

JIU-JITSU COMO PRÁTICA BENÉFICA NA MOTRICIDADE INFANTIL

GT 9 – INFÂNCIAS E CRIANÇAS

Trabalho completo

Luiz Fernando espana Vieira (Professor de artes da rede estadual/SEDUC)

Luizespana85@gmail.com

Rafael Arcanjo Fidelis (Graduando em Pedagogia/Estácio)

rafaelarcanjo.f@gmail.com

Iadson Guilherme Rueda Ramos (Pedagogo)

riadson@yahoo.com.br

Fábio Alexandre Leal dos Santos (Pós-doutorando - Programa de Pós-graduação em Ensino/IFMT)

alexandre1607@gmail.com

Resumo

Este estudo revisa a literatura sobre os benefícios do Jiu-Jitsu em crianças, com foco no desenvolvimento motor. Três plataformas de busca foram consultadas (Google Acadêmico, Portal Periódicos CAPES e Scielo), utilizando os descritores "Jiu-jitsu AND infantil AND desenvolvimento". A pesquisa revelou que crianças entre 4 e 6 anos foram as mais beneficiadas. A revisão confirmou que artes marciais, como o Jiu-Jitsu, melhoram a aptidão física de crianças em idade pré-escolar e escolar, influenciando positivamente as escolhas de pais e filhos na prática esportiva.

Palavras-chave: Jiu-Jitsu; Desenvolvimento infantil; Escola.

1 Introdução

Desde os primórdios da sociedade o homem utilizou o corpo como ferramenta de defesa e ataque, seja para sobrevivência ou em guerras e conflitos. Com o passar do tempo as técnicas aplicadas em batalha foram sendo refinadas e tomaram características próprias segundo o povo e região. A partir do século VII A.C. na Grécia antiga, o combate corpo a corpo começou a ser iniciado como prática esportiva e recreativa e assim outras finalidades para a luta começaram a surgir (Gracie, 2006).

A luta como esporte foi então aplicada e continua até agora. Dentre diversas artes marciais existentes, o Jiu-Jitsu foi adotado pelo Brasil, e grandemente influenciado pela família Gracie. Os benefícios para o corpo e mente dos praticantes de artes marciais são inúmeros, e através deste trabalho será apresentada a contribuição do Jiu-Jitsu para o desenvolvimento motor infantil (Gracie, 2006).

O desenvolvimento motor é iniciado logo na primeira infância e deve ser estimulado ao longo da vida, hoje, porém a prática do movimento vem sendo cada vez mais deixada de lado

e estratégias precisam ser adotadas para reverter essa situação, neste ponto a utilização de esportes envolventes (no nosso caso o Jiu-Jitsu) pode ser uma ótima alternativa, o meio onde a criança se desenvolve tem grande influência em relação a suas habilidades motoras (Soler, 2008).

Atualmente os estímulos normais do cotidiano e brincadeiras tradicionais vem sendo substituídos por aparelhos eletrônicos tais como celulares, computadores e tablets, privando assim a criança de momentos de prática de movimento que seriam importantíssimos para seu desenvolvimento. Este trabalho explora e apresenta o jiu-jitsu como mais uma alternativa de combate ao sedentarismo infantil que tanto atrapalha quanto atrasa o desenvolvimento motor (Soler, 2008).

Com o intuito de apresentar o jiu-jitsu como mais uma alternativa de combate ao sedentarismo infantil que tanto atrapalha quanto atrasa o desenvolvimento motor. “O movimento é precioso e está presente em todos os momentos de nossa vida, da inabilidade para a habilidade e, novamente, para a inabilidade na idade avançada” (Kretchmar, 2000 *apud* Santos, Dantas; Oliveira, 2004). Para isso, fizemos a presente revisão com o visando analisar os benefícios da prática de jiu-jitsu na motricidade infantil.

2 Desenvolvimento

Trata-se de um trabalho de revisão narrativa de literatura. Ao total, três plataformas de busca foram consultadas (Google Acadêmico, Portal Periódicos CAPES e Scielo). As estratégias de busca usando os descritores: Jiu-jitsu AND infantil AND desenvolvimento. Para a seleção de materiais, serão considerados textos descritivos e dissertativos que abordem o tema em questão, assim como artigos originais que cite relatos de experiência. Apenas trabalhos publicados a partir do ano de 2017 serão aceitos. Os critérios de exclusão incluem materiais que estejam em idiomas diferentes do português, publicações anteriores a 2017, além de revisões, resumos de eventos e editoriais, que não serão considerados.

2.1.A origem do Jiu-Jitsu e suas modificações até os dias atuais.

O Termo Jiu-Jitsu significa ‘Arte Suave’, esta arte marcial aparece pela primeira vez com formas similares as conhecidas em 230 a. C. no Japão. A relatos também que teria se iniciado na Índia por monges Budistas que eram constantemente vítimas de saques em suas peregrinações, e por suas características físicas raquíticas tinham dificuldade em se defender de seus agressores e desenvolveram esta forma de luta com a estratégia de neutralizar seu opressor de maneira a menos lesiva possível, porém a teoria mais aceita é que este estilo de luta realmente surgiu no Japão e teve influência posterior de monges indianos (SOLER, 2008).

No Japão os Ainus, povo nativo do país teve grande influência sobre a arte marcial, estes eram uma espécie de indígenas do país e tinham sua própria comunidade com características particulares e uma delas era o seu estilo de luta, o Uchiu Shizen. Com o passar do tempo vários estilos de luta com característica similares foram sendo desenvolvidos no Japão e estes tinham nomes ligados ao Jiu-Jitsu, a arte marcial era fator obrigatório no país e isso contribuiu para o seu estudo favorecer sua evolução (Soler, 2008).

A partir da chegada das armas de fogo, em meados de 1800 a prática do combate corpo a corpo deixou de estar nos holofotes e assumiu um papel de segundo plano. Em 1877 surge um jovem japonês filho de um funcionário da marinha imperial, o jovem era até então desconhecido, porém, o tempo revelaria seu grande papel na difusão das artes marciais no mundo, o garoto era Jigoro Kano, o principal nome quando falamos hoje em judô e Jiu-Jitsu. Jigoro Kano inicia a prática de artes marciais aos 16 anos de maneira árdua e consistente e alguns anos depois abre sua primeira escola. Jigoro Kano foi o aperfeiçoador e criador de diversas técnicas relacionadas a modalidade, além de um sistema de ensino único e inexistente em sua época. Em 1898, durante uma de suas conferências, Jigoro Kano declarou (Kano, 1994):

“Eu estudei Jiu-Jitsu não somente porque o achei interessante, mas também porque compreendi que seria o meio mais eficaz para a educação do físico e do espírito. Porém, era necessário aprimoras o velho Jiu-Jitsu para torna lo acessível a todos, bem como modificar seus objetivo que não eram voltados para a educação física ou para a moral, muito menos para a cultura intelectual.”

Jigoro Kano falece em 1938, porém deixa um grande legado para o mundo e diversos alunos (Kano, 1994). Mitsuyo Maeda foi aluno de Jigoro Kano. Maeda também era conhecido como Conde Koma, Conde Koma já era professor e praticante de judô quando foi enviado ao Brasil em 1915, e em Belém do Pará o discípulo de Jigoro Kano começa a ensinar a arte marcial em terras tupiniquins (Kano, 1994).

A família Gracie modificou a arte marcial aprendida focando muito em movimentações de solo e no uso de alavancas de movimento para poder subjugar adversários de maior porte físico, Hélio foi o maior divulgador da modalidade então modificada, sua intenção era provar que o Jiu-Jitsu Gracie era superior a qualquer outro estilo de arte marcial de sua época, e de fato o fez, realizou diversos desafios onde em lutas sem limite de tempo ou peso subjugava adversários maiores e mais fortes praticantes de outras artes marciais, assim o Jiu-Jitsu ganhava cada vez mais espaço e praticantes no Brasil (Gracie, 2006).

Este processo se perpetuou por muitos anos e fortaleceu a fama da família Gracie como anfitriões e principais contribuintes desta arte marcial. Todo esse processo e modificações adicionadas ao estilo ensinado por Conde Koma fez com que se iniciasse talvez o primeiro processo de mudança de nacionalidade de uma arte marcial, o Jiu-Jitsu, a partir de então era “brasileiro” (Gracie, 2006).

A arte marcial foi grandemente difundida no Rio de Janeiro, e todo tipo de pessoa que se prontificasse a treinar passou a ter acesso ao Jiu-Jitsu, ao mesmo tempo que isso ajudou o esporte a se popularizar também manchou sua imagem, pois pessoas mal-intencionadas começaram a praticar Jiu-Jitsu com o intuito de realização de arruaças e brigas de rua, estes passaram a ser conhecidos como Pit Boys (Soler, 2008).

Esses grupos faziam mau uso das técnicas aprendidas e utilizavam suas habilidades para subjugar outros, diversas gangues foram formadas com o intuito de marcar encontros onde a violência e pancadaria eram o principal objetivo, este acontecimento atrasou em muito a evolução do Jiu-Jitsu, pois estes grupos passavam uma imagem totalmente diferente do conceito inicial do esporte. Com o passar dos anos e após um trabalho muito forte de conscientização a arte marcial adotada pelo Brasil foi voltando ao seu lugar de origem e respeito de onde nunca deveria ter sido retirada (Soler, 2008).

Hoje o Jiu-Jitsu é praticado por todo tipo de pessoa e não tem apenas função de defesa pessoal, mas sim de um estilo de vida agregador para todos que o procuram para melhor condição física e mental (Soler, 2008).

2.2. Desenvolvimento motor infantil

As habilidades motoras grossas incluem locomoção, controle de objetos e habilidades de equilíbrio. Além disso, as habilidades motoras fundamentais são frequentemente descritas mais precisamente como estabilidade básica, controle de objetos ou movimentos locomotores envolvendo níveis de habilidade motora fundamental. Afinal, o período pré-escolar é um indicador importante para a participação posterior das crianças em muitas atividades esportivas (Carvalho; Medeiros, 2020).

Negreiros *et al.* (2019) argumentaram que a obtenção de habilidades motoras grossas suficientes envolve a capacidade de realizar movimentos únicos que usam grandes músculos, enquanto as habilidades motoras finas compreendem a habilidade em movimentos que exigem coordenação entre diferentes órgãos, por exemplo, mãos, olhos, braços e membros. As habilidades motoras finas estão relacionadas à coordenação entre olhos e mãos, olhos e pés, ou olhos, mãos e pés, bem como a capacidade de mover os dedos.

Peter, Schaab e Berlese (2022) afirmaram que o objetivo do desenvolvimento motor é alcançar o controle do próprio corpo para podermos explorar todas as suas possibilidades de ação. Esse desenvolvimento se manifesta por meio da função motora, que consiste no ensaio de movimentos voltados às diferentes relações que a criança estabelece com o mundo que a cerca.

Rebelo e colaboradores (2020) afirmaram que os movimentos finos são regulados principalmente pelos pequenos músculos ou grupos musculares. Muitos movimentos realizados pelas mãos são considerados movimentos finos porque os músculos menores dos dedos, mão e antebraço são críticos para o movimento dos dedos e das mãos.

Peter, Schaab e Berlese (2022) também mencionaram que o desenvolvimento motor e seu impacto em outras áreas da saúde física e mental, bem como o desempenho cognitivo, também são áreas centrais de foco para aqueles que trabalham com crianças com transtornos do neurodesenvolvimento. Os elementos da capacidade motora incluem força, durabilidade, velocidade, agilidade, equilíbrio e coordenação.

