



**UNILEÃO – CENTRO UNIVERSITÁRIO DR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

JANILO NATANAEL MACÊDO COELHO

**A CONTRIBUIÇÃO DO JIU-JITSU NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE
CRIANÇAS DE 07 A 10 ANOS: Uma revisão bibliográfica**

JUAZEIRO DO NORTE

2021

JANILO NATANAEL MACÊDO COELHO

**A CONTRIBUIÇÃO DO JIU-JITSU NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE
CRIANÇAS DE 07 A 10 ANOS: Uma revisão bibliográfica**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção de nota para a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso II, Artigo Científico.

Orientador: Prof. Esp. Jenifer Kelly Pinheiro

JUAZEIRO DO NORTE

2021

JANILO NATANAEL MACÊDO COELHO

**A CONTRIBUIÇÃO DO JIU-JITSU NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE
CRIANÇAS DE 07 A 10 ANOS: Uma revisão bibliográfica**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio (Campus Saúde), como requisito para obtenção do Grau de Licenciado em Educação Física.

Aprovada em: 08/12/2021

BANCA EXAMINADORA:

Profª Esp. Jenifer Kelly Pinheiro
Orientador

Profª Esp. Karisia Monteiro Maia
Examinador

Profª Msc. Marcos Antônio Bezerra
Examinador

JUAZEIRO DO NORTE

2021

*Dedico este trabalho de Conclusão de Curso a todos que acreditam no meu projeto
e contribuíram com essa conquista.*

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos os meus familiares em especial ao meu pai Francielde Coelho de Souza, a minha mãe Maria da Penha Macêdo Coelho que me proporcionaram grandes alegrias e incentivo durante toda minha vida e em especial nesse momento de construção de um sonho concretizado nessa graduação.

Agradeço a minha esposa e companheira Tainah Cruz Leite Macêdo pelo apoio e dedicação durante o período de graduação. Entendendo minha ausência nos momentos de estudo.

Agradeço aos meus filhos Antônio Macêdo Cruz Neto e Janilo Natanael Macêdo Coelho Júnior por serem o significado da busca pelo meu melhor.

Agradeço ao meu sogro Antônio Macêdo Cruz e a minha sogra Estela Maris Leite Macêdo.

Agradeço e celebro com todos os colegas de turma, onde levarei muitas lembranças de conversas e aprendizados durante esses anos.

Agradeço a todos os professores em especial a minha orientadora que com toda sabedoria, paciência me proporcionou a construção desse trabalho.

A CONTRIBUIÇÃO DO JIU-JITSU NO DESENVOLVIMENTO MOTOR DE CRIANÇAS DE 07 A 10 ANOS: Uma revisão bibliográfica

Janilo Natanael Macêdo Coelho¹

Jenifer Kelly Pinheiro²

RESUMO

Na fase inicial de vida caracterizada como infância, se iniciam as habilidades e as descobertas referentes ao desenvolvimento, fase essa de extrema relevância, cuidados e estímulos. O desenvolvimento motor tem seu início nos primeiros anos de vida do indivíduo, porém para se alcançar formas mais significativas de desenvolvimento, devem-se estimular crianças e adolescentes através de atividades que propiciem de forma qualitativa esse desenvolvimento. Esse estudo teve como objetivo geral analisar através da revisão de literatura as contribuições positivas do Jiu-Jitsu no desenvolvimento de crianças entre 7 e 10 anos. Os objetivos específicos buscaram contextualizar o desenvolvimento motor na fase infantil; apresentar a modalidade do jiu-jitsu; elencar os benefícios do Jiu-Jitsu no desenvolvimento motor de crianças na faixa-etária de 7 a 10 anos. Sua metodologia consistiu numa revisão bibliográfica, utilizando-se de estudos existentes em relação à temática abordada. Onde foram pesquisadas nas plataformas google acadêmico e scielo Scielo (713)Google Acadêmico (1.590) após a exclusão foram utilizados . Sendo as buscas ocorridas entre os meses de agosto e setembro considerando apenas os artigos inéditos dos últimos 05 anos foram utilizadas as palavras – chaves: Coordenação motora. Arte marcial. Crescimento. Desenvolvimento. Como critério de inclusão, foram inseridos na pesquisa artigos nacionais publicados em relação ao Jiu jitsu e o desenvolvimento motor de crianças. Como critérios de exclusão foram eliminados artigos duplicados, publicados a mais de 10 anos, trabalhos de revisão, teses e dissertações. Concluiu-se ao final que as artes marciais em destaque o Jiu Jitsu colabora de forma positiva com o desenvolvimento motor de crianças dentro da faixa etária retratada no estudo.

