

A prática do Judô no *Campus Osório* e seu impacto social¹

Felipe Parisoto², Isadora Sana da Silva³

RESUMO

O programa de extensão Equipe de Judô IFRS/*Campus Osório* surgiu com o escopo de dar embasamento teórico e prático no âmbito esportivo da modalidade, assim como proporcionar discussões filosóficas e históricas na área, oportunizando pessoas de diversas condições socioeconômicas e diferentes grupos sociais a conhecerem e praticarem a arte marcial através da disponibilização de treinos gratuitos. Objetivou-se o desenvolvimento de atletas completos, aumentando suas capacidades físicas e intelectuais, estimulando a cordialidade, disciplina, determinação, pensamento crítico e auxiliando no processo de formação integral proposto pelas diretrizes do Instituto Federal De Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS). Em complemento, o programa unificou os judocas da região litoral norte, formando uma forte equipe integrante da Federação Gaúcha de Judô, que oportunizou a participação de seus atletas em competições que a levaram ao 1º Lugar no ranking estadual da divisão de acesso. O Judô é um esporte que se baseia no crescimento mútuo dos participantes, agregando seus valores principalmente no campo social.

Palavras-chave: Judô. Sociedade. Formação. Esporte. Saúde.

Introdução

O Judô é uma arte marcial centenária⁴ que trabalha corpo e mente de forma integrada, tendo seu próprio código moral e estrutura filosófica. É um esporte olímpico que traz diversos benefícios para seus praticantes e que os auxilia em seu crescimento de forma ampla. O Programa Equipe de Judô IFRS/*Campus Osório* segue os princípios tradicionais, proporcionando o embasamento e prática

¹ Programa de extensão: "Equipe de Judô - IFRS/*Campus Osório*", *Campus Osório*, (2019).

² Mestre em História, Docente de História do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS), *Campus Osório*. felipe.parisoto@osorio.ifrs.edu.br

³ Estudante do Curso Técnico em Informática Integrado ao Ensino Médio do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio Grande do Sul (IFRS), *Campus Osório*. isadorasana1304@gmail.com

⁴ A primeira escola de Judô, a Kodokan, foi fundada em 1882, no Japão, pelo professor Jigoro Kano. A Arte Marcial criada era oriunda de uma tradição anterior chamada de jujutsu. (KANO, 2017, p.22)

necessários para o aprimoramento pessoal, com discussões e reflexões sobre temas contemporâneos e práticas cotidianas, assim como meditação e treinamento físico específico.

No que diz respeito à concepção da modalidade, o criador do Judô, Jigoro Kano, buscava uma arte marcial abrangente e diversificada, que fosse além dos benefícios físicos e da autodefesa, mas que tivesse um princípio amplo o suficiente para servir como modelo educacional. Afirmava: “Será que existe um princípio que realmente se aplique a todos os casos? Sim, existe um, é o princípio da eficácia máxima na utilização do espírito e do corpo. Dei a este princípio, de uma generalidade absoluta, o nome de Judô.” (DREZZA, 2018, p.6).

Breve histórico da proposta

O programa teve sua origem no segundo semestre do ano de 2017, ainda como projeto, abrangendo comunidade interna e externa, oferecendo treinos em apenas um turno (manhã) e local (*Campus Osório*). Em 2018, o projeto ocorreu desde o início do ano e ampliou suas vagas, abrindo uma nova turma no turno da tarde. Ainda, em diálogo com a comunidade, realizou seu primeiro encontro regional como ação de extensão. Com o crescimento das atividades e da demanda, com a aquisição de bolsistas remunerados, pesquisas vinculadas e com a crescente integração da comunidade judoísta litorânea, surgiu a necessidade da criação de um programa, proposto e aprovado no ano de 2019.

Como programa, buscou-se unificar os grupos praticantes da arte marcial já existentes nas cidades de Osório⁵, Tramandaí⁶ e Imbé⁷, criando uma única equipe que os representasse, impulsionasse e identificasse, tendo em vista que estas equipes eram vinculadas a instituições de outros lugares, sobretudo da região metropolitana, carecendo de apoio significativo. Após a política de integração com a comunidade local, veio também a parceria com outros *campi* do IFRS, primeiramente com o *Campus Restinga* e, posteriormente, com o *Campus Feliz*. Esta união formou a Equipe de Judô IFRS, que foi cadastrada na Federação Gaúcha de Judô (FGJ) no mesmo ano, trazendo excelentes resultados esportivos, como as conquistas de mais de 200 medalhas, tornando-se a 1º equipe do estado na divisão de acesso⁸.

📌 **Figura 1.** Atletas participando do último campeonato de 2019 e segurando os troféus da equipe. **Fonte:** Própria autora (2019).



