

## “PROJETO QUEM LUTA NÃO BRIGA” TAEKWONDO DA INICIAÇÃO AO ALTO RENDIMENTO: RESULTADOS E PERSPECTIVAS

ANDRESSA FORMALIONI<sup>1</sup>; ROSSANO DINIZ<sup>2</sup>; CHARLES B FARIAS<sup>3</sup>;  
FABRÍCIO B DEL VECCHIO<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Escola Superior de Educação - UFPel – andressaformalioni@hotmail.com

<sup>2</sup> Escola Superior de Educação - UFPel – rossanotkd@hotmail.com

<sup>3</sup> Escola Superior de Educação - UFPel – charlesbartelcrn@hotmail.com

<sup>4</sup> Escola Superior de Educação - UFPel – fabrioboscolo@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

O Taekwondo (TKD) é arte marcial coreana que se constitui como modalidade esportiva e filosofia que visa o desenvolvimento físico, moral e social em busca da perfeição (SANTOS et al., 2011). O TKD também é considerado esporte olímpico, praticado atualmente por mais de 50 mil pessoas em 189 países filiados à World Taekwondo Federation (WTF) (SANT'ANA et al., 2009). O aprendizado de diferentes esportes de combate na infância e adolescência contribui para o resgate e formação do caráter, respeito, disciplina e a promoção da saúde dos seus adeptos (KIM; DATTILO; HEO, 2011). Complementarmente, embora não haja consenso na literatura (STRAYHORN; STRAYHORN, 2009), já se observou que a prática de artes marciais pode contribuir para diminuição da agressividade e comportamentos antissociais em crianças (TWEMLOW; SACCO, 1998) e adolescentes (TWEMLOW et al., 2008). Neste contexto, programa que envolveu o TKD e seus princípios diminuiu agressividade, aumentou a auto-estima e cultivou valores sociais positivos com adolescentes (TRULSON, 1986). Neste contexto, a partir de parceria entre Secretaria Municipal de Educação e Desporto (SMED) da Prefeitura Municipal de Pelotas e a Escola Superior de educação Física (ESEF) da Universidade Federal de Pelotas (UFPEL) foi possível, a partir de 2011, implantar a modalidade de forma gratuita para alunos de ambas as instituições, promovendo-a em âmbito de iniciação esportiva e alto rendimento. Atualmente, o projeto desenvolve a modalidade para iniciantes a partir de sete anos de idade, estudantes da rede escolar pública e privada e da UFPEL e praticantes no alto rendimento, a partir dos 12 anos. São jovens e adultos da cidade de Pelotas/RS, e os envolvidos participam de competições ao longo do ano. Atualmente, o projeto possui atletas classificados na seleção Estadual e Nacional, disputando competições Nacionais e Internacionais. O objetivo do presente trabalho é apresentar relato das atividades realizadas no interior do projeto de extensão “Quem Luta Não Briga”, da ESEF/UFPel.

### 2. MATERIAIS E MÉTODOS

Este projeto tem como objetivo a integração, socialização e inclusão de seus participantes, propiciando um espaço para uma prática físico-esportiva, no alto rendimento as aulas visam também à melhoria da aptidão física, a partir de treinamento orientado e específico para o Taekwondo.

Quanto aos recursos humanos, o projeto conta com um professor doutor, o qual é coordenador geral, um coordenador técnico, faixa preta 6º grau de TKD e mestre em Educação Física, além de equipe multidisciplinar que conta com fisioterapeuta através de parceria com a Universidade Católica de Pelotas, odontólogos, psicólogos, nutricionista e preparadores físicos. Em seu interior,

atende ao total de aproximadamente 250 alunos de diferentes faixas etárias, sendo que alguns destes praticantes participam do segmento denominado alto rendimento e outros do grupo de elite onde os mesmos competem em nível estadual e nacional.

As atividades são conduzidas de segunda à sábado, em seis núcleos distintos. Três núcleos são voltados ao atendimento da comunidade em geral, a saber: sala de lutas da ESEF/UFPEL (aproximadamente 75 alunos atendidos), ginásio da AABB/UFPEL (aproximadamente 75 alunos atendidos), na Associação dos Moradores da Cohab Tablada (aproximadamente 30 alunos atendidos). O projeto também é executado em três escolas, através de parceria com o projeto governamental denominado “Mais Educação” e conta com aproximadamente 70 praticantes. Ademais, está sendo viabilizada a implantação de um novo núcleo de atendimento do projeto que será situado no Colégio Municipal Pelotense.

