

“QUEM LUTA NÃO BRIGA” PROJETO DE TAEKWONDO: DA INICIAÇÃO AO ALTO RENDIMENTO

**HENRIQUE DE PINHO¹; ROSSANO DINIZ²;
PABLO SILVA PEREZ³; FABRICIO BOSCOLO DEL VECCHIO⁴**

¹*Escola Superior de Educação Física, UFPel – henriquedepinho7@gmail.com*

²*Escola Superior de Educação Física, UFPel – rossanotkd@gmail.com*

³*Prefeitura Municipal de Pelotas - pablopettiz@gmail.com*

⁴*Escola Superior de Educação Física, UFPel – fabricioboscolo@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O Taekwondo (TKD) é uma arte marcial milenar, com origem na Coreia há mais de 2000 anos (KIM; DATTILO; HEO, 2011), somado a isso, a modalidade se constitui de forma esportiva e filosófica, com o objetivo de desenvolver o físico, a moral e o social do praticante visando a perfeição (SANTOS et al., 2011). A popularização do Taekwondo cresceu de forma acentuada após se tornar uma modalidade olímpica oficial no ano 2000 (*International Olympic Committee*), tendo como organização responsável pela implementação das regras e regulamentos à World Taekwondo Federation (WT) (BRIDGE et al., 2014) e atualmente possui mais de 70 milhões de praticantes em 190 países (KIM, 2006).

A prática do TKD na juventude, além de melhorar o autoconhecimento fisiológico e elevar os níveis de força e flexibilidade dos praticantes (KIM, 2009), também promove efeitos positivos no âmbito pessoal e social por promover princípios de respeito, disciplina e autocontrole (KIM; DATTILO; HEO, 2011; LIM 2009). De forma concomitante, a inserção de jovens em idade escolar no treinamento de artes marciais é uma forma de estimular o comportamento menos agressivo e antissociais em crianças e adolescentes (TWEMLOW et al., 2008). Sendo assim, foi nesse contexto que, em 2011, a partir de parceria entre a 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) surgiu o projeto de Taekwondo “Quem Luta Não Briga” (QLNB), o qual tem o propósito de promover a modalidade de forma gratuita para alunos da rede pública e privada da cidade de Pelotas-RS e estimular os valores que a modalidade oferece, além de inserir os praticantes no âmbito esportivo e do alto rendimento.

Atualmente, o projeto promove a modalidade para iniciantes a partir de 4 anos de idade, sendo eles, estudantes da rede escolar pública, privada e da UFPEL, sendo que o grupo de alto rendimento é desenvolvido a partir dos 12 anos de idade. Com isso, o QLNБ conta com crianças, jovens e adultos e que participam de diversas competições ao longo do ano de nível estadual, regional, nacional e internacional, com atletas classificados para as seleções estadual e nacional. O presente estudo tem como objetivo apresentar o trabalho realizado pelo projeto “Quem luta não briga” na cidade de Pelotas-RS.

2. METODOLOGIA

O QLNБ tem como objetivo a socialização, integração e inclusão, além de proporcionar e fomentar a prática de atividade física através do Taekwondo em espaços propícios para prática da modalidade, sendo assim, cultivando os

princípios que o Taekwondo fundamenta. O projeto possui um coordenador geral, sendo ele Professor Doutor em Educação Física e um coordenador técnico, Mestre em Educação Física e Faixa Preta 6º Dan de TKD, um Professor Doutor em Nutrição e um Professor Doutor em Fisioterapia, além de discentes voluntários que fazem o monitoramento nos treinos. Atualmente, o QLNB conta com 600 alunos totais de escolas públicas, privadas e da UFPEL de diferentes faixas etárias, sendo que 45 desses alunos são inseridos no alto rendimento. As atividades são compostas por treinamentos, aulas teóricas e palestras sobre diferentes áreas relacionadas ao TKD e são realizadas em 4 núcleos, sendo eles: Instituto de Menores Dom Antônio Zattera (IMDAZ), Associação Atlética do Banco do Brasil (AABB), Inova Guabiroba e Lar Dona Conceição. De forma semestral são realizados testes de desempenho e detecção de talentos para encaminhar e compor atletas para a equipe de alto rendimento, a qual possui um programa de treinamento composto de 5 a 6 sessões semanais, com acompanhamentos que envolvem preparação física, treinamento técnico-tático, nutrição, fisioterapia e acompanhamento psicológico visando a preparação para o calendário competitivo, que envolve competições regionais, estaduais, nacionais e internacionais.

Tabela 1. Núcleos do “Projeto Quem Luta Não Briga”, e número de alunos atendidos em iniciação esportiva e alto rendimento.

