



UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO
CURSO DE PEDAGOGIA



ALICE MARIA ARCANJO ALVAREZ
IRLANDA LORENA GONZAGA

JIU-JITSU E EDUCAÇÃO EM CONTEXTO DE VULNERABILIDADE SOCIAL

MARIANA-MG
2025

Alice Maria Arcanjo Alvarez
Irlanda Lorena Gonzaga

JIU-JITSU E EDUCAÇÃO EM CONTEXTO DE VULNERABILIDADE SOCIAL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Pedagogia, da Universidade Federal de Ouro Preto, como requisito parcial para obtenção do título de Licenciada em Pedagogia.

Orientadora: Profa. Dra Marlice de Oliveira e Nogueira.

MARIANA – MG
2025



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE OURO PRETO
REITORIA
INSTITUTO DE CIÊNCIAS HUMANAS E SOCIAIS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO



FOLHA DE APROVAÇÃO

Alice Maria Arcanjo Alvarez
Irlanda Lorena Gonzaga

Jiu-jitsu e educação em contexto de vulnerabilidade social

Monografia apresentada ao Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Ouro Preto como requisito parcial para obtenção do título de Pedagoga.

Aprovada em 31 de agosto de 2025

Membros da banca

Doutora em Educação - Marlice de Oliveira e Nogueira - Orientadora - Universidade Federal de Ouro Preto
Doutor em Educação - Erisvaldo Pereira dos Santos - Professor - Universidade Federal de Ouro Preto

Marlice de Oliveira e Nogueira, orientadora do trabalho, aprovou a versão final e autorizou seu depósito na Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso da UFOP em 31/08/2025.



Documento assinado eletronicamente por **Marlice de Oliveira e Nogueira, PROFESSOR DE MAGISTERIO SUPERIOR**, em 19/10/2025, às 14:40, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.ufop.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0999417** e o código CRC **C7DA6C69**.

“Mens sana in corpore sano.” Mente sã em corpo são.
(Juvenal)

RESUMO

A prática do jiu-jitsu pode se constituir em uma oportunidade educativa para trabalhar o desenvolvimento integral do indivíduo. Esse trabalho teve como objetivo identificar os benefícios o jiu-jitsu para o processo de escolarização de jovens e crianças em situação de vulnerabilidade, apresentando a relação entre práticas do jiu-jitsu nos resultados e comportamentos escolares de crianças e jovens em situação de vulnerabilidade. Para tanto foram identificados na literatura, os benefícios do jiu-jitsu para seus praticantes, os principais desafios escolares enfrentados por crianças e jovens em situação de vulnerabilidade. Para tanto foi realizado um levantamento bibliográfico de 2.923 textos identificados, foram selecionados 14 artigos científicos que abordam direta ou indiretamente a relação do jiu-jitsu com a educação. Dentre eles, dois discutem jiu-jitsu e vulnerabilidade; um discorre sobre definição/história do jiu-jitsu; seis retratam os benefícios da prática de jiu-jitsu para crianças e jovens e cinco versam sobre jiu-jitsu e educação escolar. Os resultados indicam que há uma contribuição do jiu-jitsu, mesmo que de forma indireta, no processo de ensino e aprendizagem de jovens e crianças em situação de vulnerabilidade social. Dentre estas contribuições estão as interações sociais, o desenvolvimento emocional, o autocontrole, autonomia e flexibilidade cognitiva. Além disso, também é uma ferramenta que permite a promoção da inclusão e cidadania para muitas crianças e jovens.

Palavras chave: Jiu-Jitsu, Vulnerabilidade Social, Práticas Pedagógicas, Benefícios.

ABSTRACT

The Jiu-Jitsu practice can serve as an educational opportunity for the holistic development of someone. This study aimed to identify the benefits of Jiu-Jitsu in the schooling process of adolescents and children living in vulnerability, highlighting the relationship between the practice of Jiu-Jitsu and the school development and behavior of said students. For this purpose, literature was reviewed to identify both the benefits of Jiu-Jitsu for its practitioners and the main educational challenges faced by adolescents and children living in vulnerability. 2.923 texts on this subject were identified during a bibliographic survey and out of these, 14 articles were selected that addresses the relationship between Jiu-Jitsu and education, directly or indirectly. Among them, there were two that address Jiu-Jitsu and vulnerability; one addresses the definition/history of Jiu-Jitsu; six that address the benefits of Jiu-Jitsu practice for adolescents and children; and five that discuss the relationship between Jiu-jitsu and education. The results indicate that Jiu-Jitsu contributes, even indirectly, to the teaching and learning process of socially vulnerable adolescents and children. These contributions include social interaction, emotional development, self-control, autonomy and cognitive flexibility. Furthermore, Jiu-Jitsu also acts as a tool for promoting inclusion and citizenship for many young people.