⁵ Judô Bons Ventos, responsável Adilson Vaqueiro, localizado na Rua da Igreja, 1177 - Caravágio, Osório.

⁶ Dojo Rocha, responsável Mateus Rocha, localizado na academia Arte Vida, Avenida Fernandes Bastos, 1113 - Centro de Tramandaí.

⁷ Red Hell, responsável Bruno Dornelles, localizado na avenida Paraguassú, 1607.

⁸ Divisão disputada pelos atletas iniciantes, que têm menor graduação no esporte.

O crescimento do programa gerado pelas parcerias realizadas foi de grande importância para a diversificação dos participantes e ampliação de suas atividades e alcance. Em termos estatísticos, houve um aumento do número de judocas em 500% em relação a 2017 e, com isso, o IFRS ampliou sua ação do campo do treinamento de Judô de forma exponencial, disponibilizando treinos em todos os turnos (manhã, tarde e noite) e em diversos locais e cidades, realizando eventos de integração e troca de experiências, obtendo maior credibilidade com apoiadores, oportunizando mais participações em competições, divulgando e valorizando o esporte, trazendo mais motivação para os atletas, ampliando a prática da arte marcial e gerando uma difusão expressiva dos valores e objetivos citados ao início deste relato.



↑ **Figura 2.** Parte dos atletas representando a equipe num campeonato promovido pela FGJ. **Fonte:** Própria autora (2019).

Quanto aos eventos integradores, além dos treinos, o programa promove cerimônias de graduação e o Encontro Inter-Regional de Judô, que em 2019 contou com 65% da equipe. Além da participação em eventos promovidos pela FGJ, como o bonenkai⁹, os campeonatos oficiais e a vinculação às atividades de ensino do *campus*, como as Olimpíadas.

⁹ Evento de encerramento da FGJ, no qual as entidades e atletas recebem suas premiações e graduações finais.



↑ **Figura 3.** Atletas participando do II Encontro Inter-Regional de Judô. **Fonte:** Própria autora (2019).

Considerações finais

De acordo com recente estudo da Organização Mundial da Saúde (OMS), 80% dos jovens não se exercitam conforme recomendado e, apesar de o Judô não ter restrições de idade para a prática, a maior porcentagem de participantes do programa são adolescentes. Dentre os primeiros pontos que podem ser colocados como benefício da ação, portanto, está a melhora dos índices de sedentarismo entre jovens, ou seja, na melhoria da qualidade de vida da população.¹⁰

Além do aspecto físico, são incalculáveis os benefícios que o programa agrega na vida de cada participante, uma vez que a filosofia da arte marcial se torna parte integrante do crescimento e da formação do indivíduo, independente do grupo social do qual advém. Dentre os valores difundidos, citamos aqueles constantes na Carta Olímpica: compreensão mútua, espírito de amizade, solidariedade e jogo limpo.

Observa-se, ainda, que o programa proporciona a integração da comunidade local e de diferentes unidades de ensino, com a participação em eventos, gerando experiências de aprendizagem únicas, assim como oportunidades que geram resultados esportivos, acadêmicos, sociais e intelectuais em grande escala, rompendo os muros institucionais como é proposto pelas políticas de extensão do IFRS.

Por fim, salienta-se que dentre os pilares do Judô está o conceito de *Jita Kyoie*, ou Princípio da Prosperidade e Benefícios Mútuos, onde o praticante compreende que a sua evolução está vinculada com o desenvolvimento dos demais. Trata-se de um princípio que incentiva a solidariedade, companheirismo e espírito de equipe, aspectos fundamentais tanto no âmbito social como no universo de trabalho. Conclui-se, deste modo, que o Judô contribui de forma excepcional à formação de uma sociedade mais igualitária, respeitosa, cooperativa e saudável, sendo o incentivo a ações do gênero urgente e necessário. ■

¹⁰ World Health Organization. New WHO-led study says majority of adolescents worldwide are not sufficiently physically active, putting their current and future health at risk. Geneva. 22 Nov. 2019.

Referências

INTERNATIONAL Olympic Committee. **CARTA OLÍMPICA**. Suíça, 2020. Disponível em: <https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/General/ES-Olympic-Charter.pdf>. Acesso em: 5 out. 2020.

DREZZA, Amanda Costa. **A herança samurai e o legado do judoca**. Monografia apresentada ao Departamento de Esporte da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo. São Paulo, 2018. Disponível em: <https://cbj.com.br/painel/arquivos/biblioteca/111748050619monografia---amanda-drezza.pdf>. Acesso em: 11 out. 2020.

WORLD Health Organization. Geneva. 22 Nov. 2019. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk..> Acesso em: 10 out. 2020.

KANO, Jigoro. **Judô Kodokan**. São Paulo: ed. Cultrix, 5° ed. 2017.