

# Relato de experiência sobre o Kung-Fu como disciplina do ensino superior

Experience report on Kung-Fu as a subject in higher education

Rafael Carvalho da Silva Mocarzel<sup>1</sup>

Como citar esse artigo. MOCARZEL, R. C. F. Relato de experiência sobre o Kung-Fu como disciplina do ensino superior. **Mosaico - Revista Multidisciplinar de Humanidades**, Vassouras, v. 15 n. 3, p. 194-206, set./dez. 2024.

## Resumo

O objetivo deste trabalho foi de tecer um relato de experiência sobre a criação e inclusão de uma disciplina curricular de nível superior no Brasil. Mais especificamente, tal criação e inclusão se deu nos cursos de graduação (Licenciatura e Bacharelado) em Educação Física sobre a arte marcial chinesa conhecida como Kung-Fu. A ação ocorreu em uma renomada universidade federal do país. Para realização dessa tarefa, o presente trabalho bebeu de fontes da etnometodologia, detalhando a idealização, estruturação e execução do processo de implementação da referida disciplina. O processo levou quatro semestres (um para estruturação e três em execução). Após a crescente procura dos discentes pela disciplina e pela qualidade dos trabalhos finais, acredita-se que o resultado final foi de um projeto bem-sucedido.

**Palavras-chave:** Lutas, artes marciais e esportes de combate; Etnometodologia; Wushu; Pedagogia do esporte; Currículo.



## Abstract

The aim of this work was to report on an experience of the creation and inclusion of a curricular subject at higher education level in Brazil. More specifically, this creation and inclusion took place in undergraduate courses (Graduation and Bachelor's Degree) in Physical Education on the Chinese martial art known as Kung-Fu. This action took place at a renowned federal university in the country. In order to carry out this task, this work drew on ethnomethodological sources, detailing the idealization, structuring and execution of the process of implementing this subject. The process took four semesters (one for structuring and three for implementation). After the growing demand from students for the course and the quality of the final work, it is believed that the end result was a successful project.

**Keywords:** Fights, martial arts and combat sports; Ethnomethodology; Wushu; Sports pedagogy; Curriculum.

**Nota da Editora.** Os artigos publicados na Revista Mosaico são de responsabilidade de seus autores. As informações neles contidas, bem como as opiniões emitidas, não representam pontos de vista da Universidade de Vassouras ou de suas Revistas.

## Introdução

O objetivo deste trabalho foi de tecer um relato de experiência sobre a criação e inclusão de uma disciplina curricular de nível superior no Brasil. Mais especificamente, tal criação e inclusão se deu nos cursos de graduação (Licenciatura e Bacharelado) em Educação Física sobre a arte marcial chinesa conhecida como Kung-Fu<sup>1</sup>. Importante destacar que o fato se deu em um período *suis generis*, o pós-

1. A referida arte marcial também é conhecida pela terminologia Wushu (Mocarzel; Queirós; Lacerda, 2020).

Afiliação dos autores:

<sup>1</sup>Doutor em Ciências do Desporto. Professor Doutor do Departamento de Educação Física, Universidade de Vassouras – Univassouras, Maricá, Rio de Janeiro, Brasil.

E-mail de correspondência: professormocarzel@gmail.com

Recebido em: 25/08/2024. Aceito em: 22/10/2024.

pandemia do *covid-19*.

Para realização dessa tarefa, o presente trabalho bebeu de fontes da etnometodologia e por conta de tal fato, tomou-se aqui a liberdade de ter parte de seus relatos de experiência escritos em primeira pessoa, formato esse aceito pelos moldes etnometodológicos.

Esclarece-se que a etnometodologia repousa na subjetividade. Para Garfinkel (2018), considerado o pai da etnometodologia, o paradigma interpretativo é fundamental, a reflexividade é a primeira condição para a compreensão e o processo de aprendizado, valorizando o uso de normas. Contudo, ocorrem constantes interações, interpretações e mesmo modificações. Logo, fica claro que o praticante se torna ator ativo na construção da realidade, introduzindo o conceito de reflexividade, sendo este, segundo Coulon (1995), uma das bases da etnometodologia.

Por fim, estruturando aproximações entre a etnometodologia e o universo da Educação Física, demonstrando assim a importância de tal método para a referida área, Silva *et al.* (2015, p. 244–245) expõem que:

No campo da pesquisa em Educação Física, a abordagem etnometodológica fortalece a área das pesquisas socioculturais, com abordagem qualitativa. A valorização dos saberes tácitos, das diferentes linguagens dos grupos pesquisados, da construção do objeto de estudo em conjunto com o grupo, da elaboração e checagem das categorias do estudo junto ao grupo pesquisado são exemplos instrumentais que a etnometodologia tem a oferecer aos estudos sociológicos em nossa área. Em relação aos aspectos substantivos, instaura uma percepção que resgata o singular, o fragmento; e, ao mesmo tempo, está atenta aos padrões e o que eles ocultam nos grupos sociais.

Justifica-se este estudo, pois não é comum serem encontrados estudos científicos sobre relatos de experiência no campo acadêmicos da Educação Física, sendo talvez exceção as disciplinas de estágio supervisionado. Não obstante, este estudo ainda ganha significativa relevância, pois, neste caso em questão, a temática da referida disciplina tem significativa originalidade e ineditismo no Brasil, sendo interessante a publicação e difusão da informação de como se deu seu planejamento, andamento e principalmente seus resultados na *práxis* (junção da teoria com a prática).

## Da idealização do processo

Durante os anos de 2022 e 2023, tive a oportunidade de atuar como professor substituto (por um período de vinte e quatro meses) na Escola de Educação Física e Desportos (EEFD) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ) nos cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física. Nesse período, o mundo ainda estava em processo de saída da pandemia do *covid-19*. Por conta disso, após um longo período de clausura e reclusão forçada, havia um clamor quase uníssono pela volta das aulas presenciais e práticas dos discentes.