Key-words: Jiu-Jitsu; social vulnerability; educational practices; benefits.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	7
2. METODOLOGIA.....	10
3. DISCUSSÃO.....	11
Jiu-Jitsu Brasileiro :História e Benefícios.....	11
O Impacto do Jiu-Jitsu em Contextos de Vulnerabilidade.....	14
A Prática do Jiu-Jitsu Como Estratégia Pedagógica no Desenvolvimento Integral de Crianças e Jovens no Contexto Escolar.....	16
4. RESULTADOS e CONCLUSÃO.....	18
REFERÊNCIAS.....	19

1. INTRODUÇÃO

JIU- JITSU BRASILEIRO E ESCOLA: EM CONTEXTO DE VULNERABILIDADE

O presente artigo propõe discutir, por meio de uma pesquisa de natureza bibliográfica, os impactos das práticas de jiu-jitsu brasileiro no processo de escolarização de crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social. A escolha por esse enfoque decorre de múltiplas experiências, tanto acadêmicas quanto pessoais, aliadas a uma análise crítica das desigualdades estruturais que atravessam o sistema educacional brasileiro. Dessa forma, buscou-se compreender de que maneira o jiu-jitsu brasileiro, para além de sua dimensão esportiva, pode representar uma importante ferramenta de inclusão, desenvolvimento integral e valorização do capital cultural entre estudantes das camadas populares.

Segundo Rosendo (2009), Bourdieu e Passeron demonstram que é possível compreender que o sucesso escolar não se distribui de forma equitativa entre os estudantes. Isso se dá porque a escola, muitas vezes de forma implícita, legítima e valoriza práticas culturais que estão mais presentes entre as famílias das classes média e alta, caracterizando o que os autores denominam de "capital cultural". Em outras palavras, crianças oriundas de contextos socioeconômicos mais favorecidos tendem a estar familiarizadas com os códigos simbólicos e saberes que a escola espera, o que lhes confere vantagens significativas em seu percurso educacional. Por outro lado, os alunos que vivem em condições de vulnerabilidade social geralmente não compartilham dessas mesmas experiências culturais. Por isso, enfrentam maiores obstáculos na trajetória escolar.

Nesse contexto, é fundamental refletir sobre estratégias que possam ampliar o acesso desses estudantes a experiências significativas que fortaleçam seu repertório cultural e suas habilidades cognitivas e sociais. É justamente nesse ponto que o jiu-jitsu brasileiro pode desempenhar um papel transformador.

Diversos autores apontam que a prática regular de lutas, quando inserida de maneira pedagógica e consciente no contexto escolar ou comunitário, contribui significativamente para o desenvolvimento de competências que vão muito além do aspecto físico. De acordo com Liandra, Ramos e Moraes (2023), por exemplo, as

escolas de artes marciais promovem o desenvolvimento integral dos praticantes, atuando tanto na formação corporal quanto no fortalecimento de valores fundamentais como disciplina, respeito, ética, humildade e responsabilidade. Esses atributos, por sua vez, são altamente valorizados no ambiente escolar e contribuem para a formação de sujeitos mais autônomos, críticos e conscientes de seu papel social.

Conforme estudos de Silva (2020, p. 13), “parece que a prática das lutas pode favorecer melhor respostas a estímulos atencionais por uma maior ativação em áreas corticais envolvidas na percepção e no processamento de informações (21)”. Esses elementos estão diretamente relacionados ao sucesso acadêmico, pois envolvem habilidades cognitivas fundamentais para o aprendizado em diversas disciplinas escolares.

A partir dessas evidências, formulou-se a pergunta orientadora deste trabalho: **como o jiu-jitsu pode contribuir, de forma direta ou indireta, com o processo de escolarização de crianças e jovens pertencentes às camadas populares, auxiliando na aquisição de repertórios culturais valorizados pela escola?**

A escolha por essa temática não surgiu de forma aleatória. Pelo contrário, ela foi sendo construída ao longo do percurso formativo das autoras, alimentada tanto por vivências pessoais quanto por atividades acadêmicas. Durante o acompanhamento de uma turma de quarto ano do ensino fundamental, no âmbito da disciplina de Estágio Supervisionado II, uma das autoras, Alice, teve a oportunidade de observar a presença das lutas nas aulas de educação física. Essa experiência, somada à sua prática e afinidade com o esporte, despertou um interesse genuíno sobre as possíveis articulações entre o universo das artes marciais e a educação formal.

Essa inquietação inicial foi aprofundada na disciplina Educação Física II, que discutiu os conteúdos obrigatórios da educação física no ensino fundamental, conforme estabelecidos na Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e nos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs). Entre esses conteúdos estão justamente as lutas, previstas como componentes essenciais do currículo escolar. Durante as atividades da disciplina, foi solicitada aos alunos a elaboração de um plano de aula que abordasse tais conteúdo. A escolha pelas artes marciais, nesse momento,

fortaleceu o vínculo com o tema e consolidou a motivação para o desenvolvimento deste trabalho.

Ademais, destaca-se a experiência acadêmica e prática de uma das autoras que, durante seu percurso como monitora e estagiária, pôde vivenciar aulas de Taekwondo em diferentes contextos escolares. Na disciplina Seminário VI, ao realizar o estágio curricular em outra instituição de ensino, a presença do Taekwondo e capoeira novamente se mostrou significativa, integrando o cotidiano das crianças e possibilitando uma observação mais sistemática sobre os efeitos positivos dessa prática no ambiente escolar.

As vivências observadas permitiram constatar que, além de aprimorar aspectos físicos como força, flexibilidade, equilíbrio e coordenação motora, a prática das artes marciais também estimula o respeito às regras, a convivência harmoniosa no coletivo, a obediência aos comandos e a internalização de valores sociais importantes. Esses elementos, somados, colaboram para o desenvolvimento psicomotor e sócio emocional das crianças, dimensões essenciais para um processo educativo de qualidade.

