



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA PARAÍBA
COORDENAÇÃO DE APERFEIÇOAMENTO DE PESSOAL DE NÍVEL
SUPERIOR - CAPES
PLANO NACIONAL DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES PARA A EDUCAÇÃO
BÁSICA - PARFOR
CAMPUS CAMPINA GRANDE**

LUCIANO ALVES DA SILVA VIANA

**O ENSINO DAS LUTAS NA ESCOLA E AS MEDIDAS PSICOLÓGICAS: UM
ESTUDO DE REVISÃO DE LITERATURA**

CAMPINA GRANDE - PB

2023

LUCIANO ALVES DA SILVA VIANA

**O ENSINO DAS LUTAS NA ESCOLA E AS MEDIDAS PSICOLÓGICAS: UM
ESTUDO DE REVISÃO DE LITERATURA**

Artigo Científico apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso - TCC como requisito para aprovação e conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba – Campus Campina Grande.

Orientador: Prof. Dr. Adenilson Araújo Júnior

CAMPINA GRANDE - PB

2023

V614e Viana, Luciano Alves da Silva

O ensino das lutas na escola e as medidas psicológicas:
um estudo de revisão de literatura / Luciano Alves da
Silva Viana - Campina Grande, 2024.
15 f.: il.

Trabalho de Conclusão de Curso - Artigo (Licenciatura
em Educação Física) - Instituto Federal da Paraíba, 2024.
Orientador: Prof. Dr. Fábio Marques Bezerra

1. Educação física 2. Psicologia infantil. 3. Formação de
professores - ensino de lutas I. Bezerra, Fábio Marques. II
Título.

CDU: 796.8

LUCIANO ALVES DA SILVA VIANA

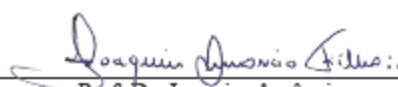
**O ENSINO DAS LUTAS NA ESCOLA E AS MEDIDAS PSICOLÓGICAS: UM
ESTUDO DE REVISÃO DE LITERATURA**

Artigo Acadêmico apresentado na disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso - TCC como requisito para aprovação e conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba – Campus Campina Grande, ofertado no âmbito do Plano Nacional de Formação de Professores para a Educação Básica - PARFOR.

Campina Grande, 02 de dezembro de 2023

BANCA EXAMINADORA


Prof. Dr. Adenilson Targino
IFPB


Prof. Dr. Joaquim Amâncio
IFPB

Prof. Dra. Gertrudes Nunes
IFPB

DEDICATÓRIA

Dedico está pesquisa a minha esposa Alesandra Viana pelo apoio incondicional e a meus filhos José Alessandro Alves Viana, Lucas Henrique e Arthur Viana, por fazer parte da minha vida.

AGRADECIMENTOS

É imensa a lista de pessoas que tenho a agradecer, não daria para colocar aqui, por isso mencionarei apenas algumas.

Primeiramente ao meu pai maior (Deus) que foi meu guia e minha fortaleza e que sempre esteve ao meu lado me dando forças para continuar seguindo em frente.

Aos meus familiares, em especial a minha esposa, Alesandra Viana, meus filhos Alessandro, Lucas e Arthur pelo apoio e incentivo que me deram.

Aos professores que passaram por minha vida, que foram muitos, quero agradecer especialmente ao meu orientador prof^a Adenilson, Fabio Marques, Germana Correia Richardson Marinheiro, Edvaldo Fernandes, Juan parente, Wesley Crispim, Givaldo, Joaquim Amâncio, Gertrudes e Samara, com a qual pude aprofundar meus conhecimentos sobre políticas públicas de esporte e lazer e a todos os professores do IFPB do curso de Educação Física.

A todos do colégio onde cursei todo o meu ensino, desde o infantil ao médio, a Escola Estadual Joana Emília da Silva.

Aos meus amigos e colegas de trabalho onde ao decorrer da minha vida compartilhamos momentos inesquecíveis e felizes com muita diversão e muitas gargalhadas.

