas pedagógicas para uma Educação Física inovadora.

3. JUSTIFICATIVA

A decisão para estar realizado este trabalho, se deu quando já estava realizando os estágios obrigatórios, e devido a este pesquisador ser praticante de arte marcial Karatê shotokan (faixa preta), e ter realizado aulas para crianças em bairros, e percebido a evolução das crianças que treinavam o Karatê, pode-se perceber melhora na parte social, como no respeito ao próximo.

“As lutas, como um ramo da Educação Física Escolar, reúnem um conjunto de conteúdos e oportunidades que contribuem para o desenvolvimento integral do educando.” (LANÇA NOVA, 2007 p. 04).

Nos estágios obrigatórios do curso, percebi a carência da disciplina de luta nas escolas, mais precisamente no estágio II. Esse estágio foi desenvolvido em uma escola em que professor de Educação Física da instituição era graduado em Karatê shotokan, (faixa preta). Conversando com este professor ele me relatou que este não trabalhava lutas na escola onde lecionava. Não cheguei a perguntar por que, mas a notícia me levou ler o PPP da escola e, constatei que este permite que o professor possa ministrar aulas de lutas. A partir disto tive certeza qual seria o meu tema do TCC.

Para esta formação geral dos estudantes, os Parâmetros Curriculares Nacionais da Educação Física – PCN-EF estabelece conteúdos que devem ser trabalhados no ensino fundamental, que englobam três blocos, sendo que um deles abrange o esporte, jogos, lutas e ginástica. (BRASIL, 2001).

Pereira (2007) aponta que o profissional de Educação Física não possui com uma boa bagagem teórica e prática da disciplina de lutas esportivas, isso o impossibilita de ministrar uma aula adequada e satisfatória no âmbito escolar. Segundo os dados coletados pelo pesquisador, isso é resultado de não terem vivenciado essa experiência na sua graduação, e mesmo os que possuíram não se sentem preparados para ministrar aulas de iniciação em algumas modalidades de lutas esportivas, provavelmente pela pequena carga horária dispensada à cada modalidade.

“Na prática de lutas esportivas na educação física escolar, o professor deverá encará-la apenas como conhecimento no qual o aluno deverá aprender a vencer desafios, respeitar o próximo e outras questões de cidadania, enaltecer os valores éticos, morais e culturais”. (CARTAXO, 2011).

2. METODOLOGIA

O presente estudo se caracteriza por meio de um estudo bibliográfico exploratório com abordagem qualitativa.

A pesquisa bibliográfica ocorre a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos, onde podemos coletar as informações desejadas, para posterior análise e comparações (GIL, 2002). A pesquisa bibliográfica pode abranger toda a bibliografia já publicada em relação ao tema do estudo, desde publicações avulsas, boletins, jornais, revistas, livros, pesquisas, monografias, teses, entre outros meios. Seu objetivo é colocar o pesquisador em contato com tudo que foi escrito, dito ou filmado sobre determinado assunto (MARCONI, LAKATOS 2008).

O estudo bibliográfico será utilizado para desenvolvimento para uma revisão integrativa da literatura, que segundo Mendes, Silveira e Galvão (2008), é a integração entre a pesquisa científica e a prática profissional no âmbito da atuação profissional.

O delineamento do estudo foi estruturado em tempo das publicações não delimitados, as bibliografias deveriam estar em português, as lutas elencadas poderiam ser o caratê, judô, a capoeira e o *jiu jitsu*.

4 REFERENCIAL TEORICO

4.1 O PROFISSIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA E SEU CONHECIMENTO DAS LUTAS COMO ATIVIDADE EDUCATIVA

O conhecimento relativo a lutas há aqueles professores de educação física com conhecimento de luta e há aqueles que não possuem. Além das dificuldades relativas ao conhecimento sobre lutas, há os professores que também enfrentam dificuldades de planejar suas aulas englobando atividades de lutas em seus planos de aula, por diversos motivos como o preconceito existente na própria escola, por pensar que a luta pode desencadear maior violência dentro da escola, e, talvez pelo desconhecimento da importância do desenvolvimento da luta para os alunos num contexto pedagógico.

A experiência do preconceito em relação as lutas foi uma experiência descrita por Leite, Borges e Dias (2012) que ao desenvolverem um projeto de lutas em uma cidade do Tocantins relatam o preconceito vivenciado na comunidade escolar (preconceito dos professores de outras disciplinas, equipe diretiva e os próprios alunos).

