

**IMPORTÂNCIA DO KARATÊ-DÔ NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA PARA O
DESENVOLVIMENTO DE ALUNOS DAS SÉRIES INICIAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL**

*Romário Nunes¹
Ernesto Franzoi²*

RESUMO: O Karatê-Dô visa desenvolver na prática a capacidade física, mental e de defesa. Durante muito tempo à humanidade tratou crianças como um adulto em miniatura, com responsabilidades e deveres. Os jovens, em particular, deveriam mostrar maior interesse por suas famílias e esta, sem dúvida, é uma questão importante, não apenas para o possível praticante de Karatê-Dô, mas também para todos os membros da raça humana. Muitos e diversos são os fatores que contribuem para a formação da estrutura física do homem. Integrar o praticante junto à sociedade, através da prática do Karatê-Dô, com rígida disciplina da prática, estabelecendo metas próprias, buscando suas limitações forjando indivíduos de firme personalidade, evitando que por diversas razões caia no caminho das drogas ou outros vícios que desequilibrem e destruam o jovem ainda em formação. Um aspecto importante do desenvolvimento do caráter é alcançar o equilíbrio entre material e espiritual. A formação e o exercício de ambos os aspectos é considerado como essencial para que o homem possa de fato ser realizador. É também, ainda o equilíbrio, algo que deve ser sempre buscado para garantir uma preparação constante que impeçam imprevistos e, caso aconteçam, se esteja capacitado para lidar com eles. Neste sentido, este trabalho aborda a importância da implantação de jogos, brincadeiras e lutas em assistência as aulas de Karatê-Dô infantil, no sentido de verificar se essas atividades lúdicas auxiliam o aprendizado, as relações afetivo-sociais bem como, o desenvolvimento dos fatores motores em crianças de 06 à 10 anos de idade.

Palavras - chave: Karatê-Dô; lúdico; crianças.

ABSTRACT: The Kaiate-Do aims to develop in practice the physical, mental and defense capacity. For a long time the humanitv treated children as an adult in miniature, with responsibilities and duties. The youths, should show the largest interest for their families and this, without doubts is an important subject, not only by the practitioner of Karate-Do, but it is also for ali the members of the human race. There are many factors that contribute to the formation of the man's physical strueture. To integrate the practitioner in the society, through the practice of the Karate Do, with hard discipline in the practice, establishing own goals, looking for his/her limitations forging individuais of firm personality, avoiding that for several reasons he/she falls in the drugs or other addictions that destroy the youth in his/her formation. An important aspect of the development of the character is to reach the balance among material and spiritual value. The formation and the exercise of both aspects are considered in fact as essential for the man and it can be fulfilled. It is also, the balance, something that should be always looked for the guarantee of a constant preparation that prevent unexpected things and in case they happen, be qualified to work with them. In this sense, this work approaches the importance of the implantation of games, plays and fights in order to help the classes of infantile Karate Do. in the sense of verifying if these playfúl activities help the learning, the affective-social relationships as well as the development of the motor factors in children from 06 to 10 years old.

Keywords: Karate Do; playfúl; children.

INTRODUÇÃO

Esta pesquisa tem por objetivo destacar a importância do Karatê-Dô na coordenação motora, equilíbrio e socialização do educando nas séries iniciais do Ensino Fundamental, uma vez que a busca da perfeição durante a execução das técnicas de Karatê-Dô, pode propiciar a perfeição na realização de outras atividades do dia-a-dia. De modo que hábitos e atitudes desenvolvidas sejam levados como modelo comportamental tanto para a escola, como para a relação com seus familiares e no meio social em que está inserido.

A importância dos componentes curriculares requer que sejam desenvolvidos na escola, expressando um sentido significativo que abrange e compreende as relações desse tema, com a realidade sócio-econômica e cultural de uma comunidade, cidade e país. Conforme os parâmetros curriculares originaram as idéias psicológicas referentes especificamente ao pensamento psicopedagógico, e à experiência.

A proposta curricular dá ênfase à formação intelectual do aluno. O karatê-Dô em particular, tem por meta a formação e o fortalecimento físico, mental e espiritual dos praticantes.

De acordo com a proposta curricular (p.124) "O corpo nesta nova trajetória ganha outros olhares, fazendo emergir a idéia da motricidade (movimento intencional de transcendência) e não do movimento, colocando em debate o paradigma cartesiano de ser humano fragmentado em corpo e mente legado de uma visão mecanicista".

