

UNIVERSIDADE FEDERAL DE ALAGOAS  
INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E ESPORTE - IEFE

ARTUR FELIPE DE SOUZA LINS

**A participação dos alunos no Projeto de Extensão: Judô na Universidade**

MACEIÓ-AL

2021

ARTUR FELIPE DE SOUZA LINS

**A participação dos alunos no Projeto de Extensão: Judô na Universidade**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao curso de Educação Física – Licenciatura da Universidade Federal de Alagoas como requisito parcial para obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

Orientador Prof. Dr.: Marco Antônio Chalita

MACEIÓ-AL  
2021

**Catálogo na Fonte**  
**Universidade Federal de Alagoas**  
**Biblioteca Central**  
**Divisão de Tratamento Técnico**

Bibliotecário: Marcelino de Carvalho Freitas Neto – CRB-4 – 1767

L759p

Lins, Artur Felipe de Souza.

A participação dos alunos no projeto de extensão : Judô na Universidade /  
Artur Felipe de Souza Lins– 2021.

32 f. : il.

Orientador: Marco Antônio Chalita.

Monografia (Trabalho de conclusão de curso em educação física) –  
Universidade Federal de Alagoas. Instituto de Educação Física e Esporte.  
Maceió, 2021.

Bibliografia: f. 24-27.

Apêndices: f. 28.

Anexos: f. 29-32.

1. Extensão universitária. 2. Judô. 3. Projetos de pesquisa. I. Título.

CDU: 796.82


## Folha de Aprovação

ARTUR FELIPE DE SOUZA LINS

### A participação dos alunos no Projeto de Extensão: Judô na Universidade

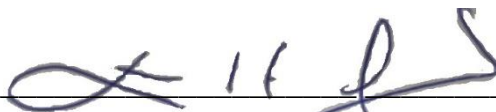
Trabalho de Conclusão de Curso submetido ao corpo docente do curso de Educação Física Licenciatura da Universidade Federal de Alagoas, aprovado em 21 / 09 / 2021.

#### Banca Examinadora



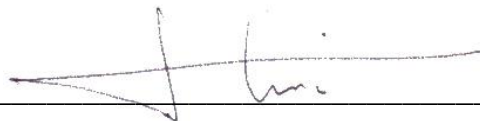
---

Professor Doutor Marco Antônio Chalita, Universidade Federal de Alagoas  
(Orientador)



---

Professor Doutor Eriberto José Lessa de Moura, Universidade Federal de Alagoas  
(Presidente)



---

Professor Doutor Pedro Balikian Júnior. Universidade Federal de Alagoas  
(1º avaliador)

## Dedicatória

Ao chegar ao final de uma graduação, necessito em olhar para trás, lá no começo de minha trajetória no esporte, aos nove anos comecei a treinar Judô e desde então essa prática esportiva me abriu portas que jamais eu teria oportunidade se não fosse por ela, foram muitos momentos de aprendizado, de dor, de treinos, de sofrimento e angústias, mas nem sempre as coisas acontecem como pensamos. Tudo vem no tempo de Deus, a minha primeira dedicatória, se não fosse por ele eu não estaria aqui hoje, nascer num bairro periférico onde a desigualdade social vem repleta de estigmas e rótulos é nadar contra a corrente o tempo todo, então Deus sempre me guiou pelo caminho do bem, mesmo que as vezes eu me perdesse pelas ruas da vida, nada acontece sem a permissão dele. Minha mãe, minha segunda dedicatória, minha rainha, que sempre me incentivou e estava comigo nos momentos mais difíceis da minha vida, é Dona Tânia, seu filho está se formando numa Universidade Federal, quem diria, esse curso também é pra senhora, que viu seu filho aluno e depois professor, do menino que brigava na escola ao que deu aula a mais de 3 mil crianças em projetos sociais pelo estado, escolas particulares, academias e até na Universidade, em terceiro aos meus alunos, das crianças da primeira infância até os alunos do Projeto Judô na Universidade, vocês foram fundamentais na minha formação humana, aos da Educação Especial, onde tive a oportunidade de trabalhar com os autistas, Asperger e crianças com retardo mental, a experiência com vocês me trouxe muitas reflexões sobre minha vida. Dedico esse trabalho também ao meu professor Sérgio Bittencourt (in memoriam) que me deu a oportunidade de exercer a profissão mesmo antes da tão sonhada formação acadêmica. Ao meu professor e amigo Marco Chalita que acreditou em meu trabalho e me deu a oportunidade de exercer minha profissão dentro da Universidade, sem palavras para descrever o que o senhor fez por mim, minha eterna gratidão. Dedico esse trabalho também a todos do bloco de Educação Física que sempre me ajudaram de diversas formas, Dona Cícera, Ninha, Diva, Severino, Manoel e Seu Antônio da Xerox, a simplicidade de vocês me motivou a ir para as aulas, esse trabalho também é por vocês. A minha esposa e companheira Aline Lins, se não fosse ela nessa fase final da jornada nada disso seria possível minha gratidão por tudo. Por final, dedico esse trabalho a todos os meus amigos do curso de Educação Física, em especial ao Reginaldo e Wagner, vocês foram fundamentais para que eu me chegasse até aqui, a todos os outros que não conseguiram se formar e precisaram desistir do curso por diversos motivos, é por vocês também!

## Agradecimentos

Agradeço a Deus por ter me dado a oportunidade de estar aqui hoje, com saúde e fé para me manter firme na jornada, aos que acreditaram em mim nos diversos momentos da minha vida, nada é por acaso. A minha família que fez com que eu fizesse as melhores escolhas. Minha eterna gratidão a vocês.

## RESUMO

Ao participar de um projeto de extensão o aluno passa a compreender na prática quais caminhos seguir dentro do curso e do campo profissional, partindo dessa ideia esta pesquisa surgiu da indagação sobre como foi a experiência dos indivíduos matriculados no Projeto Judô na Universidade, tendo em vista que o esporte é um fenômeno cultural que influencia diretamente no comportamento humano. Assim o objetivo deste estudo foi de perceber como foi a vivência para os alunos integrantes matriculados neste projeto. O judô tem as suas raízes do Ju Jutsu, o professor Jigoro Kano – criador do Judô- verificou que o Ju-Jutsu, uma antiga arte oriental de defesa, continha excelentes elementos da educação para o corpo e para a mente. Assim este estudo se caracterizou de cunho qualitativo e descritivo. A população estudada foi de estudantes dos diversos cursos de graduação da Universidade Federal de Alagoas que participaram do Projeto Judô na Universidade, indivíduos de ambos os sexos e maiores de dezoito anos, para coletar os dados da pesquisa foi utilizado um questionário com questões direcionadas e previamente estabelecidas. Também foi utilizada a ferramenta chamada “Google Forms” para a coleta de dados, onde o questionário estava estruturado. Ao final da pesquisa conclui-se que o Projeto Judô na Universidade conseguiu apresentar a filosofia prática e teórica do Judô que é uma arte marcial oriental, trazendo uma melhoria na qualidade de vida dos participantes ativos do projeto, além de uma positiva troca de experiência durante a vivência entre os indivíduos de diversos cursos da UFAL.