Quanto ao desconhecimento sobre a pratica pedagógica com o uso de lutas, Pereira (2007), em um estudo realizado evidenciou que o profissional de Educação Física não possui uma boa bagagem teórica e prática da disciplina de lutas esportivas, não tendo possibilidade de ministrar uma aula adequada e satisfatória no âmbito escolar. Segundo os dados coletados pelo autor, isso se deu porque muitos profissionais não possuíram nenhuma vivência no período de sua graduação nesta área, e os que possuíram não se sentiam preparados para ministrar aulas de iniciação em algumas modalidades de lutas esportivas, provavelmente pela pequena carga horária dispensada a cada modalidade.

Segundo Mattos e Neira, (2007, p. 25) as competências da educação física são:

Conhecimento do corpo, aptidão física e saúde; aprofundar-se no conhecimento do funcionamento do organismo humano de forma a reconhecer e modificar as atividades corporais, valorizando-as como recurso para melhoria de suas aptidões físicas; [...] refletir sobre as informações específicas da cultura corporal, sendo capaz de discernir e reinterpretá-las em bases científicas, adotando uma postura autônoma na seleção de atividades e procedimentos para a manutenção ou aquisição da saúde e adotar uma postura ativa de praticante de atividade física e consciente da importância das mesmas na vida do cidadão.

Sendo competência da educação física o conhecimento do corpo e aptidão física para uma vida saudável, as lutas devem servir como um instrumento de auxílio pedagógico ao profissional de educação física: o ato de lutar deve ser incluído dentro do contexto histórico-

sócio-cultural do homem, já que o ser humano luta, desde a pré-história, pela sua sobrevivência. (FERREIRA, 2006 p. 37).

Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) (BRASIL, 1997), diz que, ao trabalhar a luta na escola, temos que levar os alunos a participarem de atividades corporais, estabelecendo relações equilibradas e construtivas uns com os outros, reconhecendo e respeitando características físicas e de desempenho de si próprio e dos outros, sem discriminar por características pessoais, físicas, sexuais ou sociais, bem como adotar atitudes de respeito mútuo, dignidade e solidariedade em situações lúdicas e esportivas, repudiando qualquer espécie de violência, a fim de tornar as aulas de luta alegres, divertidas e satisfatórias para o ensino e aprendizagem.

O profissional de Educação Física não atua sobre o corpo ou com o movimento em si, não trabalha com o esporte em si, não lida com a ginástica em si. Ele trata do ser humano nas manifestações culturais relacionadas ao corpo e ao movimento humanos, historicamente definidos como jogo, esporte, dança, luta e ginástica. (DAOLIO 2004 apud SOUSA, 2012, p.12)

Segundo Cartaxo (2011, p 183), “[...] o professor jamais deverá abrir mão do seu papel de educador, mesmo que sua disciplina na escola seja o ensino da luta e/ou educação física escolar”.

Durante a vida acadêmica do professor de Educação Física descobre e aprende todo o universo de disciplinas e meios para poder ter uma melhor qualificação na docência, ministrando aulas inovadoras e criativas. (PEREIRA, 2007).

De acordo com Pereira (2007), o professor de Educação Física deve ministrar aulas adequadas à faixa etária correspondente e ter uma vasta bagagem de informações, tanto de conteúdos específicos da educação física como outros conteúdos da atualidade.

Conforme Cartaxo (2011, p. 173): “Para que o aluno possa aprender é necessário antes um bom planejamento das aulas a serem trabalhadas, de maneira que o professor possa desenvolver habilidades motoras que envolvam técnicas de lutas e competências que desenvolvam a cognição do aluno”.

Sugai (2000, p. 47) ainda diz que:

[...] as artes marciais, podem ser de grande valor quando usadas para uma finalidade educacional, pois cada uma delas tem como objetivo descontração física e espiritual que conduz a uma mudança interior. Principalmente porque é uma disciplina vivida no concreto corporal, permitindo um alongamento em vivências mais profundas de respeito mútuo, firmando a própria liberdade e, conseqüentemente, a do outro.

“As lutas, como um ramo da Educação Física Escolar, reúnem um conjunto de conteúdos e oportunidades que contribuem para o desenvolvimento integral do educando”. (LANÇA NOVA, 2007, p. 4).

4.2 OS BENEFÍCIOS DAS LUTAS COMO ESTRATÉGIA PEDAGÓGICA NA EDUCAÇÃO FÍSICA

Segundo Machado Neto (2010) a luta e as artes marciais possuem movimentos riquíssimos que podem contribuir significativamente no desenvolvimento psicomotor da pessoa. Os movimentos das lutas e os movimentos de lateralidade e coordenação motora estão bem relacionados, o que caracteriza um dos principais itens a serem trabalhados por meio das lutas.