Palavras-chave: Coordenação motora. Arte marcial. Crescimento. Desenvolvimento.

ABSTRACT

In the initial phase of life, characterized as childhood, skills and discoveries related to development begin, a phase of extreme relevance, care and stimuli. Motor development begins in the first years of an individual's life, but in order to achieve more significant forms of development, children and adolescents must be stimulated through activities that qualitatively promote this development. This study aimed to

¹ Discente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

² Docente do Curso de Licenciatura em Educação Física do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, Juazeiro do Norte, Ceará, Brasil.

analyze, through a literature review, the positive contributions of Jiu-Jitsu in the development of children between 7 and 10 years old. The specific objectives sought to contextualize motor development in the infant stage; present the jiu-jitsu modality; list the benefits of Jiu-Jitsu in the motor development of children aged 7 to 10 years. Its methodology consisted of a literature review, using existing studies in relation to the topic addressed. Where they were searched on the platforms google academic and scielo Scielo (713)Google Academic (1590) after the exclusion were used. As the searches took place between the months of August and September considering only unpublished articles from the last 05 years, the keywords were used: Motor coordination. Martial arts. Growth. Development. As an inclusion criterion, national articles published in relation to Jiu jitsu and the motor development of children were included in the research. As exclusion criteria, duplicate articles, published more than 10 years ago, review works, theses and dissertations were eliminated. It was concluded at the end that the highlighted martial arts Jiu Jitsu collaborates positively with the motor development of children within the age group portrayed in the study. Keywords: Motor coordination. Martial arts. Growth. Development.

1. INTRODUÇÃO

O desenvolvimento motor infantil ocorre na fase de extrema relevância para o ser humano, segundo Gallahue e Ozmun (2005) ele inicia-se ao nascer, porém, há a necessidade de estímulos diversos para a continuidade desse desenvolvimento de forma adequada. Devendo haver nesse período a busca pela inserção em atividades que incitem o avanço desse desenvolvimento. A presente pesquisa trouxe discussões referentes a relevância do Jiu Jitsu para crianças, tendo como objetivo geral analisar as condições positivas do Jiu-Jitsu no desenvolvimento de crianças entre 7 e 10 anos e como objetivos específicos, contextualizar o desenvolvimento motor na fase infantil, apresentar a modalidade do jiu-jitsu, elencar os benefícios do jiu-jitsu no desenvolvimento motor de crianças na faixa-etária de 7 a 12 anos.

Quando a criança não é estimulada seu desenvolvimento motor fica comprometido, não há um equilíbrio entre as atividades e as reações motoras, para Campos (2014) deve-se haver estímulos nas fases iniciais de vida, caracterizada como infância para que o não sedentarismo implique em prejuízos de ordem motora. Quando não há estímulo adequado nessa fase pode ocorrer um atraso no desenvolvimento, esse atraso pode ocorrer por inúmeros elementos, dentre eles o uso excessivo de tecnologias por meio de celulares, tabletes e televisões causa um exagero de sedentarismo em crianças evitando um movimento mais ativo durante o dia (BREDA, 2010).

Em contrapartida segundo Carvalho (2008) a esse contexto e buscando um diferencial em relação ao desenvolvimento motor de crianças, a atividade física além

de socializar as crianças a torna por meio de sua rotina ativa e com o desenvolvimento motor estimulado, mais apta a um melhor desempenho no que se refere a condições físicas e motoras.

Dentre essas atividades físicas inclui-seo Jiu-Jitsu, estudos apontam que as artes marciais onde essa modalidade está incluída permite por meio de sua prática o desenvolvimento com qualidade de vida e aspectos motores (CORREIA e GERALDA, 2021). Sendo de extrema relevância a inserção de crianças nesse período em exercícios que envolvam o movimento corporal.

