**Karatê Shotokan para Crianças: O papel da extensão universitária no desenvolvimento infantil por meio do esporte**

**Jheniffer Conceição de Melo [[1]](#footnote-1)**

Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT), [**jheniffer.melo@ufnt.edu.br**](mailto:jheniffer.melo@ufnt.edu.br)

**Fábio André Pinheiro de Araújo[[2]](#footnote-2)**

Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT),[**fabio.araujo@ufnt.edu**](mailto:fabio.araujo@ufnt.edu)

**Ana Kelen Felipe Lima[[3]](#footnote-3)**

Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT),[**ana.lima@ufnt.edu.br**](mailto:ana.lima@ufnt.edu.br)

1. **Resumo**

O Shotokan é um estilo de Karatê criado Gichin Funakoshi e seu filho Yoshitaka Funakoshi, com o primeiro dojô aberto em Tóquio em 1935. O estilo Shotokan pregava conceitos como aprimoramento moral e físico do indivíduo. Esta arte marcial não prega a agressão, mas nobreza de espírito, disciplina, humildade e perseverança. O Karatê é um instrumento de desenvolvimento global da criança, sendo arte e esporte que auxilia na educação das crianças, aprimorando habilidades de socialização inclusive portadores de Down, TEA e TDAH, por meio do ensino lúdico. Este relato de experiência aborda o projeto de extensão desenvolvido para crianças de baixa renda de Araguaína, Tocantins durante período de 2023 e 2024. O objetivo do projeto foi incentivar a prática do karatê como esporte e filosofia da vida. Participaram do projeto 19 crianças de ambos os sexos, de seis a 14 anos que treinavam três horas semanais de novembro de 2023 a junho de 2024. Os pais acompanhavam as aulas das crianças. A prática do esporte promoveu melhorias nos aspectos sociais, emocionais e intelectuais, inclusive em duas crianças autistas. O estilo Shotokan trabalhado nos treinos permitiu a compreensão sobre a prática do esporte com as crianças. A experiência permitiu conhecer as dificuldades enfrentadas e orientar os pais na educação de seus filhos por meio da promoção da inclusão social e da interação harmoniosa com outras crianças.

**Palavras-chave:** Autismo, Desenvolvimento Social, Esporte, Infância, Saúde.

1. **Introdução**

O Shotokan é um estilo de Karatê criado no início do século XX por Gichin Funakoshi e seu filho Yoshitaka Funakoshi, com o primeiro dojô aberto em Tóquio em 1935. O estilo Shotokan era aberto a novos conceitos, desde que mantivessem o escopo da escola: aprimoramento moral e físico do indivíduo. Yoshitaka mais tarde incorporou outros estilos de artes marciais japonesas ao Shotokan, como os chutes altos e as bases baixas. O mestre Gichin define claramente o propósito antiviolência com sua frase: *Karate ni sente nashi*, que significa “No Karatê não existe atitude ofensiva”. O valor do Karatê não está em vencer pela força física, pois não prega a agressão, mas sim nobreza de espírito, domínio da agressividade, modéstia e força de vontade (BUDO, 2023; CBK, 2023).

Yoshitaka iniciou a prática do Karatê aos doze anos, observando seu pai e seus professores treinarem. Enquanto o sensei Gichin foi responsável pela filosofia do Karatê, Yoshitaka desenvolveu a técnica que separou o *Karate-do* da arte marcial original de Okinawa, dando-lhe um estilo diferente e característico e sendo precursor do Karatê moderno, aprimorado entre 1930 e 1935 e implementando o *Shiai Kumite* ao desenvolver o aspecto combativo desta arte marcial. No Karatê Shotokan, o sensei Gichin dava ênfase ao *Kata*, modalidade de treino baseada em uma “luta imaginária”. (SHOTOKAI, 2023; SHOTOKAN, 2023)

O Karatê possui inúmeras iniciativas na educação das crianças (FIGUEIREDO, 2003; GALLATI *et al*., 2007; AIRES, 2015; LIMA *et al*., 2020), inclusive socializando crianças com Síndrome de Down e Transtorno do Espectro Autista (TEA) durante os treinos por meio de situações lúdicas (GOMES *et al.*, 2020). O Karatê é um instrumento de desenvolvimento global da criança (FIGUEIREDO, 2003) e sua filosofia em crianças de seis a 11 anos tem impacto positivo segundo relato dos pais e especialmente útil às crianças para lidar muitos desafios da sociedade atual (LIMA *et al*., 2020). Em outra perspectiva, Aires (2015) avaliou a importância das competições na formação dos jovens, ressaltando que as situações vivenciadas em competições como as vitórias e derrotas são oportunidades únicas na orientação dos alunos pelos senseis ao promoverem desenvolvimento de caráter e fomento de valores como respeito e honestidade.