Em relação aos conhecimentos corporais, os movimentos básicos de lutas estão relacionados às práticas corporais, e quando utilizados com caráter utilitário ou lúdico, as lutas visam combinar o aumento da eficiência dos movimentos corporais com a busca as satisfação e do prazer em executar os movimentos de luta (GERMANO, MOURA, 2011).

A arte marcial é composta de várias utilidades físicas, habilidades motoras básicas. No passado, mesmo sem o entendimento do que era inteligência interpessoal, já e era trabalhada, uma vez que se refletia no comando das batalhas (MOREIRA apud MACHADO NETO, 2010).

As lutas marciais apresentam uma forma estabelecida de movimentos, às vezes em maior ou menor quantidade de movimentos, e às vezes com movimentos mais estáticos, que estabelecidos de forma sequencial podem ser utilizados para estimular a psicomotricidade das crianças nas aulas de educação física (MACHADO NETO, 2010).

Os gestos motores ensinados em educação física com o objetivo da vivência da maior quantidade de movimentos diferenciados para o enriquecimento da cultura corporal devem ser ensinados com naturalidade, e, que essa naturalidade expressa pela arte marcial que é “a própria pessoa, com todos os seus sentidos naturais desenvolvidos” (Centro Filosófico do Kung Fu – Internacional apud GERMANO, MOURA, 2011).

Os movimentos de luta podem auxiliar no desenvolvimento de uma maior consciência corporal e cognitiva, pois com a criança conhece melhor seu corpo, e assim entra em harmonia com ele e desenvolve melhor noção de espaço e tempo.

4.3 ALGUMAS ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS DO USO DA LUTA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

Correa (2011) aponta que há uma carência de material prático que subsidie o professor de educação física na inclusão das lutas no ambiente escolar, mesmo que muitos autores versem sobre a inclusão das lutas nas aulas, inclusive destacando seus benefícios. Em virtude disso a autora serviu como referencia para a confecção dessa seção, pois seu estudo apresenta algumas estratégias pedagógicas do uso das lutas para aulas de educação física escolar.

Para elaboração de um plano de aula é importante que se apresente alguns itens para sua elaboração (CORREA, 2011):

- Nome da atividade: quando são novas ou adaptadas damos nomes a elas para que as crianças se familiarizem e memorizem os passos da atividade;
- Objetivo (O): o que o professor pretende trabalhar com a atividade proposta;
- Materiais (M): quais os materiais deverão ser utilizados para o desenvolvimento das atividades;
- Formação (F): disposição dos alunos durante a atividade (quantos grupos, número de componentes, etc.);
- Desenvolvimento (D): como a atividade será desenvolvida;
- Variação (V): sugestões de outras formas que a atividade pode ser aplicada.

Machado Neto (2010), propõe que o professor aprenda uma sequencia completa de uma arte marcial e que ele repita com os alunos, a fim de se trabalhar memória visual e sequencial com as crianças. Esta atividade requer que o professor tenha acesso a um manual ou livro sobre uma determinada arte marcial, para conhecer os movimentos e memorização. Não há necessidade de materiais e a formação é livre. O desenvolvimento consiste no desenvolvimento da sequencia utilizada. A variação pode ser na alternância dos movimentos e nas repetições.

Correa (2011, p. 38) propõe a atividade “equilíbrio sobre a faixa”:

O: Permanecer em estado de equilíbrio do corpo, praxia global e postura.

M: Uma faixa de judô estendida no chão.

F: Em fila.

D: Os alunos deverão caminhar em cima da faixa de judô mantendo o equilíbrio.

V: Pode-se sugerir que os alunos caminhem de costas, de lado, ou em apenas um dos pés.

Germano e Moura (2011) apresentam os rolamentos e deslocamentos de pé que podem ser utilizados em aula, uma vez os deslocamentos podem ser laterais e para frente e

para trás, evitando o cruzamento de pernas. A partir da sugestão dos autores o professor pode adaptar o revezamento 4x50m ou 4x100m dependendo da faixa etária das crianças, cujo **O**: estimular organização espacial e equilíbrio. **M**: faixas estendidas no chão para marcar as raias. **F**: em quartetos em quantas equipes permitir o espaço. **D**: os grupos irão fazer uma corrida em que cada um deles irá correr de uma forma: um de frente, um de costas, um lateralmente à esquerda e um lateralmente à direita. **V**: pode ser incluído: rolamentos, saltos, chutes, etc.

