



JIU-JITSU: uma maneira de educar.

Daniela Gomes de Souza
Heloísa da Silva Azevedo

O jiu-jitsu significa suavidade na técnica, é uma arte marcial que utiliza várias técnicas e golpes para derrotar o oponente; e como toda arte marcial requer atenção, concentração, disciplina e responsabilidade. O projeto foi criado e desenvolvido pelas alunas Daniela Gomes e Heloisa Azevedo no próprio Instituto federal-IFRR, pois crianças, adolescentes, jovens e adultos foram beneficiadas pela filosofia e pela prática do Jiu-Jitsu, que além de ensinar essa arte milenar, prepara os alunos para atuarem em equipe, ter equilíbrio físico e emocional, além de disciplina exigida pelos professores desta arte milenar, que também deve ser levada para a sala de aula, para a família e para a sociedade como um todo. Temos esse esporte para oferecer, uma luta também contra a violência doméstica, forjar esse caráter, tirar esse machismo da sociedade, essa violência de dentro de casa, fazer com que o adolescente respeite pai e mãe ou seus responsáveis, ter princípios e valores e também ajudou a muitos alunos a manter a saúde o bem estar, e daí tiveram uma melhor qualidade de vida. A prática do Esporte tem a prerrogativa de focar e solucionar as necessidades e as exigências de melhorar o condicionamento físico, reunindo evolução em vários outros aspectos de cunho psicológico, sem contar com o reflexo da importância da prática em face da atual ascensão do esporte no cenário nacional.