Palavras chave: Extensão; Judô; Projeto;

## **ABSTRACT**

By participating in an extension project, the student begins to understand in practice which paths to follow within the course and the professional field, starting from this idea this research arose from the inquiry about how was the experience of individuals enrolled in the Judo Project at the University, considering that sport is a cultural phenomenon that directly influences human behavior. Thus, the aim of this study was to understand how the experience was for the integral students enrolled in the extension project. Judo has its Ju-Jutsu roots, Professor Jigoro Kano – creator of Judo – found that Ju-Jutsu, an ancient Oriental defense art, contained excellent elements of education for the body and mind. Thus, this study was characterized by a qualitative nature and descriptive. The population studied was students from the various undergraduate courses of the Federal University of Alagoas who participated in the Judo Project at the University, individuals of both sexes and over eighteen years of age, to collect the research data, a questionnaire with targeted and previously established questions was used. The tool called "Google Forms" was also used for data collection, where the questionnaire was structured. At the end of the research it is concluded that the Judo Project at the University was able to present the practical and theoretical philosophy of Judo which is an Oriental martial art, bringing an improvement in the quality of life of the active participants of the project, in addition to a positive exchange of experience during the experience among individuals of various courses of UFAL.

Keywords: Extension; Judo; Project;



## SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	09
1.1 História e Princípios do Judô.....	10
1.2 A Extensão Universitária.....	12
1.3 O projeto de Extensão Judô na Universidade.....	14
2. METODOLOGIA.....	16
3. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	17
4. CONCLUSÃO .....	23
5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	24
6. APÊNDICES.....	28
7. ANEXOS.....	29

## 1.INTRODUÇÃO

Ao participar de um projeto de extensão entendemos que o aluno tem a possibilidade de passar a compreender na prática quais caminhos seguir dentro do curso e do campo profissional. Ao promover o projeto Judô na Universidade tivemos como objetivo proporcionar a toda comunidade acadêmica a prática esportiva, promoção da saúde e apresentar-lhes a filosofia de vida que forma um Judoca.

As lutas na formação humana historicamente estão ligadas pelo desenvolvimento de capacidades que inicialmente seriam para ajudar na caça e pesca no sentido de sobrevivência do indivíduo, logo as guerras por espaço e poder também se tornaram evidências concretas inerentes a formação, estão intimamente paralelas a formação moral/cultural do homem durante todo esse período.

É necessário compreender que o esporte como fenômeno cultural tem diversas vertentes como lazer, rendimento, participação dentre outros e “...são fatos da realidade social e, em consequência, somente poderão existir à medida que os seres humanos compartilhem e aceitem o sentido destas formas...” (REINER, 2003. p.23)

Nos dias atuais onde o esporte tem um maior acesso, o Judô tem sido uma grande ferramenta de transformação através da prática esportiva como escreve Virgílio (2000) “De fato sua disseminação pelos quatro cantos do mundo, tem tornado um esporte olímpico, tem evidenciado a sua filosofia e ainda, tem alcançado bases sólidas para a sua perpetuação.”

Esta pesquisa surgiu da indagação sobre como foi a experiência das pessoas matriculadas no Projeto Judô na Universidade, tendo em vista que o esporte é um fenômeno cultural que influencia diretamente no comportamento humano. Assim o objetivo deste estudo foi de perceber como foi a vivência para os alunos integrantes matriculados no projeto de extensão Judô na Universidade.

## História e Princípios do Judô

O início do desenvolvimento do contato corporal em forma de combate é baseado em contos e lendas que foram passados de geração para geração, fazendo com que sua origem documental seja escassa e imprecisa (SILVA,2011, p.10).

Antes de falarmos de Judô é necessário lembrar sua origem, segundo Kano (2008, p.19) “Muitas artes marciais eram praticadas no Japão durante a sua era Feudal, artes que faziam uso de lança, arco e flecha, de espadas e de muitas outras armas. O Ju-Jutsu era uma dessas artes”.

O judô tem as suas raízes do Ju-Jutsu. O professor Jigoro Kano – criador do Judô- verificou que o Ju-Jutsu, uma antiga arte oriental de defesa, continha excelentes elementos da educação para o corpo e para a mente. Revendo esses elementos, selecionou-os e modificou diversos princípios, eliminando os golpes mais agressivos e elaborando um novo sistema, mais completo e eficaz, visando desenvolver harmoniosamente e o aspecto físico e mental do ser humano. A finalização da parte técnica do Judô se deu durante o ano de 1887.

Segundo Silva (2011) “O Judô surgiu de um aperfeiçoamento do antigo Ju-Jutsu que segundo a lenda foi criado pelo monge Chinês chamado Chin Gen Pin, e tinha a intenção de ferir e até matar seus adversários.”

Como fala Virgílio (2000) “Foi buscando no Ju-Jutsu do estilo Kitô as técnicas de projeção e as formas antigas, no estilo Tenjin-Shinyô as formas de imobilização”. De acordo com as palavras de Jigoro Kano, fundador do Judô de Kodokan: “Judô é o caminho para a utilização eficaz da força física e espiritual. Treinando os ataques e as defesas, o corpo e a alma se tornam apurados e a essência do Judô torna-se parte do próprio ser.” (KUDO,1972, p.1)

Nascido em um país oriental, com uma filosofia e um objetivo de esporte marcial, o Judô guarda um misticismo de sua riqueza de detalhes, iniciadas através da beleza da história dos samurais, dos lutadores de Ju Jutsu, e de seus praticantes. (GUEDES, 2001, p.9)

Jigoro Kano aos 18 anos conheceu o Ju-Jutsu e após alguns meses praticando tal esporte suas frustrações só aumentavam por conta da violência dos golpes e a sua não adaptação a elas, então partiu daí a ideia de modificar o

tradicional e esporte e criar o Judô, como cita Silva (2011) “Jigoro Kano foi inserindo princípios da física, equilíbrio, gravidade, sistema de alavancas e deslocamento, assim como ferramentas didáticos-pedagógicas.”

A partir daí, foi edificada sua esfera filosófica, chegando a um ponto ideal denominado por Jigoro Kano como: "Judô é a máxima eficiência do uso da mente e do corpo para o benefício e o bem-estar mútuos" Quando seu iniciou a prática desta nova arte, existiam alguns exercícios já denominados no Judô, eles são baseados em três maiores grupos de técnicas (waza): Nague Waza ( Técnicas de Arremesso) Katame Waza (Técnicas de Solo) Atemi Waza (Técnicas de ataque a pontos vitais) O que o judô tem de mais precioso é a sua filosofia, que se firma numa postura do homem diante de Deus, dos homens e do mundo.

