



O Jiu-Jitsu como Prática Pedagógica Inclusiva: Relato Ampliado de Experiências com Crianças com Transtorno do Espectro Autista

Jiu-Jitsu as an Inclusive Pedagogical Practice: An Expanded Report of Experiences with Children with Autism Spectrum Disorder

Rodrigo Araújo de Moraes

Centro Universitário Unicesumar – Pós-Graduação Educação Especial: Transtorno do Espectro Autista.

Resumo: O Transtorno do Espectro Autista (TEA) envolve desafios relacionados à comunicação, interação social, comportamento adaptativo e autorregulação emocional. Em ambientes esportivos e educacionais, práticas corporais estruturadas, como o Jiu-Jitsu, podem atuar como recursos inclusivos e pedagógicos significativos. Este estudo apresenta um relato ampliado de experiências pedagógicas ao longo de sete meses de acompanhamento com três crianças com características compatíveis com o espectro autista, inseridas em aulas mistas e em grupo de Jiu-Jitsu infantil. O estudo analisa três casos distintos: um aluno com TEA nível 1, um aluno com TEA associado a dificuldades motoras significativas e uma aluna com indicadores comportamentais compatíveis com TEA, porém sem diagnóstico formal. Os resultados apontam avanços em aspectos socioemocionais, coordenação motora, autonomia, socialização e redução de comportamentos desafiadores. Conclui-se que o Jiu-Jitsu, quando conduzido por um professor mediador sensível, com intencionalidade pedagógica e práticas inclusivas, representa uma ferramenta acessível e promissora no desenvolvimento integral de crianças com TEA.

Palavras-chave: autismo; inclusão; jiu-jitsu; desenvolvimento infantil; educação física adaptada.

Abstract: Autism Spectrum Disorder (ASD) involves challenges related to communication, social interaction, adaptive behavior, and emotional self-regulation. In educational and sports settings, structured physical practices such as Jiu-Jitsu can serve as meaningful inclusive and pedagogical tools. This article presents an expanded pedagogical report based on seven months of experience with three children displaying ASD-related characteristics in mixed and group Jiu-Jitsu classes. The study analyzes three distinct cases: a child diagnosed with ASD level 1, a child with ASD and significant motor impairments, and a female child exhibiting ASD traits without formal diagnosis. The results indicate improvements in socioemotional skills, motor coordination, autonomy, socialization, and reduction of challenging behaviors. It is concluded that Jiu-Jitsu, when taught by a sensitive and pedagogically intentional instructor within an inclusive structure, represents a valuable resource for the integral development of children with ASD.

Keywords: autism; inclusion; jiu-jitsu; child development; adapted physical education.

INTRODUÇÃO

O Transtorno do Espectro Autista (TEA) configura-se como uma condição do neurodesenvolvimento caracterizada por dificuldades persistentes na comunicação

social, padrões restritos e repetitivos de comportamento, estereotípias motoras e desafios associados à autorregulação emocional (APA, 2014). Em contextos educativos e esportivos, tais características influenciam diretamente a permanência, a socialização, a compreensão das regras e a adaptação às rotinas propostas pelos professores.

No Brasil, o movimento inclusivo reforçou o papel da escola e de práticas não formais de educação como espaços que devem assegurar condições de participação plena a todos os estudantes, conforme a Política Nacional de Educação Especial (Brasil, 2008), a Lei Brasileira de Inclusão (Brasil, 2015) e diretrizes contemporâneas de atendimento educacional especializado.

Nesse cenário, as práticas corporais assumem relevância ampliada. A Educação Física Adaptada reconhece que o movimento humano pode ser um importante mediador de desenvolvimento cognitivo, emocional e social, especialmente para crianças com TEA, que se beneficiam de rotinas estruturadas, mediação sensorial adequada e atividades motoras significativas (Le Boulch, 2001; Baranek, 2002).

As artes marciais — e particularmente o Jiu-Jitsu — destacam-se pela combinação de organização técnica, estrutura ritualística, regras claras, previsibilidade e contato corporal mediado, possibilitando vivências que favorecem habilidades sociais, coordenação motora, respeito mútuo, autocontrole emocional e sentimentos de pertencimento (Gomes e Pereira, 2022; Silva e Almeida, 2021).

Este artigo tem como objetivo relatar, ampliar e discutir experiências pedagógicas com três crianças com características do espectro autista, acompanhadas ao longo de sete meses em aulas de Jiu-Jitsu infantil. A intenção é apresentar um estudo aprofundado, que explore a prática pedagógica inclusiva aplicada às artes marciais, identificando estratégias, desafios, avanços e contribuições para o desenvolvimento integral dessas crianças.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Compreensão do TEA e demandas educacionais

O TEA é uma condição multifacetada que envolve alterações na comunicação social, padrões restritos de interesse e dificuldades em flexibilidade comportamental e emocional (APA, 2014). Segundo Lord *et al.* (2020), as manifestações comportamentais variam amplamente, exigindo práticas pedagógicas personalizadas e intervenções sensíveis às singularidades.