Diante disto o objetivo desse trabalho é verificar a contribuição do Jiu Jitsu para o desenvolvimento motor de crianças entre 07 e 12 anos. Dessa forma, a busca pelo tema surgiu por meio de inquietações a respeito da prática de artes marciais em relação ao desenvolvimento motor de crianças almejando fazer uma pesquisa que retrate a melhoria na condição motora de crianças inseridas no Jiu-Jitsu, como forma de responder a questionamentos que refutam a ideia principal do estudo.

2. METODOLOGIA

A pesquisa bibliográfica, que segundo Lakatos (2005), caracteriza-se como uma pesquisa que integra fonte de dados da literatura. Esse tipo de pesquisa denominado de estudo bibliográfico tem por objetivo identificar e somar dados informativos de um complexo de pesquisas desenvolvidas de forma separada em prol de um objetivo que seria a análise do Jiu Jitsu como melhoria no desenvolvimento psicomotor de crianças na faixa etária entre 07 e 10 anos, que às vezes apresentam conclusões diferenciadas e/ou igualitárias, dessa forma esse tipo de estudo em revisão busca nortear futuras pesquisas na literatura (CHIZZOTTI, 2008).

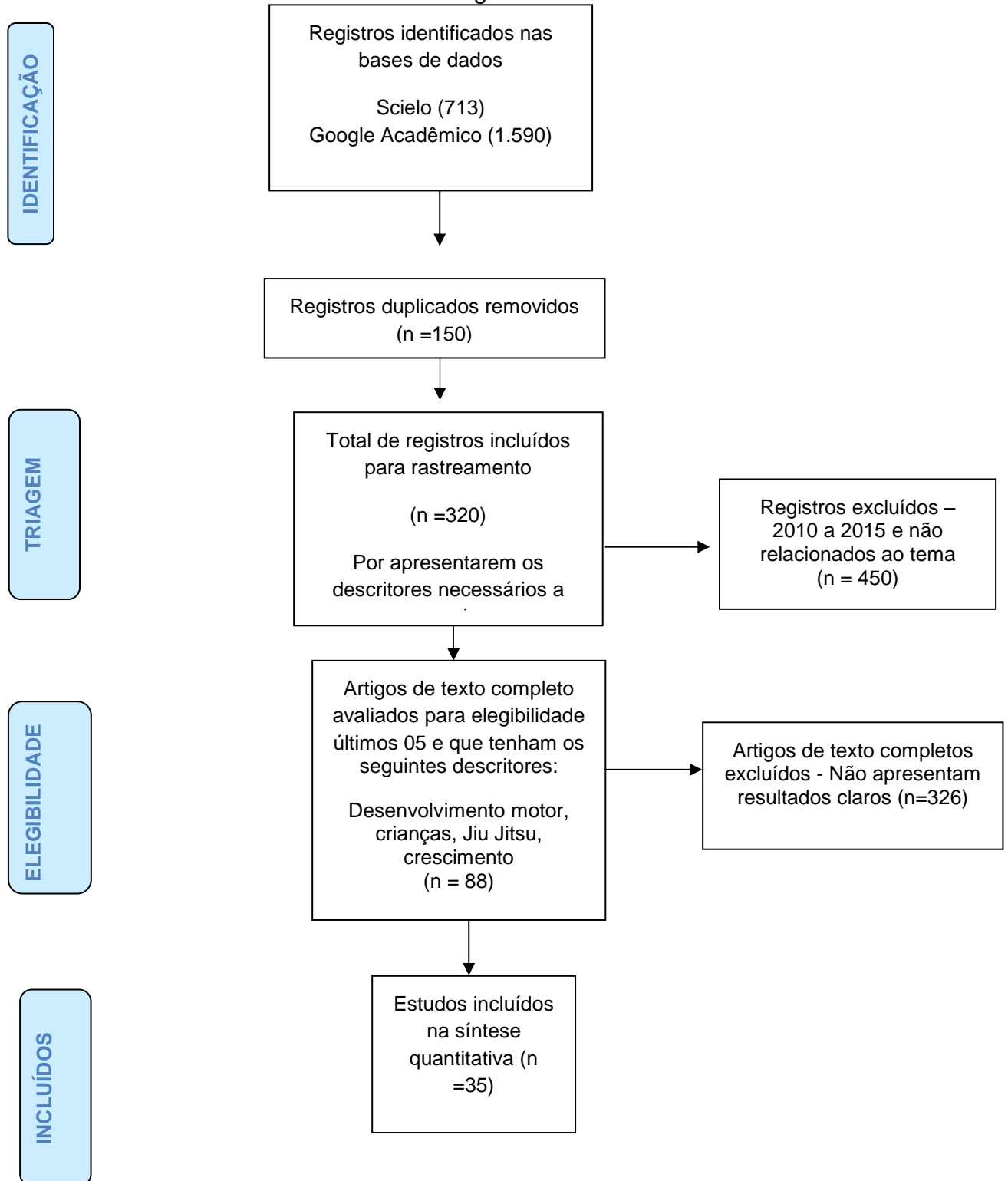
As plataformas de pesquisas em relação aos artigos e pesquisas utilizadas para a pesquisa foram Scielo e Google acadêmico sendo as buscas ocorridas entre os meses de agosto e setembro considerando apenas os artigos inéditos dos últimos 05 anos foram utilizadas as palavras – chaves: Coordenação motora. Arte marcial. Crescimento. Desenvolvimento.