A metáfora da troca de faixas no Taekwondo que também ocorre no Jiu-jitsu é especialmente poderosa para ilustrar a progressão do aluno tanto no esporte quanto na vida escolar. Cada nova faixa conquistada simboliza a superação de etapas, o domínio de novas habilidades e o amadurecimento pessoal, aspectos que dialogam com os processos de aprendizagem vivenciados pelos estudantes ao longo de sua trajetória escolar.

Ao refletir sobre todo o percurso acadêmico e as experiências que marcaram a formação das autoras, compreende-se que a escolha por essa temática foi resultado de uma construção coletiva e significativa, na qual o interesse pelo desenvolvimento humano integral, o respeito à diversidade e a busca por práticas pedagógicas inclusivas foram se entrelaçando com vivências concretas e teorizações consistentes.

Dessa forma, o presente artigo, desenvolvido a partir de pesquisa bibliográfica, se organiza em três grandes eixos: (a) contextualização do jiu-jitsu brasileiro; (b) jiu-jitsu e escolarização; (c) Jiu-jitsu e Vulnerabilidade Social. A estrutura do trabalho busca, portanto, articular teoria e prática, evidenciando como a inclusão consciente da

arte marcial no contexto escolar pode representar uma estratégia pedagógica eficaz, contribuindo para uma educação mais justa, equitativa e humanizadora.

2. METODOLOGIA

A pesquisa bibliográfica realizada foi fundamentada na revisão de literatura sobre a temática artes marciais e educação, com o objetivo de identificar e discutir a produção acadêmica relacionada à prática do jiu-jitsu como instrumento de apoio ao processo de escolarização de crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social.

A pesquisa foi realizada nas bases de dados Google Acadêmico e SciELO, abrangendo publicações no período de 2020 a 2025. Para a seleção dos materiais, utilizaram-se os seguintes descritores: “jiu-jitsu educação” e “jiu-jitsu vulnerabilidade”. Além do material compilado a partir da aplicação dos descritores, também foram utilizados textos referenciados nos artigos pesquisados e dois textos auxiliares sobre vulnerabilidade social. A combinação dos termos buscou ampliar a identificação de estudos que abordam tanto os aspectos pedagógicos quanto sociais e do desenvolvimento individual do sujeito, da prática esportiva no contexto escolar e social.

No Google Acadêmico para o descritor “jiu-jitsu vulnerabilidade” foram encontrados 563 textos, enquanto para “jiu-jitsu e educação” 2360 textos. Foram adotados como critérios de inclusão: artigos científicos publicados em português, entre 2020 e 2025, com acesso gratuito e em texto completo, que tratassem da relação entre o jiu-jitsu, a educação formal e a vulnerabilidade social de crianças e adolescentes. Como critérios de exclusão, foram desconsideradas produções que tratassem exclusivamente de aspectos técnicos ou competitivos do jiu-jitsu, sem conexão com o contexto educacional ou social, bem como trabalhos que não apresentassem dados relevantes para a análise proposta. Do total de 2.923 textos, foram selecionados 14 artigos científicos, os quais, dois abordam jiu-jitsu e vulnerabilidade; um discute sobre definição/história do jiu-jitsu; seis retratam os benefícios da prática de jiu-jitsu para crianças e jovens e cinco versam sobre jiu-jitsu e educação. Após a coleta, os materiais selecionados foram submetidos à leitura exploratória e, posteriormente, com o intuito de identificar convergências, lacunas e contribuições acerca do tema proposto, os textos foram lidos e analisados em sua

íntegra. As análises foram organizadas de forma temática, considerando os principais enfoques encontrados nos estudos pesquisados.

3. DISCUSSÃO

Jiu-Jitsu Brasileiro :História e Benefícios

Silva (2021) nos mostra que o Jiu-jitsu era chamado de jujútsu ou jiu-jutsu, com sua origem indefinida, tendo características dessa arte marcial em práticas na Índia à China, entre os séculos III e VIII, mas é evidente sua evolução e prática pelos povos japoneses feudais, que utilizavam dessa luta nas guerras, constituindo-se como um segundo plano, caso perdessem ou acabassem seus objetos de guerrilhar e, desse modo, os guerreiros poderiam continuar à luta.

Sendo assim, o jiu-jitsu brasileiro, também conhecido como a "arte suave", tem suas raízes no jiu-jitsu japonês, especialmente na escola Kano. Segundo Paz e Paz (2022, p. 1759), "da mesma forma que outras lutas derivaram das antigas escolas de lutas japonesas, o jiu-jítsu brasileiro é uma derivação de uma escola mais antiga, o Jiu-jitsu Kano. Surge, portanto, uma nova escola, com ênfase na luta de solo e nos combates de vale-tudo, o Jiu-jítsu Brasileiro. "

Consoante com Paz e Paz (2022), podemos afirmar que, no Brasil, essa prática foi aprimorada pela família Gracie, especialmente por Carlos Gracie, o qual foi aprendiz Mitsuyo Maeda, seu irmão Hélio Gracie, que propagaram e popularizaram o Jiu-jitsu pelo Brasil, por meio de disputas e desafios, utilizando as técnicas do jiu-jitsu brasileiro contra diferentes modalidades de lutas. No estilo de luta da Família Gracie assim como no Jujútsu Kano, enfatizaram o uso da alavanca, imobilizações, estrangulamentos e o domínio do solo e como diferencial do estilo alteraram nomenclatura de algumas técnicas e criaram outras, para facilitar o treinamento.