Após determinado tempo acrescentando e criando um modelo no qual o Judô teria segmento dentro das artes marciais, no ano de 1882 foi inaugurado a primeira escola de Judô do mundo, com o nome de Kodokan (instituto da fraternidade), e como trouxe Silva (2011) “a metodologia trazida por Jigoro Kano trazia exercícios de coordenação motora, treinamento intelectual e estudos sobre a cultura moral.

O judô é uma atividade esportiva com uma filosofia e uma técnica desenvolvida e baseada em princípios que combinam força e equilíbrio. O termo é composto de **JU** (suave) e **DÔ** (caminho). Assim, Judô significa “caminho suave”. O caminho que conduz a suavidade e a própria suavidade que deve ser tomada como norma de vida (BAPTISTA, 2003).

Jigoro Kano idealizou (concebeu, criou) o Judô em alguns princípios para a formação do ser humano, princípios estes que bem apresentados dentro da prática do Judô independente de localidade pode fazer com que os alunos tenham reflexões sobre a vida, suas atitudes perante a sociedade e dá a oportunidade de obter-se um autoconhecimento do próprio corpo de forma prática, sendo assim evidenciada em cada aula, cada vez que o Sensei apresenta uma nova técnica ou desafio para o aluno.

Dos princípios que o Judô foi criado, três são os mais utilizados até os dias de hoje nas aulas, são eles: JU = suavidade, JITA KYOEI= bem estar e benefícios mútuos e SEIRYOKO-ZEN-YO= máxima eficiência com mínimo esforço, e como fala Roza (2010) “O Judô, como um todo, e em cada uma de

suas partes, é filosofia, é transmitir isto àqueles que desejam trilhar seu caminho.”

Kano, ao criar o Judô queria formar seres humanos melhores e mais reflexivos, desenvolvendo em cada um uma interpretação das operações cotidianas, por meio de um raciocínio filosófico. (SILVA, 2011, p.12). Assim o Judô se propõe a promover, com sua filosofia e técnica, a formação do cidadão em sua integridade física, moral, intelectual e espiritual.

Com o intuito de aplicar os conhecimentos oferecidos pelo Judô não só no Dojô (local de prática), Jigoro Kano nos coloca cinco princípios básicos que são: conceito de que o indivíduo deve dar toda atenção ao relacionamento entre ele e seu oponente, antes de realizar um ataque, deve observar o peso, a constituição física, os pontos fortes, o temperamento, a tomada de iniciativa, deve elaborar estratégias para realizarmos o desejo de conduzirmos o adversário numa certa direção, refletir, integralmente, para agir com determinação, agir com determinação significa executar sem hesitação e sem segundas intenções, saber quando parar, quando um ponto predeterminado for atingido, é tempo de cessar a aplicação de técnicas ou qualquer que seja a ação, andar por um caminho simples, sem se tornar arrogante com a vitória nem humilhado com a derrota; sem esquecer a cautela quando tudo é silêncio ou tornar-se amedrontado quando ameaçado pelo perigo.

## **A Extensão Universitária**

Na universidade uma área que se preocupa em manter vínculos com a sociedade é, certamente, a extensão, mesmo com resistências face ao elitismo que marca a educação brasileira (SOUSA, 2000).

“O Forproex (Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras) organizou a atuação da extensão universitária em oito áreas temáticas: saúde, educação, trabalho, meio ambiente, comunicação, direitos humanos e justiça, tecnologia de produção e cultura.” (PAULA, 2013, p.20)

A trilogia da formação acadêmica se divide entre ensino, pesquisa e extensão, cada aspecto visa formar o aluno para que ele possa desenvolver suas habilidades após formado, a tríade entra na formação do aluno para trazer uma

melhor compreensão da prática. Dentro do curso de Educação Física a extensão entra no projeto político pedagógico como uma perspectiva que visa valorizar a profissão docente. De acordo com Alves Júnior (2001) “a universidade tem como excelência desenvolver e articular o ensino, pesquisa e extensão, visando a produção e difusão de novos conhecimentos”.

A extensão é uma prática acadêmica, visando interligar a universidade em suas atividades de ensino e pesquisa com as lacunas abertas pela atual sociedade, buscando sempre o respeito e o compromisso social entre universidade e sociedade,

a relação entre extensão e pesquisa ocorre, pelo papel que esta passa a desempenhar como produtora de conhecimentos, além de contribuir diretamente para a transformação de cidadãos e melhoria de uma população.

A Extensão Universitária é uma ação junto à comunidade que possibilita uma socialização com o público externo, através do conhecimento adquirido no ensino, bem como na pesquisa que são desenvolvidos na instituição (PROEX, UFES, 2021).

A Universidade Federal de Alagoas concebe a extensão universitária através da possibilidade de uma formação acadêmica-profissional de caráter humanístico enquanto um processo interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político que promove a interação transformadora entre universidade e outros setores da sociedade (UFAL, 2021).

Os projetos de extensão levam a população serviços ofertados gratuitamente e que são mediados pela universidade com professores responsáveis, alunos e colaboradores. Essas ações promovidas levam experiências para os alunos e trazem inúmeras reflexões dentro da formação, a interdisciplinaridade dos conteúdos, assim trazendo uma melhor compreensão da relação entre teoria e prática ensinada nas matérias.

“Fazer extensão é caminhar em meio a possibilidades de constatação, identificação, compreensão e atuação com uma infinidade de conhecimentos científicos e saberes” (UFAL, 2021).

Desta maneira a extensão na universidade é uma possibilidade de que o aluno em formação amplie seus conhecimentos através de uma ação direta na comunidade, assim adquirindo habilidades para sua futura vida profissional que

se encontra em desenvolvimento, bem como para as pessoas se beneficiam com as ações de extensão.

### **O projeto de Extensão “Judô na Universidade”**

O projeto Judô na Universidade se desenvolveu pautado na intenção de proporcionar uma atividade esportiva para a comunidade acadêmica da UFAL, sendo o ponto central o ensino e prática do Judô, um esporte olímpico e tido como filosofia de vida em sua essência, pelos ensinamentos que busca trabalhar, neste sentido também se faz relação à área da educação e saúde. Com atividades especificamente da Luta de Judô no sentido de oferecer uma prática esportiva para a comunidade acadêmica de discentes, docentes e técnicos.

A Educação Física tem seu trabalho voltado nas práticas sociais corporais, ou seja, é uma atividade que busca um entendimento do corpo humano em movimento no meio social em que acontece. Porém não se resume em qualquer movimento, e sim dos múltiplos conhecimentos produzidos e usufruídos pela sociedade a respeito do corpo e do movimento, quer dizer, a cultura do corpo em movimento (BRASIL, 1997).