O projeto conta com estratificação da prática em três níveis distintos: iniciação, alto rendimento e elite, e os critérios de inclusão em cada grupo são: **i) Iniciação esportiva:** ter acima de 7 anos e estar vinculado à uma escola da rede pública ou privada ou a UFPEL; **ii) Alto rendimento:** ter mais de 6 meses de prática de TKD e demonstrar interesse e bom desempenho nos treinamentos e combates realizados durante as aulas do projeto, e; **iii) Elite:** obter graduação mínima de 3º Gub, grau intermediário, estar classificado para seletiva de formação da seleção gaúcha de TKD e obter desempenho satisfatório nas avaliações físicas realizadas semestralmente. Ambos os grupos podem contar com o apoio da equipe multidisciplinar, porém, acompanhamentos nutricionais, fisioterapêuticos, bem como sessões de treinamento físico específicos mais intensificados são destinados principalmente aos grupos de alto rendimento e elite.

### 3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Desde então passaram pelos núcleos de prática do projeto cerca 1000 alunos que mantiveram a prática do TKD de forma sistemática. Os envolvidos participam de competições da modalidade, promoção de graduação de faixas coloridas à preta e são beneficiados em variáveis de comportamento e disciplina, a partir de resultados em competições e exames de faixa da Federação Gaúcha de TKD (FGT) e decorrente de estudos realizados previamente (DINIZ; DEL VECCHIO, 2013). Verificou-se desempenho dos alunos do projeto em variáveis comportamentais, percebidas pelos professores e responsáveis dos alunos, com respeito aos seguintes componentes: 1) respeito com os mais velhos; com irmãos e amigos; 2) comprometimento com as tarefas de casa; 3) atitudes agressivas verbais; 4) atitudes agressivas físicas; 5) participação na escola; e 6) desempenho nas avaliações escolares. Concluiu-se que a prática do TKD, através de projeto social de forma sistemática, constitui-se como estratégia adequada para formação de jovens, além de promover representação social que favorece a prática da disciplina e respeito. Destaca-se ainda, o pleno envolvimento dos pais e o apoio demonstrado ao projeto este se dá desde o acompanhamento dos filhos nos treinos e competições, até na ajuda com a manutenção dos materiais utilizados nos treinos.

Do ponto de vista competitivo, a tabela 2 apresenta o quadro de competições e medalhas conquistadas por atletas do Projeto. Em competições

por equipe, foram conquistados os títulos de equipe Campeã Invicta do circuito Costa Doce 2012, 2013 e 2014 primeira etapa 2015 e primeira etapa de 2016.

**Tabela 2. Desempenho do “Projeto Quem Luta Não Briga - Taekwondo” em Competições da modalidade.**

| Competição                              | Número de medalhas              |
|---|---------------------------------|
| Circuito Costa Doce 2012 (3 etapas)     | 135 (ouro/prata/bronze)         |
| Circuito Costa Doce 2013 (3 etapas)     | 150 (ouro/prata/bronze)         |
| Circuito Costa Doce 2014 (3 etapas)     | 165 (ouro/prata/bronze)         |
| Circuito Costa Doce 2015                | 172 (ouro/prata/bronze)         |
| Campeonato Brasileiro 2011              | 1 (ouro), 1 (prata), 1 (bronze) |
| Campeonato Brasileiro 2012              | 1 (ouro), 1 (prata), 2 (bronze) |
| Campeonato Brasileiro 2013              | 2 (ouro), 1 (prata), 2 (bronze) |
| Campeonato Brasileiro 2014              | 3 (ouro), 2 (prata), 3 (bronze) |
| Campeonato Brasileiro 2014              | 4 (ouro), 2 (prata), 3 (bronze) |
| Campeonato Brasileiro 2015              | 3 (ouro), 3 (prata), 1 (bronze) |
| Campeonato Pan-americano 2013 (México)  | 1(prata)                        |
| Campeonato Sulamericano 2015 (Perú)     | 1(ouro)                         |
| Campeonato Mundial 2014 (Azerbaijão)    | Participação                    |
| Campeonato Mundial 2015 (Coreia do Sul) | Participação                    |

Como dados intangíveis destaca-se que os participantes do projeto que alcançam desempenho elevado, e obtêm vaga nas seleções gaúcha e brasileira (Tabela 3), passam a compor estas equipes e, por conseguinte, têm a oportunidade de viajar e conhecer outras cidades, estados e até mesmo outros países. A tabela 3 mostra o número de vagas conquistadas nas seleções gaúcha e brasileira.