Além de sua importância histórica, o jiu-jitsu oferece diversos benefícios físicos, cognitivos e sociais. A prática constante contribui para o desenvolvimento motor, raciocínio lógico, agilidade, disciplina, respeito, socialização e autoestima. Segundo Spinelli (2023, p. 16):

Ao longo da vida, aprendemos a controlar as nossas emoções e a não expressá-las através de ações corporais impulsivas. Por sua vez, as técnicas do corpo orientam a expressão dos movimentos, permitindo o desenvolvimento da motricidade e a identificação social e cultural. (SPINELLI, 2023, p. 16).

Essa arte marcial, quando praticada por crianças, assume grande relevância, pois é na infância que se dá a aquisição, ampliação e consolidação das habilidades e do repertório motor. O jiu-jitsu contribui significativamente para o desenvolvimento da força, agilidade, resistência, mobilidade e autonomia, especialmente quando inserido em atividades de treinamento, aquecimento, rolamentos e na aplicação de técnicas. Como afirmam Silva, Silva e Espíndola (2015, p. 189), que, “[...] movimentos como correr, saltar, puxar, empurrar, fazer força, aprender a usar a força do adversário, ajudam neste processo. Não somente é desenvolvido o corpo, como também a parte intelectual [...]”.

Essas práticas, além de envolverem repetição, exigem um amplo trabalho físico e motor, por meio de ações como correr, pular, puxar e manter o equilíbrio, entre outras. Para Vieira, Fidelis, Ramos e Santos (2024, p. 08), “após o treinamento nesses elementos, as habilidades motoras das crianças aumentaram; é claro que, com o aumento das habilidades motoras, as crianças se tornarão mais ágeis, mais fortes, mais rápidas para agir e ter uma melhor coordenação.

O jiu-jitsu pode ser praticado em todas as fases da vida, mas na infância é essencial para ensinar e reforçar a autoconfiança, as habilidades sociais, principalmente respeito e disciplina. Em conformidade com Silva, Silva e Espíndola (2015, p. 189), que afirmam: “com os exercícios, as crianças desenvolvem uma noção maior de como funciona o corpo, e criam uma autoconfiança em si, com os princípios da arte, criam disciplinas e consequentemente respeito a todos que estão a sua volta”. Na mesma direção, Viana e Flausino (2024, p. 12) relatam que, “[...] o jiu-jitsu tem resultados positivos quanto aos parâmetros físico e motor no desenvolvimento das crianças. O jiu-jitsu apresenta grande efeito positivo”. Assim, podemos inferir que os benefícios da prática do jiu-jitsu são evidentes e contribuem significativamente para a melhoria da qualidade de vida de seus praticantes, uma vez que promovem não apenas o desenvolvimento motor, mas também a saúde física e o bem-estar geral.

De acordo com Barbosa; Soares; Lavorato; Mota Júnior. (2020), a obesidade é uma doença que afeta muitas pessoas, principalmente as crianças, podendo acarretar outras doenças crônicas degenerativas, tais como: diabetes mellitus, problemas cardíacos, cálculo biliar, entre outras oriundas de uma vida sedentária. A prática do jiu-jitsu, a qual envolve muita movimentação do corpo, auxiliando na perda de gordura e peso, também proporciona o ganho de massa magra, sendo assim uma excelente opção no combate à obesidade infantil e suas comorbidades. Jesus e Affonso (2021, p. 10) afirmam que: “pode-se dizer que o Jiu-jitsu ajuda positivamente seus praticantes para ter uma melhor aptidão física, como também desenvolve bastante a flexibilidade, ajuda na perda de peso e ganho de massa muscular.

E ainda, conforme Medeiros (2024), o jiu-jitsu desperta nos seus praticantes, principalmente jovens, habilidades socioemocionais, tais quais: autoestima, autoconfiança, redução do nível de agressividade, autocontrole entre outras, que só ocorrem se o professor ensinar a filosofia da luta, assim as conectando com tempos atuais e contextos dos indivíduos e não a prática pela prática. Spinelli (2023, p. 17) complementa, afirmando que “Os desenhos mostram que o jiu-jitsu é uma atividade que envolve a construção de laços afetivos e o desenvolvimento social. O corpo infância é um ente multifacetado que se expressa de maneiras distintas no contexto coletivo e individual.

Além das habilidades socioemocionais, o jiu-jitsu também trabalha a autodefesa conforme Medeiros (2024, p. 192), “O jiu-jitsu é muito praticado como esporte de combate no mundo todo, mas a sua essência marcial de defesa pessoal é muito evidenciada desde suas raízes samurais, até na sua remodelação pela família Gracie no Brasil”. De modo similar, Jesus e Affonso (2021, p. 17), discorrem sobre os benefícios da prática da luta, indicando que, em sua pesquisa, os “adolescentes se apresentaram aprimorados nessa faixa etária, após compreenderem valores e conceitos pertinentes a prática de jiu-jitsu, aprendem sobre valores importantes, hierarquia, disciplina, honestidade, respeito, solidariedade e trabalho em equipe.”