Crianças com TEA frequentemente apresentam:

- Dificuldades para iniciar e manter interações sociais;
- Hipersensibilidade ou hipossensibilidade sensorial;
- Rigidez comportamental;
- Estereotípias motoras;

- Dificuldades de coordenação motora;
- Desafios na compreensão de eventos sociais;
- Dificuldades de adaptação a mudanças de rotina.

Essas características tornam o ambiente escolar e esportivo potencialmente desafiador, reforçando a necessidade de estratégias inclusivas.

Psicomotricidade e Desenvolvimento Motor no TEA

A psicomotricidade propõe a integração entre corpo, emoção e pensamento, reconhecendo que o movimento influencia diretamente aspectos sociais e cognitivos (Le Boulch, 2001). Em crianças com TEA, dificuldades motoras finas e globais são amplamente documentadas (Baranek, 2002), tornando fundamental o uso de práticas motoras estruturadas como suporte ao desenvolvimento.

Artes Marciais como Recurso Educacional

Estudos apontam as artes marciais como facilitadoras do desenvolvimento de funções executivas, autorregulação e habilidades sociais (Moura e Ferreira, 2020), além de promoverem respeito, disciplina, trabalho em dupla e compreensão das regras.

- O Jiu-Jitsu destaca-se por:
- Exigir cooperação constante entre parceiros;
- Permitir repetição estruturada de movimentos;
- Oferecer ambiente ritualístico (reverência, fila, comandos formais);
- Desenvolver força, equilíbrio e coordenação;
- Trabalhar autocontrole sob pressão;
- Favorecer a comunicação não verbal e a leitura do corpo.

Esses elementos fazem do Jiu-Jitsu uma prática alinhada às necessidades de crianças neurodivergentes.

METODOLOGIA

O estudo caracteriza-se como relato pedagógico ampliado, com abordagem qualitativa e observacional, fundamentado em registros de campo e acompanhamento direto de três alunos durante sete meses.

As aulas, realizadas duas vezes por semana para alunos com TEA e três vezes para a aluna sem diagnóstico formal, com duração média de 50 minutos, seguiam rotina fixa:

1. Acolhida e preparação emocional;
2. Cumprimentos formais ao professor e colegas;
3. Aquecimento motor e psicomotor;

4. Técnicas básicas e individuais;
5. Atividades dirigidas em dupla;
6. Dinâmicas coletivas de integração;
7. Encerramento ritualístico com reverência.

O objetivo era garantir previsibilidade e segurança emocional às crianças.

DESCRIÇÃO DETALHADA DOS ALUNOS

Aluno A — TEA nível 1 (caso-base)

Aluno verbal, 6 anos, com dificuldade de expressar emoções e forte presença de estereotipias motoras (andar nas pontas dos pés, balançar das mãos). No início, apresentava limitação em tolerar proximidade física e interação com colegas.

Avanços observados:

- Aumento da permanência nas atividades;
- Melhora na tolerância ao toque e ao contato físico;
- Redução gradual de estereotipias durante tarefas estruturadas;
- Aceitação parcial e depois integral do trabalho em duplas;
- Maior autonomia na execução das técnicas básicas;
- Maior controle emocional.

Aluno B —TEA + dispraxia motora e de fala associadas

Aluno masculino, cerca de 6 anos, com dificuldades motoras finas e grossas, e de fala evidentes:

- Dificuldade para ajustar kimono;
- Dificuldade para amarrar faixa;
- Desequilíbrio em movimentos simples;
- Insegurança motora;
- Lentidão nas transições de posição;
- Lateralidade comprometida;
- Dificuldade de fala e construção de frases.

Também apresentava sinais de rigidez emocional e isolamento social.

Intervenções aplicadas

- Treino psicomotor específico para base, equilíbrio e coordenação;
- Rotinas de autocuidado (ajeitar kimono, fechar faixa);
- Movimentos simplificados e introdução gradual de técnicas;
- Reforço positivo intensivo;

- Parcerias estratégicas com alunos mais calmos;
- Introdução de atividades que necessitam de autonomia e iniciativa;
- Solicitação de repetição dos comandos curtos para fixação das palavras.

Avanços observados

- Melhora significativa no equilíbrio e na coordenação;
- Aumento da autonomia no vestir/ajeitar o kimono;
- Redução da dependência do professor;
- Maior confiança corporal;
- Início de socialização espontânea com colegas;
- Maior controle espacial e profundidade;
- Ligeira melhora na pronúncia e criação de frases.

Este é um caso especialmente importante pois demonstra que o Jiu-Jitsu pode atuar como ferramenta para desenvolvimento motor adaptado e fala.

Aluna C — características de TEA (sem diagnóstico formal)

Criança de 7 anos, com dificuldades iniciais de interação, retraimento emocional e ausência de iniciativa. Não sorria, evitava contato visual e participava pouco das tarefas.