Neste sentido podemos elencar alguns principais elementos da cultura corporal como o esporte, a dança, o jogo, a ginástica, a luta, entre os conhecimentos tratados no âmbito da Educação Física. Assim sendo o Judô se entrelaça no esporte, bem como na luta, pois além de ter a sua origem nas Artes Marciais orientais, na atualidade se tornou um esporte olímpico.

Neira e Nunes (2006) ao defenderem uma “pedagogia da cultura corporal” conferem como objeto de estudo da Educação Física aqueles produtos culturais no interior dos quais o movimento humano adquiriu sentido e significado aferidos pelo contexto sócio; histórico; cultural, no qual são produzidos, reproduzidos e transformados. Trata-se de manifestações que agrupam gestualidades específicas, que expressam e representam uma cultura, possuem intenção comunicativa de ideias, sentimentos, formas de ser, estar etc., e são intrínsecas, portanto, à construção cultural de um povo.

Desta forma podemos considerar o Judô como uma prática social corporal e uma forma de comunicação com o mundo, uma vez que o corpo é um meio de

se comunicar, ou seja, a comunicação não verbal. Weil e Tompakow (2002) estudaram a linguagem corporal e afirmam que o corpo pode dizer muitas coisas aos outros, além de que o corpo é o centro de informação para o próprio indivíduo, proporcionando uma diferente dimensão de comunicação entre as pessoas.

Neste sentido, entendemos que a Educação Física possibilita aos alunos a vivência sistematizada de conhecimentos /habilidades da cultura corporal, balizada por uma postura reflexiva, no sentido da aquisição de uma autonomia necessária à uma prática intencional, que considere o lúdico e os processos sociocomunicativos na perspectiva do lazer, da formação cultural e da qualidade de vida (REZENDE e SOARES, 1996).

Nessa visão, o ensino da Educação Física deverá debater, analisar, discutir, estudar, enfim, tematizar as manifestações da cultura corporal, sem qualquer espécie de discriminação. Enquadram-se, portanto, as danças de origem africana, as lutas japonesas, os esportes radicais, a ginástica como expressão, o jogo de queimada, as mímicas e demais formas de dramatização, entre outras formas de cultura corporal.

Neto (1994) refere que o esporte é uma atividade que nos seus pressupostos deve contemplar a promoção dos valores humanos, os princípios de solidariedade e a cooperação social e cultural entre os seus intervenientes, qualidades exaltadas na prática do Judô. O Judô, sendo uma atividade de abordagem ampla, exerce uma função preponderante na formação global dos seus praticantes, permitindo-lhes a relação entre o contexto desportivo para o seu contexto sócio cultural específico.

O Judô contribui para o desenvolvimento social e emocional porque a sua prática é repleta de importantes valores morais. Na prática do Judô, se aprende a ser disciplinado, a confiar em si próprio, a adquirir autocontrole e autoestima, a adaptar-se a novas situações e dificuldades, a cooperar, a ceder e resistir (CASTARLENAS & MOLINA, 2002; BAPTISTA, 2003; CARRATALÁ, 2012).

O espaço da aula é um espaço social de convívio, e com a prática do Judô neste convívio há interação entre as pessoas, porém, é através da interação corporal que se atinge os objetivos, desde o aprendizado de uma técnica a busca de um sentido para a vida, desta forma o professor tem que observar não só tecnicamente o que o aluno está fazendo, o papel docente deve ser o de



mediador do conhecimento e com isso ajudar o aluno a ser um ser humano autônomo com princípios e valores. Os planejamentos das aulas estarão intimamente ligados com a particularidade de cada aluno, independente de qual seja ela, todo e qualquer movimento do mais simples ao mais complexo terá um objetivo que será de desenvolver capacidades físicas, cognitivas, sociais e afetivas nos praticantes.

Assim este projeto buscou o sentido cultural, no caso o Judô como cultura esportiva, e buscou a aprendizagem desta modalidade e seus princípios filosóficos, além disso a socialização entre os participantes, assim aproximando a comunidade envolvida seja discente, docentes, técnicos e uma melhora nas relações sociais em nosso meio de convívio diariamente. Também estiveram inclusos os aspectos voltados para a saúde dos participantes, no sentido de se tornarem mais ativos fisicamente, buscando também a prevenção de doenças aliadas ao sedentarismo.

## **2. METODOLOGIA**

### **Tipo de estudo**

O estudo será de cunho qualitativo, com informações que identifiquem as interpretações direcionadas e levantadas pelo pesquisador, como cita Neves (1996) a pesquisa qualitativa visa decodificar e descrever os significados atribuídos a determinado fato pela população estudada.

### **Grupo estudado**

A população estudada teve como foco os estudantes dos diversos cursos de graduação da Universidade Federal de Alagoas que participaram do Projeto Judô na Universidade, indivíduos de ambos os sexos e maiores de dezoito anos. Sendo pessoas que já tiveram algum contato com artes marciais e/ou desejaram conhecer este tipo de prática esportiva corporal. Assim o grupo estudado se constituiu de 23 alunos, 12 homens e 11 mulheres, todos matriculados no projeto e responderam ao questionário.

### **Instrumentos para coleta de dados**

Para coletar os dados da pesquisa foi utilizado o questionário como fala Severino (2013) que são questões direcionadas e previamente estabelecidas. Também foi utilizada a ferramenta chamada “Google Forms” para a coleta de dados, onde o questionário estava estruturado.

### **Procedimento para coleta de dados**

Para coletar os dados da pesquisa, inicialmente foi enviado um e-mail para os alunos participantes do projeto, contendo o termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), onde decidiram por livre e espontânea vontade participar ou não. Após o envio do material anexado, os indivíduos que receberam tiveram acesso à um contato de e-mail do pesquisador responsável para retirar qualquer dúvida que surgisse e posteriormente o questionário para responder.

### **Procedimentos de análises dos dados**

Para a análise dos dados foi utilizada a análise interpretativa que de acordo com Severino (2013) busca uma compreensão do texto e do pensamento do indivíduo, neste sentido interpretando as percepções do sujeito sobre determinado assunto.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

De acordo com as respostas dadas é possível perceber que uma maioria já tinha uma afinidade com esportes de contato e também com o Judô, e que por algum motivo e em determinado momento precisou se ausentar da prática, entretanto outras pessoas procuravam por uma prática esportiva por motivo de saúde, como ansiedade, diabetes e melhoria de condicionamento físico e mental.