Após verificação dos currículos dos referidos cursos, notei que haviam ali diversas disciplinas (obrigatórias e eletivas) do meio marcial (contudo, não existia qualquer disciplina sobre o Kung-Fu – prática essa em que sou formado e atuante). Nessa perspectiva, observei uma possível oportunidade de propor uma disciplina em formato majoritariamente prático, objetivando colaborar com a vivência prática e experiência dos alunos. Não obstante, seria ainda a introdução (mesmo que de forma temporária) da prática do Kung-Fu na UFRJ. Tal situação parece ser quase inédita no Brasil, pois já há uma disciplina intitulada “Arte Marcial Chinesa: cultura e movimento”<sup>2</sup> na Escola de Educação Física e Esportes (EEFE) da Universidade de São Paulo (USP) desde 2011, sob a regência do Professor Doutor Walter Roberto Correia.

2. Alguns excelentes relatos de experiências na referida disciplina podem ser encontrados no trabalho de Palma e Correia (2021).

Fora o exemplo anterior, não foram encontradas quaisquer outras disciplinas que tanjam tal temática (mesmo em formato mais abstrato).

Após cumprir os trâmites burocráticos com o auxílio de Professores veteranos que assumiam naquele momento posições de gestão (coordenações e vice direção), a proposta de implementar a disciplina foi submetida e posteriormente aceita. Esse processo levou aproximadamente quatro meses (ou seja, basicamente o primeiro semestre do meu contrato temporário de vinte e quatro meses).

Por eu ser um docente substituto, tendo em mente ainda que tal disciplina não teria continuidade após a minha saída ao final do contrato temporário, a mesma foi colocada como de natureza eletiva, com duração de trinta horas e recebendo o nome “Tópicos Especiais – Kung-Fu”. Outrossim, foi disponibilizada para discentes de ambos os cursos (Licenciatura e Bacharelado). As aulas ocorreriam uma vez na semana com duração aproximada de uma hora e quarenta minutos. Por fim, recebi permissão de criar o ementário da disciplina, decidir como as aulas se dariam (teóricas e/ou práticas), onde ocorreriam (sala de aula e/ou ginásio de lutas da EEFD) e como se concretizaria o método avaliativo para aprovação dos discentes.

## Da idealização do processo

Assim, refletindo sobre as principais necessidades dos discentes naquele momento, tendo ainda em mente as peculiaridades de cada curso e o perfil objetivado dos egressos pela EEFD, defini os seguintes parâmetros iniciais para estrutura pedagógica da disciplina (quadro 1):

**Quadro 1.** tópicos e detalhamentos descritivos da estruturação da disciplina eletiva “Tópicos Especiais – Kung-Fu”.

OBJETIVO GERAL	Conhecer e identificar questões históricas e socioculturais e ainda desportivo-competitivas do universo marcial, tendo como foco principal de estudo o Kung-Fu, correlacionando tais conhecimentos com o universo da Educação Física.
OBJETIVO(S) ESPECÍFICO(S)	Proporcionar reflexões epistemológicas sobre as práticas marciais; apresentar os elementos históricos e socioculturais das práticas marciais; conhecer e identificar o Kung-Fu como uma prática possível de uso para o profissional de Educação Física em seu meio de trabalho (tanto para o licenciado quanto para o bacharel); e por fim, ser capaz de aplicar as diversas técnicas do Kung-Fu adequadamente aos métodos de ensino de acordo com os objetivos de cada aluno/atleta/cliente do profissional de Educação Física.
AMBIENTE(S) DE AULA	Aulas teóricas em sala de aula e aulas práticas no ginásio de lutas e quadra externa.
VESTIMENTAS	Trajes adequados para atividade física, retirando indumentárias que possam arrebentar, quebrar ou machucar alguém, como: relógios, pulseiras, cordões, anéis, presilhas de cabelo (de plástico ou metal), dentre outras.

**Fonte.** confeccionado pelo autor.

O conteúdo programático foi dividido em dezoito encontros (aulas). Houve significativa preocupação em explorar as diversas possibilidades técnico-metodológicas das práticas de Kung-Fu, atendendo ainda os pedidos constantes dos discentes por aulas práticas. Nessa guisa, o conteúdo programático se estruturou em um formato majoritariamente prático, havendo maioria de aulas práticas após as aulas teóricas nos momentos iniciais da disciplina (quadro 2).

**Quadro 2.** conteúdo programático da disciplina eletiva “Tópicos Especiais – Kung-Fu”.

Aula 1	Aula teórica: apresentação do ementário; apresentação dos discentes e docente; explicações gerais sobre a disciplina.
Aula 2	Aula teórica: explicação, (des)construção e reconstrução de conceitos do universo marcial (brigas, lutas, artes marciais, esportes de combate, dentre outros).
Aula 3	Aula teórica: explicação sobre as práticas do universo marcial e suas relações com a Educação Física; os conflitos jurídicos entre as práticas do universo marcial e o sistema CONFEF/CREF <sup>3</sup> no Brasil; atuações no currículo escolar; opções profissionais de atuação; variantes marciais; atuações espaciais; distanciamentos; progressão pedagógica no universo marcial.
Aula 4	Aula teórica: categorizações e ramificações do Kung-Fu; o que é a filosofia “kung-fu”; peculiaridades dos estilos do sul e do norte da China; peculiaridades dos estilos internos e externos; peculiaridades dos estilos tradicionais e modernos; estilos mais conhecidos no Brasil e no mundo; diferenciação de estilos folclóricos, ginásticos e marciais.
Aula 5	Aula teórica: valores educacionais do Kung-Fu; o que é wude (o código de ética marcial do Kung-Fu); saudações do Kung-Fu; aproximações e diferenças da relação mestre-discípulo e professor-aluno; ética e estética do Kung-Fu.
Aula 6	Aula prática: aprendizado das posturas básicas (bases tradicionais) presentes em diversos estilos de Kung-Fu.
Aula 7	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações do estilo Shuaijiao.
Aula 8	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações do estilo Tai Chi.
Aula 9	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações do estilo Sanda.
Aula 10	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações do estilo Yenjiao.
Aula 11	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações da técnica de Qigong.
Aula 12	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações do uso de armas brancas.
Aula 13	Aula prática: peculiaridades (históricas, socioculturais e desportivas), posturas, movimentações, técnicas e aplicações da técnica de Chi-ná.
Aula 14	Aula prática: aprendizado, treino e apresentação da 1ª forma marcial de mãos nuas do estilo Yenjiao.
Aula 15	Aula prática: Aprendizado, treino e apresentação da 1ª forma marcial de bastão da escola Chin Woo.
Aula 16	Avaliação: preparação dos trabalhos.
Aula 17	Avaliação: preparação dos trabalhos.