Para compreender os benefícios da prática do jiu-jitsu para a escolarização de crianças e adolescentes moradores de contextos socialmente vulneráveis, vamos primeiramente, discutir o conceito de vulnerabilidade para, em seguida, pensar a relação entre a prática esportiva e a educação.

O Impacto do Jiu-Jitsu em Contextos de Vulnerabilidade

Antes de tudo, é fundamental compreender o que significa "vulnerabilidade social". Esse conceito refere-se a situações negativas ou delicadas enfrentadas por indivíduos, muitas vezes associadas à pobreza, falta de acesso a saneamento básico, insegurança alimentar, entre outros fatores que limitam o desenvolvimento pleno e a garantia dos direitos sociais e humanos. Conforme Dias, Carneiro e Souza (2021, p.16493), "no que se refere às crianças e adolescentes, o conceito de vulnerabilidade traz a ideia de dependência e fragilidade, sobretudo os que possuem condições socioeconômicas desfavorecidas.

Sendo assim percebemos as desigualdades sociais e econômicas que afetam muitas famílias em nosso país. Enquanto existem famílias de classes médias com oportunidades de oferecerem para seus filhos uma diversidade de atividades extracurriculares e condições de vida melhores, há famílias de camadas sociais mais desfavorecidas do ponto de vista socioeconômico enfrentam grandes desafios, sendo eles: falta de saneamento básico, saúde e educação, Segundo Winter, Menegotto e Zucchetti (2019, p. 167), "[...] num cenário de pobreza, a vulnerabilidade social retroalimenta a desigualdade, promovendo maior fragilidade de vínculos, além de desfiliação e exclusão escolar."

Ou seja, mediante este contexto compreende-se que a vulnerabilidade social está interligada à falta de recursos em relação à educação, moradia, saneamento básico, falta de informações e entre outros. Todavia, essas famílias que vivem em situação de vulnerabilidade enfrentam desafios por questões de ensino e aprendizagem ou até mesmo de condições de uma vida precária. Como solução para seus desafios recorrem muitas vezes aos projetos sociais para suprir as carências derivadas da ausência de políticas públicas eficazes para reduzir as desigualdades e os processos de exclusão social.

Soares e Rodrigues (2023), em seu trabalho, discutem aspectos importantes sobre a realidade das crianças em vulnerabilidade, abordando temas como vulnerabilidade social, projetos sociais e seus impactos. Discorrem sobre a importância dos projetos sociais voltados para crianças em situação de risco. Tais

projetos cumprem um papel essencial, promovendo o bem-estar e contribuindo de maneira significativa para o crescimento pessoal e social dessas crianças.

Para Soares e Rodrigues (2023), quando os projetos sociais são voltados à área esportiva, os resultados tendem a ser ainda mais expressivos. A prática de esportes contribui para o desenvolvimento físico, motor e intelectual das crianças. Além disso, promove o aprendizado por meio de regras, disciplina, respeito ao próximo e à convivência em grupo, elementos essenciais para a formação de cidadãos conscientes. Ademais, o esporte abre portas para novas oportunidades, estimulando a superação de desafios e a construção de trajetórias de vida mais promissoras. Cada etapa vivida dentro desses projetos esportivos pode ser aplicada no cotidiano das crianças, reforçando valores e habilidades que as acompanharão ao longo da vida.

Sendo assim, quando são oferecidas atividades esportivas e culturais para grupos de crianças e jovens que vivenciam fortes fragilidades sociais, isso os afasta das ruas, permitindo que eles não entrem em um mundo de criminalidade. Um projeto social com esporte conforme Neto, Dantas e Mia (2015, p.114) afirmam que, No aspecto da aderência a programas sociais esportivo para o preenchimento do tempo livre, oferecer esporte às crianças carentes para tira-las da rua é uma conhecida afirmação utilizada em diversos projetos sociais. Dessa maneira essas crianças e jovens acabam sendo “resgatadas”, e devido a esses projetos desenvolvem suas habilidades sociais e pessoais, conhecendo um novo mundo com novas descobertas em suas vidas. As artes marciais proporcionam com que crianças e jovens possam ter o respeito, empatia, autoconfiança, e entre outras habilidades sociais e individuais. Segundo Dias, Carneiro e Souza (2021, p.164938):

“...O Projeto Social Força Jovem Alves, surge com o objetivo de incentivar o esporte, com a finalidade de ocupar o tempo das crianças e adolescentes além de trazer benefícios físicos e disciplinares ligados ao esporte. Nesse sentido, o jiu-jítsu é voltado para trabalhar o físico, a ludicidade das crianças, a mentalidade, trazer perspectivas de vida e, sobretudo a disciplina, por se tratar de áreas de riscos para a criminalidade...” (DIAS, CARNEIRO E SOUZA, 2021, p.164938)

De acordo com Dias, Carneiro e Souza (2021), o jiu-jitsu pode ser fundamental para evitar que jovens e crianças entrem na vida da criminalidade, além disso ele

auxilia na diminuição da violência, pois como uma arte marcial, trabalha as práticas corporais e filosofia de vida, ligadas ao respeito, disciplina e autoconhecimento. Segundo Silva (2021, p. 27), “as lutas e os esportes de combate não se resumem apenas à aptidão física, a técnicas ou a treinamento. Elas ensinam aos seus praticantes valores, tais como o respeito a si mesmo e ao próximo, o autocontrole e, inclusive, a disciplina.” De modo similar, Jesus e Affonso (2021, p. 10), também afirmam que, “na prática de jiu-jitsu, por exemplo, as crianças podem desenvolver o discernimento de certo e errado, o que é bastante válido e pode ser feito para o bem dos outros, além de entrar em contato e se socializar com outros membros.”