A atividade “saltando e rolando” proposta por Correa (2011), também utiliza movimentos de lutas marciais que foram adaptados para as atividades de educação física. A atividade tem o objetivo (**O**) de Aceitar as quedas, ser ativo, organização espacial e temporal e estudar o adversário. **F**: Em duplas. **D**: Um integrante de cada grupo deverá iniciar no chão, este, porém fica deitado até que um dos colegas salte sobre ele, realizando simultaneamente um rolamento, em seguida levantará e o que saltou permanece deitado, e assim alternando (um faz o rolamento enquanto o outro salta). **V**: Poderá ser realizado em uma única fila, alternando um salta e outro faz o rolamento.

A atividade “estourando o balão” é uma atividade proposta por Monteiro (s/d) em que o **O**: Ser atento e vigilante, resistir e esquivar-se do adversário, dar prova de coragem, controlar suas ações, respeitar regras e organização espacial e temporal. **M**: Balão ou tecido; **F**: em duplas; **D**: Em um tornozelo de cada membro da dupla será amarrado um balão e a dupla será unida por uma atadura nos punhos para que não possa largar a mão. Cada um deverá tentar estourar o balão do outro ao mesmo tempo em que protege seu balão do adversário. **V**: em vez de balão também pode ser utilizado faixas de tecido que são fixadas nos tênis das crianças e a ação em vez de estourar é retirar o tecido do tênis. Uma variação que pode ser utilizada é pisar no pé do outro.

A esgrima de jornal é outra atividade que envolve nesta situação a luta com espadas cujo planejamento consiste:

O: Ser atento e vigilante, aceitar regras, controlar suas ações, situar-se no espaço delimitado, opor-se ao deslocamento do outro, alternar posições, estudar o adversário e realizar ataque surpresa. **M**: jornais. **F**: Em duplas. **D**: Os próprios alunos com a ajuda do professor construirão as espadas e um ponto eletrônico (bolinha de jornal) para o duelo. A espada ficará na mão dominante do aluno e o ponto eletrônico ficará apoiado no dorso da outra mão. Os alunos deverão atingir somente o ponto eletrônico, vence o aluno que derrubar mais vezes. **V**: Pode-se sugerir uma área determinada para o toca da espada como, por exemplo, encostar só na barriga, depois só no braço direito e assim alternando (CORREA, 2011, p. 42).

O jogo “os galos” proposto também por Monteiro (s/d), o **O**: Ser ativo, aceitar o contato físico, permanecer em estado de equilíbrio do corpo, controlar as emoções, respeitar o

outro e respeitar as diferenças, usar a força no momento adequado e apropriar-se da intenção do outro, mudar de estratégia e não usar força desnecessária, valorizar a derrota e reconhecer a vitória. **M**: conforme a idade necessita de um piso minimamente adequado como um tatame, tapete ou gramado. **F**: Em duplas. **D**: Os alunos deverão permanecer abaixados (cócoras ou agachados) e deverão tentar derrubar o colega no chão desequilibrando-o. Não pode prender o colega nem levantar. **V**: Nenhuma.

O “mini sumô” é uma atividade que estimula o equilíbrio do corpo. O **O**: Ser ativo, situar-se no espaço delimitado, permanecer em equilíbrio do corpo, controlar as emoções, respeitar o outro e as diferenças, usar a força no momento adequado e apropriar-se da intenção do outro, mudar de estratégia e não usar força desnecessária, valorizar a derrota e reconhecer a vitória. **M**: Nenhum. **F**: Em duplas. **D**: Os alunos posicionados dentro de um círculo feito de giz no chão deverão tirar ou desequilibrar o colega da área delimitada. **V**: Nenhuma (CORREA, 2011).

Algumas das atividades apresentadas como proposta já são ocasionalmente utilizadas no ambiente escolar, mas sem que os professores façam uma relação da ação trabalhada com o conteúdo de lutas sugerido nesse estudo, deixando de proporcionar aos alunos o aprendizado de uma nova modalidade.

Em conjunto com as atividades práticas dependendo de cada faixa etária pode-se ensinar em parceria com outros professores e disciplinas: aspectos como história do esporte, informações geográficas sobre o país de origem, cultura local (vestimentas e hábitos alimentares), e filosofia que cada esporte dissemina entre seus praticantes.

CONCLUSÃO

Neste estudo pode-se perceber que as lutas apresentam muitos benefícios para a prática da educação física e que os problemas que impedem sua implementação devem ser combatidos.

O desenvolvimento de brincadeiras e jogos de lutas que foram propostos neste estudo possibilita inúmeras experiências de conteúdos que poderão a ser vivenciados pelos alunos por meio das dimensões da aprendizagem no que tange aspectos estruturais e materiais, didático metodológico e aprendizagem/desenvolvimento discente.