3 Respectivamente, Conselho Federal de Educação Física e Conselho Regional de Educação Física.

Aula 18	Avaliação: entrega e apresentação dos trabalhos; encerramento da disciplina.
---------	--

Fonte. confeccionado pelo autor.

## Da execução do processo

A disciplina ocorreu por três períodos letivos entre os anos de 2022 e 2023. No primeiro semestre, houve oito alunos inscritos. No segundo, houve trinta alunos inscritos. No terceiro e último semestre, houve cinquenta alunos inscritos. Nesses três semestres, a abordagem do conteúdo ocorreu da mesma forma, qual será detalhada a seguir.

O primeiro encontro se deu em formato de aula teórica. Houve exposição do que seria ministrado na disciplina e como as aulas se dariam. Posteriormente, os alunos se apresentaram, compartilharam experiências e suas expectativas para a disciplina, assim como eu como professor regente. Segundo Santos (2001), tal interação se faz importantíssima para que o processo educativo tenha boas direções e maior harmonia em seu percurso. Poder-se-ia dizer aqui que tal momento serviu também como uma avaliação diagnóstica da turma (Freitas; Costa; Miranda, 2014).

O segundo encontro se deu em formato de aula teórica. As necessidades de entendimento dos principais conceitos que tangem a temática se fazem prementes e fulcrais para o amadurecimento e compreensão mais alargada sobre o assunto. Nessa guisa, os conceitos foram abordados tendo como base os destaques elevados em Mocarzel, Queirós e Lacerda (2019).

O terceiro encontro se deu em formato de aula teórica. O reconhecimento do cenário das práticas marciais em geral no Brasil e como tais práticas se relacionam juridicamente com o universo da Educação Física no país se faz um tema importante, esclarecendo as autonomias das práticas marciais, danças, yoga e capoeira perante ao sistema CONFEF/CREF (Pereira; Hunger, 2006). Não obstante, discutiu-se as inserções das práticas marciais na escola e suas possibilidades multidisciplinares (Gomes; Mocarzel, 2023; Gomes; Scarazzato; Fabiani, 2023; Mocarzel; Cardias-Gomes; Costa, 2023). As opções profissionais de atuação (diferentes formas de usar as práticas marciais no mercado de trabalho do profissional de Educação Física), assim como as variantes marciais (diferentes formas de aplicação técnico-tática das técnicas marciais), foram respaldadas pelos escritos de Mocarzel e Columá (2020). Por fim, os aspectos espaciais e distanciamentos foram alicerçados pelos escritos de Gomes (2023).

O quarto encontro se deu em formato de aula teórica. As definições e explicações das peculiaridades da prática do Kung-Fu adentraram em aspectos educacionais filosóficos, históricos e mesmo geográficos, antes mesmo de serem explorados suas características gímnicas, marciais e esportivas em geral. Tais definições foram embasadas pelos ditos de Lima (2000), Mocarzel (2011), Acevedo, Gutiérrez e Cheung (2011) e Mocarzel, Queirós e Lacerda (2019).

O quinto encontro foi o último em formato teórico antes das aulas práticas. Foram explanados e discutidos os princípios educacionais do código de ética do Kung-Fu conhecido como wude (Mendonça; Antunes, 2012; Mocarzel; Queirós; Lacerda, 2016). Outras curiosidades que também recaem em aspectos educacionais filosóficos (imersos nos campos da ética e estética) foram embasadas pelas pesquisas de Mocarzel, Queirós e Lacerda (2020).

O sexto encontro se deu em formato prático. Aqui foram detalhadamente apresentadas, explicadas e praticadas as posturas básicas (também conhecidas como bases) presentes em diversos estilos de Kung-Fu. Essas posturas estruturam biomecanicamente as práticas marciais e são exercitadas constantemente por todos os praticantes independentemente de sua graduação com sutis adaptações (Lima, 2000; Mocarzel; Lemos, 2021). Ou seja, seguindo um pensamento da pedagogia do esporte (Rufino, 2012), seriam os alicerces da abordagem procedimental das práticas em si, sendo sobre elas acrescidas outras

técnicas (como socos, chutes e afins) a posteriori. Na figura 1 é possível observar os alunos praticando a base “cavalo”.



**Figura 1.** discentes da disciplina “Tópicos Especiais – Kung-Fu” praticando posturas básicas no ginásio de lutas da EEFD-UFRJ em 12 de maio de 2023.

**Fonte.** arquivo pessoal do autor.

O sétimo encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre o estilo Shuaijiao<sup>4</sup>. Optou-se por abordar esse estilo nesse momento prático pedagógico ainda inicial por duas razões. Primeiramente, o referido estilo é considerado uma das práticas marciais mais antigas que se tem registro na humanidade (Mocarzel, 2011; Silva, 2019; Zhang, 2006). Em segundo lugar, sua aplicação marcial se dá com técnicas de agarro, queda e arremesso (Antunes, 2014; Jianliang, 2023; Tong, 2005), sendo tal aplicação a mais habitualmente recomendada para iniciação ao que tange aspectos de segurança e dificuldade nos princípios da progressão pedagógica (Breda et al., 2010; Gomes, 2023; Mocarzel; Columá, 2020), concretizando também aprendizados de amortecimentos no solo e rolamentos.