Na Educação Física Escolar o professor e aluno sempre estão frente a oportunidades de articulação das múltiplas dimensões que a abordagem educacional do esporte proporciona. Uma luta esportiva como o Karatê-Dô abrange também essas oportunidades por ter uma estrutura vinculada a princípios filosóficos que permeiam as relações dentro e fora do ambiente escolar. Ações que visem incluir as Artes Marciais como meio de potencializar o desenvolvimento do aluno devem ser avaliadas com profunda atenção pelos professores de Educação Física e equipe técnica das escolas.

Apresentamos assim, na primeira seção do trabalho, o processo histórico e de desenvolvimento do Karatê-Dô, o qual atualmente passa por uma transformação esportiva, mas sua formação tradicional de luta e suas respectivas regras continuam limitando algumas técnicas, garantindo com isso a segurança dos praticantes. O Karatê-Dô enquanto objeto de educação física, atinge todos os seus propósitos, entre eles a melhoria da saúde física e mental, capacidade de raciocínio, flexibilidade, reflexo, autoestima e autocontrole. Pode-se interligar a mente e o corpo, descobrindo suas potencialidades e tornando-se seguro e confiante, fazendo com que muitos sejam atraídos para esta prática esportiva.

Sob a ótica sociológica, a segunda seção da pesquisa permite uma visão pedagógica da atividade no âmbito escolar. Assim através de estudos de diversos fundamentos científicos, temos hoje a concepção atual da criança considerada como um ser que apresenta várias fases de evolução com características próprias e específicas, portanto, devem-se usar diversificadas formas de ensinar na escola. O Karatê-Dô é uma delas, no qual os alunos podem desenvolver todo o seu potencial de forma prazerosa, tendo uma forma correta de respiração e utilização do seu corpo, produzindo uma série de benefícios à sua saúde, em especial por estarem em fase de crescimento. Deste modo, o Karatê-Dô visa desenvolver na prática a capacidade física, mental e de defesa.

Como princípio básico da terceira e última seção do desenvolvimento da pesquisa consideram-se a aprendizagem como forma de superação da dificuldade, isto tem seu resultado refletido na vida. "Ocasionalmente a 'força mental'", ou persistência, necessária para superar obstáculos ao longo da vida. Superar o medo da luta. Enfrentar o mundo dentro da realidade, notando que o preparo físico e mental é imprescindível à capacidade de nela influir. A criança praticante do Karatê-Dô torna-se mais confiante

nas suas potencialidades, uma modalidade individual que oferece autoconfiança, melhorando a autoestima e o autor respeito, fazendo com que a pessoa se sinta valorizada. As grandes virtudes do Karatê-Dô são a prudência e a humildade

DESENVOLVIMENTO

A Filosofia do karatê-Dô

Os primeiros indícios de Artes Marciais surgiram no Oriente, muito antes da invenção da escrita. Acredita-se que as técnicas de defesa e ataque tiveram origem na observação dos animais na natureza, partindo da necessidade de sobrevivência e obtenção de alimentos. Nos antigos templos, os monges desenvolveram técnicas de luta sem armas, objetivando saúde e autodefesa, onde, "através de exercícios penosos pretendiam o fortalecimento do corpo para dar morada à paz de espírito e à verdade religiosa" (Sasaki, 1989). As artes marciais foram ensinadas em segredo de mestre para discípulo por séculos, por isso há grande falta de literatura apropriada que descrevam com exatidão a sua história.

O Karatê-Dô é uma arte marcial que se desenvolveu nas ilhas Loochoo nos tempos da antiguidade. Os habitantes desta ilha tinham uma habilidade peculiar no que diz respeito à arte da confiança e da modalidade física, as quais constituem as características principais do karatê-dô. Durante a Dinastia Tang, um método especial de boxear foi introduzido nas ilhas junto à cultura dessa dinastia, e contribuiu muito para o desenvolvimento da maneira nativa de boxear dos moradores. Esse novo modo ficou conhecido localmente como a maneira estrangeira superior de boxear "To-de", que literalmente significa "Tang Hang", e tinha uma referência especial para com este novo método de boxear.

A mente do verdadeiro karateca deve estar imbuída de motivação e preparação mental, antes de voltar à atenção para o corpo e o aperfeiçoamento de sua técnica. Os benefícios proporcionados aos praticantes de karatê-Dô é o desenvolvimento de um ser em harmonia interior, conseqüentemente com o meio que o cerca.

Segundo Funakoski (1998, p.50), "Você deve ser sempre profundamente solista com cortesia, sendo sempre respeitoso e obediente com os mais velhos. Não existem artes marciais que não resulte na importância da cortesia e das boas maneiras".

