



Centro Universitário de Brasília – UniCEUB
Faculdade de Ciências da Educação e Saúde – FACES

LETÍCIA DA COSTA SANTOS

**A MELHORIA DO ASPECTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E
ADOLESCENTES POR MEIO DA PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS.**


Brasília
2018

A MELHORIA DO ASPECTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES POR MEIO DA PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS.


Folha de Aprovação do Trabalho de Conclusão de Curso como requisito parcial à obtenção do grau de Licenciatura em Educação Física pela Faculdade de Ciências da Educação e Saúde Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

BRASÍLIA, DF, 14 /11/ 2018

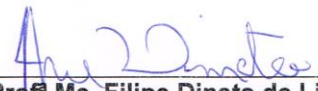
BANCA EXAMINADORA



Prof. Me. Rômulo de Abreu Custódio
Presidente



Prof. Me. Daniel Vasconcelos Veloso
Membro da banca



Prof. Me. Filipe Dinato de Lima
Membro da banca

RESUMO

O termo luta pode abranger diversas definições dependendo de onde e como é aplicada. Para tal, na presente pesquisa este termo relaciona-se com as atividades direcionadas às artes marciais devidamente sistematizadas (CORREA, 2009). O objetivo do presente trabalho é analisar os benefícios da prática das artes marciais sobre o aspecto cognitivo em crianças e adolescentes. O estudo sobre “Analisar a melhoria do aspecto cognitivo em crianças e adolescentes por meio da prática de artes marciais”. Foi realizado mediante revisão bibliográfica de vários artigos científicos entre 1990 a 2017 e legislações brasileiras que regem a Educação Física escolar. O que torna esse trabalho uma pesquisa de cunho exploratório. As bases de dados utilizadas foram: Google Acadêmico, EFDeportes, Scielo, Lilacs e livros. Através desses sites foram realizadas várias buscas e leituras sobre artigos acerca do tema para interpretação e analisar os dados colhidos. As artes marciais devem ser trabalhadas como estratégias que não visem somente à técnica, mas também de forma lúdica para que os alunos possam aprender vivenciando os aspectos culturais da luta, aprendendo a ter respeito, disciplina de forma que sintam prazer através do jogo. Durante as aulas de lutas o aspecto cognitivo é exercido através de situações que exijam que o aluno elabore ou construa estratégias, aproprie-se das regras, avalie, decida, observe e reconheça tudo que é passado (SOUSA, TÁCIO 2010). Conclui-se no presente estudo que o aspecto cognitivo é a capacidade do indivíduo de julgar, aprender, raciocinar e interpretar as ações do cotidiano. E que a aprendizagem é construída de forma gradativamente através das experiências dos alunos por meio de atividades realizadas com a prática. As crianças e os adolescentes devem ser estimulados para terem a capacidade de raciocinar, pensar e buscar soluções para problemas sozinhos através da observação, da troca de experiência e de novas opiniões para desenvolverem o aspecto cognitivo.

Palavras chaves: Educação Física, artes marciais, lutas, educação física escolar, aspecto cognitivo.

Sumário

1 INTRODUÇÃO	4
2 MATERIAIS E MÉTODOS	5
3 REVISÃO DA LITERATURA	6
3.1 Aspecto Cognitivo	6
3.2 Aspectos relacionados à aprendizagem.....	6
3.3 Artes márcias exercem sobre o aspecto cognitivo	7
3.4 Desenvolvimento cognitivo em crianças e adolescentes	7
4 CONSIDERAÇÕES FINAIS	8
REFERÊNCIAS.....	8
Anexo A – Carta de Aceite do Orientador	10
Anexo B – Carta de Declaração de Autoria	11
Anexo C – Ficha de Responsabilidade de Apresentação do TCC	12
Anexo D - Ficha de Autorização de Apresentação de TCC	13
Anexo E – Ficha de autorização de Entrega da Versão Final do TCC	14
Anexo F – Assentimento Institucional.....	15

1 INTRODUÇÃO

O termo luta pode abranger diversas definições dependendo de onde e como é aplicada. Para tal, na presente pesquisa este termo relaciona-se com as atividades direcionadas às artes marciais devidamente sistematizadas (CORREIA, 2015).