A projeto “Treinando Campeões: Karatê Shotokan para Crianças” promove o ensino de arte marcial para crianças de baixa renda, atendendo principalmente meninas, pretos, pardos e crianças com autismos da cidade de Araguaína. O projeto ocorre no Shina Dojô, cujo sensei incentiva a participação de crianças e adolescentes que necessitam de ações de educação inclusiva.

1. **Objetivos**

**Geral:** Incentivar o interesse pela prática de Karate como esporte e filosofia de vida, auxiliando no desenvolvimento global das crianças e promovendo inclusão social.

**Específicos.**

* Promover Saúde e Bem-estar das crianças;
* Promover educação de qualidade, inclusiva e equitativa;
* Oferecer oportunidades de aprendizagem de novos conhecimentos;
* Promover igualdade de gênero;
* Promover redução das desigualdades sociais e étnicas.

1. **Relato de Experiência**

O Projeto “Treinando Campeões: Karatê Shotokan para Crianças” foi criado em 2023 a partir do incentivo da Pró-Reitoria de Extensão da Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT), com edital de fomento do programa “Floresça” que estimula ações de extensão voltadas para cultura e ações comunitárias. A ideia surgiu da experiência do coordenador do projeto ao ver o desenvolvimento de seus filhos após iniciarem a prática de Karatê em 2021, então com 4 anos de idade. Durante esse período, observou desenvolvimento social, melhor interação familiar e aumento do rendimento escolar, inclusive com alfabetização precoce em 2022.

Assim, o projeto instituiu o ensino de karatê para crianças, priorizando as de baixa renda, meninas, pretas e pardas, portadoras de TEA e outros grupos interessados. A UFNT, por meio da extensão universitária, promoveu o envolvimento da comunidade local no âmbito das práticas esportivas, além de permitir a observação do processo de ensino-aprendizagem por meio do karatê. Muitas crianças em Araguaína não possuem acesso à prática de artes marciais nas escolas públicas, em especial o Karatê. A maioria das crianças que estudam em escolas públicas são de baixa renda e não possuem condições de pagar por essas aulas fora da escola. A UFNT, com o edital de auxílio do Programa Floresça, permitiu a realização do projeto de forma gratuita. Iniciativas de incentivo à prática de esportes como ação afirmativa estão difundidas em todo o Brasil, muitas delas apoiadas por entidades públicas ou privadas.

O local de treino foi o Shina Dojô, localizado no bairro São João em Araguaína. Sensei Shina (Cézar Fernandes) é faixa preta 6º dan desde 1985, fundador do dojô (1993) e atuou como instrutor principal no projeto. Dentre seus alunos, há crianças, jovens e adultos, inclusive crianças com TEA, sendo duas atendidas pelo projeto e cujos benefícios foram citados por Gomes *et al*. (2020). Os senseis Nilson e Vitória também atuaram como instrutores e a carateca faixa preta Daniela atuou como senpai (instrutor auxiliar). Outros alunos mais graduados (faixas marrom e preta) atuaram monitores conforme orientação dada pelo sensei.

À época de sua criação, o projeto almejava manter as crianças no karatê ao despertar o interesse pela arte marcial, buscando atingir os objetivos, em especial a melhoria no convívio social. Planejado inicialmente para atender cinco crianças, expandiu-se para 15 a chegamos a atender 19 crianças até junho de 2024. O projeto foi apresentado à comunidade interna e externa da UFNT em evento realizado em novembro de 2023, com alta adesão do público externo. Entretanto, apesar do projeto ser também direcionado aos filhos dos servidores, poucos os inscreveram. Universitários também demonstraram interesse no projeto, porém ele não estava direcionado a este público.

Ao longo dos meses, as crianças evoluíram significativamente, desenvolvendo habilidade técnica para *katas* e o *shiai kumite* (combate), assim como habilidades sociais, intelectuais e mentais da mesma forma que Figueiredo (2003) citou. Essa evolução ensejou a necessidade de graduação, ou seja, realização dos exames de troca de faixa, apesar de não estar previsto no projeto. Da mesma forma, as crianças participaram de competições, conforme recomendado por Aires (2015), realizados dentro e fora da UFNT, promovidos pela Federação de Karate do Tocantins (FEKTO), filiada à Confederação Brasileira de Karate (CBK), sendo muitas delas premiadas com medalhas. Isto superou as expectativas do projeto, que revelou verdadeiramente campeões e campeãs. Tendo em vista que muitos alunos eram de baixa renda, não se esperava um envolvimento dos pais, que investiram nos filhos ao comprar os quimonos, pagar as taxas de exames de faixa e as inscrições dos campeonatos. Acredita-se que o desempenho dos filhos de forma global tenha incentivado os pais neste envolvimento. Conforme Lima et al (2020) afirmaram, o Karate contribui para a formação cidadã das crianças preparando-as para os desafios da sociedade atual.