A importância desse valor, proveniente seja do xintoísmo, seja do confucionismo, tem o mesmo objetivo final. O xintoísmo dá uma importância religiosa para esse valor moral, já o confucionismo, explica sua importância considerando que a "piedade" filial é a raiz de toda virtude e o troco do qual nasce todo ensinamento moral.

Na prática do karatê-dô mais moderno, em que o contato físico e as lutas tornaram-se mais constantes esta experiência estaria ocorrendo a todo o momento, servindo para fortalecer o sentimento da necessidade da moralidade na vivência individual à coletiva. Já o desenvolvimento e o ensino da moral, têm seu fundamento na piedade filial. Nesta, irá se basear o respeito que se difunde aos demais e o serviço aos superiores hierárquicos, considerando-se ainda que aí esteja a origem da formação do caráter do praticante. É da piedade filial que se origina a honra da família e do Estado, sendo uma obrigação a cumprir, observar esta honra. A piedade filial representa o princípio da moral social já estabelecida, antes mesmo do nascimento e, portanto, da experiência individual.

Integrar o praticante junto à sociedade, através da prática do karatê-dô, com rígida disciplina da prática, estabelecendo metas próprias, buscando suas limitações forjando indivíduos de firme

personalidade, evitando que por diversas razões caia no caminho das drogas ou outros vícios que desequilibrem e destruam o jovem ainda em formação.

Um aspecto importante do desenvolvimento do caráter é alcançar o equilíbrio entre material e espiritual. A formação e o exercício de ambos os aspectos é considerado como essencial para que o homem possa de fato ser realizador. E também, ainda o equilíbrio, algo que deve ser sempre buscado para garantir uma preparação constante que impedem imprevistos e, caso aconteçam, se esteja capacitado para lidar com eles.

O aprofundamento do conhecimento de si próprio e o reconhecimento do significado do Karatê-Dô. tem no outro um importante auxílio, pois é nessa relação que ocorre o desencadeamento de reações pessoais que não poderiam ocorrer em âmbito apenas individual, sem interação. No contato como outro existe a possibilidade de se encarar concretamente o medo e suas conseqüências.

No equilíbrio entre os opostos, físico e mental, se baseia a necessidade da permanente preparação do homem, a fim de que ele possa fazer realizações importantes na vida. Essa permanente preparação do homem tem como função não somente a obtenção de realizações produtivas, mas também a prevenção frente às dificuldades sejam elas físicas ou psíquicas.

Visão Pedagógica da Atividade no Âmbito Escola

Psicomotricidade é o controle mental sobre a expressão motora. Objetiva obter uma organização que pode atender, de forma consciente e constante, às necessidades do desenvolvimento do corpo. Esse tipo de estudo é justificado quando qualquer indivíduo apresenta algum distúrbio à margem das normas mentais, fisiológicas, neurológicas ou afetivas. E a percepção de um estímulo, a interpretação da elaboração de uma resposta adequada, é uma harmonia de movimentos, controle motor, adaptação temporal, espacial, coordenação viso-motor, atenção e um esquema corporal bem estruturado.

Segundo Santos (2003, p.26):

Psicomotricidade é a ciência da educação que educa o movimento ao mesmo tempo em que põem em jogo as funções da inteligência. Movimento é o deslocamento de qualquer objeto, a ação corporal em si é a mesma unidade bio-psicomotora em ação. Está associada à afetividade e à personalidade, porque o indivíduo utiliza o seu corpo para demonstrar o que sente, e uma pessoa com problemas motores passa a ter problemas de expressão. A reeducação psicomotora lida com a pessoa como um todo. Porém, com um enfoque maior na motricidade. A reeducação psicomotora deverá ser efetuada por um psicólogo com especialização em psicomotricidade (psicomotrista). Pois não será apenas uma mera aplicação de exercícios, mas será desenvolvida uma adaptação de toda a personalidade da criança.

Ao estudar o comportamento de uma criança, percebe-se como é o seu desenvolvimento. O comportamento e a conduta são termos adequados para todas as suas reações, sejam elas reflexas, voluntárias, ou aprendidas. Portanto, assim como o corpo cresce, o comportamento humano evolui. No processo de desenvolvimento a criança tende a evoluir tanto física, quanto intelectual e emocionalmente. As primeiras evidências de um desenvolvimento normal mental são as manifestações motoras.

Para que ocorra um desenvolvimento motor adequado, é necessário um amadurecimento neural. ósseo, muscular, além de crescimento físico juntamente com o seu desenvolvimento intelectual, que se completa em torno dos 07 anos de idade, ocorrendo, posteriormente, um refinamento da integração perceptivo-motora com o desenvolvimento do processo intelectual propriamente dito.