A arte marcial é uma manifestação da cultura corporal, pois está ligada a vários movimentos do contexto social que envolve a pedagogia do esporte. As práticas são distintas e complementares como expressões corporais, cognitivas, valores e gestos que foram se desenvolvendo ao longo da história da humanidade (RUFINO; DARIDO, 2013).

As lutas sempre fizeram parte da vida do ser humano desde a existência dele, seja para caçar, se defender ou atacar. Todo esse movimento faz parte da cultura corporal que pode ser instintiva ou por necessidade de proteger a si mesmo conforme a sua necessidade (LANÇANOVA, 2006).

A arte marcial está sempre presente na vida de todos, até dos animais como forma de sobrevivência seja para se defender ou para se proteger. A primeira prática de arte marcial teve registro na Índia, por volta de 5 mil anos A.C e era praticado somente pela realeza e tinha como objetivo o combate, a relaxamento e o raciocínio. (ALENCAR,2015).

Há vários exemplos de lutas que são expressas como formas de brincadeira, por exemplo: cabo de guerra, braço de ferro e algumas práticas de capoeira ou caratê. Nas lutas não são usadas atitudes de violência ou deslealdade e são usadas técnicas e estratégia de desequilíbrio, contusão, imobilização, ações de ataque e defesa (RUFINO, 2013).

As lutas são uma forma das manifestações corporal e podem ser usufruídas por todos de acordo com cada sociedade. Os Parâmetros Curriculares Nacionais propõem a inclusão das lutas no conteúdo das aulas de Educação Física escolar e há várias formas que podem ser inseridas nesse contexto. (GONÇALVES, 2013).

As artes marciais ocorreram como forma recreativa e eram praticadas em colônia japonesas e foi inserida no Brasil com a vinda dos instrutores. A inserção ocorreu de forma autônoma em relação à legislação e pode- se dizer que foi de forma ocasional e intencional (PARIZZOTO, 2017).

A prática das artes marciais traz vários benefícios no desenvolvimento cognitivo como a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégia e a atenção. E

também no aspecto motor, lateralidade o controle do tônus muscular, a melhoria do equilíbrio e da coordenação. Há melhoria também na ideia de tempo, espaço e da noção de corpo (LUCHETT, 2017).

Há críticas na aplicação das artes marciais nas aulas de educação física por falta de conscientização dos benefícios, pois não faz uso da violência e o despreparo de muitos profissionais. A modalidade valoriza o respeito e tem como objetivo o raciocínio, a coordenação motora, atividades motivadoras e prazerosas que tem como resultado vários benefícios às crianças (BRUMESSA, 2016).

Os benefícios da arte marcial nas aulas de educação física são vários como a melhora da concentração, coordenação motora, raciocínio lógico, aprendizagem, respeito aos colegas, às regras e o controle dos sentimentos. O aumento pelo interesse da vontade de aprender aumenta através da prática de forma prazerosa, fazendo com que o aluno fique mais interessado nas aulas (DA SILVA, 2012).

A partir do que foi exposto acima o objetivo do presente trabalho é analisar os benefícios da prática das artes marciais sobre o aspecto cognitivo em crianças e adolescentes.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

O estudo sobre “Observar a melhoria do aspecto cognitivo em crianças e adolescentes por meio da prática de artes marciais” foi realizado mediante revisão bibliográfica de vários artigos científicos entre 1990 a 2017 e legislações brasileiras que regem a Educação Física escolar. O que torna esse trabalho uma pesquisa de cunho exploratório.

As bases de dados utilizadas foram: Google Acadêmico, EFDeportes, Scielo, Lilacs, e livros. Através desses sites foram realizadas várias buscas e leituras sobre artigos acerca do tema para interpretação e analisar os dados colhidos.

Palavras chaves: Educação Física, artes marciais, lutas, educação física escolar, aspecto cognitivo.

