



**VI FÓRUM DE
INTEGRAÇÃO**
AMAJARI - RORAIMA - 2017

**EMPREENDEDORISMO E
DESENVOLVIMENTO
REGIONAL SUSTENTÁVEL**



Categoria: PBAEX

Área de conhecimento: Ciências da Saúde

PROJETO JUDÔ: FUNDAMENTOS E PRÁTICAS

Isabella Coimbra Sales¹

Paulo Henrique de Lima Reinbold²

O esporte juntamente com a educação desempenha um papel de união, e estimulam o desenvolvimento livre, integral, solidário e coletivo das pessoas, além de afirmar os seus valores no mundo e promover o desenvolvimento humano e a qualidade de vida. Atividades esportivas além de trazer benefícios para o corpo e para a mente, ainda despertam a cooperação, a criatividade, a disciplina, o espírito de equipe, que são elementos essenciais para o processo de desenvolvimento humano. Na atualidade é ensinado em academias e clubes e reconhecido como um esporte saudável que não está relacionado à violência, mas sim como um estilo de vida que nos fornece ensinamentos não só dentro do tatame. Boa parte dos jovens de hoje em dia estão imersos em um contexto social em que os impede da prática desportiva. Diante disso, foi vista a necessidade de realizar um projeto aberto a comunidade que ofereça a oportunidade de iniciar a prática do Judô. Este projeto teve como objetivo proporcionar, através da prática sistemática do Judô, o crescimento e o desenvolvimento das potencialidades psicomotoras, cognitivas e sociais do desenvolvimento da afetividade e a integração social, bem como a introdução aos fundamentos básicos progressivo da modalidade para o desenvolvimento geral do atleta. Foi realizado a divulgação do projeto para a comunidade externa do IFRR campus Boa Vista e das escolas estaduais, posteriormente, foi aberto o período de inscrição para as aulas de judô, após o período de inscrição apurou-se o número de inscritos e montou-se tabela com dias e horários de treino, em seguida iniciaram-se os treinos. No decorrer das atividades foi demonstrado a importância da prática da atividade física, foi feito os ensinamentos históricos do judô, a importância dos ensinamentos filosóficos do judô, depois foi ensinado as técnicas de combate. Percebeu-se que houve crescimento bio-psico-social por parte dos praticantes, todos apresentaram melhoras no desenvolvimento técnico e filosófico. Proporcionou-se, através da prática sistemática do Judô, o crescimento e o desenvolvimento das potencialidades psicomotoras e cognitivas, o desenvolvimento da afetividade e a integração social, bem como a introdução aos fundamentos básicos progressivo da modalidade.

Palavras-chave: Judô, Desenvolvimento, Formação.

Apoio financeiro: PBAEX/IFRR.

¹Bolsista do PBAEX - IFRR/*Campus* Boa Vista, ²Professor do IFRR/*Campus* Boa Vista.
Autor correspondente: suzanneemmanoelle@hotmail.com