Entretanto, para que o jiu-jitsu desempenhe plenamente esse papel transformador, é necessário que seja conduzido por instrutores capacitados, que compreendam a realidade sociocultural dos participantes e atuem de forma integrada com escolas, famílias e projetos sociais. A intencionalidade pedagógica e o acompanhamento sistemático são determinantes para que a prática ultrapasse o âmbito esportivo e se consolide como estratégia de desenvolvimento humano. Segundo Silva (2021, p. 35), “precisam ir além do ensino técnico do Jiu-jitsu, com trabalho apenas no solo, para não instigarem a criação de estereótipos e levarem as pessoas a pensar que essa luta tem, por si só, o intuito de treinamento e de competição.”

A prática do Jiu-jitsu como estratégia pedagógica no desenvolvimento integral de crianças e jovens no contexto escolar

Segundo Medeiros (2024), a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) constitui-se como documento orientador da educação básica brasileira, estabelecendo as habilidades a serem desenvolvidas ao longo da formação escolar. Fundamentada na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB), a BNCC busca a construção de uma sociedade justa, democrática e inclusiva, pautada na formação integral do estudante. Nesse contexto, o documento organiza o processo educativo em dez competências gerais, que abrangem dimensões cognitivas e socioemocionais.

Conforme Medeiros (2024), as inteligências emocional e intelectual são interdependentes, de modo que o desenvolvimento integral requer estratégias pedagógicas que contemplem ambas as dimensões. O autor ressalta que as lutas de

agarre, como o jiu-jitsu, podem favorecer esse processo, promovendo não apenas a aquisição das competências elencadas pela BNCC, como também o fortalecimento intelectual e socioemocional dos praticantes.

Nessa perspectiva, o jiu-jitsu, enquanto arte marcial de caráter formativo, revela-se uma alternativa pedagógica relevante. Inserido em projetos escolares, não se restringe ao condicionamento físico, mas também à socialização, disciplina e construção de valores essenciais à vida em sociedade. Como destaca Cavalcanti (2023, p. 19), “[...] o esporte e o Jiu-Jitsu têm a capacidade de nos educar integralmente, forjando em nós valores que nos preparam para a vida, consistindo em importante ferramenta educativa.”.

Bezerra (2024) reforça esse argumento ao evidenciar que o jiu-jitsu estimula habilidades cognitivas, como o controle inibitório e a flexibilidade, aspectos fundamentais para a adaptação a diferentes situações e para a regulação emocional. Tais benefícios são observados, sobretudo, em iniciantes e praticantes intermediários, que apresentam desempenho cognitivo superior em relação a não praticantes.

Os efeitos positivos dessa prática também são ressaltados por Silva (2020), que associa as atividades motoras do jiu-jitsu ao fortalecimento da atenção visual seletiva e ao desenvolvimento da leitura, indicando uma relação direta entre prática corporal e desempenho escolar. Complementarmente, Filho, Nunes, Neto e Lemos. (2023) demonstram que a modalidade contribui para a evolução das habilidades motoras, cognitivas e emocionais, bem como para a formação da personalidade e para a promoção de hábitos de vida saudáveis.

Ainda conforme Filho, Nunes, Neto e Lemos. (2023), os professores de jiu-jitsu, ao ensinar a modalidade de forma pedagógica, devem alinhar suas práticas à BNCC, considerando habilidades, competências, áreas e componentes curriculares, o que possibilita uma abordagem interdisciplinar. Os autores observaram que, quando o jiu-jitsu é integrado aos conteúdos e objetivos escolares indicados pela BNCC, os alunos desenvolvem competências e habilidades que repercutem no desempenho em diversas disciplinas, para além da educação física. Além dos benefícios motores, cognitivos e socioemocionais, o projeto pedagógico baseado no jiu-jitsu favorece a

motivação e o interesse dos estudantes nas demais áreas do conhecimento, impactando positivamente o ambiente escolar.

O jiu-jitsu pode ser explorado para além de sua prática esportiva e de seus alinhamentos com a BNCC, sendo possível relacioná-lo diretamente aos conteúdos curriculares que se corporificam no contexto das salas de aula. Segundo Flores (2020), em sua pesquisa, foi possível observar a interdisciplinaridade entre os movimentos da luta e o ensino de Física, ao analisar a biomecânica e o uso de alavancas como recursos para explicar conceitos dessa disciplina. Dessa forma, o jiu-jitsu demonstra potencial pedagógico, ultrapassando o âmbito da prática corporal para contribuir no processo de aprendizagem.