3 REVISÃO DA LITERATURA

3.1 Aspecto Cognitivo

O aspecto cognitivo faz do processo de informação, aprendizagem, raciocínio, memória e do funcionamento psicomotor que é o tempo de reação, de movimento e da velocidade de desempenho. Conforme a idade vai avançando há perda de vários neurônios ocasionando um declínio nas tarefas aprendidas, mas não executadas e as habilidades através do conhecimento verbal ou da compreensão são mantidas ou melhoram com o envelhecimento (ANTUNES, 2006).

O aspecto cognitivo é a capacidade do ser humano de julgar, aprender e a interpretar as ações do cotidiano. As atividades mentais envolvidas na aquisição são desenvolvidas e transformadas no uso do conhecimento, essa aquisição é o processo da capacidade de pensar, dar significado ao que se aprende, de sentir e controlar os sentimentos e de estabelecer as relações sociais (SOARES, 2004).

Para Jean Piaget o aspecto cognitivo é a junção entre dois grupos de fatores: a inatista, que valoriza os fatores endógenos e a ambientalista, que valoriza os fatores exógenos mais as ações de fora como os processos de pensamento que envolvem uma certa lógica organizada. Suas observações eram feitas através do método clínico, a fim de conhecer o processo de raciocínio da criança, o seu desenvolvimento e o funcionamento para a vida adulta. Sua base teórica é biológica, evolucionária e cognitiva. O conhecimento é um caminhar constante de um estado menos desenvolvido para um de mais equilíbrio, Piaget buscava saber quais são os processos que o indivíduo faz para essa evolução de conhecimento, pois é nesse processo que ocorre a transformação lógica mental. (SANTOS,2009).

3.2 Aspectos relacionados à aprendizagem

A aprendizagem deve ser construída de modo gradativo e não somente pela fala e aulas teóricas do professor. A sala de aula é como se fosse um laboratório de experimentação onde o aluno estará disposto à percepção, à experimentação, à manipulação através dos objetos que o farão raciocinar, aprender com a prática (PEREIRA, 2016)

O meio importante para a aprendizagem é a troca de experiências faladas entre os alunos, pois exige novas opiniões e aprendizagem. O professor é um meio que levará a essa troca de informações e irá conduzir os debates através de conflitos, desafios, entre outros. Cada fase da aprendizagem ocorre por meio da maturação e de aquisições. Nas escolas a aprendizagem deve ser instruída de acordo com o nível cognitivo de cada série para que haja progressos aos sucessíveis estágios (SANTOS,2009).

3.3 Artes marciais exercem sobre o aspecto cognitivo

As artes marciais devem ser trabalhadas como estratégias que não visem somente à técnica, mas também de forma lúdica para que os alunos possam aprender vivenciando os aspectos culturais da luta, aprendendo a ter respeito, disciplina de forma que sintam prazer através do jogo. Durante as aulas de lutas o aspecto cognitivo é exercido através de situações que exijam que o aluno elabore ou construa estratégias, aproprie-se das regras, avalie, decida, observe e reconheça tudo que é passado (SOUSA, 2010).

As artes marciais, no ambiente escolar, têm como meta o raciocínio, a coordenação motora, valorização do respeito e sem tanta exigência para que torne a aula prazerosa com a prática da modalidade. É uma oportunidade através dos movimentos corporais contribuindo para o desenvolvimento do aluno. Abrange também, áreas como a integração social, habilidades motoras básicas, respeito às regras, aos colegas e o controle das emoções. Há uma melhoria significativa no aspecto cognitivo através de atividades que exijam mais a capacidade de pensar, raciocinar, observar as regras, os movimentos, cada detalhe da aula que é passado em sala de aula (LUCHETT, 2016).

3.4 Desenvolvimento cognitivo em crianças e adolescentes

As crianças e os adolescentes devem ser estimulados a raciocínio, resolver, formular e buscar soluções para problemas. O pensamento permite criar e recriar reflexões na medida de sua compreensão. O aluno na sala de aula já tem capacidade para pensar na solução de problema no meio abstrato ou real (SOARES, JOSÉ 2004).