Devido já ter praticado na escola e em busca de realizar alguma atividade física. (Aluno 1)

Por conta do ingresso na faculdade, não tinha compatibilidade de horário com o antigo centro de treinamento. E o Judô na UFAL possibilitou que eu me mantivesse ativa. (Aluno 2)

Procurei como forma de ajuda ao combate à diabetes e hipertensão. Também por conta do horário, o qual era compatível com meu horário

de trabalho e estudos. Procurei "as lutas corporais" porque eu já tinha tido uma iniciação numa dessas lutas no passado. (aluno 14)

Interesse pelo esporte e cultura do judô; sair do sedentarismo. Sempre me interessei por luta porque não me identifico com academia etc. (aluno 17)

Partindo das respostas e analisando-as, podemos entender que cada aluno tem sua especificidade e individualidade, porém o esporte, arte marcial foi utilizado como ferramenta de transformação de hábitos, buscando por melhoria de qualidade de vida e prevenção de patologias, até mesmo os que já tinham alguma experiência com as lutas e estavam sem praticá-la por fatores distintos tiveram a oportunidade de vivenciar a atividade proposta pelo projeto e desenvolver suas habilidades técnicas e evoluir mais.

Gonçalves e Vilarta (2004) estabelecem que Qualidade de Vida lida tanto com esferas objetivas como subjetivas de percepção. Sendo uma baseada em condições de vida como, moradia, alimentação, emprego e saúde, e outra que tem o viés a lidar com o que está intrínseco ao ser, como sensações, percepções, sentimentos e expectativas, nesse caso o esporte se coloca como um fenômeno social em que tais fatores acabam por comportarem-se como partículas formadoras do todo e questões ligadas à educação, comércio e saúde exercem grande influência sobre a forma pela qual as pessoas o incorporam em suas vidas, definindo o quadro de percepção de qualidade de vida dos sujeitos (MARQUES, 2007).

Com as respostas dos alunos participantes, podemos compreender que uma grande maioria sentiu uma melhora no condicionamento físico, aumento na disposição, foco, concentração, controle de peso dentre outros, além de que tiveram a oportunidade de desenvolver a técnica do Judô e também socializar com outros participantes que eram de outros cursos, trazendo uma bagagem multicultural para as aulas.

Foi bem proveitoso. Devido ao esforço físico houve uma melhora na qualidade do sono e no controle do peso. (aluno 1)

Foi muito proveitoso, além de um exercício físico o judô funcionou como um exercício pra minha mente. Além dos ensinamentos de disciplina, o esporte me distraía dos problemas alheios e eu conseguia me concentrar apenas no treino e no que estava aprendendo. (aluno 8)

Estou a 1 ano no projeto e além de ser exercício físico também tem a questão de socializar. (aluno 12)

Sim, me ajudou a equilibrar os dias pesados na UFAL. (aluno 4)

De acordo com os esclarecimentos relatados pelos alunos participantes podemos então interpretar que o projeto Judô na Universidade funcionou na prática como uma ponte para que os alunos tivessem acesso a uma melhor qualidade de vida, alívio das tensões diárias que se apresentam por fatores que estão ligados a vida dentro e fora da universidade, além do acesso a filosofia da arte marcial e suas técnicas, construindo assim uma constância na busca por hábitos saudáveis.

Partindo desse raciocínio, Matsudo & Matsudo (2000) afirmam que os principais benefícios à saúde que sucedem através da prática de atividade física referem-se aos aspectos antropométricos, neuromusculares, metabólicos e psicológicos, na dimensão psicológica, afirmam que a atividade física atua na melhoria da auto-estima, do auto conceito, da imagem corporal, das funções cognitivas e de socialização, na diminuição do estresse e da ansiedade. Guedes & Guedes (1995) reconhecem as vantagens da prática de atividade física regular na melhoria da qualidade de vida e Dantas (1999), buscando responder em que medida a atividade física proporcionaria uma desejável qualidade de vida, sugere que programas de atividade física bem organizados podem suprir as diversas necessidades individuais, multiplicando as oportunidades de se obter prazer e, conseqüentemente, otimizar a qualidade de vida.

Através das respostas concedidas pelos alunos, podemos analisar que a maioria avaliou de forma positiva a condução das aulas no projeto e a metodologia dos professores, relacionando a forma lúdica e as progressões pedagógicas utilizadas para fazer com que cada técnica fosse compreendida de forma a se internalizar e ser utilizada de forma consciente, buscando sempre a individualidade de cada aluno.

As aulas são bem dinâmicas e os professores respeitam os limites físicos de cada um. (Aluno 1)

São ótimas e acredito que são aplicadas com muita coesão, a teoria é bem explicada e a prática também, de acordo com a habilidade de cada aluno. (Aluno 8)

Aula muito boa sempre bem executada e planejada as vezes até de formas lúdicas para fazer conexões entre os alunos e o que irá ser passado (aluno 10)

Excelente. As aulas seguiam uma progressão de técnicas e de dificuldades, assim como cada aula tinha objetivos específicos (aluno 24)

Avaliando as respostas dadas pelos indivíduos participantes e observando os objetivos do projeto ao ser idealizado, é possível notar que há uma ligação com o que foi desenvolvido e com o que foi proposto, como as atividades tinham de ser desenvolvidas para uma turma onde haviam pessoas que nunca tinham praticado e outras que já tinha uma certa experiência em arte marcial, as progressões pedagógicas e a ludicidade foi uma linha norteadora utilizada afim de trazer uma melhor experiência para os alunos.

No decorrer da vida acadêmica a prática de atividade física diminui, e isso se reflete no desenvolvimento de valências físicas e motoras (Fontes, Vianna, 2009). Desta forma as atividades com cunho lúdico propiciam o aprendizado dos alunos minimizando o caráter rígido das regras e repetição “perfeita” da técnica (Macedo, Petty, Passos, 2005). Assim as aulas se tornam prazerosas e divertidas fazendo com que os alunos tenham reflexões positivas acerca dos temas abordados.

Com as respostas dos participantes, é possível notar que uma maioria após a participação do no projeto observaram uma melhoria na qualidade de vida, na consciência corporal, condicionamento físico e bem-estar, outros alunos também passaram a ver as lutas como uma atividade que traz respeito e união entre pessoas de classes e opiniões distintas, trazendo uma evolução integral do ser humano.

Como um grande contribuinte para a manutenção da saúde. (Aluno 2)

Como uma arte de conhecer seu próprio corpo, sua mente e suas capacidades. Não levando seu conhecimento para ferir outras pessoas, até porque isso não é discutido dentro do que é a luta corporal no judô, por exemplo. O projeto me mostrou que tudo, além de força, é disciplina e muito treino. (Aluno 8)

Que não são lutas violentas como eu imaginava ao observar. Tudo e em toda execução tem seu tempo, mas sempre respeitando seu oponente/adversário (aluno 17)

A arte marcial e uma ferramenta muito importante no cotidiano da população, não somente como forma de manutenção do

condicionamento físico, mas também como ferramenta de inclusão, pois o esporte tem um papel fundamental no que diz respeito a inclusão social e também na recuperação de indivíduos. (aluno 22)

Analisando as falas dos alunos é possível notar que eles passaram a perceber que a prática esportiva traz uma melhoria no condicionamento físico, mental e que a arte marcial, o Judô é uma ferramenta de transformação que traz uma reflexão sobre o respeito, disciplina e união de pessoas, tendo um papel fundamental para a inclusão social através do esporte em diferentes escalas da sociedade melhorando a qualidade de vida dos indivíduos.

