

Trabalho de Educação Física
Professor: Samuel Rodrigues de Moura

Nome: Miguel Bonilha Cassiano
Nome: Karen Luísa Nabas da Silva
Nome: Caio Henrique Picelli de Freitas
Nome: José Eduardo Rodrigues Sabino

Líder
Revisão e edição
Pesquisa
Pesquisa

TÍTULO: Pesquisa Sobre o Wrestling

São José do Rio Preto 2025

1. Introdução	3
2. Desenvolvimento.....	4
2.1 Origem e História do Wrestling	4
2.2 Regras e Características	5
2.3 Importância do carisma e da atuação	6
2.4 Wrestlers Famosos.....	7
2.5 Wrestling no Brasil e no Mundo	8
2.5.1 Existência e influência de Wrestling no Brasil.....	8
2.5.2 Eventos internacionais de Wrestling no Brasil	8
2.5.3 Popularidade e audiência mundial	8
3. Conclusão	9

1. Introdução

Wrestling, também conhecido como luta olímpica ou luta livre, é um esporte de combate que envolve a luta corpo a corpo com o objetivo de derrubar ou imobilizar o oponente. É uma das mais antigas formas de luta e um dos esportes mais antigos do mundo, com registros de práticas semelhantes em civilizações antigas.

A luta ou wrestling é uma arte marcial que utiliza técnicas de agarramento, como luta em clinch, arremessos, derrubadas, chaves, pinos e outros golpes do grappling.

Temos como objetivo durante a realização do trabalho se aprofundar tanto na parte teórica quanto na parte prática do Wrestling e posteriormente, diante da finalização deste trabalho, ter um conhecimento aprofundado sobre abrangentes tópicos desta arte marcial, assim como apresentar de forma eficaz o resultado de nossa pesquisa aos colegas de sala e ao professor.

Escolhemos esse tema em virtude de todos os integrantes de nosso grupo terem um interesse em aprender tanto sobre a arte como também praticar ela, da mesma maneira que reconhecemos a importância dessa arte no mundo atual, e o quanto presente ela é no dia a dia.

2. Desenvolvimento

2.1 Origem e História do Wrestling

O Wrestling é muito mais do que um esporte ou uma forma de entretenimento; é uma expressão cultural que atravessa milênios, unindo força, técnica e storytelling. Suas raízes remontam às civilizações antigas, onde já era praticado como uma prova de vigor e habilidade.

Na Grécia Antiga, o Wrestling era parte integrante dos Jogos Olímpicos, valorizado não apenas pela competição física, mas também pela disciplina mental. Os gregos acreditavam que um bom lutador deveria equilibrar corpo e espírito, filosofia que ainda ressoa no Wrestling moderno.

Com o tempo, o esporte evoluiu, incorporando diferentes estilos em diversas culturas. Nos Estados Unidos, no século XIX e XX, o Wrestling profissional ganhou popularidade, combinando atletismo com narrativas dramáticas, criando um espetáculo único que cativa milhões até hoje.

No Brasil, o Wrestling vem crescendo, com atletas dedicados e fãs apaixonados, mostrando que essa modalidade ultrapassa fronteiras. Seja no estilo olímpico ou no profissional, o Wrestling continua sendo uma celebração da resistência humana, da técnica apurada e da capacidade de contar histórias através do movimento.

Uma coisa é certa: enquanto houver paixão pela competição e admiração pela superação, o Wrestling seguirá vivo, inspirando novas gerações.

2.2 Regras e Características

No Wrestling, o seu objetivo é imobilizar ou derrubar o seu oponente, fazendo ele ficar de costas no chão, até ele encostar os dois ombros juntos no chão por um certo período (frequentemente esse tempo são de 3 segundos, mas as diversas competições costumam variar bastante esse tempo, fazendo ser ímprobo tirar um tempo médio). A luta é dividida em dois períodos de 3 minutos, com 30 segundos de intervalo entre elas, os lutadores marcarão pontos de acordo com a superioridade técnica (como arremessos, golpes legais, quedas e reversões) e por imobilização, além de que o oponente pode ser desclassificado.

O esporte Wrestling possui regras bem simples de serem entendidas e esclarecidas, você não pode golpear o oponente de forma ilegal, ou seja, um movimento que seja perigoso, como puxar cabelo ou socar articulações. Durante a luta, se houver alguma infração, o lutador tomará uma advertência, aonde se o número de advertências passar de três, o lutador será desclassificado. Durante a luta de Wrestling, se algum lutador sagrar, desmaiar ou ser gravemente ferido, a luta é interrompida, além disso, há uma grande supervisão de árbitros do ramo durante a partida, então tudo é observado e analisado detalhadamente.