O aparecimento do pensamento de forma intencional faz com que surja combinações diversas e com que o adolescente ou a criança tenha um domínio e capacidade que são gerados pela evolução do pensamento, através da análise combinatória que permite o estabelecimento de qualquer relação dos elementos de conjuntos diferentes resultando outro conjunto e gerando novas lógicas. Nessa fase também, tem a formação de personalidade e a inserção da vida adulta. Há um predomínio do raciocínio lógico nesse período através das mudanças e das novas habilidades adquiridas (TERRA, MÁRCIA 2010).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se no presente estudo que o aspecto cognitivo é a capacidade do indivíduo de julgar, aprender, raciocinar e interpretar as ações do cotidiano. E que a aprendizagem é construída de forma gradativamente através das experiências dos alunos por meio de atividades realizadas com a prática.

Foi observado que a inserção das artes marciais nas aulas de educação física escolar trouxe inúmeros benefícios para as crianças e os adolescentes como melhora do comportamento nas aulas, interesse e participação em aula, interação, disciplina, concentração e respeito. Não só melhora no aspecto cognitivo, mas também, na diminuição da agressividade e melhora do comportamento até fora da escola, como no ambiente familiar e na socialização.

As artes marciais devem ser ensinadas nas aulas de educação física escolar de forma lúdica, de maneira que faça o aluno aprender sentindo prazer e vivenciando os aspectos culturais da luta. Serão feitas estratégias obrigando-o a raciocinar, respeitar o colega, observar as regras, trabalhar a coordenação motora e a controlar os seus sentimentos.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, Yo; SILVA, LH; LAVOURA, TN; DRIGO, AJ. As lutas no ambiente escolar: uma proposta pedagógica. **Revista ciência e movimento**, Itabuna, v.3, n.23. p. 53-63, jun. 2015.

ANTUNES, Hanna KM et al. Exercício físico e função cognitiva: uma revisão. **Rev Bras Med Esporte**, v. 12, n. 2, p. 108-14, 2006.

BRUMESSA, I.S. **Benefícios que as artes marciais podem trazer para os alunos de educação física escolar**. 2016.

CORREIA, W.R. Educação Física escolar e artes Marciais: entre o combate e o debate. **Revista de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v.2, n.29, p.337-344, abril/jun.2015.

GONÇALVES, A. V. L. ; SILVA, M. R. S. Artes marciais e lutas: uma análise da produção de saberes no campo discursivo da educação física brasileira. **Revista Brasileira Ciência Esporte**, Florianópolis, v. 35, n. 3, p. 657-671, jul./set. 2013.

LANCANOVA ,J. E. S. lutas na educação física Escolar: alternativas pedagógicas.2006.70 f.monografia (licenciatura em educação física)-**Universidade da região da campanha,alegrete,2006.**

LUCHETT, R; SELOW, M.L.C. Análise das lutas na educação física escolar: dificuldades e benefícios. **Vitrine de produção acadêmica produção de alunos na faculdade Dom Bosco**, v. 4, n. 1, 2017.

PARIZOTTO, P. G. G; et al. O processo de institucionalização e regulamentação de artes marciais orientais no Brasil. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 15, n. 1, p. 53-62, 2017.

PILETI, N.; ROSSATO, S. M.; ROSSATO, G. Uma viagem pela históri. Em **Psicologia do Desenvolvimento**. São Paulo Contexto, 2014. p. 16-36.
PEREIRA, Manuel Carlos Mesquita Correa. **As lutas na educação física escolar**. Phorte Editora, 2016.

RUFINO, G; D.S. Possíveis diálogos entre a Educação Física escolar e o conteúdo das lutas na perspectiva cultural. **Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP**, Campinas, v. 11, n. 1, p. 145-170, jan/mar. 2013.

SANTOS, M. S.; XAVIER, A. S.; NUNES, A. I. B. L. A Psicologia do Desenvolvimento. Em **Psicologia do Desenvolvimento: teorias e temas contemporâneos**. Brasília: Liber Livros, 2009. p. 21-39.