Psicomotricidade e aprendizagem

A educação psicomotora abrange toda a aprendizagem da "criança" individual ou coletivamente, e é indispensável na aprendizagem escolar. Não pode ser ignorada quando a criança entra na primeira série, ajudando-a a organizar-se, propiciando-lhe melhores possibilidades de resolver os exercícios de análise, de lógica, das relações entre os números e valores. Esta educação realiza-se em todos os momentos da vida da criança, auxiliando-a a perceber melhor o seu corpo, e a dominar seus movimentos para melhorar sua expressão corporal.

Engloba o desenvolvimento funcional de todo o corpo e de suas partes, a criança aos poucos irá conquistar sua autonomia e independência de acordo com o processo de maturação conforme justifica Piaget. A atividade motora desempenha um papel importantíssimo em muitas de suas primeiras iniciativas intelectuais. Enquanto explora o mundo que a rodeia com todos os órgãos do sentido, ela percebe também os meios com os quais fará grande parte dos seus contatos sociais.

De acordo com Nascimento, (2002, p.48):

Quando a criança domina seu corpo dá a impressão que ela está bem à vontade, domina com desenvoltura e eficácia, o que lhe proporciona bem estar, e assim estará equipada para uma vida social próspera porque poderá expressar-se com o corpo e ousará tomar a palavra. Inversamente da criança fechada retomará confiança em si, encontrando companheiros para brincar.

Ludicidade

O brincar e o jogar são atos indispensáveis à saúde física, emocional e intelectual e sempre estiveram presentes em qualquer povo desde os mais remotos tempos. Através deles, a criança desenvolve a linguagem, o pensamento, a socialização, a iniciativa e a autoestima, preparando-se para ser um cidadão capaz de enfrentar desafios e participar na construção de um mundo melhor. O jogo, nas suas diversas formas, auxilia no processo ensino-aprendizagem, tanto no desenvolvimento psicomotor, isto é, no desenvolvimento da motricidade fina e ampla, bem como no desenvolvimento de habilidades do pensamento, como a imaginação, a interpretação, a tomada de decisão, a criatividade, o levantamento de hipóteses, a obtenção e organização de dados e a aplicação dos fatos e dos princípios a novas situações que, por sua vez, acontecem quando jogamos, quando obedecemos a regras, quando vivenciamos conflitos numa competição.

A ludicidade, tão importante para a saúde mental do ser humano é um espaço que merece atenção dos pais e educadores, pois é o espaço para expressão mais genuína do ser, é o espaço e o direito de toda a criança para o exercício da relação afetiva com o mundo, com as pessoas e com os objetos. O lúdico possibilita o estudo da relação da criança com o mundo externo, integrando estudos específicos sobre a importância do lúdico na formação da personalidade. Através da atividade lúdica e do jogo, a criança forma conceitos, seleciona idéias, estabelece relações lógicas, integra percepções, faz estimativas compatíveis com o crescimento físico e desenvolvimento e, o que é mais importante, vai se socializando.

O Karatê-Dô como Fonte Lúdica para Aprendizagem

Os Desportos de Combate (onde não temos relutância em colocar as Artes Marciais) tiveram origem em Culturas Medievais, ou em culturas similares. Os seus objetivos concretos são o combate condicionado por regras de segurança, e o fator que costuma ser considerado como fundamental na sua classificação é o fator distância.

Desde a algum tempo tem-se preocupado com a significação hodierna dos Desportos de Combate em geral, e do Karatê em particular.

Esta preocupação continua presente, pois embora as atividades que implicam "luta" e oposição corporal direta entre os intervenientes já não sejam discriminadas dos conteúdos programáticos da Educação Física (novos programas), poucos são os professores que os abordam nas aulas de Educação Física.

Este afastamento deve-se, por um lado, a um desconhecimento preciso dos conteúdos respectivos, o que dificulta a intervenção didática e pedagógica, e, especialmente, a um desconhecimento das suas imensas potencialidades para o desenvolvimento sócio-afetivo e perceptivo-motor da criança. Por outro lado, existe ainda a falsa crença de que estes tipos de atividades implicam um material muito específico, o que, está intrinsecamente ligado à noção de que os desportos de combate a abordar serão a Luta e o Judô ou eventualmente o Jogo do Pau (os únicos constantes na proposta curricular apresentada nos novos programas).