Quero muito agradecer também a todos os colegas de turma. Foi bom conviver com vocês, muito obrigado!

RESUMO

Na escola as lutas fazem parte das diretrizes educacionais, porém, ainda hoje em dia são associadas com a violência e a agressividade. Neste âmbito, esta pesquisa tem como objetivo revisar a literatura científica sobre os efeitos das aulas de lutas sobre as medidas psicológicas de crianças. Para isto, foi realizada uma revisão de literatura na base de dados Google Acadêmico entre os meses de Janeiro a Março do ano de 2023. Para a busca foram utilizadas as combinações das seguintes palavras-chave: Medidas Psicológicas e Ensino das Lutas; Disciplina e Ensino das Lutas; Comportamento e Ensino das Lutas; Crianças e Ensino das Lutas. Para a elegibilidade dos trabalhos utilizou-se como critérios: obras que faziam menção a temática em questão; descritos em português; que tenham sido publicados nos últimos 10 anos e ter métodos explícitos e consistentes. A busca resultou num total de 2000 mil artigos, após a leitura do título restaram 67, lidos os resumos foram selecionados 21 para serem lidos por completo, destes, apenas 04 foram incluídos na revisão. Foi observado a boa influência das artes marciais nos níveis de raiva e agressividade, com destaque para o Judô, Karatê, Taekwondo e Kung Fu. Assim, e diante das análises críticas efetuadas nos artigos, é observado o efeito positivo que as lutas exercem sobre as variáveis como o comportamento, a disciplina e o respeito das crianças.

Palavras-chave: crianças; ensino das lutas; educação física escolar, medidas psicológicas

ABSTRACT

At school, fights and martial arts are part of the educational guidelines, however, even today they are associated with violence and aggression. In this context, this research aims to review the scientific literature about the effects of fights and martial arts classes on children's psychological measures. To this end, a literature review was carried out on the Google Scholar database between January and March 2023. The search used combinations of the following keywords: Psychological Measures and Teaching of Martial Arts; Discipline and Teaching of Martial Arts; Behavior and Teaching of Martial Arts; Children and Teaching of Martial Arts. The eligibility criteria were: articles that mentioned the research topic; written in Portuguese; published in the last 10 years and with explicit and consistent methods. The search resulted in a total of 2.000 thousand articles. After reading the titles, 67 were left. After reading the abstracts, 21 were selected to be read in full, of which only four were included in the review. Was observed the good influence of martial arts on levels of anger and aggression, with Judo, Brazilian Jiu-Jitsu, Karate, Taekwondo and Kung Fu standing out. Thus, and in view of the critical analyses carried out on the articles, the positive effect that fighting has on variables such as children's behavior, discipline and respect was observed.

Keywords: *children; fights and martial arts; psychological measures; school physical education*

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 - Fluxograma das etapas do processo de busca de artigos	11
QUADRO 2 - Resumo das informações sobre os autores e ano publicação, objetivo, características do estudo, métodos utilizados, e principais resultados das publicações analisadas (n = X).	12

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	6
2	REFERENCIAL TEÓRICO	8
3	MÉTODO DA PESQUISA	10
4	RESULTADOS E DISCUSSÕES	12
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	15
6	REFERÊNCIAS	16
7	REFERÊNCIAS	17

1 INTRODUÇÃO

O ensino das Lutas na escola faz parte dos programas curriculares nacionais para a disciplina da Educação Física, e são trabalhadas como conteúdo didático em todas as esferas da educação (infantil, fundamental e médio). Neste âmbito, ações que fomentem e estimulem sua prática na escola devem ser encorajadas e analisadas. Desta forma, esta pesquisa tem como foco principal investigar, na literatura científica, os efeitos das aulas de lutas sobre as medidas psicológicas de crianças. Assim, pretende-se levantar discussões a respeito da inserção pedagógica das lutas nas aulas de Educação Física Escolar.