Como critério de inclusão, foram inseridos na pesquisa artigos nacionais publicados em relação ao Jiu jitsu e o desenvolvimento motor de crianças. Como critérios de exclusão foram eliminados artigos duplicados, publicados a mais de 10 anos, trabalhos de revisão, teses e dissertações.

Os dados foram analisados com base em estudos e pesquisas baseadas em publicações existentes, correlacionando com a opinião de autores que trataram da presente temática.

Abaixo será apresentado o fluxograma referente ao material utilizado para a pesquisa.

Figura 01: Procedimento sistematizado e metodológico para busca dos artigos



3. RESULTADOS

Abaixo serão apresentados os resultados obtidos na coleta dos dados utilizados na presente pesquisa bem como suas contribuições e conclusão.

Quadro I: Artigos, resultados incluídos na revisão bibliográfica.

	NÚMERO DE AMOSTRAS	SEXO	MÉTODOS/INTRUMENTOS	RESULTADOS	CONCLUSÃO
HATTORI, et.al (2016)	N= 8	F/M	Escala de Desenvolvimento Motor (EDM)	Apesar do desenvolvimento motor avançado, foi constatado que os praticantes apresentam alguns tipos de transtorno ou dificuldade em aprender, mesmo com esses tipos de dificuldades através do jiu-jitsu/judô com há intervenção do profissional de Educação Física, pode perceber um aumento significativo no desenvolvimento motor dos praticantes. Parte dos alunos não praticantes são alunos com boas notas de modo que pode se dizer que são alunos inteligentes mais com pouca vivência motora	Foram observadas grandes diferenças no nível do desenvolvimento motor dos praticantes para os não praticantes. Portanto, a análise referente a esses dados apresentados permite considerar que os objetivos das intervenções motoras se mostraram eficientes no desenvolvimento motor, na atenção e concentração, no relacionamento e

					no aproveitamento escolar.
NETO, et. al (2016)	N= 80	F/M	Teste de Padrões Básicos de Movimento – TPMB	Os resultados da análise de regressão (Tabela 3) demonstram que existe correlação significativa entre as variáveis independentes (os fatores ou práticas sociais) e dependentes (testes de locomoção e de manipulação) apenas para as crianças do sexo masculino, em concordância com o estudo de Machado e colaboradores (2002), atribuindo esses resultados às características culturais do ambiente em que as crianças estão inseridas, pois aparentemente os meninos são mais incentivados a brincadeiras ativas e recebem mais estímulos com bolas, bastões e outros objetos utilizados nos movimentos de manipulação	Além dos aspectos individuais, os diferentes ambientes de criação, com oportunidades de movimentar-se, devem ser levados em conta no desenvolvimento motor da criança.
				Em seu estudo sobre a	Diante disso