Cabe aqui fazer uma referência especial ao Karatê-Dô já que, fora da Escola, é cada vez mais usual a sua prática, principalmente em escalões etários cada vez mais baixos. Assim, urge refletir sobre o papel do Karatê-Dô infantil na socialização da criança, procurando também esclarecer, de certa forma, o tipo de tarefa motora inerente à prática da modalidade, elogiando os fatores positivos para a educação psico e sócio-motora. Só a partir do esclarecimento deste ponto que evidencia a importância de investigar sobre o enquadramento da atividade pela análise da tarefa. Como qualquer atividade cultural, pelo Karatê-Dô pode-se vincular determinadas normas, valores e símbolos, que influenciam a maneira de pensar, sentir e agir dos seus protagonistas.

A Socialização

A socialização diz respeito à aprendizagem das normas, valores e símbolos sociais, à sua integração e adoção pessoal. Isto pressupõe como é óbvia, a existência de um indivíduo e de um meio socializador.

O processo de socialização, dada a nova antropologia, não se caracteriza tanto pelo constrangimento com que decorre. Preocupa-se mais em integrar, numa perspectiva genética (estruturação, desestruturação, reestruturação) a interação social, onde se tem em conta a recepção ativa do "outro" através dos esquemas atuais (assimilação), e a reestruturação dos esquemas sob influência da sua inoperância face ao entendimento do mundo (acomodação); as normas que possibilitam as relações interpessoais, dando-lhes um significado, uma coerência e uma previsibilidade; os valores, como ideais de pensar, sentir e agir que orientam a conduta; os símbolos que referenciam os códigos de comunicação e participação social; e as sanções e recompensas que vão condicionando a regulação das condutas.

O processo de socialização, mais do que imposto, deve ser estimulante. O sujeito em desenvolvimento deve ser estimulado a utilizar e a desenvolver as normas, os valores e os símbolos,

como verdadeiros recursos de convívio. Torna-se evidente a antineutralidade do processo de socialização, pelo que existe uma função lúdica.

O Jogo Karatê como Desporto

O Karaté, como fenômeno autonomamente organizado, é uma atividade do século XX, mas o seu processo de gênese remonta a muitos séculos atrás.

Tal como em alguns outros Desportos de Combate ou "artes marciais", existe ainda certo discurso que pretende antagonizar a perspectiva imposta pelo jogo desportivo com a perspectiva dada pela prática marcial destas disciplinas.

Se, inicialmente, a perspectiva competitiva institucionalizada não estava dentro das expectativas dos mestres percursos do Karatê-Dô moderno, os praticantes universitários de Karatê- Dô na Ilha principal do Japão, os alunos de G. Funakoshi (1869-1957), com relevância para Hironori Ohtsuka (1892-1982), e os alunos de C. Miyagi (1887-1953), Kenwa Mabuni (1889-1952) levam a que em 1962 se forme a JKF (Japan Karate Federation) e em 1965 se realizem os primeiros campeonatos japoneses de Karatê-Dô entre vários estilos escolas.

Estrutura do Jogo de Combate

O jogo de combate no Karatê-Dô é um jogo de informação incompleta e sem estratégia, de duas pessoas, e, dependendo dos casos, pode ser finito (termina ao fim de um número finito de jogadas) e de soma zero (se um ganha, o outro perde).

Uma das suas características é que, por um lado, toda a responsabilidade de interpretação do jogo é individual; por outro lado, a situação é aberta, isto é, não depende apenas da própria intervenção, mas de todo um diálogo corporal com o "outro". Permite, assim, uma canalização centrífuga da atenção da criança, rumo ao "outro", sem apelar de forma demasiada complexa à cooperação. É um autêntico comportamento de sociabilização adequado à segunda infância e uma introdução aos comportamentos cooperativos próprios do período seguinte.

Outra importante característica do jogo de combate, ao referir-se ao caráter biplanear dos jogos, é a de que é interpretado, pelas crianças, como um faz-de-conta da luta real. Esta atividade, fulcro de expressões emocionais as mais diversas, na vez de recalçadas, devem ser trabalhadas objetivamente. O lidar com uma situação em que a "agressão" do "outro" é trabalhada ludicamente, permite a vivência próxima de problemas sócio-afetivos diversos, como o da agressividade.

Intervenção Pedagógica

A intervenção pedagógica, instrumentalizada centralmente no desenvolvimento do indivíduo pela prática do combate inerme de Karatê-Dô, tem que ser coerente com a nova antropologia, com a ontogênese do jogo, com o código ludencial. Antes de tudo, o prazer lúdico deve ser componente

predominante nos exercícios a propor. A aula deve promover um ambiente de autonomia e liberdade Por outro lado, a implementação dos valores de respeito pelo outro deve ser promovida pela manipulação das recompensas afetivas, e outras, que incentivem o controlo técnico do toque no parceiro.

Quanto às bases de raciocínio didático por que optamos, assentam no raciocínio dedutivo. A técnica emerge da manipulação das dimensões referidas.