NÚCLEOS	NÚMERO DE ALUNOS	
	INICIAÇÃO ESPORTIVA	ALTO RENDIMENTO
IMDAZ	330	30
AABB	120	15
INOVA GUABIROBA	75	5
DONA CONCEIÇÃO	75	0
Total de alunos	600	45

O Quem Luta Não Briga é segmentado em três níveis de práticas distintos, são eles:

1. **Iniciação esportiva:** ter acima de 4 anos de idade, estar matriculado na rede de ensino público, privado ou universitário e apresentar frequência regular;
2. **Competidores:** ter mais de 6 meses de prática de TKD e demonstrar interesse e bom desempenho nos treinamentos e lutas realizadas durante os treinos do projeto;
3. **Alto rendimento:** possuir graduação mínima de 4º Gub, grau intermediário, estar classificado para seletiva de formação da seleção gaúcha de TKD e obter desempenho qualificado nas avaliações físicas realizadas semestralmente.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Tendo em vista que mais de 1000 alunos já passaram pelos núcleos do QLNB, do ponto de vista social é notório que o projeto possui grande contribuição para a comunidade local. Em estudo previamente realizado por DINIZ & DEL VECCHIO (2013), verificou-se que variáveis comportamentais, como: 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 foram superiores após o ingresso dos alunos no projeto.

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, 2015 e 2016.

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

QUADRO DE MEDALHAS QLNB 2012 A 2023	
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 (3 etapas)	185 (ouro/prata/bronze)
Circuito Costa Doce 2016 (3 etapas)	170 (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 2015	4 (ouro), 2 (prata), 3 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2016	1 (ouro), 2 (prata), 1 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2017	1 (prata), 1 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2018	4 (prata), 3 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2019	2 (ouro), 1 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2020	1 (ouro), 1 (prata)
Campeonato Brasileiro 2021	3 (ouro), 2 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2022	12 (ouro), 5 (prata), 12 (bronze)
Campeonato Brasileiro 2023	3 (ouro), 2 (prata)
Campeonato Pan-americano 2013 (México)	1 (prata)
Campeonato Mundial 2014 (Azerbaijão)	Participação
Campeonato Sul Americano 2015 (Peru)	1 (ouro)
Campeonato Mundial 2015 (Coreia do Sul)	Participação
Campeonato Mundial 2017 (Egito)	Participação
Jogos Sul Americanos da Juventude 2017 (Chile)	1 (Prata)

4. CONCLUSÕES

Conclui-se que o projeto QLNB proporciona para a comunidade um grande impacto social, pois, além de fomentar uma modalidade olímpica de combate e incentivar os alunos a chegarem ao alto rendimento, também desenvolve valores de respeito e caráter através do TKD. Esses benefícios comportamentais sociais são previstos na literatura científica, demonstrando que a prática de TKD por jovens implica em melhora gradativa na representação social, auto estima, diminuição da agressividade (TRULSON, 1986). É importante mencionar que o projeto também contribui na formação profissional e acadêmica dos alunos da ESEF/UFPEL que se voluntariam como monitores do QLNB, sendo que os mesmos possuem

interesse, mas carecem de uma formação qualificada e experiências na área das lutas, como indicado por FONSECA, FRANCHINI e DEL VECCHIO (2013).

O projeto ainda possui barreiras e limitações, sendo a principal delas a questão financeira pela demanda que o projeto possui para compra de materiais, inscrições em competições, viagens, estadias e contratações de profissionais na área da Educação Física, Taekwondo, Nutrição e Fisioterapia. Também se espera que o QLNB proporcione para seus alunos maiores perspectivas ao efetivarem suas carreiras no TKD e que a UFPEL implemente cada vez mais ações interdisciplinares, possibilitando a participação de cursos como Nutrição, Fisioterapia, Medicina, Odontologia, entre outros. Por fim, indica-se que os praticantes que ingressarem no TKD possam ter esse suporte interdisciplinar junto com a experiência que os instigue a buscar o ingresso como discentes da UFPEL.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 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.
- FONSECA, J. M. C.; FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F. B. Conhecimento declarativo de docentes sobre a prática de lutas, artes marciais e modalidades esportivas de combate nas aulas de educação física escolar em Pelotas, Rio Grande do Sul. **Pensar a Prática**, Goiânia, v.16, n.2, p.320602. 2013.
- TRULSON, M. E. Martial arts training: a novel “cure” for juvenile delinquency. **Human relations**, v.39 n.12, 1986.
- SANTOS, K. S.; SILVA, R. V.; CARVALHO NETO, A. F. LOPES, C.A. A representação social do taekwondo: ET07, **Cultura e Processos Educacionais**, 2011.
- 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.
- 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.
- KIM, U.-Y. **TAEKWONDO TEXTBOOK**. Coréia: Oh Sung Pub. Co, 1995.
- KIM, Y. Change of youth physical self-concept according to Taekwondo participation. **The Korean Journal of Growth and Development**, v.17, n.1, p.33-40, 2009.
- BRIDGE, C. A.; SANTOS, J.; CHAABÈNE, H.; PIETER, W.; FRANCHINI, E. Physical and Physiological Profiles of Taekwondo Athletes. **Sports Medicine**, v. 44, n. 6, p. 713–733, 2014.