MEIRELLES, et. al. (2018)	N= 10	F/M	KTK	arte marcial Jiu-Jítsu como fator preponderante para educação e autoconhecimento Andrade et.al (2017) observaram vários benefícios para as crianças envolvidas no projeto, além da facilidade maior em desenvolvimento psicomotor entre além do reforço dos princípios morais, fortalecimento da autoconfiança, cuidado e respeito pelo outro, percepção e senso de disciplina, respeito as hierarquias da academia.	verifica-se que a prática do Jiu-Jítsu influência de forma positiva no comportamento psicossocial de crianças, tornando-as mais independentes em suas atividades cotidianas e mais seguras e autoconfiantes em seus relacionamentos sociais.
SANTOS, et al (2018).	N= 22	M	Desenvolvimento motor grosso (TGMD-2)	Tiveram como objetivo verificar a relação entre o IMC e habilidades motoras grossas em crianças de 4 a 6 anos e os resultados mostraram que o IMC não teve relações estatisticamente significante com o desempenho motor. A relação entre a prática de jiu jitsu com o desenvolvimento de	Os resultados desta revisão sistemática demonstram que há diferenças no desempenho motor de crianças que praticam o jiu jitsu sendo verificada após a aplicação da técnica (TGMD-2)

			<i>Körperkoordinationstest für Kinder (KTK)</i>	melhorias na parte motora foi notadamente vista.	
NASCIMENTO, et al.	F/M	N= 29	<i>Körperkoordinationstest für Kinder (KTK)</i>	Freitas et al. ³⁵ identificaram em sua pesquisa com 29 crianças de idades entre sete e dez anos que a maturação teve influência insignificante nos testes motores, constatando que os aspectos maturacionais não estão diretamente relacionados com melhores desempenhos em tarefas que avaliam as capacidades motoras. ¹³ Nessa perspectiva, Vandendriessche et al. ¹⁰ verificaram que os resultados de coordenação motora não apresentam correlação positiva com aspectos relacionados à maturação nem ao condicionamento físico.	Com base nos estudos selecionados, pôde-se concluir com segurança que a variável que exerce maior influência no nível de desenvolvimento da coordenação motora no KTK é a composição corporal. Importante, mas em menor escala, a prática regular de atividades físicas como também na prática de esporte e do jiu jitsu verificada no presente estudo, também exerce influência nos resultados do teste motor KTK.
SANTOS, et. al (2019)				De outro modo, é importante destacar que as crianças deste	De maneira geral, pode-se atestar a eficácia

	M	N= 30	<i>Körperkoordinationstest für Kinder (KTK)</i>	estudo aprimoram as capacidades coordenativas, mensuradas pelo teste KTK, como possível efeito das aulas de jiu-jitsu e judô. Tal resultado ratifica a importância e pertinência do trato curricular das artes marciais nas aulas de educação física, também, como ferramenta de desenvolvimento motor.	do emprego do Jiu-Jitsu e Judô escolar no aprimoramento da CM de crianças do nordeste brasileiro, com a projeção que isto provavelmente ocorrerá em cerca de 70% das crianças que engajem nestas práticas corporais. Acredita-se que isto ocorre porque são artes marciais de contato corporal e tem seus métodos de treino baseados na prática quedas, imobilizações, estrangulamentos e torções articulares que utilizam os princípios de alavancas e controle do centro de gravidade
--	---	-------	---	---	---

					corporal
MEDINA-Papst J, Marques I. (2018).	F/M	N= 12	Movement Assessment Battery for Children-2 M-ABC	Através do M-ABC pode-se coletar e observar o avanço significativo que o projeto de Jiu Jitsu fez com essas criança. A utilização deste instrumento de avaliação oportunizará ao professor a criação de metas educacionais, bem como a identificação de componentes do desenvolvimento motor que necessitam de atenção especial. As intervenções motoras influenciam positivamente na Motricidade fina; Motricidade global; Equilíbrio; Esquema corporal; Organização espacial e Organização temporal. Foram observadas grandes diferenças no nível do desenvolvimento motor dos praticantes para os não praticantes. Portanto, a análise referente a esses dados apresentados permite considerar que os	De modo geral, o desenvolvimento motor dos escolares que praticam jiu-jitsu encontra-se acima dos parâmetros da normalidade segundo a EDM (Rosa Neto, 2002), evidenciando que o desempenho motor está correlacionado as praticas das atividades físicas com intencionalidade dentro de um cronograma de atividades estipuladas pelo o Educador Físico, escolas com o EMEF Rodolpho Valle e projetos como o Aprender, Conviver e Lutar, são pontes importantíssimas para o bom desenvolvimento