Em termos gerais, a exploração estratégico-motora em jogo de combate parte de determinados conteúdos individuais dos protagonistas. A leitura da situação vai-se acentuando no essencial, por largar o acessório, o indivíduo vai encontrando a sua distância e o seu ritmo próprio, por largar determinantes inadequadas. Pressupõe-se uma falsificabilidade de determinados comportamentos e decisões que vão levando à emergência de comportamentos mais próprios e adequados, sem a certeza absoluta do seu carácter adequado nas situações futuras, mas com a segurança da iniciação ao raciocínio hipotético-dedutivo. Mas isto requer certa permanência mental, mais ou menos formalizante, ou seja, um pensamento formal, na infância é relevante a importância do presente concreto para a auto manifestação.

A Aprendizagem como forma de superação das dificuldades Desenvolvimento Motor

Como a movimentação, é uma necessidade para o desenvolvimento, a promoção da atividade física na infância é fator primordial para o desenvolvimento de hábitos saudáveis que podem modificar o surgimento de doenças crônicas enquanto adulto. Numerosas pesquisas sustentam a idéia de que importantes características da saúde e desempenho físico são melhoradas na infância como resultado de atividades físicas, pois a flexibilidade é o único requisito motor que atinge seu auge na segunda infância, piorando em seguida se não for devidamente trabalhada. Por esta razão, o treinamento de flexibilidade deve começar já na primeira infância, para que não haja perdas e para garantir uma boa elasticidade na vida adulta.

Para Burns, (1987):

Cada criança apresenta seu padrão característico de desenvolvimento, visto que suas características inerentes sofrem a influência constante de uma cadeia de transações que se passam entre a criança e seu ambiente. Mesmo assim, existem características particulares que permitem uma avaliação grosseira do nível e da qualidade do desempenho.

O Karatê-Dô: Da formação em civismo à promoção da saúde

O objetivo do Karatê-Dô é a perfeição da mente e do corpo. Contribui para a formação integral do homem. Isso o diferencia daqueles que fazem desta modalidade uma prática puramente desportiva. Tradição é um conjunto de valores sociais que passam de geração em geração, de pai para filho, de mestre para discípulo, e está relacionado diretamente com crescimento, maturidade, do indivíduo integralmente. Adota-se o Karatê-Dô por vários motivos dentre eles: o valor educativo foi determinante, principalmente no que se refere ao aspecto disciplinar. Outros o adotaram, principalmente, por quererem trabalhar com algum tipo de arte marcial, seguido de fatores secundários como por haver demanda, embora esta seja ainda pequena, promover um lazer saudável, oportunizar a prática como meio de defesa pessoal, por ter tido aprovação dos pais ou por ser o profissional de Karatê-Dô conhecido dos alunos e

da direção. A oferta do Karatê-Dô na escola representa um meio de "desmistificá-lo" uma vez que a socialização de seu conhecimento permite aos alunos e professores criticá-lo dentro de um determinado contexto sócio-econômico-político-cultural. Na maioria das escolas que oferecem e desenvolve o Karatê-Dô de forma efetiva e sistemática, este esporte foi incluído como mais uma opção esportiva no programa de educação física escolar.

Pode-se confirmar que um atleta bem preparado fisicamente tem sua pulsação cardíaca bem abaixo da população normal. Enquanto se aceita que uma pessoa que não pratique exercícios regularmente tenha 80 batimentos cardíacos por minuto (em repouso), um atleta em repouso, às vezes, não precisa ter mais do que 60 para sentir-se bem, satisfazendo-se até com menos. O mesmo aparece em relação às necessidades de respiração. O número de incursões (inspiração — expiração) que um atleta necessita, é bem menor do que o de um executivo, por exemplo. Quanto melhor preparado estiver, menos precisará aumentar seu ritmo respiratório, além do que, disporá de uma reserva para quando uma ação ou adversário exigir.

O controle respiratório não é importante apenas para a prática de esportes. Ele pode fazer parte de todo um conjunto de atitudes que denotem uma maior harmonia pessoal. Percebe-se, que quando irados, totalmente descontrolados, tem-se uma aceleração, tanto da ventilação quanto do ritmo cardíaco, respirando mais rápido e tem-se taquicardia; quando se tende a acalmar-se, estes ritmos também tenderão a se normalizar. Assim, a perda brusca ou continuada de equilíbrio mental e emocional, leva a alterar os ritmos, tendendo para uma repetição cíclica rápida.