Em alguns casos de lutas de Wrestling a partida pode empatar, então como critério de desempate é analisado o valor de cada movimento (variando de 1 até 5 pontos), o número de advertências de cada lutador e o último ponto marcado na partida.

Nas lutas de Wrestling há dois estilos: o Livre e o Greco-Romano, no estilo de luta Livre, os lutadores podem se defender e atacar com todo o corpo, ou seja, permitem um agarramento de perna e chutes para imobilizar o oponente e você pode de defender usando partes de suas pernas; mas no estilo de luta Greco-Romano, eles não permitem golpes e defesas abaixo da cintura, ou seja, não podendo atacar e nem defender com a perna.

2.3 Importância do carisma e da atuação

O Wrestling profissional mistura esporte e histórias. O sucesso vem de duas coisas: a conexão dos lutadores com o público e o que eles fazem no ringue.

O carisma brilha quando os lutadores criam personagens que as pessoas gostam. Ícones como Hulk Hogan, The Rock e John Cena mostraram que ter carisma é tão importante quanto saber lutar, e isso vale até fora do ringue.

A performance técnica é sobre como os lutadores fazem seus movimentos e organizam as lutas, garantindo que tudo pareça real. Lutadores como Bret Hart e Shawn Michaels são famosos por ter estilos que contam histórias, inspirando muitos outros.

O Wrestling mudou com o tempo, focando mais em diferentes aspectos. Nos anos 80 e 90, personagens grandiosos e histórias simples eram tudo. Agora, alguns eventos estão levando a técnica mais a sério. Promoções como a New Japan Pro-Wrestling fazem um bom trabalho equilibrando esses lados, com lutadores como Kazuchika Okada.

O que faz um lutador brilhar ainda depende de como carisma e desempenho se juntam. Algumas produções dão prioridade ao show, enquanto outras vão atrás do realismo. Hoje, o Wrestling tem várias maneiras de se apresentar, dependendo do público e das metas de cada promoção.

2.4 Wrestlers Famosos

Alguns wrestlers de notoriedade mundial são os mencionados anteriormente Hulk Hogan, The Rock, John Cena Bret Hart, Shawn Michaels, assim como Dave Bautista, CM Punk e Steve Austin. Também pode-se perceber que vários deles perseguem uma carreira como atores, por já serem acostumados à uma performance com uma audiência grande.

2.5 Wrestling no Mundo

O Wrestling é um esporte praticado no mundo inteiro, liderado por uma organização chamada WWE (World Wrestling Entertainment) que cria campeonatos de Wrestling profissional na maior parte do mundo, tendo eventos em mais de 140 países, sendo alguns dos mais influentes os Estados Unidos, Canadá, México e Japão, com eles possuindo uma grande força cultural no Wrestling. Nas lutas olímpicas, liderada pela mesma organização das lutas profissionais WWE (World Wrestling Entertainment), os maiores destaques nos estilos Greco-Romano e Livre são a Rússia, Estados Unidos, Irã, Turquia e Mongólia, sendo a Rússia a de maior destaque no estilo Greco-Romano e uns dos maiores no estilo Livre.

2.5.1 Existência e influência de Wrestling no Brasil

O Wrestling no Brasil organizado pela CBW (Confederação Brasileira de Wrestling) e possui alguns torneios de destaque como o Campeonato Brasileiro Interclubes Sênior. Mas, mesmo nesses campeonatos, há pouca audiência e competidores interessados no esporte aqui no Brasil, com o surgimento de uma atenção maior para o esporte surgindo nos últimos anos no Brasil.

2.5.2 Eventos internacionais de Wrestling

Alguns dos principais eventos internacionais de Wrestling são: WWE Universal Championship, World Heavyweight Championship, WWE Championship, AEW World Championship, ECW World Heavyweight Championship, AJPW Triple Crown Heavyweight Championship, IWGP Heavyweight Championship e GHC Heavyweight Championship. Há outros eventos internacionais de relevância, mas esses são os principais e mais populares.

2.5.3 Popularidade e audiência mundial

O Wrestling, infelizmente, não é tão popular hoje quanto ele já foi um dia, na década de 1980 e 1990 o Wrestling tinha atingido seu auge em audiência, mas por causa de mudanças dentro das organizações que lideram e organizam o esporte e pelos outros meios de entretenimento que surgiram ao passar dos anos como televisão e a internet, o Wrestling perdeu um número considerável de audiência, mas ainda continua popular em certas áreas, principalmente em esportes de luta. Em alguns torneios eles costumam atingir a marca de 100.000 pessoas, mas sua grande popularidade surgiu em redes sociais e serviços de streaming, como no Netflix, que teve um episódio em abril desse ano (2025), onde esse episódio atingiu a marca de 2,9 milhões de espectadores globais, um grande número para os últimos anos do esporte.

3. Conclusão

Ao finalizar esse trabalho, os integrantes responsáveis pela pesquisa e os demais integrantes do grupo obterem um conhecimento detalhado sobre as diversas complexidades do Wrestling, descobrindo várias coisas novas sobre essa arte marcial através da pesquisa realizada, como as suas regras, sua história, importância, influência e características.

Portanto, podemos concluir que mesmo não estando em seu ponto mais alto, o Wrestling continua sendo relevante mundialmente, tanto em termos de esporte olímpico como em termos de luta profissional, podendo-se atribuir essa estabilidade da sua popularidade atualmente à internet, que popularizou essa arte como um esporte trazendo-a para muitas pessoas de todas as faixas etárias.

O QUE é Wrestling?. [S. l.], 7 maio 2024. Disponível em: <https://www.netshoes.com.br/blog/esportes/post/o-que-e-wrestling>. Acesso em: 7 maio 2025.

INFOPÉDIA Dicionários Porto Editora. [S. l.], 1 maio 2024. Disponível em: <https://www.infopedia.pt/dicionarios/lingua-portuguesa/wrestling>. Acesso em: 7 maio 2025.

O QUE é wrestling? Entenda diferenças entre profissional e olímpico. [S. l.], 11 mar. 2024. Disponível em: <https://www.nsctotal.com.br/noticias/o-que-e-wrestling-entenda-diferencas-entre-profissional-e-olimpico>. Acesso em: 7 maio 2025.

20 Greatest WWE Wrestlers Of All Time. [S. l.], 8 jan. 2025. (Traduzido). Disponível em: <https://www.si.com/fannation/wrestling/features/10-greatest-wwe-wrestlers-of-all-time>. Acesso em: 8 maio 2025.

THE TOP 25 Wrestlers of All Time. [S. l.], 5 abr. 2024. (Traduzido). Disponível em: <https://www.ign.com/articles/best-top-25-wrestlers-of-all-time>. Acesso em: 8 maio 2025.

10 atores que começaram a carreira como lutadores de wrestling. [S. l.], 6 ago. 2023. Disponível em: <https://canaltech.com.br/entretenimento/atores-que-comecaram-a-carreira-como-lutadores/>. Acesso em: 8 maio 2025.

WRESTLING Notícias. [S. l.], 6 mar. 2024. Disponível em:
<https://wrestlingnoticias.com.br/noticias/>. Acesso em: 10 maio 2025.

SI. [S. l.], 22 abr. 2025. Disponível em: <https://www.si.com/wrestling>. Acesso em: 11 maio 2025.

WWE NXT highlights. [S. l.], 13 maio 2025. Disponível em: <https://www.wwe.com/>. Acesso em: 13 maio 2025.

LUTA Profissional. [S. l.], 10 dez. 2024. Disponível em:
https://pt.m.wikipedia.org/wiki/Luta_profissional. Acesso em: 12 maio 2025.

REGRAS. [S. l.], 17 jul. 2024. Disponível em:
<https://www.cbw.org.br/wrestling/16/regras>. Acesso em: 9 maio 2025.

ESTILO Livre Masculino. [S. l.], 16 jul. 2024. Disponível em:
<https://www.cbw.org.br/estilos/94/estilo-livre-masculino>. Acesso em: 9 maio 2025.

LUTA. [S. l.], 14 out. 2024. Disponível em:
<https://www.olympics.com/pt/esportes/luta-livre/#:~:text=Os%20lutadores%20marcam%20pontos%20executando,ganhar%20o%20controle%20da%20situa%C3%A7%C3%A3o>. Acesso em: 9 maio 2025.

LUTA livre: regras, origem, história, o que é e curiosidades. [S. l.], 27 jul. 2024. Disponível em: <https://ge.globo.com/olimpiadas/guia/2024/07/25/c-luta-livre-regras-origem-historia-o-que-e-e-curiosidades.ghtml>. Acesso em: 9 maio 2025.