Na contemporaneidade, foi comprovada que a introdução da criança nas lutas, no contexto escolar, não necessariamente precisar envolver combate, na verdade as artes marciais envolvem diversos modos, inclusive o lúdico, visando fomentar nos educando valores de responsabilidade, da disciplina, do respeito, da obediência e do bom comportamento (FERREIRA et al., 2018). A inclusão do conteúdo lutas nas disciplinas de educação física escolar não tem por objetivos formar lutadores profissionais ou alunos soldados, mas proporcionar novas práticas corporais, novos conhecimento culturais e históricos, contribuindo não só para o comportamento do aluno dentro do ambiente escolar, mais para a disciplina e o incentivo de não a violência em todo o contexto da vida desse aluno (GOMES; PINTO, 2014). Dessa forma, as lutas configuram inúmeros benefícios motores, cognitivos, comportamentais e psicológicos quando trabalhadas.

As lutas integram uma das cinco bases estruturais da Educação Física Escolar, no entanto, por diversas razões, elas acabam que ficando de fora, deixando de ser trabalhadas no âmbito escolar, devido, por exemplo, a falta de materiais apropriados, preconceito e visão distorcida sobre a temática. A modalidade ajuda o praticante a desenvolver consigo sua autodisciplina para poder adquirir: autocontrole, confiança, empatia, respeito ao próximo e a vida (FERREIRA et al., 2018). No aspecto cognitivo, as lutas favorecem a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégias e a atenção. No aspecto afetivo e social, contribui para pontos importantes como a reação a determinadas atitudes, disciplina, socialização, a perseverança, o respeito, autoestima, canalizadora da agressividade e a determinação (LUNA et al 2013).

Visando se aprofundar no tema das lutas e das variáveis que expressam às medidas psicológicas este trabalho busca aporte na literatura no sentido de entender o papel das lutas como uma ferramenta de melhoria no comportamento de crianças, o que possibilita as boas relações sociais no cotidiano. Dada as informações surge o seguinte questionamento: será que as lutas promovem alguma mudança nas condições psicológicas de crianças? Diante desta questão, tem-se como hipótese que, as lutas são capazes de possibilitar melhorias nas variáveis que exprimem as condições psicológicas das crianças, de forma a causar um efeito positivo em aspectos como o comportamento, disciplina, respeito e obediência. Neste sentido, o objetivo dessa pesquisa é revisar a literatura científica sobre os efeitos das aulas de lutas sobre as medidas psicológicas de crianças.

Este trabalho está estruturado por uma introdução, trazendo como ponto chave objetivos, problemática e justificativa. Na segunda etapa, é decorrida a fundamentação teórica, trazendo um embasamento sobre o conceito histórico e aprofundamento sobre a temática aqui discutida. Na terceira são descritas a metodologia do trabalho a ser explanada e que responderam aos objetivos propostos no estudo. Em seguida, são exibidos os resultados e a discussão dos principais achados, e por fim são apresentadas as conclusões desta revisão de literatura.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 Ensino das lutas na escola

A prática das lutas, as quais abrangem as artes marciais e esporte de combates, na escola permite um desenvolvimento humano completo colaborando para o amadurecimento de faculdades mentais. Nas lutas, a meta do educando é obter o entendimento a ser conquistado a partir do equilíbrio e a harmonia interior. Ao observar de forma mais minuciosa, cujo recursos encontrados são utilizados para combater a realidade exposta. Em seu contexto na escola, buscam a compreensão por parte do educando do ato de lutar (por que lutar?, com quem lutar? e contra quem ou contra lutar?).

Assim, podemos dizer que as lutas, quando trabalhadas como conteúdo da educação física na escola, visando a melhoria dos aspectos sociais e de interação entre os(as) alunos(as) e professores(as), poderão proporcionar uma autorreflexão dos alunos e alunas e, a partir disso, fazer com que os aspectos comportamentais e de agressividades sejam diminuídos, possibilitando que os(as) estudantes passem a ter mais atenção nas aulas e diminuam os conflitos dentro de sala de aula com outros(as) alunos(as) (RUFINO, 2014).