O oitavo encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre o estilo Tai Chi<sup>5</sup>. Sendo esse o estilo de Kung-Fu mais famoso e difundido no mundo (Liao, 1990; Mocarzel, 2011), diversos autores apontam que sua popularidade se dá por tal estilo ser também um sólido método em prol de uma boa promoção da saúde e qualidade de vida (Chan, 2020; Chow et al., 2018; Despeux, 1981; Tsang et al., 2008). Com seus movimentos lentos e harmônicos, foi apresentada a possibilidade não apenas de prática marcial do Tai Chi, mas também de seu uso como meio gímnico salutar e de volta à calma em práticas de outras modalidades de exercício físico. Como forma de colaborar com a sensação de bem-estar e serenização das emoções, optou-se em realizar tais aulas na quadra externa da EEFD-UFRJ, onde há grande presença de vegetação, sol e alguns sons de animais.

O nono encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre o estilo *Sanda*<sup>6</sup>. O referido estilo se perfaz como uma vertente adaptada desportivo-competitiva das práticas marciais do Kung-Fu, fazendo uso de percussões (chutes e socos) e projeções (Ma et al., 2017; Vasconcelos; Del Vecchio, 2017; Vasconcelos; Guedes; Del Vecchio, 2024; Vidal; Prado, 2020). Na China, está presente também em colégios (Fu, 2024a) e em universidades (Fu, 2024b). Por ter tradicionalmente um perfil de treinamento de maior intensidade e

4. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (摔跤) seria “estilo de arremessos e derrubadas” (Antunes, 2014; Silva, 2019; Zhang, 2006).

5. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (太極) seria “suprema cumeieira” (Chan, 2020; Despeux, 1981).

6. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (散打) seria “luta livre” (Mocarzel, 2011).

explosão física (Costa, 2017; Ma *et al.*, 2017; Zeng, 2022), suas aulas foram utilizadas para uma abordagem mais voltada ao *fitness*, fazendo uso inclusive de treinamentos intervalados de alta intensidade (*HIIT – high-intensity intermittent training*) como orientado por Monteiro *et al.* (2020). Por conta da alta intensidade e progressão do cansaço, foi possível abordar ali também aspectos sobre a motivação e psicologia necessária do docente/treinador para com os alunos/atletas/clientes, algo também pontuado por Siqueira Filho *et al.* (2019). Em âmbito competitivo-desportivo, esclarece-se que o treinamento não só técnico, mas também ao que tange o preparo físico do atleta (assim como sua manutenção de peso), fazem-se fundamentais para alcançar o sucesso (Vasconcelos, 2021; Wan; Luo, 2014).



**Figura 2.** discentes da disciplina “Tópicos Especiais – Kung-Fu” praticando o estilo Sanda no ginásio de lutas da EEFD-UFRJ em 1º de novembro de 2022

**Fonte.** arquivo pessoal do autor.

O décimo encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre o estilo *Yenjiao*<sup>7</sup>. Aqui foram novamente pontuadas características das vestimentas e indumentárias dos estilos tidos como tradicionais. O referido estilo tem aproximadamente mil anos de existência, sendo possível o classificar como tradicional (Mocarzel, 2018). Foram destacadas também técnicas combinadas de socos e chutes mais “floreados” presentes nesses estilos (tais como rasteiras e diferentes “voadoras” – chutes aéreos). Houve ainda a preocupação de tutelar, como pontuam Mocarzel e Lemos (2021), terminologias peculiares da modalidade (como nomenclaturas familiares) e falar contagens (de um a dez) em chinês (tanto em mandarim quanto em cantonês). Essa imersão cultural defendida por Lima (2000) colaborou com reflexões e entendimentos mais alargados e aprofundados das modalidades marciais, criando ainda aproximações com outras práticas que também buscam manter seus aspectos culturais (como a Capoeira com o idioma português e/ou o Judô com o idioma japonês).

7. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (鷹爪) seria “garra de águia” (Acevedo; Gutiérrez; Cheung, 2011; Mocarzel, 2018).

O décimo primeiro encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre a prática do *Qigong*<sup>8</sup>. Sucintamente, pode-se dizer que os exercícios que constituem tal prática podem ser divididos em três campos: meditativos, marciais e terapêuticos. As práticas meditativas desaceleram a fisiologia corporal do praticante, as marciais direcionam a energia vital interna para fins de combate e proteção, já as terapêuticas para fins regenerativos de si e do próximo (Mocarzel; Columá, 2020). No Oriente, tais práticas são comumente tuteladas na sociedade, podendo inclusive serem praticadas por crianças (Gasparotto; Navarro, 2022). Em estilos tradicionais, o *Qigong* é largamente difundido há séculos (quicé milênios), integrando os treinamentos de desenvolvimento corporal e técnico dos praticantes (Anta, 2009). Atualmente, suas práticas reabilitativas têm ganhado maior visibilidade no meio científico, sendo cada vez mais notada suas capacidades em prol da promoção da saúde e qualidade de vida dos praticantes – tanto em aspecto físico (McGee, 2024; Ng *et al.*, 2014; Ramos *et al.*, 2017; Toneti *et al.*, 2020) quanto em aspecto mental e emocional (Skrzeta *et al.*, 2021).