1. **Considerações Finais**

O desenvolvimento deste projeto com crianças, permitiu observar como o esporte e as artes marciais impactam positivamente no desempenho escolar e no comportamento social da vida delas. Para os docentes e discente do curso de Medicina Veterinária da UFNT envolvidos foi uma oportunidade de conhecer ações de extensão não diretamente relacionadas ao curso de graduação. O projeto permitiu entender o papel da universidade e da extensão como promotora do bem-estar e inclusão social e na execução de objetivos de desenvolvimento sustentável.

Durante sete meses crianças conseguiram melhorar a sua comunicação e relação com a família, com a escola e com outras crianças, conforme relataram alguns pais. Projetos de extensão universitária que envolvam cultura, esportes e outros assuntos de interesse da comunidade são essenciais e importantes para o reconhecimento da universidade pelo ambiente que ela faz parte.

O esporte promove saúde ao trabalhar a mente e o corpo. Após o êxito alcançado, o projeto foi renovado por meio do apoio dado novamente pela UFNT e programa Floresça, sendo prorrogado até o final de 2024, mantendo mais da metade das crianças inicialmente inscritas e já com novas inscrições a partir de agosto.

Dentre os novos desafios está a necessidade de implementação de um local apropriado para atender à demanda aumentada de alunos, estender o projeto a universitários, adultos e idosos e conseguir apoio financeiro e de transporte para participação de competições estaduais, regionais e nacionais, tendo em vista a descoberta de novos campeões de Karatê.

1. **Referências Bibliográficas**

AIRES, Hannah. **As competições de karate-do: perspectivas à formação e educação de crianças e jovens**. Orientador: Carlos Adelar Abaide Balbinotti. 2015. 121 f. Dissertação (Mestrado em Ciências do Movimento Humano) - Escola de Educação Física, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2015. Disponível em: <https://www.lume.ufrgs.br/bitstream/handle/10183/130418/000978320.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Acesso em: 06 ago. 2023.

BUDO: Biografias do Karate-do - Gichin Funakoshi. banco de dados. Disponível em: <https://web.archive.org/web/20090830063047/http://www.cao.pt/hist_bio_ka_funakoshi.htm> Acesso em: 06 ago. 2023.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE KARATE (CBK). **História do Karate do**. Disponível em: <https://www.karatedobrasil.com/historia>. Acesso em: 06 ago. 2023.

FIGUEIREDO, A. O karate infantil e o desenvolvimento lúdico. In: **Manual de Treinador**

**Monitor**. Lisboa: Federação Nacional de Karaté - Portugal, 2003. Disponível em:

<https://repositorio.ipv.pt/handle/10400.19/480>. Acesso em: 06 ago. 2023.

GALATTI, L. R.; BREDA, M. E. J. G.; SCAGLIA, A.J.; PAES, R. R. Pedagogia do Esporte e Competição Infantil: análise e proposições a partir do Karatê de Contato**. Revista Movimento & Percepção**, v. 8, n. 11, p. 169-185, 2007. Disponível em: <https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/5621535/mod_folder/content/0/Exemplo%20analise%20regulamento%20Karate.pdf>. Acesso em: 17 out. 2024.

GOMES, D. M. et al. Karatê e Inclusão: um estudo de caso sobre uma criança Down dentro do espectro autista. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 9, p. 67724-67742, 2020. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/16516>. Acesso em 06 ago. 2023.

LIMA, E. M.; DA COSTA, I. R. R.; DE ANDRADE, H. P. A influência da filosofia do Karatê

em crianças de 6 a 11 anos na cidade de Trindade-GO. Vita et Sanitas, v. 14, n. 1, p. 13-24,

2020. Disponível em: <https://fug.edu.br/revistas/index.php/VitaetSanitas/article/view/195>. Acesso em: 06 ago. 2023

SHOTOKAI KARATE-DO INTERNATIONAL. **Yoshitaka Funakoshi – Creador Técnico del Karate Japonés Moderno**. Disponível em: <https://web.archive.org/web/20120518010313/http://www.shotokai.com/biografia/yoshitak.html>. Acesso em: 06 ago. 2023.

SHOTOKAN. In: **WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre**. Flórida: Wikimedia Foundation, 2022. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Shotokan&oldid=64283504>. Acesso em: 06 ago. 2023.

**VI. Agradecimentos**

Ao Sensei Cézar “Shina” Fernandes, pela oportunidade de realizar o projeto nas dependências de seu dojô. À equipe do Shina Dojô, em especial aos Senseis Nilson, Vitória e Daniele. À Professora Laiane Moura, coordenadora do curso de Medicina Veterinária. À PROEX/UFNT e ao Programa Floresça pelo apoio financeiro ao projeto.

1. Discente do Curso de Medicina Veterinária, extensionista voluntária. [↑](#footnote-ref-1)
2. Coordenador do projeto de extensão Treinado Campeões: Karatê Shotokan para Crianças. [↑](#footnote-ref-2)
3. Coordenadora adjunta do projeto de extensão Treinado Campeões: Karatê Shotokan para Crianças. [↑](#footnote-ref-3)