O contexto cultural das Lutas está inserido na construção histórica das sociedades, as quais elaboram sentidos e significados para as manifestações culturais (BARROS E GABRIEL, 2011). Assim, quando aplicadas de forma planejada e com objetivos bem definidos, tem papel fundamental na contribuição para a formação da cultura corporal de movimento dos alunos. Portanto, não apenas como um projeto de lutas na escola, as lutas devem ser tema de conteúdo planejado pelos professores(as) de Educação Física em suas aulas na escola, objetivando a vivência das mais diversas práticas corporais apresentadas nas artes marciais, principalmente proporcionando aos(as) alunos(as) a reflexão quanto aos princípios filosóficos que cada uma apresenta, tornando possível a formação do aluno mais crítico e reflexivo quanto seu papel na sociedade em que vive (GOMES et al. 2013).

No atual cenário brasileiro, com a promulgação da Base Nacional Comum Curricular (BNCC), as lutas passaram a fazer parte das unidades temáticas obrigatórias da Educação Física Escolar, devendo estas constar em todos os currículos da Educação Básica, sobretudo no terceiro ano do ensino fundamental, ou seja, nos anos iniciais. Apesar das incoerências e inconsistência gerada em torno dessa prática, cabe às redes de ensino e seus respectivos docentes analisar a melhor forma de introdução curricular e encontrar formas de inserir as lutas nas aulas de Educação Física (ALMEIDA et al., 2022).

2.2 As variáveis psicológicas e as lutas

Os mais diversos princípios das artes marciais estão diretamente relacionados com os aspectos que indicam as dimensões psicológicas, tais como: comportamento e agressividade, lealdade, respeito, disciplina, obediência, humildade, tolerância, justiça, honestidade, dentre vários outros (FERREIRA et al., 2018). No trato pedagógico na escola, englobam-se comportamentos que são necessários as

características que possibilitam as crianças o desenvolvimento da sua autonomia, criticidade, emancipação e a construção do conhecimento amplo e significativo (CAMPOS et al, 2019).

Em consideração a relação da prática das lutas com as possíveis mudanças nas variáveis psicológicas, pode-se considerar os efeitos positivos sobre os níveis de agressividade e disciplina, especialmente porque a agressividade já é considerada por si um problema de saúde público, e no âmbito escolar essa expressão é uma condição ativa (CAMPOS et al., 2019). No aspecto cognitivo, favorecem a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégias e a atenção. No aspecto afetivo e social, contribuem para pontos importantes como a reação a determinadas atitudes, disciplina, sociabilização, perseverança, respeito e a autoestima (LUNA et al 2013).

3 MÉTODO DA PESQUISA

Os métodos desta pesquisa seguem os preceitos de um artigo de revisão, entendidos como aqueles que se dedicam a mapear a produção do conhecimento buscando responder a um problema ou desafio delineado, como também procura sinalizar os efetivos métodos intervenção profissional em uma determinada área acadêmica (GOMES; CAMINHA, 2014). Os estudos de revisão se caracterizam pela seleção, análise e leitura de materiais já elaborados sobre a temática escolhida (FONSECA, 2002).

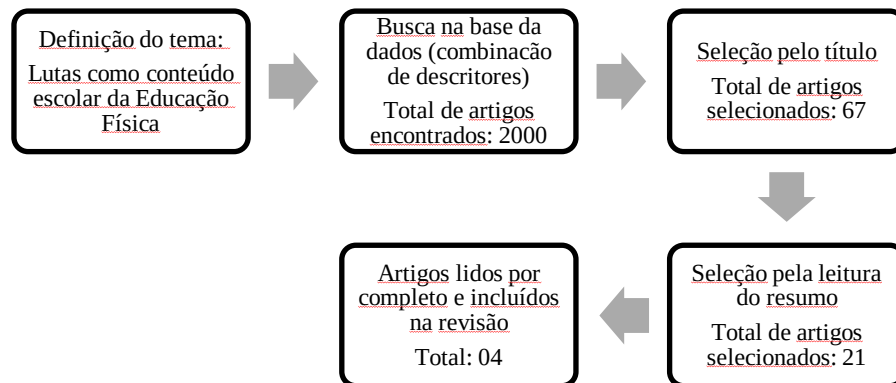
3.1 Processo de busca e seleção dos artigos