O décimo segundo encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre as práticas com armas brancas. É esclarecido por Rawson (2015) que o uso e prática de armas brancas é algo presente na história do povo chinês há mais de um milênio antes de Cristo. Hoje, Domaneschi (2018) vai além, afirmando que o treino com armas brancas já faz parte do *habitus*<sup>9</sup> do kungfusta (nome designado ao praticante de Kung-Fu). É dito por Theeboom e De Knop (1999) e Mocarzel e Lemos (2021) que o Kung-Fu possui ao menos dezoito armas brancas tradicionais com uma imensa diversidade de variações (envolvendo diferentes materiais, tamanhos, dentre outras peculiaridades). Não obstante, Theeboom e De Knop (1999) ainda apontam possibilidades de inclusão da prática de tais implementos em aulas de Educação Física, assim como acontece com a espada em uma aula de Esgrima. Nessa perspectiva, é destacado por Mocarzel e Columá (2020) e Malika e Dilshodjon (2023) que dentre todas as armas brancas, quatro delas ganham luz, são elas: bastão (棍 – considerado “o pai das armas”), faca/facão (刀 – talvez a arma com a maior quantidade de variações na cultura humana), lança (枪 – considerada “a rainha das armas”) e espada (剑 – considerada a arma mais nobre do universo marcial). Assim, tais implementos foram levados ao ginásio, apresentados e tutelados aos alunos, demonstrando algumas de suas técnicas básicas (como posturas de guarda e movimentações iniciais).

O décimo terceiro encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre as práticas de *Chi-ná*<sup>10</sup>. Tais técnicas repousam na categorização de variante marcial de chaves e imobilizações (Mocarzel; Columá, 2020). Suas aplicações têm seu foco nas articulações do adversário, criando estagnação de movimentos e dor ao alvo. Destaca-se que podem ser consideradas técnicas perigosas quando feitas sem zelo e com desleixo, por isso, numa perspectiva pedagógica, foram deixadas para um momento mais avançado da disciplina em questão. Para aumentar ainda mais a segurança dos alunos, houve constantes avisos para que as técnicas fossem executadas sem pressa ou velocidade, proporcionando maior foco na qualidade da execução dos movimentos e na consciência corporal dos praticantes. Reforçou-se ainda que tal prática é corriqueiramente utilizada nas práticas de defesa pessoal (principalmente por mulheres, por necessitar de menor uso de força para causar danos mio articulares nos alvos).

O décimo quarto encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre a prática de uma forma marcial inicial do estilo *Yenjiao*. Esclarece-se que formas marciais são coreografias tradicionalmente utilizadas para ensino e aperfeiçoamento físico e técnico de praticantes de diversas artes marciais, incluindo o Kung-Fu (onde habitualmente, usa-se a terminologia *taolu*<sup>11</sup>). Segundo Mocarzel, Queirós e Lacerda (2020, p. 13), busca-se assim realizar uma “incorporação mimética” das técnicas praticadas. Optou-se em selecionar a forma nomeada *Yīng Zhǎo Jībēn Bù Fǎ*<sup>12</sup>, pois a mesma se perfaz com baixo nível de dificuldade, possuindo apenas quinze movimentos e explora satisfatoriamente técnicas de membros inferiores e superiores para praticantes iniciantes (Figura 3). Nesses encontros, os discentes puderam

8. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (鷹爪) seria “trabalho da energia vital interna” (Mocarzel; Columá, 2020).

9. Bourdieu (1996, p. 21) nomeia de *habitus*, um importante “(...) princípio gerador e unificador que retraduz as características intrínsecas e relacionais de uma posição em um estilo de vida unívoco, isto é, em conjunto unívoco de escolhas, de bens, de práticas”.

10. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (擒拿) seria “pegar e capturar” (Mocarzel; Lemos, 2021).

11. Segundo Mocarzel (2011), também é habitualmente chamada de sequência ou rotina marcial.

12. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (鷹爪基本步法) seria “trabalho de pernas” (Mocarzel; Lemos, 2021).



vivenciar e realizar uma observação participante da progressão pedagógica sendo aplicada para além de apenas uma aula, contemplando que a referida coreografia era composta de posições básicas, socos e chutes vistos em encontros anteriores. Não obstante, observaram a possibilidade do treino marcial não apenas de maneira individual ou dual, mas também em coletivo, sincronizando seus movimentos com o grupo de maneira una, algo já preconizado nos escritos de Mocarzel e Columá (2020) e Gomes (2023).



**Figura 3.** discentes da disciplina “Tópicos Especiais – Kung-Fu” praticando uma forma marcial no ginásio de lutas da EFD-UFRJ em 18 de novembro de 2022

**Fonte.** arquivo pessoal do autor.

O décimo quinto encontro se deu em formato prático. O foco recaiu sobre a prática de uma forma marcial inicial de bastão<sup>13</sup> da famosa escola *Chin Woo*<sup>14</sup>. Como toda arma branca, o bastão é um implemento que, ao ser introduzido em um treinamento físico, requer adaptação e desenvolvimento de valências físicas e técnicas para a elevação da qualidade do movimento executado. Nessa guisa, o bastão possui vantagens pedagógicas para praticantes iniciantes, tais como: ser praticado com duas mãos ao mesmo tempo (aumentando assim a segurança da prática) e ser de natureza contusiva e não cortante ou perfurante. Observando essas questões, o bastão foi escolhido como implemento pedagógico da aula de armas brancas. Novamente, a prática se deu de forma coletiva e sincronizada.

Por fim, as três últimas aulas de cada semestre se deram em formato teórico. Ali aconteceram os processos de avaliações formativa (décima sexta e décima sétima aulas) e somativa (décima oitava aula) (Freitas; Costa; Miranda, 2014). Inicialmente, os alunos foram orientados a desenvolverem um relatório descritivo sobre suas experiências na disciplina, criando livremente correlações entre os diversos campos de estudo que a Educação Física aborda e fazendo uso de referências científicas. Surgiram estudos enveredados para o campo das práticas marciais, currículo na educação física escolar, desenvolvimento motor, esporte e artes visuais, esporte e cultura, gênero no esporte, história do esporte, inclusão social, pedagogia do esporte, segurança pública, dentre outros temas. E assim, a disciplina foi encerrada.

13. Forma Shàolín Gùn, que em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (少林棍) seria “bastão de shaolin” (Mocarzel; Lemos, 2021).

