Contexto: A história do judô remonta ao final do século XIX no Japão e está intimamente ligada à figura de Jigoro Kano, o fundador do judô moderno. Aqui está um resumo da história do judô:

Origens no Japão Antigo: Antes do judô, havia várias formas de jiu-jitsu (também conhecidas como jujutsu), que eram técnicas de luta desenvolvidas ao longo de séculos no Japão. Essas técnicas incluíam projeções, imobilizações, estrangulamentos e chaves articulares, e eram praticadas por samurais como parte de seu treinamento em artes marciais.

Jigoro Kano e a Criação do Judô: Jigoro Kano, nascido em 1860, era um estudante dedicado das artes marciais e viu a necessidade de sistematizar e modernizar o jiu-jitsu para torná-lo mais seguro e eficaz. Em 1882, ele fundou sua própria escola de artes marciais, o Instituto Kodokan, onde começou a ensinar sua versão reformulada das técnicas de luta. Ele chamou essa arte de "judo", que significa "caminho suave" ou "caminho da flexibilidade".

Princípios Fundamentais: Jigoro Kano introduziu os princípios fundamentais do judô, que eram "Seiryoku Zenyo" (máximo de eficácia com o mínimo de esforço) e "Jita Kyoei" (benefício mútuo e prosperidade para todos). Esses princípios enfatizam o uso da técnica, da inteligência e da flexibilidade em vez da força bruta, tornando o judô acessível a pessoas de todas as idades e tamanhos.

Propagação Internacional: O judô rapidamente ganhou popularidade no Japão e, a partir da década de 1900, começou a se espalhar internacionalmente. Jigoro Kano viajou pelo mundo para promover o judô, e muitos instrutores japoneses começaram a ensinar a arte em outros países.

Inclusão nos Jogos Olímpicos: O judô foi incluído nos Jogos Olímpicos pela primeira vez em Tóquio, em 1964. Desde então, tornou-se um esporte olímpico popular com competições para homens e mulheres.

Organização Internacional: A Federação Internacional de Judô (IJF) foi fundada em 1951 para governar e promover o esporte em nível internacional. Atualmente, a IJF supervisiona as competições de judô em todo o mundo, estabelecendo regras e regulamentos.

O judô se tornou não apenas um esporte competitivo, mas também um caminho para o desenvolvimento pessoal e espiritual. Ele enfatiza valores como respeito, cortesia, humildade e autodisciplina. O sistema de graduação de faixas, com o cinto preto como o nível mais avançado, é uma parte importante da cultura do judô, e os praticantes são encorajados a buscar a melhoria contínua não apenas em suas habilidades de luta, mas também em suas vidas como um todo..  
  
A filosofia do judô está profundamente enraizada nos princípios estabelecidos por Jigoro Kano, o fundador do judô moderno. Essa filosofia não se limita apenas à técnica de luta, mas também abrange valores e princípios éticos que são essenciais para o desenvolvimento pessoal e a prática do judô. Alguns dos princípios filosóficos fundamentais do judô incluem:

Jita Kyoei: "Benefício mútuo e prosperidade para todos." Esse princípio enfatiza a importância de agir de forma a beneficiar não apenas a si mesmo, mas também o seu oponente e a comunidade em geral. No judô, o objetivo não é derrotar ou prejudicar o oponente, mas sim desenvolver a si mesmo e ao oponente de maneira construtiva.

Seiryoku Zenyo: "Máximo de eficácia com o mínimo de esforço." Esse princípio destaca a ideia de usar a técnica e a inteligência para superar a força bruta. No judô, os praticantes aprendem a redirecionar a força do oponente e a utilizar a energia de forma eficiente, em vez de depender apenas da força física.

Mente e Corpo Unificados: O judô enfatiza a importância de unir mente e corpo em harmonia. Isso envolve a concentração mental, o autocontrole e a capacidade de permanecer calmo sob pressão, tanto na competição quanto na vida cotidiana.

Respeito e Cortesia: O judô promove um ambiente de respeito mútuo entre os praticantes. Antes e após os combates, é comum fazer uma reverência ao oponente como um sinal de respeito. Esse respeito se estende não apenas aos adversários, mas também aos instrutores, colegas de treinamento e a todos na comunidade do judô.

Autodisciplina e Desenvolvimento Pessoal: O judô é visto como um caminho para o autodesenvolvimento. Os praticantes são incentivados a buscar aperfeiçoamento pessoal, perseverança, humildade e autodisciplina por meio da prática constante.

Busca pela Excelência: A filosofia do judô incentiva a busca contínua pela excelência, tanto nas habilidades técnicas quanto nas qualidades morais. Os praticantes são encorajados a superar desafios, aprender com os erros e se esforçar para se tornarem pessoas melhores.

Esses princípios filosóficos não apenas moldam a prática do judô no tatame, mas também influenciam a conduta dos judocas em suas vidas cotidianas. O judô é mais do que apenas uma arte marcial; é um sistema de valores que promove não apenas a competência física, mas também o caráter e a moralidade. Ele oferece aos praticantes a oportunidade de desenvolver habilidades de autodefesa, bem como uma base sólida para a vida pessoal e social, contribuindo para a formação de cidadãos conscientes e éticos.

Objetivo:

Justificativa:

Escopo: