

**ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS
ACADEMIA REAL MILITAR (1811)
CURSO DE CIÊNCIAS MILITARES**

Ruan Cássio Pires Ferreira

**A IMPORTÂNCIA DAS INSTRUÇÕES DE LUTAS NA FORMAÇÃO DO OFICIAL
COMBATENTE DO EXÉRCITO BRASILEIRO NO ATUAL CENÁRIO DE
EMPREGO**

**Resende
2022**

Ruan Cássio Pires Ferreira

**A IMPORTÂNCIA DAS INSTRUÇÕES DE LUTAS NA FORMAÇÃO DO OFICIAL
COMBATENTE DO EXÉRCITO BRASILEIRO NO ATUAL CENÁRIO DE
EMPREGO**

Monografia apresentada as Curso de Graduação em Ciências Militares, da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN, RJ), como requisito parcial para obtenção do título de **Bacharel em Ciências Militares**.

Orientador: Major Walfredo Bento Ferreira Neto

Resende
2022

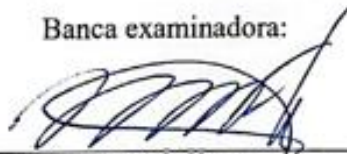
Ruan Cássio Pires Ferreira

**A IMPORTÂNCIA DAS INSTRUÇÕES DE LUTAS NA FORMAÇÃO DO OFICIAL
COMBATENTE DO EXÉRCITO BRASILEIRO NO ATUAL CENÁRIO DE
EMPREGO**

Monografia apresentada as Curso de Graduação em Ciências Militares, da Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN, RJ), como requisito parcial para obtenção do título de **Bacharel em Ciências Militares**.

Aprovado em 12 de agosto de 2022.

Banca examinadora:



Walfredo Bento Ferreira Neto, Major
(Presidente/Orientador)




Vitor Hugo Oliveira Barros, Capitão



Luiz Guilherme Ramos Vilas Boas, 1º Tenente

Resende
2022

	APÊNDICE II AO ANEXO B (NITCC) ÀS DIRETRIZES PARA A GOVERNANÇA DA PESQUISA ACADÊMICA NA AMAN TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE DIREITOS AUTORAIS DE NATUREZA PROFISSIONAL	AMAN 2022
---	---	----------------------

TERMO DE AUTORIZAÇÃO DE USO DE DIREITOS AUTORAIS DE NATUREZA PROFISSIONAL

TÍTULO DO TRABALHO: A IMPORTÂNCIA DAS INSTRUÇÕES DE LUTAS NA FORMAÇÃO DO OFICIAL COMBATENTE DO EXÉRCITO BRASILEIRO NO ATUAL CENÁRIO DE EMPREGO

AUTOR: RUAN CÁSSIO PIRES FERREIRA

Este trabalho, nos termos da legislação que resguarda os direitos autorais, é considerado de minha propriedade.

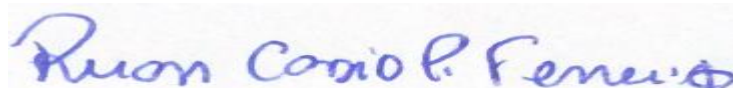
Autorizo a Academia Militar das Agulhas Negras a utilizar meu trabalho para uso específico no aperfeiçoamento e evolução da Força Terrestre, bem como a divulgá-lo por publicação em revista técnica da Escola ou outro veículo de comunicação do Exército.

A Academia Militar das Agulhas Negras poderá fornecer cópia do trabalho mediante ressarcimento das despesas de postagem e reprodução. Caso seja de natureza sigilosa, a cópia somente será fornecida se o pedido for encaminhado por meio de uma organização militar, fazendo-se necessária anotação do destino no Livro de Registro existente na biblioteca.

É permitida a transcrição parcial de trechos do trabalho para comentários e citações desde que sejam transcritos os dados bibliográficos dos mesmos, de acordo com a legislação sobre direitos autorais.

A divulgação do trabalho, em outros meios não pertencentes ao Exército, somente pode ser feita com a autorização do autor ou da Direção de Ensino da Academia Militar das Agulhas Negras.

Resende, 16 de agosto de 2022



Assinatura do Cadete

Dados internacionais de catalogação na fonte

F383i FERREIRA, Ruan Cássio Pires

A importância das instruções de lutas na formação do oficial combatente do Exército Brasileiro no atual cenário de emprego. / Ruan Cássio Pires Ferreira – Resende; 2022. 41 p. : il. color. ; 30 cm.