14. Em uma tradução livre, o significado de sua nomenclatura (精武) seria “refino marcial”. Famosa associação atlética de Kung-Fu fundada na primeira década do século XX por renomados Mestres de Kung-Fu e que teve forte impacto cultural na China (Li, 2017). Segundo Kuo e Kuo (2023), foi a primeira organização esportiva não governamental na China republicana após a monarquia feudal.

## Considerações finais

O relato deste estudo buscou trazer luz à experiência de implementação do Kung-Fu como uma disciplina nos cursos superiores de Educação Física no Brasil. A realização da disciplina ocorrendo concomitantemente para ambos os cursos (Licenciatura e Bacharelado), sugere que a preparação didático-pedagógica estruturada previamente no ementário foi bem-sucedida. Tal afirmação é respaldada observando a grande frequência dos alunos inscritos e com o crescente número de inscrições a cada semestre. Não obstante, somando-se a isso, através das qualidades dos trabalhos entregues nas avaliações somativas, acredita-se que a referida disciplina também conseguiu revelar mais conhecimentos (tanto teóricos quanto práticos) sobre a cultura corporal do movimento para os discentes de ambos os cursos.

Nessa perspectiva, recomendam-se mais estudos empíricos sobre ações exploratórias que busquem a vanguarda (incluindo disciplinas eletivas – como neste estudo), trazendo aplicações dos conhecimentos sobre práticas pouco faladas no país, mas que por sua vez poderiam contribuir com os princípios salutares, esportivos e educacionais à população.

## Conflito de interesse

Os autores declaram não haver conflitos de interesse de nenhuma natureza.

## Referências

- ACEVEDO, William; GUTIÉRREZ, Carlos; CHEUNG, Mei. **Breve história do Kung Fu**. São Paulo: Madras, 2011.
- ANTA, Julio. Acondicionamiento físico de Shaolin. Lo viejo vuelve a estar de moda. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, [s. l.], v. 4, n. 2, p. 104–111, 2009. Disponível em: <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-59379-1%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-420070-8.00002-7%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.ab.2015.03.024%0Ahttps://doi.org/10.1080/07352689.2018.1441103%0Ahttp://www.chile.bmw-motorrad.cl/sync/showroom/lam/es/>.
- ANTUNES, Marcelo Moreira. **Introdução ao Shuaijiao: teoria e prática**. 1. ed. São Paulo: Phorte, 2014.
- BOURDIEU, Pierre. **Razões Práticas: sobre a teoria da ação**. Campinas: Papyrus, 1996.
- BREDA, Mauro *et al.* **Pedagogia do esporte aplicada às lutas**. São Paulo: Phorte, 2010.
- CHAN, Kowk Wai. **Tai Chi Chuan: estilo Yang tradicional**. 2. ed. São Paulo: Barany, 2020.
- CHOW, Tsz Ho *et al.* The effect of Chinese martial arts Tai Chi Chuan on prevention of osteoporosis: A systematic review. **Journal of Orthopaedic Translation**, [s. l.], v. 12, p. 74–84, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.jot.2017.06.001>.
- COSTA, Rafael Madeira da. **Proposta metodológica para o treinamento do Kung fu Sanda para Santa Catarina**. 2017. 39 f. - Universidade Federal de Santa Catarina, [s. l.], 2017.
- COULON, Alain. **Etnometodologia**. Petrópolis: Vozes, 1995.
- DESPEUX, Catharine. **Tai-Chi Chuan: arte marcial, técnica da longa vida**. São Paulo: Pensamento, 1981.
- DOMANESCHI, Lorenzo. Conditioning Weapons: Ethnography of the Practice of Martial Arts Training. **Societies**, [s. l.], v. 8, n. 3, p. 80, 2018. Disponível em: <http://www.mdpi.com/2075-4698/8/3/80>.
- FREITAS, Sirley Leite; COSTA, Michele Gomes Noé da; MIRANDA, Flavine Assis de. Avaliação Educacional: formas de uso na prática pedagógica. **Revista Meta: Avaliação**, [s. l.], v. 6, n. 16, p. 85–98, 2014. Disponível em: <https://revistas.cesgranrio.org.br/index.php/metaavaliacao/article/view/217/pdf>.
- GARFINKEL, Harold. **Estudos de Etnometodologia**. Petrópolis: Vozes, 2018.
- GASPAROTTO, Guilherme da Silva; NAVARRO, Rodrigo Tramutolo. Produção científica sobre a prática do Qigong