Gonçalves e Vilarta (2004) abordam Qualidade de Vida pela maneira como as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano. Envolvendo aspectos como saúde, educação, transporte, moradia, trabalho e participação nas decisões que lhes dizem respeito. Ferreira (2002) afirma que Qualidade de Vida não se esgota nas condições objetivas de que dispõem os indivíduos, tampouco no tempo de vida que estes possam ter, mas no significado que dão a essas condições e à maneira com que vive e ainda encontramos as crenças nos benefícios dos esportes para a melhoria da qualidade de vida dos participantes ou para a formação social dos mesmos (GAYA, 2009; STIGGER, 2009; VAZ, 2009).

Sobre o esporte nota-se que uma grande parte percebe como uma fonte de promoção a saúde física, mental, comportamental além de trazer conceitos sobre disciplina e moralidade, outros alunos observam os esportes como um fenômeno na humanidade capaz de incluir jovens e pessoas em situação de vulnerabilidade social afim de trazer uma maior igualdade dentre pessoas.

A prática esportiva se faz necessária, é preciso um ponto de escape e ajuda na saúde mental e física. (Aluno 4)

É essencial a todos independente de qual seja o esporte não só pela parte física do corpo mas também por você se sentir bem com você mesmo. (Aluno 6)

Excelente ferramenta de inclusão social e promoção da saúde. (Aluno 22)

Fazer exercício físico vai muito além da estética, é saúde física e emocional, antes de tudo. Inclusiva e faz um papel muito importante para os jovens na marginalidade. (Aluno 23)

Percebe-se então que os alunos observam os esportes como uma grande ferramenta de inclusão social e promoção da saúde de forma geral, capaz de adentrar em diversos meios da sociedade e levar qualidade de vida para pessoas de diversas idades, classe sociais sem fazer distinção das mesmas. Além de ter o esporte como fuga para os dias difíceis e uma válvula de escape.

Em revisão sistemática realizada por Thiengo; Cavalcante e Lovisi (2014), os problemas de saúde mental mais frequentes identificados em crianças e adolescentes foram: depressão, transtornos de ansiedade, transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), transtorno por uso de substâncias e transtorno de conduta. As atividades de lazer são apresentadas na literatura com relação ao uso do tempo livre, momento que o ser humano aproveita o tempo disposto de forma recreativa, sozinho ou em grupo. Com a sensação de liberdade e ganhos pessoais através de atividades prazerosas da escolha do indivíduo (SARRIERA, 2007). Jigoro Kano, o criador do Judô, definiu-o como a máxima eficácia do uso da mente e do corpo para o benefício e bem-estar mútuo. Apela ainda ao bom uso da mente e do corpo, da sua energia, para o bom aperfeiçoamento pessoal e, por conseguinte, beneficiar o mundo (SCHULER, 2007).

Sobre o Projeto de Extensão Judô na Universidade, podemos perceber que os participantes tiveram uma maior qualidade de vida sendo um dos grandes fatores que levam esses estudantes a praticar algum tipo de esporte, os benefícios para a mente, corpo e interação com outros alunos também é levada em conta.

Porque melhora a minha saúde e me sinto bem praticando. (Aluno 5)

Me sinto bem em praticar esporte não só pela parte física mas também em relação às amizades que foi feita a partir do esporte. (Aluno 6)

A necessidade de controlar as taxas glicêmicas e de pressão arterial. (Aluno 15)

Para vencer batalhas psicológicas adquiridas na infância. (Aluno 17)

Nota-se então que grande parte dos praticantes mantem uma rotina de treinos por conta de sua saúde, tanto a física quanto psicológica como taxas glicêmicas, pressão arterial, autodisciplina até vencer batalhas psicológicas por

traumas de infância, portanto o Judô tem uma importante função para que essas pessoas possam obter resultados positivos em suas vidas.

Na sua revisão Samulsky (2002), refere que o exercício tem se mostrado um eficiente meio na obtenção do bem-estar psicológico, com efeitos positivos sobre o stress, humor e autoconceito. Neto (1994) refere que o desporto é uma atividade que nos seus pressupostos deve contemplar a promoção dos valores humanos, os princípios de solidariedade e a cooperação social e cultural entre os seus intervenientes, qualidades exaltadas na prática do Judô. Além de que Judô apresenta uma riqueza pedagógica enorme em relação ao movimento (em diversos eixos e planos, individual ou de grupo, mais ou menos acelerado), que permite uma conseqüente evolução no domínio psicomotor, como argumenta Freire (1991).

#### **4. CONCLUSÃO**

Durante a pesquisa foi possível observar que o Judô, conforme sua filosofia de prática esportiva trouxe diversos benefícios para os indivíduos. Jigoro Kano ao criar essa arte marcial pensou na melhoria do ser humano, com isso observou-se que tais fundamentos foram inerentes na prática das aulas durante o período em que o projeto foi realizado.

Quando se pensa no esporte como melhoria de qualidade de vida para indivíduos que nunca tiveram acesso a prática esportiva, principalmente uma arte marcial de outro continente e que foi desenvolvida numa outra época, temos em mente que um grande desafio está por vir, porém quando se consegue compreender a individualidade de cada ser, podemos desenvolver atividades, fundamentadas nas lutas afim de fazer com que os alunos possam desenvolver tais habilidades e compreender a filosofia do Judô.

Com isso podemos concluir que a vivência dos alunos matriculados no Projeto de extensão “Judô na Universidade” promoveu uma melhoria na qualidade de vida, bem como melhor condicionamento físico, melhoria na concentração, alívio de stress e ansiedade, além de uma positiva experiência social durante o convívio entre os indivíduos de diversos cursos da UFAL.



## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES JUNIOR, E. de D. **Judô, evolução técnica e competição**. João Pessoa: Ideia, 2001. p 01-04
- BAPTISTA, C. **Judô da escola à competição** (3ª ed.). Rio de Janeiro: Sprint, 2003.
- BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais**. Educação física / Secretaria de Educação Fundamental. – Brasília: MEC/SEF, 1997.
- CARRATALÁ D. **O Judô Nos Jovens Com Risco De Exclusão Social**. Actas do congreso europeo de inclusão social através do judo e outro deportes. Lisboa: ULHT, 2012.
- CASTARLENAS, J. & MOLINA, J. **El Judo en la educación física escolar: unidades didácticas**. Barcelona: Hispano Europea, 2002.
- DANTAS, E. H. M. **Atividade física, prazer e qualidade de vida**. Revista Mineira de Educação Física. Viçosa, v.7, n.1, p. 5-13, 1999
- FERREIRA, N.T. **Qualidade de Vida, meio ambiente e esporte: focos de complexidade**. In: MOREIRA, W.W; SIMÕES, R (orgs.). Esporte como fator de Qualidade de Vida. Piracicaba: Editora Unimep, 2002, p. 37-51.
- FIGUEIREDO, A & GOMES, M. **As artes marciais & desportos de combate na educação física escolar e na formação académica dos professores: uma nova abordagem**. Livro de Resumos do III Congresso da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto – Pedagogia do Desporto – Contextos e Constrangimentos. Espinho: CESPU, 2013.
- FONTES, A.C.D.; VIANNA, R.P.T. **Prevalência e fatores associados ao baixo nível de atividade física entre estudantes universitários de uma universidade pública de ensino da região nordeste-Brasil**. Revista brasileira de epidemiologia. Vol. 1. Núm.1. 2009.
- GAYA, A. **Sobre o esporte para crianças e jovens**. In: STIGGER, M.P.; LOVISOLO, H.R. (Orgs.) Esporte de rendimento e esporte na escola. Campinas: Autores Associados, 2009.
- GONÇALVES, A; VILARTA, R. **Qualidade de vida: identidades e indicadores**. In: Gonçalves, Aguinaldo e Vilarta, Roberto (orgs.). Qualidade de vida e atividade física: explorando teorias e práticas. Barueri, manole, 2004, p.03-25

GONÇALVES, A. **Em busca do diálogo do controle social sobre o estilo de vida.** In: VILARTA, R (org.) Qualidade de Vida e políticas públicas: saúde, lazer e atividade física. Campinas, IPES, 2004, p. 17-26.

NEIRA, M.G.; NUNES, M.L.F. **Pedagogia da cultura corporal: crítica e alternativas.** São Paulo: Phorte, 2006.

GUEDES, O. C. **Judô, evolução técnica e competição.** João Pessoa: Ideia, 2001.

GUEDES, D.P, GUEDES, J. E. R. P. **Atividade Física, Aptidão Física e Saúde.** Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde. v.1, n.1, p. 18- 35, 1995.

KANO, J. **Judô Kodokan:** Jigoro Kano. São Paulo: Cultrix, 2008.

KUDO, K. **Judô em Ação:** Tokyo: Japan Publications Trading Company, 1972  
Macedo, L.; Petty, A. L. S.; Pasos, N. C. **Os jogos e o lúdico na aprendizagem escolar.** Porto Alegre. Artmed. 2005.

MARQUES, R.F.R. **Esporte e qualidade de vida: reflexão sociológica** (2007). Dissertação de mestrado. Faculdade de educação física da universidade estadual de campinas, campinas, 2007.

MATSUDO, S. M, MATSUDO, V. K.R. **Evidências da importância da atividade física nas doenças cardiovasculares e na saúde.** Revista Diagnóstico e tratamento, v.5, n. 2, p. 10-17,2000.

NETO, C. **Desporto infantil:** A criança e a actividade desportiva. Horizonte, 10 (60), 203-206, 1994.

NOGUEIRA, M. das D. P. **Políticas da Extensão Universitária Brasileira.** Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2005.

NEVES, J. L. **Caderno de pesquisas em administração,** São Paulo, V.1, nº 3,2º, Sem, 1996 Disponível em:<  
[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54648986/PESQUISA\\_QUALITATIVA\\_CARACTERISTICAS\\_USO.pdf?1507379912=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPESQUISA\\_QUALITATIVA\\_CARACTERISTICAS\\_USO.pdf&Expires=1626814315&Signature=EBcarGJFbEFkEUK~C3ltHabCwF3uQyHXhVofP7AiAraldK5Rq8~wTT7~SUTkgWO0QRnfTCjr8bE0V0vBzWpKsclzQwBmYAIQ4YBpJk22FqLPycD7jZaxCn4IaHv0H3GfldXOaoY3pmN9-BrvftRgfiqJ3IKwYOCiv1vIr02oZfeFZZGq2ImthP1z3oloSaCLntU-BLrwlk9BiF~N7Fqkl7YTzTwlzWDwgTzxC-9YISJtnJXe8E8Ud91iQoGAQ~Gzy0TtbZERygMET-nT~BaVuOFwC1fIBc4TflQuxsqg1IS9OrA6gEVrRrfTA1nQMH~yVz64ghg7DyTFcRyr30XcRA\\_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54648986/PESQUISA_QUALITATIVA_CARACTERISTICAS_USO.pdf?1507379912=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DPESQUISA_QUALITATIVA_CARACTERISTICAS_USO.pdf&Expires=1626814315&Signature=EBcarGJFbEFkEUK~C3ltHabCwF3uQyHXhVofP7AiAraldK5Rq8~wTT7~SUTkgWO0QRnfTCjr8bE0V0vBzWpKsclzQwBmYAIQ4YBpJk22FqLPycD7jZaxCn4IaHv0H3GfldXOaoY3pmN9-BrvftRgfiqJ3IKwYOCiv1vIr02oZfeFZZGq2ImthP1z3oloSaCLntU-BLrwlk9BiF~N7Fqkl7YTzTwlzWDwgTzxC-9YISJtnJXe8E8Ud91iQoGAQ~Gzy0TtbZERygMET-nT~BaVuOFwC1fIBc4TflQuxsqg1IS9OrA6gEVrRrfTA1nQMH~yVz64ghg7DyTFcRyr30XcRA_&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA)> acesso em 18/07/2021.

PAULA, J. A. de. **A Extensão Universitária: história, conceitos e propostas.** interfaces -Revista de Extensão, v. 1, n. 1, p. 05-23, jul./nov. 2013. Disponível em:<

<https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/18930/15904>>  
. acesso em: 08 de julho de 2021.

PROEX, UFES. **O que é Extensão Universitária?** Universidade federal do Espírito Santo, ano 2015. Disponível em: < <https://proex.ufes.br/o-que-e-extensao-universitaria>>. Acesso em: 07 de julho de 2021.

REINER, H.S **Textos pedagógicos sobre o ensino da educação física.** Ijuí: Editora Unijuí da Universidade Regional do Noroeste do estado do Rio Grande do Sul.2003

RESENDE, H. G. de & SOARES, A. J. G. **Conhecimento e especificidade da educação física escolar, na perspectiva da cultura corporal.** Revista Paulista de Educação Física. São Paulo: supl. 02. p. 49- 59.1996.

ROZA, A.F.C **Judô Infantil:** uma brincadeira séria! São Paulo: Phorte, 2010

SARRIERA JC; TATIM DC; COELHO RPS; BUCKER J. **Uso do Tempo Livre por Adolescentes de Classe Popular.** Psicologia: Reflexão e Crítica. 2007; 20(3): 361-367.

