ISSN: 2594-6153

O Taekwondo como Instrumento Formador do Caráter de Crianças e Adolescentes e o Posicionamento dos Pais a este Respeito

Henrique Manaroulas, Alexandre Galvão da Silva, Débora Dias Ferraretto Moura Rocco

Universidade Santa Cecília (UNISANTA), Santos-SP, Brasil

E-mail: henrique.manaroulas@hotmail.com

Resumo: Esta pesquisa visa mostrar o efeito da arte marcial Taekwondo na educação e formação do caráter de crianças e adolescentes. Também a visão de seus pais quanto a atividade física, a escolha da modalidade para seus filhos e o relacionamento de seus filhos com esta modalidade. Foram investigados trinta e dois alunos/atletas de oito a dezessete anos e seus pais. Foi usado um questionário aberto/fechado de dez questões para os alunos e trinta questões para os pais. Constatou-se que a maioria foi levada pelos pais, a totalidade concorda com os benefícios a saúde e obediência aos instrutores. A grande maioria dos pais também praticou algum esporte quando criança/adolescente. A disciplina é fundamental. Concluiu-se que é uma atividade muito boa e deve ser indicada a outros.

Palavras-chave: Taekwondo; Arte Marcial; Disciplina; Saúde.

Taekwondo as a Formative Tool in Children and Teens Characters and Parents' Position Regarding the Matter

Abstract: This research aims to show the effect of the martial art Taekwondo in the education and character development of children and teens. Also, their parents' vision regarding the physical activity, the choice of the modality for their children and the relationship between their children and this activity. Thirty-two students/athletes ranging from eight to seventeen years old and their parents were researched. An open/closed questionnaire with ten questions was used for the students and thirty questions for the parents. It was observed that most athletes were taken by their parents and all of them agree with the health benefits and the obedience to the instructors. The great majority of parents also practiced sports during their childhood/adolescence. Discipline is essential. It was concluded the activity is great and should be recommended to others.

Keywords: Taekwondo; Martial Art; Discipline; Health.

Introdução

Hoje em dia percebemos a dificuldade de pais e professores lidarem com crianças e adolescentes quanto a respeito, disciplina e comportamento adequado em geral. A liberdade dada a eles chegou a um ponto de subversão. Com certeza não se pode priva-los de um posicionamento quanto a tudo que acontece, mas não se deve esquecer que, enquanto crianças/adolescentes, estão moldando seu caráter, e isso não pode ser feito sem a ajuda de pessoas adultas que serão parte essencial nessa tarefa. Segundo Fábio Amador Bueno, "A

prática do Taekwondo reconhece as nossas deficiências, perpetua a paz interior e combate à violência" [1].

Faz-se necessário o uso de estratégias para conduzir essa formação. Estratégias essas que devem ser aceitas por eles e dadas como corretas para sua integral formação como indivíduo pleno de suas potencialidades.

O Taekwondo é uma arte marcial milenar coreana [2]. Como toda arte marcial não visa somente o aprimoramento físico de seu praticante, mas também mental e comportamental. O espírito/princípios dele são: cortesia, integridade, perseverança, autocontrole e espírito indomável [3]. Com o uso desses cinco princípios pode-se desenvolver um crescimento/amadurecimento eficaz [4]. Segundo Feijó (1992), as características como nobreza, respeito mútuo, obediência às regras e aos mestres são sempre demonstrados pelos atletas de lutas marciais [5]. Neste contexto, o aprendizado de diferentes esportes de combate na infância e adolescência pode contribuir para o resgate e formação do caráter, respeito, disciplina e a promoção da saúde dos seus adeptos [6]. Complementarmente, embora não haja consenso na literatura [7].

Objetivos

O presente estudo tem como objetivo analisar a influência da arte marcial Taekwondo sobre a formação do caráter de crianças e adolescentes.

Materiais e Métodos

Amostra

Neste estudo foram pesquisados trinta e seis pais e trinta e dois alunos/atletas. A idade média dos pais é de 42,08 anos sendo 16 homens e 20 mulheres. A dos alunos/atletas é de 13,31 anos sendo 17 homens e 15 mulheres. Todos treinam no mínimo três vezes por semana, sendo estes treinos de uma hora e meia. Todos praticam o Taekwondo há no mínimo um ano. Todos os pais assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido e os menores assinaram o termo de assentimento concordando em participar da pesquisa.

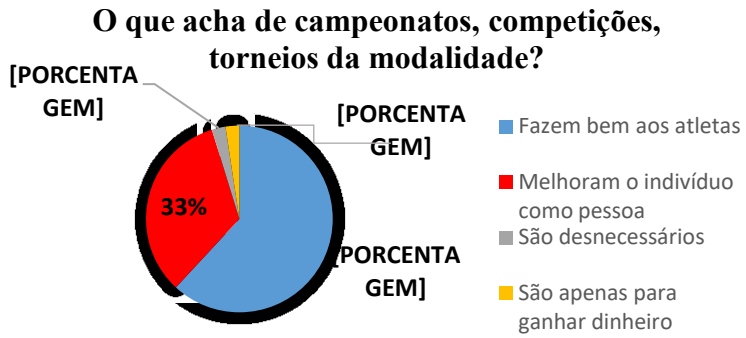
Instrumentos e Procedimentos

Elaboramos um questionário contendo perguntas abertas e fechadas num total de trinta questões para os pais e dez questões para os alunos/atletas.

Os pais e os alunos foram abordados na academia de Taekwondo onde realizam as aulas da modalidade.