Os dois sistemas de músculos e ossos se apoiam no desenvolvimento das habilidades motoras locomotoras, não locomotoras e manipulativas. A habilidade locomotora é frequentemente interpretada como mover-se de um lugar para outro, a habilidade não locomotora é realizada sem se mover, e a habilidade motora manipulativa é o movimento ao brincar com um objeto específico (Negreiros *et al.*, 2019).

Duas das primeiras pessoas a estudar o desenvolvimento motor em bebês foram McGraw e Gesell, nas décadas de 1930 e 1940 acreditavam que a força motriz do desenvolvimento motor era a maturação do sistema nervoso e a maturação morfológica respectivamente (Marques, 2008). Investigações subsequentes estudaram o movimento de muitas perspectivas diferentes, incluindo: educação física, dança, ciência do esporte, sociologia do esporte e aprendizagem motora (Carvalho; Medeiros, 2018).

Como o movimento humano incorpora vários campos, deve-se ter cautela ao estudar o desenvolvimento motor, ao ser preciso estabelecer limites claros. Neste estudo, o desenvolvimento motor é definido como “o processo pelo qual uma criança adquire padrões de movimento e habilidades por meio da mudança” (Briet; Polastri, 2022).

Se as diferentes abordagens ao desenvolvimento motor permanecem inexploradas, não é possível compreender completamente de onde surgem as diferentes abordagens de intervenção nas habilidades motoras. Portanto, uma visão crítica de diferentes abordagens é discutida juntamente com suas principais limitações e pontos fortes.

O desenvolvimento motor é um processo complexo que, envolve a interação de diversos fatores, entre eles: (1) maturação neural e muscular; (2) crescimento físico e traços

comportamentais da criança; (3) a velocidade de crescimento físico que inclui maturação biológica e comportamental; (4) os efeitos residuais de experiências anteriores de movimento; e (5) “as novas experiências de movimento” (Briet; Polastri, 2022).

O desenvolvimento motor também envolve uma ampla gama de habilidades diferentes, incluindo comportamento de movimento, habilidades motoras, desempenho motor, aprendizagem motora, aptidão motora e educabilidade motora. Todas essas diferentes categorias se enquadram na categoria mais ampla de desenvolvimento do movimento e, ao desenvolver cada uma dessas categorias, o desenvolvimento do movimento também melhora (Rebelo *et al.*, 2020).

Quarto, a aprendizagem motora é uma mudança permanente no desempenho motor através da prática. Quinto, a aptidão motora é a capacidade do indivíduo de realizar uma tarefa motora. Sexto, a educabilidade motora é a capacidade de aprender várias habilidades motoras (Rebelo *et al.*, 2020).

Todas essas habilidades são ativas e cada uma contribui para o processo de desenvolvimento motor. O desenvolvimento motor é uma parte importante do desenvolvimento humano e, como sugere o presente estudo, pode estar correlacionado com outros aspectos do desenvolvimento, como cognição ou desempenho acadêmico (Peter; Schaab; Berlese, 2022).

2.3.A utilização do Jiu-Jitsu como ferramenta de auxílio ao desenvolvimento motor infantil

Mais especificamente, é comum que os termos atividade físicos e aptidão física sejam percebidos como os mesmos comportamentos, embora não seja o caso. Então, quando se fala do Jiu-Jitsu como atividade em crianças, ele refere-se aos movimentos corporais produzidos pelos músculos que produzem o gasto de energia, melhorando assim a qualidade de vida da criança (Marques; Vidal; Fogaça, 2015).

Por outro lado, a aptidão física é descrita como um conjunto de atributos que as pessoas têm ou alcançam que se relaciona com a capacidade de realizar a atividade física. A quantidade de atividade física no caso do Jiu-Jitsu pode variar entre e em um indivíduo ao longo da vida (Marques; Vidal; Fogaça, 2015).