Orientador: Walfredo Bento Ferreira Neto
TCC (Graduação em Ciências Militares) - Academia Militar das Agulhas Negras, Resende, 2022.

1.Lutas 2.Combate corpo a corpo 3.AMAN 4.Formação do oficial combatente I. Título.

CDD: 355

Ficha catalográfica elaborada por Jurandi de Souza CRB-5/001879

Dedico este trabalho aos meus pais, que desde o princípio sempre me incentivaram e me apoiaram e hoje são os principais responsáveis pelas minhas conquistas.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus, por me abençoar e me guiar em todos os momentos, principalmente os de dificuldades.

À minha família, principalmente aos meus pais, que não medem esforços para me apoiar e que sempre me deram todo o suporte e o incentivo para que eu alcance os meus sonhos.

Aos meus comandantes de pelotão de todos os anos da formação, que foram grandes exemplos para mim e em quem pude me espelhar.

Ao Major Walfredo Bento Ferreira Neto, meu orientador, que me auxiliou muito nas pesquisas e na confecção deste trabalho.

RESUMO

A IMPORTÂNCIA DAS INSTRUÇÕES DE LUTAS NA FORMAÇÃO DO OFICIAL COMBATENTE DO EXÉRCITO BRASILEIRO NO ATUAL CENÁRIO DE EMPREGO

AUTOR: Ruan Cássio Pires Ferreira
ORIENTADOR: Walfredo Bento Ferreira Neto

Exércitos de todo o mundo tem aprimorado seus militares nas técnicas de combate corpo a corpo e lutas, sendo este um tema de grande relevância para o meio militar. Assim sendo, este estudo tem por finalidade evidenciar a importância do ensino de lutas para a formação do oficial combatente, tanto como cadete na AMAN, como no decorrer de sua carreira, seja em instruções atinentes ao corpo de tropa (formação e adestramento), seja em operações de guerra e não guerra, sobretudo no que diz respeito à observância dos limites do uso da força. Para tanto, foi feita uma pesquisa bibliográfica do tipo qualitativa e posteriormente um estudo de campo com 61 cadetes do Curso de Formação da AMAN, a fim de verificar a importância das lutas para o adestramento de uma tropa no cenário atual; identificar quais são os atributos da área afetiva desenvolvidos pelo cadete durante a prática de lutas e também verificar a percepção dos instruídos sobre a suficiência da carga horária das instruções de lutas na AMAN em face das demandas atuais.

Palavras-chave: Lutas. Combate corpo a corpo. Formação do oficial combatente. AMAN. Cenário atual de operações.

ABSTRACT

THE IMPORTANCE OF FIGHTING INSTRUCTIONS IN THE TRAINING OF THE BRAZILIAN ARMY COMBATANT OFFICER IN THE CURRENT EMPLOYMENT SCENARIO

AUTHOR: Ruan Cássio Pires Ferreira
ADVISOR: Walfredo Bento Ferreira Neto

Armies around the world have improved their military in hand-to-hand combat and fighting techniques, which is a topic of great relevance to the military. Therefore, this study aims to highlight the importance of teaching fights for the formation of the combatant officer, both as a cadet in AMAN, and in the course of his career, whether in instructions related to the troop corps (training and training), or in war and non-war operations. In order to do so, a qualitative bibliographic research was carried out and later a field study was carried out with 61 cadets from the AMAN Training Course, in order to verify the importance of fights for the training of a troop; to identify which are the attributes of the affective area developed by the cadet during the practice of fights and also to verify if the workload of the instructions of fights in the AMAN is sufficient for the learning of the cadets.