Papel do Karatê-Dô na Educação e Formação da Criança

No mundo de hoje, valores como disciplina, respeito e companheirismo são muitas vezes deixados de lado. Pai e mãe frequentemente trabalham e, por vezes, não têm condições de ajudar a construir estes valores na criança, por não interagirem sempre com os filhos que, normalmente, passam os seus dias em frente de uma televisão, de um computador e ou com companhias inadequadas. Além disso, as escolas, em geral, valorizam o aspecto intelectual, dando menos ênfase aos fundamentos da educação moral, cujos ensinamentos estão voltados para o comportamento disciplinar e social.

A prática do Karatê-Dô sob a orientação de instrutores qualificados trará benefícios inestimáveis para a criança, pois se ela for bem orientada e motivada, será um grande passo para se evitar o aparecimento de certos vícios (como o uso de drogas), nocivos à saúde.

Nesse sentido, pode-se dizer que a prática correta do Karatê-Dô contribui enormemente para a educação, formação e desenvolvimento da criança. Ela aprende a respeitar, prestar atenção e a relacionar-se com os outros. Em relação ao aspecto físico, ela estará sempre a exercitar-se, o que proporcionará um melhor desenvolvimento corporal, contribuindo para uma vida saudável em todos os aspectos.

O principal motivo enfatizado quanto à necessidade de aprender esta arte está no como se defender. Talvez essa evidência seja um reflexo da violência da qual a própria sociedade é agente e vítima ao mesmo tempo. A relação entre a violência e o comportamento das pessoas é freqüentemente propagada nos meios de comunicação. Atitudes de provocações, ameaças, dentre outras, provocam sentimentos de raiva intensa que levam à agressão. De modo geral, o que se observa na prática cotidiana do Karatê-Dô é uma tendência geral de ensino que se caracteriza pela uniformização dos movimentos corporais. A mínima variação dos movimentos feitos por qualquer aluno ou grupo é sempre corrigida a tempo, para que todos executem, simultaneamente, e de forma "perfeita" o mesmo movimento.

Defesa pessoal

O Karatê-Dô é um método eficiente de defesa pessoal, através dos quais braços e pernas são treinados sistematicamente, de modo a possibilitar ao praticante, meios de se defender de qualquer tipo de inimigo. Porém, não deve o praticante precipitar-se. É muito comum que o principiante de Karatê-Dô, notando um rápido progresso, seja levado por uma onda de impetuosidade, sentindo a necessidade de pôr em prática os seus conhecimentos adquiridos. Esta idéia distorcida deve ser afastada a tempo para que não venha a afastá-lo do real objetivo da arte.

A prática desta modalidade é um caminho longo e requer anos de muita dedicação. A experiência mostrará que antecipar e evitar são atitudes mais sábias do que o confronto físico em si.

Benefícios da prática correta do karatê-Dô

São vários os benefícios que podem ser obtidos da prática adequada do Karatê-Dô tais como:

- Manutenção da saúde e fortalecimento do corpo.
- Estímulo à coragem para enfrentar obstáculos. Respeito pelos outros, bons costumes em relação ao meio ambiente, equilíbrio, boa postura e respiração correta, que são estimulados pelos rituais tradicionais.
- Incentivo ao aperfeiçoamento pessoal no sentido de tentar vencer os próprios limites, como os do medo, da desconfiança, da preguiça, da indecisão.
- Empenho e dedicação, exigindo o máximo do corpo e da mente, treinando com paciência e perseverança até fazer dessas metas um hábito. Estabilidade emocional.

METODOLOGIA

O estudo foi desenvolvido através de pesquisa bibliográfica, dos autores entre eles. Nascimento, Santos, Vygotsky, entre outros citados na bibliografia, que falam sobre a temática do desenvolvimento da criança através das brincadeiras, jogos lúdicos e lutas de karatê-Dô. Utilizando-se livros, artigos, jornais, revistas, internet e demais fontes bibliográficas que serviram como objeto de análise e reflexão crítica e acompanhamento de grupos de controle. Pela utilização dos métodos comparativos abriu-se possibilidade de contrapor vertentes teóricas diferentes que deram condições de reflexão a validades das linhas de pensamento dos autores. Com vista ao desenvolvimento e transformação da realidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Durante a construção da pesquisa verificou-se a possibilidade real da execução de atividades do karatê-Dô, bem como seus benefícios, nas unidades escolares e demais entidades de formação para crianças, adolescente e até mesmo adulta. Traduz-se nos resultados obtidos a determinação docente em concretizar o Karatê-Dô, tal como o aprimoramento que este esporte exige para ser repassado aos educando.