O processo de pesquisa e seleção dos artigos relacionados ao tema abordado nesta revisão de literatura foi realizado na base de dados científicos do Google Acadêmico, entre os meses de Janeiro a Fevereiro do ano de 2023. Para a busca foram utilizadas as combinações das seguintes palavras-chave: Medidas Psicológicas e Ensino das Lutas; Disciplina e Ensino das Lutas; Comportamento e Ensino das Lutas; Crianças e Ensino das Lutas; Adolescentes e Ensino das Lutas. Sendo que, para cada uma destas combinações de descritores, a base indicava uma quantidade exorbitante de resultados, cerca 15 mil detecções, assim optou-se que para cada combinação de palavras-chave seriam visualizados os 500 primeiros resultados. O que resultou no total de 2000 artigos lidos pelo título.

Para o processo de elegibilidade dos trabalhos utilizou-se como critérios de inclusão: obras que faziam menção a temática em questão; escritos em português; que tenham sido publicados nos últimos 10 anos e ter métodos explícitos e consistentes. Foram excluídos trabalhos de conclusão de curso, dissertações ou teses; artigos escritos em língua estrangeira (inglês, espanhol, francês) e que não faziam referência a objeto em questão.

Em seguida e após o processo seletivo pelo título, 67 artigos foram selecionados para leitura dos resumos na íntegra, e aqueles que atenderam aos critérios de inclusão e tinham relação com o tema da revisão foram elencados para serem lidos por completo, ao total de 21. Ao fim, foram incluídos quatro artigos na revisão.

Quadro 1 – Fluxograma das etapas do processo de busca de artigos



3.2 Instrumentos e análise dos dados

O processo de análise dos dados, referente aos artigos lidos por completo, consistiu em resumir os dados de forma estruturada, utilizando como instrumento um formulário (quadro) padrão. Neste foram elencadas quatro categorias analíticas empíricas: as informações sobre os títulos, autores e ano publicação; objetivo e características do estudo; conteúdo da Educação Física Escolar relacionado às Lutas; e os principais resultados. A análise foi realizada por dois pesquisadores, com o objetivo discutir discordâncias e estabelecer um consenso entre si, e assim reforçar a validade dos resultados desta fase.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A presente pesquisa teve como intuito revisar a literatura científica sobre os efeitos das aulas de lutas sobre as medidas psicológicas de crianças, estabelecendo com hipótese de que as lutas promovem melhorias nas variáveis que exprimem as condições psicológicas destas. Deu-se prioridade para obras publicadas nos últimos 10 anos, como forma de assegurar as informações atualizadas e seguras dos dados levantados e obtidos.

Desta forma, e diante das análises críticas efetuadas nos artigos lidos por completo, pode-se corroborar com a hipótese de que as lutas tem efeitos positivos sobre as medidas psicológicas de crianças. As lutas têm vários princípios filosóficos que são fundamentais para a formação dos valores e atitudes de um indivíduo, e como componente curricular da educação básica, a educação física deve assumir a tarefa de inserir e integrar os alunos neste conteúdo (BETTI; ZULIANI, 2002).

Quanto aos artigos lidos por completo, é iniciada esta discussão pela análise do trabalho de Campos de Oliveira *et al* (2020). O qual, por meio de uma revisão em duas bases de dados, a PUBMED e a LILACS/BVS, analisaram os que os artigos relatam sobre a influência das artes marciais sobre os níveis de raiva e agressividade. Após os procedimentos de buscas foram incluídos e analisados cinco artigos. Publicados entre 1986 e 2018, avaliaram a raiva e/ou agressividade por meio de questionário validados, e utilizaram artes marciais asiáticas como o Judô, Karatê, Kung Fu e Taekwondo. Em suma, foi observado uma intervenção positiva destas lutas sobre as medidas psicológicas, contudo, os autores ressaltaram que isto depende de fatores como o tipo de arte marcial e os métodos de treino (tradicional vs. moderno).