				<p>objetivos das intervenções motoras se mostraram eficientes no desenvolvimento motor, na atenção e concentração, no relacionamento e no aproveitamento escolar.</p>	<p>e maturação de crianças que estão saindo do período pré-operacional e começando o período de operações concretas. Através da EDM, pode-se coletar e observar o avanço significativo que o projeto fez com essas crianças, como graduando monta se uma bagagem de capital cultura que pode ser o canal pra trabalha e ajudar futuras gerações da sociedade.</p>
--	--	--	--	---	---

Fonte: Próprio autor, 2021.

4. DISCUSSÃO

O desenvolvimento motor de crianças é verificado desde o período gestacional como afirma Hattori, Lima e Fernandes (2016) nessa fase se faz de extrema relevância o acompanhamento e estimulação até o nascimento e para cada fase de desenvolvimento. Nesse mesmo sentido Silva (2017) discute que para cada fase exige-se uma forma adequada e peculiar de estimulação para que a próxima fase seja mais adaptável em relação ao desenvolvimento, que ocorre desde os primeiros movimentos, relacionados a o pescoço, sentar, relar, engatinhar, andar, pular e entre outros.

As habilidades infantis são determinadas a cada fase de desenvolvimento, havendo a necessidade de um acompanhamento e estimulação precoce para evitar fatores de risco ou atrasos em relação a efeitos causados quando as crianças não praticam exercícios físicos ou artes marciais, o sedentarismo é um das formas, onde a prática constante de assistir e utilizar aparelhos eletrônicos segundo Santos et. al.(2018) aumentam consideravelmente implicações negativas para o desenvolvimento motor.

As artes marciais dentre elas o Jiu Jitsu constitui nas discussões abalizadas por Medina et.al (2018) melhorias nas condições físicas, sociais e contudo, motora, em seu estudo onde foram avaliadas 12 crianças apresentando idades médias entre (8) anos ou de 96 meses. Todos os alunos avaliados pelo (EDM) Escala de Desenvolvimento Motor Movement Assessment Batory for Children-2 M-ABC, sendo quatro (4) praticantes de jiu-jitsu, dois (2) meninos e dois (2) meninas e quatro (4) não praticantes de jiu-jitsu, dois (2) meninos e dois (2) meninas. Apesar do desenvolvimento motor avançado, foi verificado que aquelas crianças praticantes apresentam alguns tipos de transtorno ou dificuldade em aprender, mesmo com esses tipos de dificuldades através do jiu-jitsu pôde perceber positivamente um aumento gradativo no desenvolvimento motor dos praticantes.

Ainda a respeito da influência da prática de Jiu Jitsu como melhoria no desenvolvimento motor, destacam-se outros estudos como o de Meirelles et. al. (2018) onde destaca em pesquisa realizada com crianças a relevância do aprimoramento e avanço das capacidades coordenativas de crianças inseridas no Jiu Jitsu, mensuradas pelo teste KTK. Os dados refutam a importância e

pertinência do trato curricular das artes marciais nas aulas de educação física, também, como ferramenta de desenvolvimento motor. Trivial Efeito das aulas de Jiu-Jitsu e Judô 0.0 0.5 1.0 1.5 SM SL TE QMt TL Pequeno Moderado $d = 1.03$ (0.70 - 1.37) / TDE-LC = 76% $d = 1.07$ (0.72 - 1.42) / TDE-LC = 76% $d = 0.91$ (0.61 - 1.20) / TDE-LC = 73.8% $d = 0.60$ (0.40 - 0.80) / TDE-LC = 66.4% $d = 0.08$ (0.02 - 0.14) / TDE-LC = 50% Valor de d (IC95%) / Significância prática Cohen's d Variáveis dependentes 72 Vieira, et. al. (2019). Sabe-se que perturbações na coordenação motora influenciam a capacidade de uma criança em dominar a leitura, escrita e raciocínio matemático). E estão presentes em cerca de 30% das crianças brasileiras em idade escolar (MEIRELLES et. al. 2018).