Essas constatações indicam que o jiu-jitsu pode ser compreendido não apenas como prática esportiva, mas também como recurso didático interdisciplinar que favorece aprendizagens significativas. Segundo Smalti, Barbosa e Bonone (2023), a inserção do jiu-jitsu no contexto escolar não se limita ao desenvolvimento físico, mas também fortalece valores como respeito, cooperação e disciplina, elementos fundamentais para o processo educativo. Assim, observa-se que o jiu-jitsu, ao integrar dimensões físicas, cognitivas e socioemocionais, constitui-se em ferramenta pedagógica capaz de favorecer o desenvolvimento integral de crianças e jovens no contexto escolar.

4. RESULTADOS E CONCLUSÃO

A partir do levantamento e revisão bibliográfica realizada, foi possível identificar que existe uma escassez de títulos acadêmicos no que se refere principalmente à relação entre jiu-jitsu e desenvolvimento cognitivo. No que tange ao tema jiu-jitsu e vulnerabilidade foi encontrada uma quantidade significativa de produções acadêmicas, no entanto não atendem totalmente a questão levantada neste trabalho sobre jiu-jitsu e vulnerabilidade social.

Em relação à prática do jiu-jitsu e desempenho escolar foram encontrados bons resultados, a prática dessa luta gera muitos benefícios motores que causam impactos positivos no desenvolvimento cognitivo, além de poder ser trabalhada de maneira que o aluno alcance competências e habilidades previstas na BNCC. Nos artigos científicos selecionados, na temática jiu-jitsu educação ressalta-se que para a prática

do jiu-jitsu proporcionar benefícios é necessário que o docente que o aplique utilize boas estratégias pedagógicas, voltadas para prática motora, moral e ética do esporte em conjunto com as competências gerais da BNCC.

Conforme a pesquisa realizada, concluímos que o tema proposto foi de suma relevância para nosso aprendizado sobre práticas e abordagens pedagógicas na perspectiva do jiu-jitsu para o desenvolvimento do comportamento e aprendizagem escolar nos jovens e crianças em vulnerabilidade social, pois mediante a abordagem conceitual dos artigos estudados, foi possível compreender os efeitos positivos do jiu-jitsu para o desenvolvimento escolar e aquisição de habilidades gerais das crianças e jovens.

É possível considerar que a escrita deste trabalho foi árdua, em decorrência da dificuldade de encontrar referencial teórico, posto que do total de 2.923 artigos científicos identificados com o termo jiu-jitsu, a maioria deles estavam voltados para área da educação física, focando na parte de treinamento, saúde, algumas em ensino e aspectos históricos e culturais da arte marcial pesquisada, dificultando o desenvolvimento da nossa escrita e ampliando nossa busca dentro dos artigos.

Diante do exposto conseguimos atender parcialmente nossos objetivos. A partir das pesquisas acadêmicas revisadas percebeu-se uma contribuição do jiu-jitsu mesmo que de forma indireta no processo de ensino e aprendizagem de jovens e crianças em vulnerabilidade social, pois ao praticarem esse esporte eles adquirem habilidades motoras, atenção, responsabilidade, respeito e controle das emoções que impactam positivamente em sua vida escolar.

REFERÊNCIAS

BOURDIEU, Pierre; PASSERON, Jean-Claude. **A reprodução: elementos para uma teoria do sistema de ensino**. Recensão de: Ana Paula Rosendo. Covilhã: Universidade da Beira Interior, 2009. (Coleção Recensões LUSOSOFIA). Disponível em: https://www.lusosofia.net/textos/rosendo_recensao_bourdieu_passerson.pdf. Acesso em: 28 ago. 2025.

BARBOSA, Rafael Mendonça; SOARES, Leililene Antunes; LAVORATO, Victor Neiva; MOTA JÚNIOR, Rômulo José.. Comparação do estado nutricional em crianças praticantes e não praticantes de jiu-jitsu. **Caderno Científico UNIFAGOC de Graduação e Pós-Graduação**, [s. l.], v. 5, n. 1, 2021. Disponível em: <https://revista.unifagoc.edu.br/index.php/caderno/article/view/727>. Acesso em: 24 jul. 2025.

BEZERRA, E. de S. **Desempenho cognitivo e nível de atividade física em praticantes de jiu-jitsu no Alto Sertão Paraibano**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Educação Física) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia da Paraíba, Campus Sousa, Sousa, 2024.

CAVALCANTE, W. O. F. **O jiu-jitsu como ferramenta educativa**: um relato de experiência de um praticante da modalidade (2010-2023). 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em História) – Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Humanidades, Campina Grande, 2023.

CAVALLARI FILHO, R.; NUNES, N. de C.; MORAES NETO, O.; LEMOS, V. O jiu-jitsu como ferramenta pedagógica e organizacional auxiliar ao desenvolvimento pleno da vida. **Regae: Rev. Gest. Aval. Educ.**, Santa Maria, v. 12, n. 21, e74250, p. 1-24, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/2318133874250>. Acesso em: 23 jul. 2025.

CORTÊS NETO, E. D.; DANTAS, M. M. C.; MAIA, E. M. C. Benefícios dos projetos sociais esportivos em crianças e adolescentes. **Saúde & Transformação Social**, Florianópolis, v. 6, n. 3, p. 109-117, 2015.