**Tabela 3. Vagas obtidas pelo “Projeto Quem Luta Não Briga - Taekwondo” em seleções estadual e nacional.**

| Seleções                | Vagas obtidas                    |
|-------------------------|----------------------------------|
| Seleção Gaúcha 2012     | 4                                |
| Seleção Gaúcha 2013     | 6                                |
| Seleção Gaúcha 2014     | 7                                |
| Seleção Gaúcha 2015     | 8                                |
| Seleção Gaúcha 2015     | 8                                |
| Seleção Brasileira 2014 | 1                                |
| Seleção Brasileira 2015 | 1 cadete; 1 master               |
| Seleção Brasileira 2016 | 2 titulares (cadetes); 1 reserva |

#### **4. CONCLUSÕES**

Considera-se que o projeto tem sido grande utilidade e proporciona elevado impacto social além de um grande envolvimento familiar; pois, além de propiciar aprendizado de modalidade olímpica esportiva de combate, desenvolve o caráter e o respeito e insere discentes no ambiente universitário e no ambiente competitivo de alto rendimento. O Taekwondo tem objetivado resgatar a identidade da população juvenil através do esporte e, por esse motivo, sua

intenção é trazer crianças para dentro das escolas e, assim, inseri-las no meio social e da prática da atividade oferecida. Deste modo elas têm oportunidade de desenvolver autoconhecimento e de ter contato com seu potencial, destaca-se ainda que o projeto vem ganhando visibilidade em cenário nacional devido ao desempenho dos atletas nas comoetições. Por fim, destaca-se que o projeto proporciona grande aprendizado técnico-profissional e engrandecimento na formação acadêmica para estudantes da ESEF/UFPEL e de outras instituições parceiras que atuam na equipe multidisciplinar do projeto.

## 5. REFERÊNCIAS

DINIZ, R.; DEL VECCHIO, F.B. Projeto “quem luta não briga”: impressões de responsáveis e professores quanto aos efeitos da prática do taekwondo em variáveis comportamentais. **Revista Didática Sistêmica FURG**, edição especial, v.1, p.19–30, 2013.

KIM, J.; DATTILO, J.; HEO, J. Taekwondo participation as serious leisure for life satisfaction and health. **Journal of Leisure Research**, v. 43, n. 4, p. 545 – 559, 2011.

SANT'ANA, J.; SILVA, J. F.; GUGLIERMO, L. G. A. Variáveis fisiológicas identificadas em teste progressivo específico para Taekwondo. **Motriz**, Rio Claro, v.15, n. 3, p. 611-620, 2009.

SANTOS, K. S.; SILVA, R. V.; CARVALHO NETO, A. F. LOPES, C.A. A representação social do taekwondo: ET07, **Cultura e Processos Educacionais**, 2011.

STRAYHORN, J.M.; STRAYHORN, J. C. Martial arts as a mental health intervention for children? Evidence from the ECLS-K. **Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health**, p. 3 – 32, 2009. Acessado em 22 de julho de 2015. Online. Disponível em: <http://www.capmh.com/content/3/1/32>.

TRULSON, M. E. Martial arts training: a novel “cure” for juvenile delinquency. **Human relations**, Texas, v. 39 n.12, p. 1131-1140 , 1986.

TWEMLOW S. W.; BIGGS, B. K.; NELSON, T. D.; VERNBERG, E. M. ; FONAGY, P.; TWEMLOW, S.W. Effects of participation in a martial arts–based antibullying program in elementary schools. **Psychology in the schools**, v. 45, p.947 – 959, 2008.

TWEMLOW, S.W.; SACCO, F.C. The application of tradicional martial arts practice and theory to the treatment of violent adolescentes. **Adolescence**, San Diego, CA. v.22, n.131, p.505-518, 1998.