- em contexto escolar: uma revisão de escopo. **Revista Diálogo Educacional**, [s. l.], v. 22, n. 72, p. 61–79, 2022. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/dialogoeducacional/article/view/28720>.
- GOMES, Mariana Simões Pimentel. **Ensino (e aprendizagem) das Lutas**. Curitiba: Appris, 2023.
- GOMES, Mariana; MOCARZEL, Rafael. Lutas, artes marciais e esportes de combate na educação física brasileira: avaliando e reavaliando perspectivas. **Didática Sistemática**, [s. l.], v. 25, n. 1, p. 50–67, 2023. Disponível em: <https://periodicos.furg.br/redis/article/view/14955/10708>.
- GOMES, Mariana Simões Pimentel; SCARAZZATO, Juliana; FABIANI, Débora Jaqueline Farias. As aulas de educação física como espaço de ensino-aprendizagem das lutas: uma experiência docente. **Cadernos do Aplicação**, [s. l.], v. 36, 2023. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/CadernosdoAplicacao/article/view/129898>.
- JIANLIANG, Zhu. A Study on the Evolution of Chinese Wrestling, the Characteristics of the Project and Its Value. **Global Sport Science**, [s. l.], v. 1, n. 1, p. 1–7, 2023. Disponível em: <https://ojs.sgsci.org/journals/gss/article/view/36>.
- KUO, Hsienwei; KUO, Chinfang. Bloodline Organization of Disseminating Chin Woo Athletic to Nanyang: From Cultural Matrix China to SEA. **The International Journal of the History of Sport**, [s. l.], v. 40, n. 6–7, p. 514–532, 2023. Disponível em: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/09523367.2023.2216653>.
- LI, Yuejiao. The Research of Organizational Culture of the Chin woo Association. **Advances in Physical Sciences 体育科学进展**, [s. l.], v. 5, n. 2, p. 28–32, 2017. Disponível em: [https://pdf.hanspub.org/aps20170200000\\_67378765.pdf](https://pdf.hanspub.org/aps20170200000_67378765.pdf).
- LIAO, Waysun. **Clássicos do Tai Chi**. São Paulo: Pensamento, 1990.
- LIMA, Luzia Mara Silva. **O Tao da educacao: a filosofia oriental na escola ocidental**. São Paulo: Ágora, 2000.
- MALIKA, Jurakulova; DILSHODJON, Khikmatov. HISTORY OF WUSHU, IT'S DEVELOPMENT IN CHINA AND UZBEKISTAN. **Journal of Advanced Research and Stability**, [s. l.], v. 3, n. 1, p. 6–10, 2023. Disponível em: <https://www.sciencebox.uz/index.php/jars/article/view/5265/4764>.
- MCGEE, Robert W. Incorporating Baduanjin into a Western Medical Practice: A Study in Artificial Intelligence and Traditional Chinese Medicine (TCM). **Biomedical Journal of Scientific & Technical Research**, [s. l.], v. 56, n. 1, p. 47739–47744, 2024. Disponível em: <https://biomedres.us/fulltexts/BJSTR.MS.ID.008802.php>.
- MENDONÇA, Samuel; ANTUNES, Marcelo Moreira. ETHOS E WUDE COMO FUNDAMENTAÇÃO DA ÉTICA MARCIAL: EDUCAÇÃO DE SI MESMO. **Revista de Educação**, [s. l.], v. 6, p. 35–52, 2012. Disponível em: <https://revistas.anchieta.br/index.php/RevistaEducacao/article/view/944/833>.
- MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva. **Artes marciais e jovens: violência ou valores educacionais? Um estudo de caso de um estilo de Kung-Fu**. 2011. 108 f. - Universidade Salgado de Oliveira, [s. l.], 2011.
- MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva. Sobre o estilo de kung-fu garra de águia. **Caderno de Educação Física e Esporte**, [s. l.], v. 16, n. 1, p. 167–178, 2018. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernoedfisica/article/view/19049>.
- MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva; CARDIAS-GOMES, Fabio José; COSTA, Paulo Ricardo Gayer Pereira da. Reflexões e discussões sobre as lutas segundo a Base Nacional Comum Curricular. **Cadernos do Aplicação: Pesquisa e Reflexão em Educação Básica**, [s. l.], v. 35, n. 1, p. 1–18, 2023. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/CadernosdoAplicacao/article/view/131328/88955>.
- MOCARZEL, Rafael; COLUMÁ, Jorge Felipe. **Lutas e Artes Marciais: aspectos educacionais, sociais e lúdicos**. 2. ed. Manaus: OMP, 2020.
- MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva; LEMOS, Fernando. **Kung-Fu: o estilo Garra de Águia**. Curitiba: Appris, 2021.
- MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva; QUEIRÓS, Paula; LACERDA, Teresa Oliveira. Uma visão conceitual através dos tempos sobre o universo marcial à luz da ética e estética - o caso do Kung-Fu. **Fair Play: revista de filosofia, ética y derecho del deporte**, [s. l.], v. 15, p. 90–115, 2019.
- MOCARZEL, Rafael Carvalho da Silva; QUEIRÓS, Paula; LACERDA, Teresa Oliveira. Valores ético e estético do kung-fu: uma revisão sistemática. **Motrivivência**, [s. l.], v. 32, n. 62, p. 01–21, 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/motrivivencia/article/view/2175-8042.2020e62998>.
- MOCARZEL, Rafael; QUEIRÓS, Paula; LACERDA, Teresa Oliveira. Wu De – reflexão filosófica acerca do Código de