DIAS, M. B. L.; CARNEIRO, T. de A. M.; SOUZA, D. N. de. A atuação multiprofissional e o uso de metodologias ativas na educação em saúde de crianças e adolescentes em vulnerabilidade através das potencialidades do território. **Brazilian Journal of Health Review**, Curitiba, v. 4, n. 4, p. 16488-16506, jul./ago. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n4-164>. Acesso em: 1 ago. 2025.

FLORES, J. A. da S. **O ensino de Física e a dialogicidade**: utilização do esporte jiu-jitsu para o aprendizado científico. 2020. Monografia (Especialização em Práticas Educacionais em Ciências e Pluralidade) – Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Dois Vizinhos, 2020.

JESUS, A. P. C. de. **A prática do jiu-jitsu como meio de inclusão social para crianças em situação de vulnerabilidade**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Centro Universitário FAMETRO, Manaus, 2021.

MEDEIROS, L. **Lutas com agarre e desenvolvimento de competências socioemocionais em adolescentes**: ações didáticas para aulas de educação física escolar. 2024. Dissertação (Mestrado Profissional em Educação Física em Rede Nacional – ProEF) – Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 2024.

MORAES, L. R.; COSTA, M. E. M.; SILVA, K. M. V. S. A atuação do pedagogo em espaços não formais: uma análise a partir do contexto da escola de artes marciais. **Encontro de Saberes Multidisciplinares**, São Luís, MA, v. 1, n. 2, p. 1-18, 2023.

OLIVEIRA, P. B. de. **Projeto social esportivo**: possíveis implicações para o desenvolvimento de habilidades motoras e sociais de crianças em situação de vulnerabilidade. 2020. Dissertação (Mestrado em Saúde, Sociedade e Endemias na Amazônia) – Universidade Federal do Amazonas, Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Manaus, 2020.

PAZ, E. V. de F.; PAZ, R. Y. A. de A. de F. Navegando nas evidências históricas do jiu-jitsu brasileiro: GFTEAM – Igarassu, núcleo de guerreiros. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, São Paulo, v. 8, n. 3, p. 1755-1764, mar. 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.51891/rease.v8i3.4718>. Acesso em: 20 mar. 2025.

SILVA, D. R. da; GONÇALVES JUNIOR, L. Lutas e esportes de combate como elementos formadores na educação básica. **Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação**, Araraquara, v. 16, n. 1, p. 312-327, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.21723/riaee.v16i1.13746>. Acesso em: 22 jul. 2025.

SILVA, F. D.; SOUZA, J. D.; TERLUK, M. G.; MARCON, S. A. K.; ROCHA, R. D. Metodologias de ensino e benefícios das lutas e esportes de combate: uma revisão integrativa de literatura. **Educação física e ciências do esporte**: uma abordagem interdisciplinar. Guarujá: Científica Digital, 2020. v. 2, p. 291-308.

SILVA, H. V. A. da. **Efeito de um programa de intervenção estruturado com técnicas do jiu-jitsu brasileiro na atenção visual e no desempenho escolar em adolescentes**: ensaio clínico randomizado. 2020. [s. n.]. Recife, 2020.

SILVA, T. E. L. da; SILVA, G. G. da; ESPINDOLA, W. C. F. Os Benefícios do Jiu-Jitsu para a Saúde: um incentivo para a prática esportiva. **Revista Científica da FASETE**. 2015. p. 186-192.

SMALTI, A.; BARBOSA, L.; BONONE, C. **A influência das artes marciais no comportamento de escolares em três cidades da Serra Gaúcha**: percepção de pais e professores. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) – Universidade de Caxias do Sul, Caxias do Sul, 2023.

SOARES, I. S.; RODRIGUES, G. M. de M. **A relevância dos projetos sociais esportivos para crianças em situação de risco e vulnerabilidade**. 2023. Artigo de Revisão (Graduação em Educação Física) – Centro Universitário UNIDESC, Goiás, 2023.

SPINELLI, T. C. Explorando as narrativas visuais: o corpo-infância e o jiu-jítsu brasileiro. **Revista da ALESDE**, Curitiba, v. 15, n. 2, p. 195-213, 2023. Disponível em: <https://doi.org/10.5380/ra.v15i2.93370>. Acesso em: 8 ago. 2025.

VIANA, A. M. **A prática do jiu-jitsu para crianças de 6 a 11 anos e as suas contribuições nos aspectos cognitivo, motor, afetivo e social**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Pontifícia Universidade Católica de Goiás, Goiânia, 2024.

VIEIRA, L. F. E.; FIDELIS, R. A.; RAMOS, I. G. R.; SANTOS, F. A. L. dos. Jiu-jitsu como prática benéfica na motricidade infantil. In: SEMIEDU – SEMINÁRIO DE EDUCAÇÃO, 2024. [s. l.]. **Anais [...]**. [S. l.]: [s. n.], 2024.

WINTER, A. C.; MENEGOTTO, L. M. de O.; ZUCCHETTI, D. T. Vulnerabilidade social e educação: uma reflexão na perspectiva da importância da intersectorialidade. **Conhecimento & Diversidade**, Niterói, v. 11, n. 25, p. 165-183, set./dez. 2019.