

**INTRODUÇÃO À LUTA OLÍMPICA NO PROGRAMA UNIVERSIDADE OLÍMPICA:
UM RELATO DA EXPERIÊNCIA**

Introduction to wrestling the Olympic Program University: an experience report

Antonio Jairo Marques de Moraes^{1,2,3}
 Lucas Sousa de Oliveira^{1,2,3}
 Itânio da Silva Soares^{2,3,4}
 Ana Beatriz Costa Jardim^{1,2,3}
 Antonio Coppi Navarro^{2,3,5}

Palavras-chave: Wrestling. Lutas. Submission Grappling. Relato de Experiência.

1-Graduando (a) em Educação Física na UFMA, Brasil.

2-Programa de Extensão Universidade Olímpica da Educação Física na UFMA, Brasil.

3-Grupo de Estudo e Pesquisa em Lutas Artes Marciais e Esporte de Combate-GEPLAMEC, UFMA, Brasil.

4-Pós-graduado no Ensino da Educação Especial em uma Perspectiva de Inclusão, Brasil.

5-Departamento de Educação Física da UFMA, Brasil.

E-mail dos autores:

jairokadosh@hotmail.com

lucas.sousa.edf@gmail.com

itaniosoares@hotmail.com

beatrizjardim@icloud.com

ac-navarro@uol.com.br

Endereço para correspondência:

Antonio Jairo Marques de Moraes

jairokadosh@hotmail.com

Rua 7, Quadra 81, Bloco B, nº 15, Cidade Olímpica. São Luís - Maranhão.

INTRODUÇÃO

As Lutas são tidas como uma das manifestações culturais mais antigas que a humanidade traz em sua existência, e isso se deve diretamente à estreita relação da Luta com alguns achados históricos datados de até 2000 a.C. (CBW, 2016; Miller, 2004).

Segundo Barroso e colaboradores (2011) "a Luta é o meio mais natural de ataque e defesa do ser humano" e, ao logo dos anos tornou-se prática desportiva sendo disputada como uma das modalidades integrantes dos primeiros jogos olímpicos da era antiga em 776 a.C. (Barroso e colaboradores, 2011).

Já com a denominação de Luta Olímpica, em 1904 nos jogos de Saint Louis, o estilo livre passou a integrar a modalidade nos jogos (CBW, 2016). Atualmente, dois estilos compõe a modalidade: o estilo livre e a greco-romana. A principal diferença entre eles é a limitação de área corporal para execução das técnicas de combate, no estilo greco-romano é vetado o uso das pernas para aplicar golpes, o estilo livre permite tal uso. A Luta Olímpica feminina é disputada somente no estilo livre.

O Submission Grappling integra também a Luta Olímpica fundamentalmente em sua essência, por se tratar de uma luta de

curta distância não-traumatizante (UWW, 2016).

O presente trabalho tem como objetivo relatar a experiência e impressões iniciais do contato dos alunos do Programa de Extensão Universidade Olímpica da Educação Física na UFMA com a Luta Olímpica, enquanto modalidade integrante do Submission Grappling.

MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de um relato de experiência de cunho descritivo sobre a vivência inicial do monitor da modalidade de Submission Grappling na implantação da Luta Olímpica estilo livre, seus fundamentos técnicos, diferenças e regras, como parte integrante da modalidade Submission Grappling.

Inicialmente, as aulas foram elaboradas visando uma familiarização dos alunos com a dinâmica envolvida na maior parte da Luta, apoiando-se em trocas de pegadas e luta predominantemente em pé buscando sempre arremessar e/ou derrubar o adversário de costas no chão. Para tal, houve uma explanação inicial sobre os objetivos na Luta. Em seguida, passou-se a trabalhar os fundamentos de amortecimento de queda, rolamentos e mobilidade de quadris. Após

Revista Brasileira de Prescrição e Fisiologia do Exercício

ISSN 1981-9900 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbpfex.com.br

isso, o foco foi o estabelecimento de exercícios educativos específicos da Luta Olímpica, como a ponte de cabeça e esgrimadas de mão.

Em outro momento, as aulas passaram a implementar na parte principal técnicas de agarre em variados segmentos corporais (tronco, braço, quadril, pernas e etc.) com o objetivo de aproximar-se da realidade comum da Luta. Como ápice desse contato inicial da turma foram elaboradas 3 aulas sequenciais para o ensino da técnica de “suplê”, queda característica da Luta Olímpica.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com a aplicação das aulas visando uma aproximação com a Luta Olímpica, foi possível observar e perceber um ganho na aquisição de técnicas envolvidas no Submission Grappling, principalmente no tocante a uma melhor apropriação dos posicionamentos (em pé, principalmente) exigidos nos combates realizados, isto ao final de cada aula.

CONCLUSÃO

A Luta Olímpica apresentou-se como uma proposta atraente no que diz respeito a proporcionar novas possibilidades dentro da modalidade Submission Grappling, porém são necessárias mais intervenções avaliativas sobre a aplicabilidade da Luta em sua totalidade.

REFERÊNCIAS

Confederação Brasileira de Wrestling. História da Luta Olímpica. 2016. Disponível em: <<http://cbw.org.br/modalidades/historia-da-luta-olimpica>>. Acesso em: 10/10/2016.

Barroso, B. G.; e colaboradores. Lesões musculoesqueléticas em atletas de luta olímpica. Acta Ortopédia Brasileira. Vol. 19. Núm. 2. p. 98-101. 2011.

Miller, C. Submission fighting and the rules of ancient greek wrestling. Disponível em: <<http://judoinfo.com/research8.pdf>>. Acesso em: 09/10/2016.

United World Wrestling. Internacional grappling regulations. 2015. Disponível em:

<https://unitedworldwrestling.org/sites/default/files/media/document/grappling_rules.pdf>. Acesso em: 10/10/2016.

AGRADECIMENTOS

Fundação de Amparo à Pesquisa e ao Desenvolvimento Científico e Tecnológico do Maranhão - FAPEMA.

Seminário de Lutas no contexto escolar e ambientes educacionais - reflexões e praticas pedagógicas 2016.

Recebido para publicação 10/10/2016

Aceito em 15/10/2016