Intervenções aplicadas

- Mediação afetiva fraterna;
- Acolhimento não invasivo;
- Atividades em duplas cuidadosamente escolhidas;
- Rotinas com previsibilidade emocional;
- Reforço positivo de microconquistas;
- Atividades psicomotoras;
- Introdução de atividades que necessitam de autonomia e iniciativa.

Avanços observados

- Retomada progressiva da alegria e do sorriso;
- Aumento da iniciativa nas atividades;
- Maior engajamento em tarefas coletivas;
- Início de construção de vínculo afetivo com o professor;
- Ampliação significativa da interação com colegas;
- Melhora nas tarefas simples de coordenação.

Este caso demonstra ganhos profundos em aspectos afetivos e emocionais — dimensão muitas vezes negligenciada em pesquisas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Avanços Motores

Todos os alunos apresentaram evolução na coordenação, equilíbrio e percepção corporal. O caso do Aluno B é particularmente significativo devido à deficiência motora e de fala associada.

Avanços Socioemocionais

- Aumento da tolerância sensorial;
- Interação progressiva com colegas;
- Redução de evitamentos;
- Retomada de expressões afetivas.

Redução de Comportamentos Desafiadores

Houve diminuição notável de estereotípias em contexto de atividade estruturada, o que está alinhado com os achados de Lang *et al.* (2010).

O Papel do Professor-Mediador

A postura afetiva, calma e previsível influencia diretamente:

- Vínculo;
- Engajamento;
- Permanência na tarefa;
- Adaptação ao grupo.

REFLEXÕES PEDAGÓGICAS

Sua experiência como professor revela:

- A importância do vínculo na inclusão;
- A necessidade de uma postura ética, paciente e firme;
- A potência da afetividade no processo de desenvolvimento;
- O papel ativo do professor como mediador emocional.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Jiu-Jitsu demonstrou ser uma ferramenta acessível e eficaz para promover habilidades motoras, emocionais e sociais em crianças com TEA. A experiência reforça:

- A relevância de práticas pedagógicas estruturadas;
- O valor da mediação sensível;
- O impacto da inclusão esportiva no desenvolvimento infantil;
- O impacto socioemocional;
- A autonomia e qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM-5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BARANEK, G. T. **Efficacy of sensory and motor interventions for children with autism**. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, v. 32, n. 5, p. 397–422, 2002.
- BRASIL. **Política Nacional de Educação Especial na Perspectiva da Educação Inclusiva**. MEC/SEESP, 2008.
- BRASIL. Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência – Estatuto da Pessoa com Deficiência. **Lei nº 13.146, de 6 de julho de 2015**.
- KLIN, A.; VOLKMAR, F.; SPARROW, S. **Autism and Pervasive Developmental Disorders**. Cambridge: Cambridge University Press, 2000.
- LORD, C. *et al.* **Autism spectrum disorder**. *Nature Reviews Disease Primers*, v. 6, n. 5, p. 1–23, 2020.
- MELLO, A. M. S. **Autismo: compreensão e intervenção**. São Paulo: Memnon, 2017.
- SCHWARTZMAN, J. S.; ASSUMPÇÃO JR., F. B. **Transtornos do Espectro do Autismo**. 2. ed. São Paulo: Memnon, 2020.
- FONSECA, V. **Psicomotricidade: Perspectivas multidisciplinares**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2012.
- GALLAHUE, D.; OZMUN, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. São Paulo: Phorte, 2005.
- LE BOULCH, J. **O desenvolvimento psicomotor: do nascimento até 6 anos**. Porto Alegre: Artes Médicas, 2001.
- MANOEL, E. de J. **O Corpo em Movimento**. São Paulo: Moderna, 2006.

ROSE, D. J. **A educação física adaptada**. 5. ed. São Paulo: Manole, 2010.

GOMES, A. P.; PEREIRA, M. V. Artes Marciais e Desenvolvimento Infantil: Uma Revisão Integrativa. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 44, n. 2, p. 245–259, 2022.

KIM, J.; PARK, S. The influence of martial arts training on social interaction and behavioral adaptation in children with ASD. **Journal of Child & Adolescent Behavior**, v. 5, n. 1, p. 1–7, 2017.

MOURA, T.; FERREIRA, R. Artes Marciais como Ferramenta Pedagógica no Desenvolvimento de Competências Socioemocionais. **Motrivivência**, v. 32, p. 1–15, 2020.

REZENDE, J. C. **Pedagogia do Jiu-Jitsu: fundamentos técnicos e educativos**. São Paulo: Editora NS, 2018.

SILVA, D. F.; ALMEIDA, R. G. O impacto das artes marciais no desenvolvimento infantil de crianças com TEA. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 28, n. 2, p. 85–99, 2021.

LANG, R. *et al.* Physical exercise and individuals with autism spectrum disorders: A systematic review. **Research in Autism Spectrum Disorders**, v. 4, p. 565–576, 2010.

OECD. **Education Policies for Students with Autism Spectrum Disorders**. Paris: OECD Publishing, 2021.

UNESCO. **Guia para a Inclusão: Assegurar o Acesso Universal à Educação**. Paris: UNESCO, 2017.