Ainda em relação aos benefícios trazidos pelo Jiu Jiutsu para o desenvolvimento motor de crianças Medina. et.al (2018) apresenta dados de pesquisas a relevância do Jiu Jitsu como prática para a contribuição do desenvolvimento motor de crianças, onde a inclusão desde a fase inicial de desenvolvimento contribui para vários elementos preponderantes a saúde. Ao submeter 12 crianças em projetos que tinham como prática essa arte marcial aquelas que estavam inseridas apresentaram diversos benefícios às crianças, podendo destacar como o progresso na parte física, o desenvolvimento da coordenação motora bem como também dos reflexos, além de um salto positivo na paciência, o avanço da resistência corporal e a contribuição no fortalecimento do sistema imunológico.

Complementando os estudos a pesquisa de melhorias no condicionamento motor de crianças praticantes do Jiu Jitsu Santos. et.at (2019) apresenta números relevantes de melhorias quando aplicados testes que afirmam a evolução positiva do desenvolvimento motor, onde todas as crianças envolvidas na pesquisa durante o período apresentaram resultados superiores relacionadas aquelas que não estavam inseridas no projeto.

CONCLUSÃO

Essa pesquisa abalizou uma construção e organização e conhecimentos e pesquisas através de dados que mostram a contribuição do Jiu Jitsu para o desenvolvimento motor de crianças. O estudo apresentou inicialmente um contexto acerca do desenvolvimento de crianças destacando em cada fase o desenvolvimento motor adequado.

Ora discutida essa questão, passou-se a discutir sobre o surgimento e as características do Jiu Jitsu como arte marcial, posteriormente sendo apresentadas discussões que abordaram a relevância da prática do mesmo para melhoria não apenas no desenvolvimento motor, mas, contudo, para o condicionamento físico e socialização.

Com isso, conclui-se que o Jiu-Jitsu quando praticado desde as fases iniciais, sendo esse estudo limitado entre os 07 e 10 anos traz melhoria e contribui com a desenvolvimento motor, havendo destaque em estudos e pesquisas apresentadas no presente estudo.

REFERÊNCIAS

HATTORI, Adrio Acácio; LIMA, Alandesson da Silva; FERNANDES, Letícia **O Jiu Jitsu como contribuição para o desenvolvimento motor nas fases iniciais da infância.** 2016 Disponível em: <http://www.educadores.diaadia.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=1> Acesso em: 23/08/2021.

LAKATOS, Eva Maria. **Fundamentos de metodologia científica/** Marina de Andrade Marconi- 6. Ed- São Paulo: Atlas 2005.

MEDINA, Papst J, Marques I. **OS BENEFÍCIOS DO JIU-JITSU PARA A SAÚDE: um incentivo para a prática esportiva.** *Revista Científica da FASETE* 2018.

MEIRELLES, Athila Martins Vaz Abascal. **A contribuição do Jiu Jitsu para o desenvolvimento motor de crianças.** 2018 Disponível em: <http://www.livrus.com.br/site/perfil_livro.php?id_livro=73268>. Acesso em: 03/09/2021.

NETO, A. S. **Relação entre fatores ambientais e habilidades motoras básicas em crianças de 6 e 7 anos.** *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte.* V.3, n.3, P.135-140, 2016. Disponível em: <

SANTOS, Amanda Rocha; LEITE, Camila de Aquino; SANTOS, Ana Karolina Silva, ET. AL **A importância do desenvolvimento psicomotor da criança de 0 a 6 anos.** (2019). Disponível em: <unesp.br/index.php/motriz/article/view/2800/2707> Acesso em: 22/07/2021.

SILVA, Thiago Eduardo Limeira da; SILVA, Maria Gilvanira Gomes da; ESPÍNDOLA, Wilma Cléa Ferreira. **OS BENEFÍCIOS DO JIU-JITSU PARA A SAÚDE: um incentivo para a prática esportiva.** 2015. Disponível em: https://www.unirios.edu.br/revistarios/media/revistas/2015/9/os_beneficios_do_jiu_jitsu_para_a_saude.pdf acesso em 04/05/2021.