Keywords: Fights. Hand-to-hand combat. Combat officer training. AMAN.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Arma natural – Soco.....	20
Figura 2 – Arma natural – Cotovelo.....	20
Figura 3 – Arma natural – Joelho.....	21
Figura 4 – Base de combate – Base (posição das pernas).....	21
Figura 5 – Base de combate – Base (posição do tronco e das mãos).....	22
Figura 6 – Soco direto – Execução.....	22
Figura 7 – Combate de Um Contra Dois.....	23

LISTA DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Praticou lutas ou arte marcial.....	28
Gráfico 2 – Luta ou arte marcial praticada.....	29
Gráfico 3 – Atributos da área afetiva desenvolvidos.....	29
Gráfico 4 – Técnicas de lutas e de CCC importante.....	30
Gráfico 5 – Grau de importância para lutas e para CCC.....	30
Gráfico 6 – Carga horária suficiente.....	31
Gráfico 7 – Aumentar a carga horária seria positivo.....	31

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AMAN	Academia Militar das Agulhas Negras
APOP	Agente Perturbador da Ordem Pública
CCC	Combate Corpo a Corpo
COTer	Comando de Operações Terrestre
DECEX	Departamento de Educação e Cultura do Exército
EB	Exército Brasileiro
EsEFEx	Escola de Educação Física do Exército
GLO	Garantia da Lei e da Ordem
PLADIS	Plano de Disciplina
SIEsp	Seção de Instrução Especial
TFM	Treinamento Físico Militar

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	11
1.1	OBJETIVOS	12
1.1.1	Objetivo geral.....	12
1.1.2	Objetivos específicos.....	12
2	REFERENCIAL METODOLÓGICO	14
2.1	TIPOS DE PESQUISA.....	14
2.2	MÉTODOS	14
2.3	POPULAÇÃO E AMOSTRA	14
3	REFERENCIAL TEÓRICO	15
3.1	COMBATE CORPO A CORPO: ABORDAGEM HISTÓRICA	15
3.2	BENEFÍCIOS FÍSICOS E MENTAIS DA PRÁTICA DE LUTAS	16
3.2.1	Aprimoramento físico.....	16
3.2.2	Saúde mental.....	17
3.3	LUTAS E COMBATE CORPO A CORPO NO MEIO MILITAR.....	18
3.3.1	O Caderno de Instrução EB70-CI-11.414.....	18
3.3.2	Importância das técnicas de CCC nas operações atuais	24
3.3.3	As instruções de lutas na AMAN	25
3.3.4	O CCC como forma de limitar o uso da força	26
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	27
5	CONSIDERAÇÕES FINAIS	32
	REFERÊNCIAS.....	33
	APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO PARA OS CADETES DO 4º ANO DE 2021 ...	35
	ANEXO A – PLADIS.....	37

1 INTRODUÇÃO

A Academia Militar das Agulhas Negras (AMAN) é a instituição do Exército Brasileiro (EB) destinada à formação do futuro oficial combatente nas Armas de Infantaria, Cavalaria, Artilharia, Engenharia e Comunicações, no Serviço de Intendência e no Quadro de Material Bélico. Em todos esses, visando à preparação para enfrentar os mais diversificados problemas no futuro. O cadete, no decorrer dos anos de formação, passa por uma série de atividades e instruções, com o intuito de, como o nome do curso sugere, formar, desenvolver e fortalecer, tanto a área cognitiva, quanto as áreas psicomotora e afetiva.

Dentre essas atividades e instruções que fazem parte da formação do cadete, pode-se destacar o ensino de lutas, objeto principal desta pesquisa, visto que a prática dessa modalidade traz uma série de benefícios para o corpo e para a mente, e que estão diretamente atrelados a diversos atributos da área afetiva. Essas instruções são norteadas pelo Caderno de Instrução de Combate Corpo a Corpo (EB70- CI-11.414), que tem como objetivo preparar o militar para o combate corpo a corpo, por meio de distintas formas de ataque e defesa. Para isso, o caderno de instrução baseia-se em diferentes modalidades de luta, como o Judô, o *Karatê*, o Boxe e o *Aikidô*.

A relação entre a prática de defesa pessoal e do combate corpo a corpo, dentre outras áreas de ensino de lutas, é benéfica, tanto para o indivíduo, quanto para o coletivo, sobretudo quando esta coletividade é responsável por garantir a segurança e a Defesa da sociedade. Por essa questão, essa pesquisa procurou ir além dessa constatação, no sentido de atualizar essa relação entre o ensino de lutas e a atuação do oficial combatente no cenário atual, e no de apresentar e explicar como ocorre essa preparação hoje na AMAN.

Dessa forma, torna-se válido fazer o seguinte questionamento: em que medida as instruções de lutas ministradas na AMAN podem influenciar a carreira dos futuros oficiais combatentes do Exército Brasileiro – EB, sobretudo quando estiverem em comando nos corpos de tropa e nas derivadas atribuições que essa função exige?

