

## **RESUMO:**

### **Jiu-Jitsu, Bem-Estar e Educação (Jiu-Jitsu Uesc)**

O projeto de extensão “Jiu-Jitsu, Bem-Estar e Educação” (JJBE), desde 2006, oferta aulas de Jiu-Jitsu (JJ) para crianças e adultos no Parque Desportivo (Pavilhão do curso de Educação Física) da UESC, com fins educacionais e de promoção da saúde.

Os conteúdos abordados nas aulas são sistematizados a partir de 3 dimensões, sendo elas: procedimental, conceitual e atitudinal. Os conteúdos procedimentais se caracterizam pelas técnicas e movimentos específicos do Jiu-Jitsu, os conteúdos conceituais são relacionados a história e regras da modalidade, já os conteúdos atitudinais abrangem temas transversais implícitos nas artes marciais e na sociedade.

Além do espaço físico destinado as aulas, o projeto conta com o meio virtual como ferramenta auxiliadora na práxis pedagógica, possibilitando divulgar as informações das ações, efetuar matrículas, disponibilizar materiais didáticos digitais, realizar eventos online (Seminários/Lives) e como meio de ampliar o espaço de aprendizagem para além das salas presenciais.

Para o primeiro semestre de 2023 serão ofertadas aulas semanais presenciais de JJ para turmas do público infanto-juvenil de 12 a 17 anos e para os adultos para pessoas a partir dos 18 anos.

Para realizar a inscrição, os adultos devem preencher o Formulário de Inscrição (<https://forms.gle/ugBRBvQzvS3zW9X99>). Já os menores de 18 anos deverão comparecer com um responsável ao Parque Desportivo, Pavilhão de Educação Física na Uesc para realizar a inscrição.

Concluída a inscrição, você será adicionado ao grupo no Whatsapp do “Jiu-Jitsu Uesc”, canal de contato direto com a equipe executora.

As aulas são elaboradas para alunos iniciantes, ou seja, você pode participar das aulas mesmo sem a experiência prévia do Jiu-Jitsu.

**AS AULAS SÃO GRATUITAS, NÃO PERCA ESSA OPORTUNIDADE, VENHA PARTICIPAR!**

Entre em contato com o coordenador do projeto (Luiz Henrique) para maiores informações: WhatsApp (73 99159-4342) ou e-mail ([lhsilva@uesc.br](mailto:lhsilva@uesc.br)).

### **TURMAS E HORÁRIOS:**

- Adulto (a partir de 18 anos)  
Segunda, Quarta e Sexta (11h40min às 13h)  
Terça e Quinta (19h às 20h30min)

- Teen (12 a 17 anos)  
Terça e Quinta das 18h às 19h

**OBJETIVO GERAL:** Incentivar a participação de alunos de graduação nas ações extensionistas, inserindo-o no contexto da práxis pedagógica das artes marciais, fortalecendo o vínculo entre comunidade e universidade, empoderando a população e reafirmando os compromissos ético e solidário da UESC.

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:** 1) Oportunizar a prática gratuita do JJ para o público infanto-juvenil e adulto; 2) Contribuir com a promoção da saúde dos participantes do projeto; 3) Aproximar graduandos do curso de Educação Física da UESC com a pedagogia de ensino das artes marciais com fins educacional e de promoção da saúde; 4) Desenvolver ações de pesquisa a partir da observação da realidade, obtida pela práxis pedagógica e pela consolidação do vínculo com a comunidade; 5) Criar espaço de diálogo e partilha entre os atores educacionais do curso de Educação Física da UESC e os mestres de Artes Marciais da região, visando à troca de saberes para a construção de novos conhecimentos; 6) Contribuir com o processo de curricularização da extensão no curso de Educação Física da UESC; 7) Fortalecer o vínculo entre a comunidade e a UESC.

### **Integrantes**

**Coordenador:** Prof. Dr. Luiz Henrique da Silva  
[lhsilva@uesc.br](mailto:lhsilva@uesc.br)

Beatriz de Jesus da Silva  
Graduanda em Licenciatura em Educação Física  
[bjsilva.lef@uesc.br](mailto:bjsilva.lef@uesc.br)

Igor Matheus de Sousa Santos  
Graduando em Licenciatura em Educação Física  
[imssantos.lef@uesc.br](mailto:imssantos.lef@uesc.br)