Em outra linha, Canova, Gomes e Tractenberg (2016) não conseguiram afirmar que a prática do Taekwondo está relacionada com desempenho das funções executivas, no entanto, por meio da percepção dos pais e professores, pode-se sugerir que existe uma mudança positiva em relação a determinados comportamentos, como valores de disciplina e respeito. Os autores apontam algumas limitações metodológicas, como a ausência das testagens psicométricas para avaliar as funções executivas das crianças participantes, há também o fato de ter sido realizada apenas uma entrevista e os questionários terem sido aplicados apenas uma vez.

Quadro 02 – Resumo das informações sobre os autores e ano publicação, objetivo, características do estudo, métodos utilizados, e principais resultados das publicações analisadas (n = 4).

Título (autores e ano de publicação)	Objetivo e Características do estudo	Métodos utilizados	Principais resultados
Influência das artes marciais nos níveis de raiva e agressividade em crianças e adolescentes:	Estudo de revisão sistemática com objetivo de sintetizar as informações sobre a	Foi conduzida uma busca em bases de dados e incluídos apenas artigos que mensurassem os	Foi observada a influência das artes marciais nos níveis de raiva e agressividade, que

revisão sistemática (Campos de Oliveira et al., 2019).	influência das artes marciais nos níveis de raiva e agressividade em crianças e adolescentes.	níveis de agressividade e raiva com o público-alvo. Ao fim cinco artigos foram incluídos, três com crianças e dois com adolescentes.	pode ser benéfica. De forma a reduzir os níveis destas variáveis em crianças e adolescentes. Com destaque para o Judô, Karatê, Taekwondo e Kung Fu.
Percepções de pais e educadores sobre o desenvolvimento de comportamentos relacionados às funções executivas em crianças praticantes de Taekwondo (CANOVA; GOMES; TRACTENBERG, 2016).	O presente estudo teve o objetivo de verificar a percepção que pais e educadores possuem sobre o desenvolvimento de comportamentos relacionados às funções executivas (FE) de estudantes praticantes de Taekwondo.	Foram feitas entrevistas por meio de questionários com pais e professores, a fim de acessar possíveis mudanças no comportamento a partir da prática do esporte e foi realizada uma entrevista semiestruturada com o Mestre.	Os resultados apontaram para mudanças em relação a alguns comportamentos relacionados às funções executivas, sendo essas percebidas por pais e educadores.
Projeto “quem luta não briga”: impressões de responsáveis e professores quanto aos efeitos da prática do Taekwondo em variáveis comportamentais (DINIZ; VELCCHIO, 2013).	O objetivo desse estudo foi verificar se a prática de TKD contribui na formação cidadã e no aprimoramento do comportamento social de jovens.	Após 12 meses de prática da modalidade, aplicou-se questionário sobre desempenho escolar e comportamento dos praticantes do projeto “Quem Luta Não Briga” aos seus professores e responsáveis.	De 46 jovens envolvidos (11,1±2,8 anos de idade), 44 obtiveram resultados satisfatórios referentes a comportamentos positivos após o início da prática do Taekwondo
Benefícios físicos e psicológicos adquiridos por praticantes de Jiu Jitsu (FERREIRA et al., 2018)	Caracteriza-se por investigar os benefícios que podem ser adquiridos pela prática desta modalidade, assim como, os prováveis benefícios físicos relacionados à saúde, e também os psicológicos que podem ocorrer na vida dos seus praticantes.	Foi uma pesquisa qualitativa e descritiva, para o levantamento de informações sobre os entrevistados utilizou-se do questionário semiestruturado.	Os resultados mostraram que o jiu-jítsu brasileiro contribui de maneira positiva para a promoção da saúde física e psicológica dos seus praticantes, no que se refere aos benefícios proporcionados à saúde psicológica a atividade contribui para a sensação de bem-estar, e melhores níveis de estresse e ansiedade.

Em continuação a discussão dos artigos inclusos nesta revisão, Diniz e Vecchio (2013) atestaram que programas que envolvem artes marciais, neste caso, o Taekwondo, são capazes de gerar diminuição da agressividade, aumento da autoestima e de valores sociais positivos entre adolescentes. Dos 46 jovens participantes do projeto ‘Quem luta não briga’, 44 obtiveram resultados satisfatórios referentes a comportamentos positivos após o início da prática do Taekwondo. O Taekwondo é uma arte marcial coreana e esporte olímpico. Além do desenvolvimento físico, exerce grande influência na formação do cidadão através dos seus princípios básicos.

As lutas e artes marciais poderão ser ricas ferramentas para o desenvolvimento do comportamento humano. Podem ser entendidas como um conjunto de técnicas e expressões corporais

que visam à utilização específica em situações de risco, ou ataque e defesa, tendo em muitos casos aspectos filosóficos e religiosos no que se refere à sua origem (NUNES, 2013). A maioria dos professores pesquisados não abordam o conteúdo lutas em suas aulas, grande parte deles por falta de experiência acadêmica e pessoal, outros por conceitos errôneos que acreditam que as lutas de alguma forma podem incentivar a violência, visto que a base do ensino das lutas e artes marciais se concebe no ensino da disciplina e do respeito aos outros. No que diz respeito às questões sociais, as lutas influenciam e estimulam a socialização, a disciplina, formação de opinião e integração para trabalhos em grupos, o que faz com que os profissionais desta área possam sempre buscar melhorias em aplicação nas suas aulas.

Outra arte marcial que foi destacada nos artigos foi o Jiu-Jitsu Brasileiro, visto que, de acordo com Ferreira *et al* (2018) contribui de maneira positiva para a promoção da saúde física e psicológica dos seus praticantes, no que se refere aos benefícios proporcionados à saúde física os entrevistados relataram a manutenção da boa forma e resistência física. Por meio de entrevistas e a aplicações de questionários os autores constataram que esta arte marcial melhora o condicionamento físico (agilidade, resistência física, aumento da força) e aspectos relacionados à saúde psicológica, em razão da maioria dos praticantes (80%) relataram que tal atividade contribui para a sensação de bem-estar, superação de desafios, aliviando tensões e ansiedade advindas do estresse causados no dia-dia. Sendo uma modalidade esportiva, o Jiu-Jitsu Brasileiro vem crescendo muito. Nos últimos anos observa-se um público diversificado em busca de sua prática nas academias, centros de treinamento de lutas, além de outros estabelecimentos onde são promovidos o ensino educacional deste esporte.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A educação física tem como disciplina, as lutas, que são de extrema importância para trabalhos curriculares a serem ministrados de maneira teórica e prática nas escolas. Como apresentado nos resultados, lutas e artes marciais são excelentes ferramentas para o desenvolvimento do comportamento humano, através da mudança de condições psicológicas, a partir de estímulos de forma adequada, com orientações de um profissional qualificado buscando sempre promover práticas no processo de ensino aprendizagem de maneira que possa sempre mobilizar a disciplina e mudança de comportamento.

Considerando que através da educação e com o objetivo de através do ensino das lutas na escola e as medidas psicológicas os estudantes possam desenvolver habilidades e capacidades importantes em suas áreas motoras, corroborando para um desenvolvimento comportamental, corporal, cognitivo, a fim de promover benefícios à saúde de forma geral bem, como a melhora na interdisciplinaridade, raciocínio, percepção, atenção entre outros comportamento que as lutam bem acompanhadas integram.