Resultados

- Todos os pais (100%) concordam que o exercício físico faz bem à saúde (seus filhos também na mesma proporção) e é um bom exemplo a ser dado aos filhos. Destes, 80% praticaram exercícios quando crianças/adolescentes e hoje 69% ainda o fazem.
- A quase totalidade dos pais concorda com a disciplina imposta no *Dojo* (área de treino), e até esperam esta postura de mestres e instrutores. Os alunos atletas concordam em 100% e se acham diferenciados no quesito comportamento.



- A maioria dos pais acham que competições da modalidade ajudam no amadurecimento de seus filhos, pois tanto para a vitória como para a derrota, a que se estar preparado. Os alunos/atletas, 72% gostam de competir e o fazem com prazer.
- Cem por cento dos alunos/atletas relata que a modalidade os faz se comportar melhor.

Discussão

Na bibliografia especializada encontramos pesquisadores que defendem as associações a prática regular de exercícios físicos e a redução da osteopenia e osteoporose [8]; do diabetes mellitus [9]; da hipertensão [10]; da obesidade [11]; da depressão e ansiedade [12]; e mesmo da redução de todas as causas de mortalidade, contribuindo, desta forma, para o aumento da longevidade [13]. Logo, percebemos que os pais e alunos/atletas estão certos em sua visão. Competições da modalidade são encaradas como experiências positivas para crianças/adolescentes, a maioria deles participam com prazer. Muitas vezes as artes marciais são desviadas de sua função social, porque acabam sendo utilizadas para resolver conflitos humanos em confrontos de rua. Situar os esportes de combate em seu conceito institucional, ou seja, como expressão educativa, cultural de uma sociedade, só pode contribuir no acompanhamento do adolescente no controle de sua violência bem como na sublimação de sua agressividade [14]. "Lutar é ter prazer em encontrar o outro fisicamente. É tocar e ser

tocado e controlar suas emoções no contato" [14]. Os pais relatam que houve melhora no convívio familiar com a prática do Taekwondo (67%), no convívio escolar (58%) e no convívio social (61%). Entre os alunos/atletas, 93% relatam que a modalidade os faz se comportar melhor. Para Fonseca e Hoffman (2011) [15], a luta está acrescentando ao aluno diversos benefícios que podem ser encontrados nas demais atividades esportivas tanto em seu aspecto motor quanto ao lado pedagógico e psicológico, que em diversas modalidades de lutas é tratado com grande importância. O aluno praticante pode desenvolver com as artes marciais autocontrole, administração de stress e raiva, lidar com o medo, criar estratégias entre outros valores como cooperação, solidariedade e o respeito que interferirão no seu comportamento com os demais [15]. Todos os pais recomendariam a prática do Taekwondo.

Conclusões

Conclui-se que a arte marcial Taekwondo com seus princípios baseados na hierarquia, respeito, obediência, disciplina é muito bem aceita pelos pais, e que seus filhos também partilham da mesma aceitação. Sabem do bem promovido à sua saúde e que competições só os melhoram como indivíduos, tendo seus oponentes como adversários e não inimigos. Por fim constata-se que a arte marcial Taekwondo é uma ferramenta de extrema valia na construção do caráter de crianças e adolescentes.

Referências

1. Bueno, F A. Enciclopédias das artes marciais: taekwondo: Volume 1/Fábio Amador Bueno, J A M T- Santos, SP: Bueno Editora, 2016.
2. Bueno, F A: Grandes mestres das artes marciais do Brasil/Fábio Amador Bueno, José Augusto Maciel Torres-8 ed.- Santos, SP: Bueno Editora, 2016.
3. SANTOS et al., 2011; KIM, 1995.
4. Kim, Y J. Arte marcial coreana-TAEKWONDO vol.2-avançado-Yeo Jin Kim, Edson Silva – Rodie Crew editora LTDA – 2000.
5. Feijó, O G. Corpo e movimento: uma psicologia para o esporte. Rio de Janeiro. Shape. 1992.
6. KIM; DATTILO; HEO, 2011.
7. STRAYHORN; STRAYHORN, 2009.
8. AMERICAN COLLEGE OF SPORTS MEDICINE. Phisical activity and bone health. Med Sei Sports Exerc. V. 36, n. 11,p. 1985-96, 2004.
9. Kriska, A.M. Blair, S.N.; Pereira, M.A. The potencial hale of physical activity in the prevention of noninsulin-dependent diabetes mellitus: the epidemiological evidence. Exerc Sport Sci Rev. V. 22, p.121-43, 1994.
10. Wallace, JP. Exercise in Hypertension: a clinical review. Sports Med. V.33, n.8, p.585-98, 2003.

11. Kopelman, Pg. Obesity as a medical problem. Nature. V.404, p.635-643, 2000.
12. Peluso, Man; Andrade, Lhsg. Physical activity and mental health: the association between exercise and mood. Clinics. V.60, n.1, p.61-70,2005.
13. Paffenbarger, R S; Hyde, R T; Wing, Al; Hsieh, C.C. Phisycal activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. N Engl J Med. V.314, n.10, p.605-13, 1986.
14. Olivier, J C. Das Brigas dos Jogos com Regras: enfrentando a indisciplina escolar. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 2000.
15. Fonseca, M. G M; HOFFMANN, C Z. Interferência e influência no comportamento de estudantes causadas pela prática de atividades desportivas de lutas. Revista Digital, Buenos Aires; n.154, 2011.