A partir dessa problemática, pode-se elencar algumas outras indagações, como: a) quais os atributos da área afetiva são desenvolvidos e trabalhados a partir das sessões de ensino de lutas? b) Como o oficial pode utilizar seus conhecimentos em lutas como um fator de liderança e como uma forma de doutrinar e de instruir sua tropa? Além disso, é importante verificar se: c) a carga horária destinadas às instruções de lutas na AMAN é suficiente para que o cadete, futuro comandante, esteja capaz de ministrar instruções aos seus subordinados, para adestrar

sua fração no combate corpo a corpo, visto que as instruções de lutas são ministradas somente no último ano de formação.

A pesquisa justifica-se pelo fato da importância da prática e do ensinamento de lutas para a formação de um militar, visto que contribui para saúde física e mental, além de ser indispensável para o adestramento de uma tropa. Entretanto, é notável a grande parcela de militares do Exército Brasileiro, incluindo os que estão em formação, que não possuem qualquer tipo de experiência em lutas ou em combate corpo a corpo.

O trabalho é destinado a mostrar como um ensino eficiente de lutas na AMAN, além de trazer benefícios individuais para o cadete, pode contribuir para solucionar o problema citado no parágrafo anterior, uma vez que o futuro oficial combatente estará preparado para ministrar instruções práticas e teóricas para seus subordinados, transmitindo seus conhecimentos sobre o assunto e difundindo a mentalidade da importância das artes marciais no meio militar.

A interdisciplinaridade do trabalho está presente no fato das instruções de lutas, além de corroborarem para engrandecimento técnico-profissional do cadete, também influenciam positivamente na saúde física para a prática do Treinamento Físico Militar (TFM) e nos atributos da área afetiva, que são pontos avaliados na formação do futuro oficial combatente e importantes até mesmo para os estágios ministrados pela Seção de Instrução Especial (SIEsp). Com isso, nessas instruções, são mobilizados conhecimentos ligados às áreas de Educação Física, Saúde e Recursos Humanos, dentre outras constantes na Portaria nº 734/2010 do Departamento de Educação e Cultura do Exército (DECEX).

1.1 OBJETIVOS

1.1.1 Objetivo geral

Evidenciar a importância do ensino de lutas para a formação do oficial combatente, tanto como cadete na AMAN, como no decorrer de sua carreira, seja em instruções atinentes ao corpo de tropa (formação e adestramento), seja em operações de guerra e não guerra, considerando as atuais demandas de amplo espectro.

1.1.2 Objetivos específicos

Expor fatores históricos que evidenciam como as lutas estão diretamente relacionadas com o preparo para os combates.

Identificar os benefícios físicos e mentais que o processo de ensino-aprendizagem de lutas traz aos seus praticantes.

Verificar a importância das lutas para o adestramento de uma tropa.

Identificar quais são os atributos da área afetiva desenvolvidos pelo cadete durante a prática de lutas e que servirão para o decorrer de sua vida profissional.

Verificar como as lutas podem, no contexto das Operações de Garantia da Lei e da Ordem, ser empregadas como ferramenta que limite o uso da força, prezando pelo princípio da proporcionalidade.

Verificar se a carga horária das instruções de lutas na AMAN é suficiente para a aprendizagem dos cadetes, tendo em vista as demandas das operações no cenário atual.

2 REFERENCIAL METODOLÓGICO

2.1 TIPOS DE PESQUISA

Foi realizada uma pesquisa bibliográfica do tipo qualitativa e um estudo de campo, com o intuito de coletar dados para mensurar a importância das lutas para saúde do corpo e mental, além de verificar a relevância que elas possuem para o treinamento militar e respectiva atividade-fim.

2.2 MÉTODOS

Foram realizadas pesquisas para levantamento de dados através de manuais do Exército Brasileiro, livros, artigos e revistas científicas para verificar como a prática de artes marciais correlaciona-se com o bom condicionamento físico e com a melhoria da saúde mental, além de analisar a real importância das lutas no adestramento para o combate.