Por fim, esta revisão indica a boa influência das artes marciais nos níveis de medidas psicológicas, como por exemplo a raiva e agressividade. Aponta-se o destaque para o efeito positivo atribuídos a artes marciais como o Judô, Jiu-Jitsu Brasileiro, Karatê, Taekwondo e Kung Fu. E influência benéfica e construtiva que as lutas exercem sobre as variáveis como o comportamento, a disciplina e o respeito das crianças.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, M.O.; RUFINO, L.G.B.; LAZZAROTI FILHO, A.; BACKESD, A.F.; RODRIGUES, H.A. A prática pedagógica com as Lutas na Educação Física: um retrato da formação e da realidade de ensino de professores do ensino médio do Distrito Federal. **Revista Brasileira de Ciência do Esporte**, v.44, p.20220076, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbce/a/h645GSsYPZ9myxBKvB5s3Fn/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 16 de jan. 2023.

Campos de Oliveira, R., Amorim de Lima, A., Martins Carneiro da Silveira, J.-P., Carlos Freire, J., & Meneses Hardman, C. Influência das artes marciais nos níveis de raiva e agressividade em crianças e adolescentes: **revisão sistemática**. Arquivos Brasileiros De Educação Física, 2(2), 55–61. 2019. <https://doi.org/10.20873/abef.2595-0096.v2n2p55>.

CANOVA, I. F. GOMES, C. M. TRACTENBERG, S. G. Percepções de pais e educadores sobre o desenvolvimento de comportamentos relacionados às funções executivas em crianças praticantes de Taekwondo. **Revista Aletheia** v. 49, n. 2, 2016.

DINIZ, R.; VELCCHIO, F. B. D. Projeto “quem luta não briga”: impressões de responsáveis e professores quanto aos efeitos da prática do Taekwondo em variáveis comportamentais. **Revista Didática Sistemica**, ISSN 1809-3108, III Extremos do Sul - Edição Especial (2013) p. 23 - 30.

FERREIRA, D.A.C.; FERREIRA, A.P.U.; BEZERRA, J.A.X.; SILVA, N.N.; CERIANI, R.B. Benefícios físicos e psicológicos adquiridos por praticantes de Jiu Jitsu. **Revista Diálogos em Saúde**, v.1, n.2, jun./dez., 2018.

FONSECA, J.J.S. **Metodologia da Pesquisa Científica**. Fortaleza: EU, 2002.

GOMES, I.S.; CAMINHA, I.O. O. Guia para estudos de revisão sistemática: uma opção metodológica para as Ciências do Movimento Humano. **Revista Movimento**, Porto Alegre, v. 20, n. 01, p. 395-411, 2014. Acesso em: 18 de jan. 2023.

Hoffmann, C. Z.; Fonseca, G. M. M. Interferência e influências no comportamento de estudantes causadas pela prática de atividades desportivas de lutas. **EFDeportes.com**. v. 15, n. 154, 2011

Lopes, R. G. B.; Kerr, T. O. O ensino das lutas na Educação Física escolar: uma experiência no ensino fundamental. **Motrivivência**. v. 27 n. 45, 2015. DOI: <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2015v27n45p262>

Maldonado, D. T., & Bocchini, D. (2013). As três dimensões do conteúdo na educação física: **tematizando as lutas na escola pública**. **Conexões**, 11(4), 195–211. <https://doi.org/10.20396/conex.v11i4.8637599>. Acesso em: 18 de jan. 2023

OLIVEIRA, C. A importância das lutas na educação física escolar para formação integral dos alunos. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**, v.6, n.4, p.37-47, 2019. Acesso em: 18 de jan. 2023

SILVA, J. da; ALEXANDRE CARDOSO, A.; CAMPOS PEREIRA, M. P. V. de; OLIVEIRA FARIAS, G. ENSINO DAS LUTAS NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA FUNDAMENTADO NO ENSINO CENTRADO NO APRENDIZ. **Revista Prática Docente**, [S. l.], v. 5, n. 2, p. 823–842, 2020. DOI: 10.23926/RPD.2526-2149.2020.v5.n2.p823-842.id760. Disponível em: <http://periodicos.cfs.ifmt.edu.br/periodicos/index.php/rpd/article/view/434>. Acesso em: 5 fev. 2023.