SILVA, L.H A **influência da prática do judô no benefício do processo de ensino-aprendizagem**. 2012.

SOARES, J.F. O efeito da escola no desempenho cognitivo de seus alunos. **REICE: Revista Electrónica Iberoamericana sobre Calidad, Eficacia y Cambio en Educación**, v. 2, n. 2, p. 6, 2004.

SOUZA JUNIOR, T.P; S,L.C. **Jogos de Oposição: nova metodologia de ensino dos esportes de combate**. 2010.

TERRA, Márcia Regina. O desenvolvimento humano na teoria de Piaget. **URL: <http://www.unicamp.br/iel/site/alunos/publicacoes/textos/d00005.htm> [2005 jul 15]**, 2010.

Anexo A – Carta de Aceite do Orientador



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

CARTA DE ACEITE DO ORIENTADOR

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de aceite do orientador

Eu, ROMULO DE ABREU CUSTÓDIO, declaro aceitar orientar o(a) discente LETÍCIA DA COSTA SANTOS no Trabalho de Conclusão do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília – UniCEUB.

Brasília, ____ de ____ de 2018.

ASSINATURA



Anexo B – Carta de Declaração de Autoria



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

CARTA DE DECLARAÇÃO DE AUTORIA

CENTRO UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

TRABALHO DE CONCLUSÃO DO CURSO - TCC

Declaração de Autoria

Eu, Letícia da Costa Santos, declaro ser o (a) autor(a) de todo o conteúdo apresentado no trabalho de conclusão do curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília - UniCEUB. Declaro, ainda, não ter plagiado a ideia e/ou os escritos de outro(s) autor(es) sob a pena de ser desligado(a) desta disciplina uma vez que plágio configura-se atitude ilegal na realização deste trabalho.

Brasília, 14 de setembro de 2018.

Letícia C. Santos

Orientando



Anexo C – Ficha de Responsabilidade de Apresentação do TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE RESPONSABILIDADE DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, LETÍCIA DA COSTA SANTOS RA: 21551079 me responsabilizo pela apresentação do TCC intitulado A MELHORIA DO ASPECTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES POR MEIO DA PRÁTICA DE ARTE MARCIAIS. no dia 14/11 do presente ano, eximindo qualquer responsabilidade por parte do orientador.

Letícia C. Santos

ASSINATURA



Anexo D - Ficha de Autorização de Apresentação de TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE APRESENTAÇÃO DE TCC

Eu, ROMULO DE ABREU CUSTÓDIO venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: A MELHORIA DO ASPECTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES POR MEIO DA PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS autorizar sua apresentação no dia 14/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Professor Orientador



Anexo E – Ficha de autorização de Entrega da Versão Final do TCC



Faculdade de Ciências da Educação e Saúde | FACES
Curso de Educação Física

FICHA DE AUTORIZAÇÃO DE ENTREGA DA VERSÃO FINAL DE TCC

Eu, ROMULO DE ABREU CUSTÓDIO venho por meio desta, como orientador do trabalho de Conclusão de Curso: A MELHORIA DO ASPECTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES POR MEIO DA PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS autorizar a entrega da versão final no dia 23/11 do presente ano.

Sem mais a acrescentar,

Professor Orientador



Anexo F – Assentimento Institucional



AUTORIZAÇÃO

Eu, Letícia da Costa Santos RA 21551079, aluno(a) do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Brasília -UniCEUB, autor(a) do artigo do trabalho de conclusão de curso intitulado A MELHORIA DO ASPECTO COGNITIVO EM CRIANÇAS E ADOLESCENTES POR MEIO DA PRÁTICA DE ARTES MARCIAIS, autorizo expressamente a Biblioteca Reitor João Herculino utilizar sem fins lucrativos e autorizo o professor orientador a publicar e designar o autor principal e os colaboradores em revistas científicas classificadas no Qualis Periódicos – CNPQ.

Brasília, 23 de novembro de 2018.

Letícia C. Santos

Assinatura do Aluno