Ambas as definições foram fornecidas para esclarecer esses termos e, posteriormente, auxiliar na interpretação de diferentes estudos nesta área de pesquisa. Mais especificamente, é vantajoso poder discriminar entre os estudos que utilizam esses termos e focar na investigação da relação entre atividade física e aptidão física que produz benefícios para a saúde ou acadêmicos. Antes de ser discutida a diferenciação entre o físico e o motor será esclarecida a

diferença entre o controle motor e o desenvolvimento das habilidades motoras (Barbosa *et al.*, 2021).

Um esclarecimento do controle motor e da habilidade motora promovida pelo Jiu-Jitsu já foi descrito como benéfico, uma vez que essa atividade se enquadra no guarda-chuva do desenvolvimento motor, mas se referem a diferentes aspectos dele. Não é errado afirmar os benefícios significativos, ao buscarem compreender a área complexa e crítica do movimento humano (Rodrigues *et al.*, 2018).

O controle motor promovido por essa arte marcial já foi alvo de estudo dos aspectos neurais, físicos e comportamentais do movimento. A conquista do controle motor sobre um movimento, como caminhar, origina-se de um movimento coordenado proposital, resultante da interação do corpo com o ambiente. Portanto, o controle motor se concentra principalmente na compreensão do controle de um movimento já adquirido (Rodrigues *et al.*, 2018).

Por outro lado, uma habilidade motora como a natação envolve o controle motor. Assim, o controle motor pode ser percebido como um aspecto necessário de uma habilidade motora. Durante o estudo do desenvolvimento de uma habilidade motora tanto o movimento quanto o resultado são enfatizados (Rodrigues *et al.*, 2018).

Conforme mencionado anteriormente, com base nas premissas da abordagem de sistemas dinâmicos, tanto o controle motor quanto o desenvolvimento de habilidades motoras no Jiu-Jitsu envolvem a interação ativa do indivíduo com o ambiente enquanto ele se adapta à contínua mudança de condições. O controle motor parece um pré-requisito para o desempenho das habilidades motoras no Jiu-Jitsu (Barbosa *et al.*, 2021).

Por outro lado, este último (motor) está mais intimamente relacionado com a investigação do desenvolvimento de habilidades motoras específicas (ou seja, pegar, escrever) e os processos envolvidos durante a produção do movimento, bem como o controle motor necessário para realizar um movimento. Embora as áreas acima possam referir-se a diferentes áreas, elas também estão vinculadas, uma vez que programas de atividade física estão sendo desenvolvidos como intervenções para praticar ou melhorar as habilidades motoras (Barbosa *et al.*, 2021).

Enquanto as crianças estão sendo fisicamente ativas (ou seja, escalando cordas ou correndo), elas se envolvem em movimentos que exigem controle motor e várias habilidades motoras diferentes (Barbosa *et al.*, 2021).

O Jiu-Jitsu é caracterizado por movimentos musculares repetitivos, que aumentam a força, velocidade, agilidade e flexibilidade muscular. Seu efeito é a melhora das habilidades motoras das crianças. Os elementos são a corrida, caminhada, equilíbrio, salto locomotor, capacidade de reação, aspectos que, quando incluídos no treinamento contínuo, melhoram a

motricidade da criança. Com esses elementos, se dados em treinamento ou realizados de forma contínua, ocorre a adaptação muscular, aumentando a capacidade muscular nas crianças (Barbosa *et al.*, 2021).

Os músculos que recebem treinamento terão mielina espessa, então haverá um aumento na resistência muscular. Os músculos experimentarão maior capacidade e espessamento da mielina, se forem treinados por pelo menos 12 semanas, com uma frequência de treinamento de pelo menos três vezes por semana. Este programa é o mais curto em comparação com outros programas, mas tem um efeito significativo. A implementação de um método de treinamento semelhante, baseado em escalas maiores, tem o potencial de maximizar sua capacidade motora (Marques; Vidal; Fogaça, 2015).