Com a ausência da diversidade de conteúdos junto à Educação Física, percebe-se o estabelecimento de uma visão eminentemente biológica de corpo, excluindo toda a rede de significados, sentidos, expressividade, sensibilidade, comunicação, inerente ao ser humano.

As evoluções e modificações técnicas se confirmam, assim como a importância que os praticantes ainda hoje dão a valores que vão além da prática esportiva, graças à divulgação de seu trabalho. Todavia, com a internacionalização, esses valores que fazem a essência do Karatê-Dô diluíram-se e se descaracterizaram na medida em que foram recortados do contexto cultural em que se inseriam.

O treino e as lutas perturbadoras servem de experiência para se colocar em prática um modelo de como lidar na vida com essas mesmas situações. A perturbação emocional não deve ocorrer, deve-se manter um equilíbrio mental a fim de que as emoções, não venham a ser nem só positivas ou só negativas, não cheguem a interferir na ação e na percepção da realidade. O pensamento preso a preconceitos derrotistas, também é um elemento capaz de interferir na percepção da realidade externa.

A moralidade tem como finalidade a manutenção da harmonia e da paz, o karatê-Dô deve servir a esse propósito. Como origem do pensamento e sentimento moral no homem, podem-se reconhecer certas experiências. Quando a pessoa adquire conhecimento acerca do outro, isto é, toma consciência da existência de outro que pode sentir a mesma dor, tem-se o primeiro vislumbre da necessidade de consideração e posterior respeito por este.

Para aprender a realidade tal qual ela é verdadeiramente, é preciso que haja um desprendimento mental. O karatê-Dô pode, através do treinamento, desenvolver a correta compreensão da realidade. Essa dita liberdade pode ser expressa na luta e se dá em dois âmbitos, o do pensamento e o da emoção. Experimentar em treinamentos dificuldades físicas e agonia, enfrentando-as e superando-as, favorece enfrentar semelhantes experiências com mais facilidade em ocasiões diferentes. Esse é o modelo mais demonstrativo do valor de manter-se preparado e em constante aperfeiçoamento.

A busca da perfeição durante a execução das técnicas de karatê-Dô leva a uma busca da perfeição na realização de outras atividades do dia-a-dia da criança, assim hábitos e atitudes desenvolvidas são levados como modelo de comportamento em casa, na escola e no meio social.

Portanto, deve-se trabalhar diversificadas formas de ensinar na escola, e o karatê-Dô é uma delas, nas quais os alunos podem desenvolver todo o seu potencial de forma prazerosa, tendo uma forma correta de respiração e utilização do seu corpo, produzindo uma série de benefícios à saúde do praticante, além do desenvolvimento sócio-emocional, muito importante, em especial à criança em fase de crescimento.

REFERÊNCIAS

- BURNS YR. MacDonald J. **Desenvolvimento da motricidade desde o nascimento até os 2 anos de idade** In: Fisioterapia e crescimento na infância. São Paulo: Santos; 1999. 31-42.
- CRESPO, Jorge (1990), **A História do Corpo, "Memória e Sociedade"**. Lisboa, Difel.
- FERREIRA. Heraldo S. **Lutas aplicadas à Educação Física Escolar**. Fortaleza, Universidade Vale do Acaraú: 2006.
- FIGUEIREDO, Abel (1987), **"O Significado Actual do Karatê"**, *Revista de Educação Física e Desporto - Horizonte*, Lisboa, vol.IV, nº 22, Nov-Dez, 1987, Dossier: pp.I-VII.
- FREIRE, João Batista (1989), **Educação de Corpo Inteiro - Teoria e Prática da Educação Física, "Pensamento e Ação no Magistério - 12"**, São Paulo, Scipione.
- FUNAKOSHI. G. **Karate-do Nyumon: texto introdutório do mestre**. São Paulo: Brasileira, 1998.
- OLIVEIRA, Gislene de Campos. **Psicomotricidade: Educação e Reeducação num enfoque Psicopedagógico**. 5ª edição. Petrópolis: Editora Vozes, 2001.

PIAGET, Jean (1978), **A Formação do Símbolo na Criança**. 3ª Ed. "Biblioteca Ciências da Educação", R. de Janeiro, Zahar Editores, Trad de Álvaro Cabral e Christiano Oiticica.

SANTOS, Manuel (1989), **Motricidade Humana - Uma Nova Ciência do Homem**. C. Quebrada. ISEF-UTL.

BP SOCIEDADE BRASILEIRA DE PSICOMOTRICIDADE. Disponível em: www.psicomotricidadc.com.br. Acesso em: fevereiro 2010.

¹ Formando do curso de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física pela UnC. Campus Curitibaanos SC

² Professor orientador da FunC - Campus Curitibaanos - SC