SAMUSKY, D. (2002). **Psicologia do Esporte.** São Paulo: Manole.

SCHULER, S. (2007). **Judo e jiu-jitsu e o desenvolvimento integral de crianças em séries escolares iniciais.** Disponível em [http://tede.est.edu.br/tede/tde\\_busca/arquivo.php?codArquivo=85](http://tede.est.edu.br/tede/tde_busca/arquivo.php?codArquivo=85). Acesso em 14-08-21.

STANLEI, V. **Arte e o ensino do Judô.** Porto Alegre: Rígel, 2000

SEVERINO, A. J, **Metodologia do trabalho científico.** São Paulo: Cortez, 2013

SILVA, N. **Judô, o caminho da suavidade:** história, filosofia, técnicas de competição. São Paulo, On line, 2011

SOUSA, A. L. L. **A História da Extensão Universitária.** Campinas, SP: Alínea, 2000.

THIENGO, D. L.; CAVALCANTE, M. T.; LOVISI, G. M. **Prevalência de transtornos mentais entre crianças e adolescentes e fatores associados:** uma revisão sistemática. J. bras. psiquiatr., Rio de Janeiro, v. 63, n. 4, dec. 2014. p. 360-372

TURATO, E. R. et al. **Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde:** contribuições teóricas. Cadernos de Saúde Pública, Rio de Janeiro, v. 24, n.1, p. 17-27, jan. 2008.

UFAL, **Apresentação: Extensão para além dos muros da Universidades**, Universidade Federal de Alagoas, ano 2021. Disponível em: <<https://ufal.br/ufal/extensao/apresentacao>>. Acesso em: 07 de julho de 2021.

WEIL, P. & TOMPAKOW, R. **O corpo fala: a linguagem silenciosa da comunicação não-verbal**. 54. ed. Petrópolis: Vozes, 2002.

## APÊNDICE

### **Questionário sobre a participação no Projeto de Extensão “Judô na Universidade”**

1. Por qual motivo você procurou o Programa de Extensão Esporte do IEFE? E em específico porque o Projeto "Judô na Universidade"?
2. Quanto a sua participação no Projeto como você pode avaliar? Se foi proveitoso ou não. E por quê?
3. Sobre as aulas de maneira geral como você pode avaliar? Planejamento e execução.
4. Após a sua participação no Projeto “Judô na Universidade”, como você entende e/ou percebe as Lutas/Artes Marciais?
5. De maneira geral qual seu pensamento sobre uma prática esportiva, como você vê o esporte de maneira geral?
6. O que faz que você se mantenha na prática esportiva?

## ANEXO I

### Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (T.C.L.E.)

Você está sendo convidado(a) a participar do projeto de pesquisa **A participação dos alunos no Projeto de Extensão: Judô na Universidade** do pesquisador ARTUR FELIPE DE SOUZA LINS. A seguir, as informações do projeto de pesquisa com relação a sua participação neste projeto:

1. O estudo se destina a perceber a participação dos alunos no projeto de extensão “Judô na Universidade”.
2. A importância deste estudo é a de entender o pensamento e os motivos que impulsionam o envolvimento do ser humano na prática esportiva.
3. Os resultados que se desejam alcançar são os seguintes: Muitos podem ser os significados de uma prática esportiva. Bem como o ser humano pode atribuir diferentes significados para uma mesma atividade. Neste entendimento este estudo pode revelar concepções abrangentes sobre entendimento do ser sobre a prática do esporte, no caso o Judô.
4. A coleta de dados começará em fevereiro/2021 e terminará em julho/2021
5. O estudo será feito da seguinte maneira: Inicialmente será feito um estudo sobre a temática do esporte, Judô, Extensão Universitária, logo após serão aplicados questionários buscando informações de acordo ao que o estudo se destina. Após esta fase será realizada a interpretação dos dados coletados no questionário para assim chegar em uma conclusão a que se propõe.
6. A sua participação será nas seguintes etapas: Na coleta de dados, ao responder o questionário proposto, após a leitura e concordância do TCLE.
7. Os incômodos e possíveis riscos à sua saúde física e/ou mental são de não saber e/ou não entender ou conseguir responder alguma pergunta. Se tiver algum tipo de constrangimento a qualquer momento poderá parar de responder e não participar, ou então entrar em contato para sanar as dúvidas. Também para que as informações não sejam reveladas, serão armazenadas em banco de dados e apresentadas de forma anônima e, se ainda assim o sigilo for quebrado, os dados serão descartados.
8. Os benefícios esperados com a sua participação no projeto de pesquisa, mesmo que não diretamente são de contribuir para um melhor entendimento do

esporte e da extensão universitária e do ser humano que se envolve na prática desportiva.

9. Você poderá contar com a seguinte assistência: tirar qualquer dúvida com o pesquisador, referente ao estudo e seu o propósito, caso não compreenda as perguntas do questionário. Sendo responsável por ela o próprio pesquisador, através de e-mail.

10. Você será informado(a) do resultado final do projeto e sempre que desejar, serão fornecidos esclarecimentos sobre cada uma das etapas do estudo.

11. A qualquer momento, você poderá recusar a continuar participando do estudo e, também, que poderá retirar seu consentimento, sem que isso lhe traga qualquer penalidade ou prejuízo.

12. As informações conseguidas através da sua participação não permitirão a identificação da sua pessoa, exceto para a equipe de pesquisa, e que a divulgação das mencionadas informações só será feita entre os profissionais estudiosos do assunto após a sua autorização.

13. O estudo não acarretará nenhuma despesa para você.

14. Você será indenizado(a) por qualquer dano que venha a sofrer com a sua participação na pesquisa (nexo causal).

15. Você receberá uma via do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado por todos.

Eu .....,  
tendo compreendido perfeitamente tudo o que me foi informado sobre a minha participação no mencionado estudo e estando consciente dos meus direitos, das minhas responsabilidades, dos riscos e dos benefícios que a minha participação implica, concordo em dele participar e para isso eu DOU O MEU CONSENTIMENTO SEM QUE PARA ISSO EU TENHA SIDO FORÇADO OU OBRIGADO.

**Endereço da equipe da pesquisa (OBRIGATÓRIO):**

Instituição: Universidade Federal de Alagoas - UFAL

Endereço: Av. Lourival Melo Mota, s/n. Tabuleiro do Martins.

Complemento: Instituto de Educação Física e Esporte - IEFE

Cidade/CEP: Maceió – AL (57072-900)

Telefone: 3214-1873



## ANEXO II

### Fotos dos Alunos do Projeto Judô na Universidade



Primeira Turma do Projeto Judô na Universidade.



Segunda turma do Projeto Judô na Universidade