Este caminho levará a uma melhoria direta e indireta nas habilidades motoras das crianças, que podem eventualmente se traduzir na criação de talentos. A identificação de talentos é crucial durante a primeira infância para maximizar a disponibilidade de duração para aprimorar as habilidades motoras finas e grossas o mais cedo possível (Silva; Silva, 2018).

Após o treinamento nesses elementos, as habilidades motoras das crianças aumentarão; é claro que, com o aumento das habilidades motoras, as crianças se tornarão mais ágeis, mais fortes, mais rápidas para agir e ter uma melhor coordenação. Jiu-Jitsu com uma abordagem sensório-motora exige que as crianças aprendam a usar ferramentas adaptadas às condições do ambiente, de modo que os músculos ativos que realizam o movimento sejam estimulados (Eduardo, 2018).

O desenvolvimento de habilidades motoras para crianças é muito importante porque a habilidade motora é a base da vida diária. A habilidade motora envolve a habilidade dos músculos do corpo em realizar atividades como caminhar, correr e pular. O Jiu-Jitsu com uma abordagem sensório-motora exige que as crianças aprendam a usar ferramentas adaptadas às condições do ambiente, de modo que os músculos ativos que realizam o movimento sejam estimulados (Leite *et al.*, 2018).

A habilidade motora envolve a habilidade dos músculos do corpo em realizar atividades como caminhar, correr e pular. O desenvolvimento das habilidades motoras das crianças incorpora muitos sistemas corporais, incluindo os sistemas sensoriais, musculoesqueléticos, cardiorrespiratórios e neurológicos (Camargo; Praxedes, 2020).

Para que uma pessoa se mova de forma eficaz e eficiente, ela deve possuir habilidades físicas como força, agilidade, velocidade, flexibilidade, coordenação e equilíbrio. A participação na atividade física é vital para melhorar o desenvolvimento físico, social, cognitivo e psicológico das crianças (Silva *et al.*, 2018).

Níveis mais altos de atividade física em crianças estão associados à melhora da aptidão (tanto da aptidão cardiorrespiratória quanto da força muscular), melhora da saúde óssea e redução da gordura corporal. Da mesma forma, as habilidades motoras desempenham um papel importante na aprendizagem das crianças e melhoram o crescimento de outras habilidades importantes de aprendizagem, como a cognição educacional e social (Rodrigues, 2018).

A atividade física regular também pode ajudar a melhorar a qualidade de vida, reduzindo os riscos do aparecimento de doenças secundárias (ou seja, diabetes mellitus, hiperlipidemia, doenças cardíacas) associadas ao estilo de vida sedentário (Barbosa *et al.*, 2021).

Além disso, a competência de habilidades motoras foi fortemente associada aos níveis de atividade física em crianças nessa faixa etária, mas pode diferir entre os sexos de acordo com a intensidade das atividades físicas realizadas. A atividade muscular regular melhora a circulação sanguínea para que as substâncias necessárias ao sistema nervoso e aos músculos sejam entregues. O impacto dos nutrientes preenchidos no sistema nervoso e nos músculos torna a pessoa mais apta, aumentando a velocidade, a resistência, o equilíbrio e a coordenação, que contribuem para a capacidade motora (Barbosa *et al.*, 2021).

3 Considerações finais

Esta revisão confirmou que os programas de artes marciais levam à melhoria da aptidão física em crianças pré-escolares e escolares. As informações obtidas podem ser muito úteis para divulgar e divulgar os aspectos positivos dessas artes marciais, que podem afetar diretamente as escolhas das crianças e dos pais na hora de escolher o esporte que vão praticar.

Referências

BARBOSA, R. M. *et al.* Comparação do estado nutricional em crianças praticantes e não praticantes de jiu-jítsu. **Caderno Científico UNIFAGOC de Graduação e Pós-Graduação**, v. 5, n. 1, 2021.