- Ética Marcial do Kung-Fu. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, [s. l.], v. 16, n. S2A, p. 140–152, 2016.
- MONTEIRO, Jorge Rafael Farias *et al.* Specific wushu sanda high-intensity interval training protocol improved physical fitness of amateur athletes': A pilot study. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, [s. l.], v. 14, n. 2, p. 47–55, 2020. Disponível em: <https://revistas.unileon.es/index.php/artesmarciales/article/view/6029>.
- NG, Bobby H. P. *et al.* Traditional Chinese Exercises for Pulmonary Rehabilitation. **Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation and Prevention**, [s. l.], v. 34, n. 6, p. 367–377, 2014. Disponível em: <https://journals.lww.com/01273116-201411000-00001>.
- PALMA, Pedro Perroud; CORREIA, Walter Roberto. Arte marcial chinesa: retratos de uma jornada. In: MOCAZEL, Rafael Carvalho da Silva (org.). **Lutas / Artes Marciais / Esportes de Combate em Educação Física**. Curitiba: Appris, 2021. p. 31–47.
- PEREIRA, Mariana Lolato; HUNGER, Dagmar Aparecida Cynthia França. Dança e Educação Física no Brasil: questões polêmicas. **EFDeportes**, [s. l.], n. 96, p. 1–4, 2006. Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd96/danca.htm>.
- RAMOS, Carla Cristina *et al.* Qi Gong and Heart Rate Variability: A Systematic Review. **Journal of Biosciences and Medicines**, [s. l.], v. 5, n. 3, p. 120–127, 2017. Disponível em: <http://www.scirp.org/journal/doi.aspx?DOI=10.4236/jbm.2017.53013>.
- RAWSON, Jessica. Steppe Weapons in Ancient China and the Role of Hand-to-Hand Combat. **National Palace Museum Research Quarterly**, [s. l.], v. 33, n. 1, p. 37–95, 2015. Disponível em: [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/41274804/02-Weapons\\_final-libre.pdf?1452980039=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DSteppe\\_Weapons\\_in\\_Ancient\\_China\\_and\\_the.pdf&Expires=1717791434&Signature=CMqryqSbm5PbEclDXE84yjLVZ3c3cf0heWAHRZpm-J5W20](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/41274804/02-Weapons_final-libre.pdf?1452980039=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DSteppe_Weapons_in_Ancient_China_and_the.pdf&Expires=1717791434&Signature=CMqryqSbm5PbEclDXE84yjLVZ3c3cf0heWAHRZpm-J5W20).
- RUFINO, Luiz Gustavo Bonatto. **A pedagogia das lutas: caminhos e possibilidades**. Jundiaí: Paco Editorial, 2012.
- SANTOS, Sandra Carvalho dos. O processo de ensino-aprendizagem e a relação professor-aluno: aplicação dos “Sete Princípios para a boa prática na Educação de Ensino Superior”. **Caderno de Pesquisas em Administração**, [s. l.], v. 8, n. 1, p. 69–82, 2001. Disponível em: [https://www.sinprodf.org.br/wp-content/uploads/2012/01/tx\\_5\\_proc\\_ens\\_aprend.pdf](https://www.sinprodf.org.br/wp-content/uploads/2012/01/tx_5_proc_ens_aprend.pdf).
- SILVA, Carlos Alberto Figueiredo da *et al.* A contribuição da etnometodologia para os estudos sociológicos na educação física brasileira. **Movimento (ESEFID/UFRGS)**, [s. l.], v. 21, n. 1, p. 233–248, 2015. Disponível em: <http://seer.ufrgs.br/index.php/Movimento/article/view/48125>.
- SILVA, Everton de Souza da. Shuaijiao o judô chinês ou judô o shuaijiao japonês: a influência do wrestling chinês sob o judô de Jigoro Kano. **Recorde: Revista de História do Esporte**, [s. l.], v. 12, n. 2, p. 1–15, 2019. Disponível em: <https://revistas.ufrj.br/index.php/Recorde/article/view/31000>.
- SIQUEIRA FILHO, Antonio Carlos *et al.* Motivação, autoestima e perfil socioeconômico dos praticantes de Sanda do Vale do São Francisco. **Caderno de Educação Física e Esporte**, [s. l.], v. 17, n. 2, p. 37–45, 2019. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/index.php/cadernodfísica/article/view/23078>.
- SKRZETA, Malgorzata *et al.* Attempts to assess the impact of Taiji Quan and Qigong exercises on emotional states. **Ido Movement for Culture - Journal of Martial Arts Anthropology**, [s. l.], v. 21, n. 3, p. 67–78, 2021. Disponível em: <http://imcjournal.com/index.php/en/volume-xxi-2021/contents-number-3/1693-attempts-to-assess-the-impact-of-taiji-quan-and-qigong-exercises-on-emotional-states>.
- THEEBOOM, Marc; KNOP, Paul De. Asian Martial Arts and Approaches of Instruction in Physical Education. **European Journal of Physical Education**, [s. l.], v. 4, n. 2, p. 146–161, 1999.
- TONETI, Bruna Francielle *et al.* Benefits of Qigong as an integrative and complementary practice for health: a systematic review. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, [s. l.], v. 28, p. 1–12, 2020. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0104-11692020000100370&tling=en](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692020000100370&tling=en).
- TONG, Zhongyi. **The method of Chinese Wrestling**. Berkeley: Blue Snake Books, 2005.
- TSANG, Tracey Wai Man *et al.* Health benefits of Kung Fu: A systematic review. **Journal of Sports Sciences**, [s. l.], v. 26, n. 12, p. 1249–1267, 2008. Disponível em: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02640410802155146>.
- VASCONCELOS, Breno Berny. **Descrição e relevância percebida das práticas de treinamento de atletas brasileiros de Wushu Sanda: comparações por sexo e nível competitivo**. 2021. 178 f. - Universidade Federal de Pelotas, [s. l.], 2021.

/.], 2021.

VASCONCELOS, Breno Berny; DEL VECCHIO, Fabrício Boscolo. Wushu Sanda: Color bias, home advantage and motor actions analysis in female matches' from the 13th World Championships. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, [s. l.], v. 12, n. 1, p. 1–9, 2017. Disponível em: <http://revpubli.unileon.es/index.php/artesmarciales/article/view/4858>.

VASCONCELOS, Breno Berny; GUEDES, João; DEL VECCHIO, Fabrício Boscolo. Prevalence, magnitude, and methods of rapid weight loss in national level Wushu Sanda athletes. **Science & Sports**, [s. l.], v. 39, n. 1, p. 43–50, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2022.08.006>.

VIDAL, Rafael Gemin; PRADO, Douglas Miranda. **Revista Brasileira de Nutrição Esportiva**. Avaliação do potencial ergogênico do café no desempenho de praticantes de boxe Chinês/Sanda, [s. l.], v. 14, n. 84, p. 27–32, 2020. Disponível em: <https://www.rbne.com.br/index.php/rbne/article/view/1586/1166>.

WAN, Hui Zhen; LUO, Fang Cheng. On Sanda “Time Difference” and the Use of Training Methods. **Advanced Materials Research**, [s. l.], v. 1044–1045, p. 1701–1704, 2014. Disponível em: <https://www.scientific.net/AMR.1044-1045.1701>.

ZENG, Qingguo. Research on the Explosive Training Skills of Wushu Sanda Athletes. **International Journal of Science and Engineering Applications**, [s. l.], v. 11, n. 10, p. 142–144, 2022. Disponível em: <https://ijsea.com/archive/volume11/issue10/IJSEA11101006.pdf>.

ZHANG, Yun. Shuai Jiao: introducción al arte chino de las proyecciones. **Revista de Artes Marciales Asiáticas**, [s. l.], v. 1, n. 2, p. 24, 2006. Disponível em: <https://revpubli.unileon.es/ojs/index.php/artesmarciales/article/view/236/195>.