Para trabalhar com lutas na escola o professor não precisa ser uma atleta praticante do esporte. Mas o que importa é estudar sobre o assunto, da mesma forma que se faz com outros esportes, como voleibol e ginástica. Também não é um objetivo da educação

física escolar transformar os alunos e atletas profissionais, lembrando que a educação física na escola está voltada para a cultura do movimento do corpo, do desenvolvimento da motricidade e desenvolvimento de hábitos saudáveis.

Recomenda-se que as instituições de ensino oportunizem maiores vivências relacionadas as lutas, e uma divulgação mais abrangente com relação a trabalhos que envolvam lutas como estratégia pedagógica e dar continuidade ao que já foi produzido com relação ao tema.

REFERENCIAS

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

_____. **Parâmetros Curriculares Nacionais: Educação física**. vol. 7. Brasília, Secretaria de Educação Fundamental, 2001.

CARTAXO, Carlos Alberto. **Jogos de Combate: Atividades recreativas e psicomotoras**. Teoria / pratica. Petrópolis, 2011.

CORREA, Edimara Antunes. **Alternativas Pedagógicas para a Inclusão das lutas na Educação Física escolar**. SC. 2011. 50 f. Monografia (Graduação em Educação Física) – Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2011.

FERREIRA, Heraldo Simões. As lutas na Educação Física escolar. In: **Revista de Educação**, n. 135, Fortaleza: Universidade Estadual do Ceará (UECE), nov., 2006.

GERMANO, Rafael Ribeiro. MOURA, Helder Barra de. A importância dos movimentos básicos de lutas para as crianças na educação física escolar. **Revista Eletrônica da Faculdade Metodista** Curso de Educação Física. n.10, jan./jun. 2011. Disponível em: <<http://re.granbery.edu.br/artigos/NDE2.pdf>>. Acesso em: 05 nov. 2015.

GIL, Antônio Carlos. **Metodologia da pesquisa**. São Paulo: Atlas, 2002.

LANÇA NOVA, Jader E. S. **Lutas na educação física escolar: alternativas pedagógicas**. 2007. Disponível em: <<http://lutasescolar.vilabol.uol.com.br/intro.html>>. Acesso em: 20 out. 2015.

LEITE, Francinaldo Freitas. BORGES, Ricardo Silva Borges. DIAS, Thaís Lorrán. A

utilização das lutas enquanto conteúdo da educação física escolar nas escolas estaduais de Araguaína-TO. **Revista Científica do ITPAC**, Araguaína, v.5, n.3, Julho 2012. Disponível em: <<http://www.itpac.br/arquivos/Revista/53/3.pdf>>. Acesso em: 28 out. 2015

MACHADO NETO, Guilherme Aurélio. **Luta e Arte marcial: movimentos que ajudam no desenvolvimento psicomotor**. 2010. Disponível em:

<<http://revistaescola.abril.com.br/educacao-fisica/pratica-pedagogica/lugarluta-aulas-educacao-fisica-equilibrio-forca-briga-617887.html>> Acesso em: 29 out. 2015.

MARCONI, Marina de Andrade. LAKATOS, Eva Maria. **Técnicas de pesquisa: planejamento e execução de pesquisas, amostragens e técnicas de pesquisa, elaboração, análise e interpretação de dados**. 7 ed. São Paulo: Atlas, 2008.

MATTOS, Mauro Gomes de; NEIRA, Marcos Garcia. **Educação física na adolescência: construindo o conhecimento na escola**. 4. ed. São Paulo: Phorte Editora, 2007.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO, C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-764, out./dez. 2008.

PEREIRA, Isabel Cristina. **As lutas Esportivas no Contexto Escolar: Utilização dos Métodos pelos Professores da Rede Particular de Ensino de Tubarão – SC**. 2007. 44f. Monografia (Graduação em Educação Física) - Universidade do Sul de Santa Catarina, Tubarão, 2007.

SOUSA, Antônio José Damião Veras. **As lutas como proposta pedagógica na Educação Física escolar**. Paraíba, 2012. Disponível em: <<http://dspace.bc.uepb.edu.br:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/938/PDF%20-%20Ant%C3%B4nio%20Jos%C3%A9%20Dami%C3%A3o%20Veras%20Sousa.pdf?sequence=1>>. Acesso em: 20 out. 2015.

SUGAI, Vera Lucia. **O caminho do guerreiro I: A contribuição das artes marciais para o equilíbrio físico e espiritual**. São Paulo: Gente, 2000.