BRIET, R. N.; POLASTRI, P. F. Developmental physical education program enlarges the acquisition and refinement of the fundamental motor. In: developmental physical education program enlarges the acquisition and refinement of the fundamental motor. *Scielo Reprints*, 2022.

CARMARGO, J. P.; PRAXEDES, J. A prática do brazilian Jiu-Jitsu e o desenvolvimento das funções executivas: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Eletrônica Nacional de Educação Física - RENEF**, [S. l.], v. 10, n. 15, p. 3–14, 2020.

CARVALHO, M. A.; MEDEIROS, T. N. O Desenvolvimento Motor na Educação Infantil: um estudo de revisão bibliográfica no ano de 2018. **Trajatória Multicursos**, v. 11, n. 1, p. 3-17, 2020.

EDUARDO, W. F. **As contribuições do Jiu-Jitsu no desenvolvimento psicomotor infantil.** 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (curso de educação física) - Faculdade do Médio Parnaíba – FAMEP, Parnaíba, 2018.

GRACIE, H. **Gracie jiu-jitsu.** 1º Edição. Editora Saraiva, 2006.

KANO, J. **Kodokan Judo.** Tokyo, Japan: Kodansha International, 264 p. 1994.

LEITE, C. A. *et al.* A prática da arte marcial com crianças: um relato de experiência com ensino de jiu-jitsu no Campus Campina Grande. **Revista Práxis: saberes da extensão**, João Pessoa, v. 6, n. 12, p. 78-85, 2018

MARQUES, I. Theory of stages applied to the studies of motor development: a revision. **Journal of Physical Education**, v. 7, n. 1, p. 13-18, 10 Jun. 2008.

MARQUES, L.; VIDAL, P. L.; FOGAÇA, R. M. **O Jiu-Jitsu como alternativa física infantil para o desenvolvimento motor na fase motora especializada.** 2015. Trabalho de Conclusão de Curso (Curso de Educação Física) - Universidade do Vale do Paraíba, São José dos Campos/SP, 2015.

NEGREIROS, C. T. F. *et al.* Desenvolvimento infantil e suas respectivas fases motoras. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 8, n. 4, p. 378-381, 2019.

PETER, E.; SCHAAB, D. M.; BERLESE, D. B. Desenvolvimento motor de escolares participantes de projeto sociais. **Revista Portal: Saúde e Sociedade**, [S. l.], v. 6, n. Fluxo contínuo, p. e02106050, 2022.

REBELO, M. *et al.* Desenvolvimento motor da criança: relação entre habilidades motoras globais, habilidades motoras finas e idade. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, v. 20, n. 1, p. 75-85, 2020.

RODRIGUES, M. F. *et al.* Influência da prática do Jiu-Jitsu no desenvolvimento biopsicossocial de crianças dos 10 aos 14 anos na cidade de Mogi Guaçu. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento.** Ano 03, Ed. 09, Vol. 1, pp. 131-146, setembro de 2018.

SILVA, J. G. *et al.* Atividade recreativa no desenvolvimento motor infantil—estudo de revisão. **Revista Mundi Saúde e Biológicas**, v. 3, n. 1, 2018.

SILVA, D. S.; SILVA, C. M. A influência da prática do jiu-jitsu na infância. **Ciência Atual—Revista Científica Multidisciplinar do Centro Universitário São José**, v. 12, n. 2, 2018.

SOLER, F. **Jiu-Jitsu: De sua origem ao Jiu-Jitsu esportivo.** 1º Edição. São Paulo: Edição Independente, 2008.

VICENTINI, L.; MARQUES, R. F. R. A produção científica sobre o Jiu-Jitsu: análise dos artigos, teses e dissertações publicados entre 1996 e 2016. **Movimento**, v. 24, p. 1335-1352, 2022.