Da mesma forma, também foram coletados dados por meio de questionários, utilizando a plataforma *Google*, através de perguntas com algumas respostas pré-estabelecidas. Estas entrevistas foram realizadas com 61 cadetes do 4º ano do Curso de Formação da AMAN. A intenção desse estudo de campo é verificar qual o grau de importância das lutas e do combate corpo a corpo para as operações militares, quais são os atributos da área afetiva que os cadetes observam serem desenvolvidos durante as instruções de lutas e, junto a isso, averiguar se eles julgam suficiente a carga horária dessas instruções para aplicarem nos corpos de tropa após a formação. Com todas as respostas colhidas, foram confeccionados gráficos para facilitar a análise e o entendimento dos dados.

2.3 POPULAÇÃO E AMOSTRA

Questionário disponibilizado pelo *Google Forms*, o qual foi respondido por 61 cadetes do 4º ano do Curso de Formação da AMAN (Apêndice A).

3 REFERENCIAL TEÓRICO

3.1 COMBATE CORPO A CORPO: ABORDAGEM HISTÓRICA

O combate corpo a corpo e as lutas sempre estiveram presentes na história do homem, que, desde sua origem, utiliza o próprio corpo como uma ferramenta para buscar sua sobrevivência. De certa forma, a luta faz parte da realidade de qualquer ser vivo. Animais, por exemplo, constantemente lutam por território, para sobreviverem e para defenderem seus filhotes. Isso não os torna muito diferentes do homem pré-histórico, porém este com o passar do tempo desenvolveu técnicas para melhor empregar seu corpo em combate, dando início as primeiras manifestações de artes marciais (LEANDRO, 2016).

O ser humano desde os primórdios usa seu corpo como uma ferramenta defensiva e ofensiva, classificando indiretamente o corpo como uma arma de luta pela sobrevivência, seja contra animais ou contra membros da mesma espécie. Então, seja para se alimentar ou defender o seu território, houve a necessidade do desenvolvimento de métodos de combate e assim, na história da humanidade, muitas culturas manifestavam suas tradições nas danças, nas lutas, nas cerimônias, nas caças, nas defesas das aldeias, tribos e nas festividades. (CAMPOSO; DE JESUS; SILVEIRA, 2019, p. 11)

Tendo em vista esses fatos, torna-se difícil afirmar ao certo o período histórico em que as lutas surgiram, contudo sabe-se que as técnicas foram constantemente evoluindo e passando de geração em geração. Entretanto, o oriente pode ser considerado o berço das artes marciais, onde se iniciou a visão da importância do combate corpo a corpo, visando principalmente a autodefesa, a domesticação do corpo e da mente e, em segundo plano, a utilização das técnicas como uma prática esportiva (CAMPOSO et al, 2019).

A história das formas de luta, de combate ou de arte marcial, é difícil de ser definida, pois poucos fatos são verdadeiramente conhecidos. Os antigos mestres não repassavam seus conhecimentos facilmente e, além disso, não existem registros documentados, já que as tradições eram passadas de forma oral, de mestre para discípulo. (FERREIRA, 2006, p. 38)

As artes marciais são práticas milenares, que utilizam o corpo humano como uma forma de ataque e de defesa, exercidas em seus mais distintos aspectos e estilos em várias regiões do mundo. De acordo com Soares (2002, apud CATANHEDE et al, 2010), a nomenclatura “Arte Marcial” faz referência às artes ensinadas pelo deus da guerra Marte, que disseminou seus conhecimentos entre os mortais.

Segundo Natali (1987 apud CATANHEDE et. al., 2010), há relatos de que as artes marciais surgiram na Índia em 5000 a.C. Nessa época, os monges budistas aplicavam uma

prática de movimentos corpórea chamada *Vajramushti*, que significa Punho Real. Posteriormente, o *Vajramushti* veio a fundir-se com outras práticas de movimentos corporais que culminou com o advento do jiu-jitsu, que na época possuía técnicas de soco, chute e outros golpes semelhantes ao karatê.

Essa arte corpórea de movimentos deu origem a diversas ramificações desenvolvidas por mestres e difundidas pelos povos através do tempo, que propiciou a emergência das inúmeras artes marciais e das várias técnicas de lutas conhecidas atualmente. Inclusive o Judô, o *Karatê*, o Boxe e o *Aikidô*, que são citadas no Manual de Lutas do Exército Brasileiro e no Caderno de Instrução de Combate Corpo a Corpo (SOARES, 2007 apud CATANHEDE et. al., 2010).

3.2 BENEFÍCIOS FÍSICOS E MENTAIS DA PRÁTICA DE LUTAS

3.2.1 Aprimoramento físico

Por serem atividades bem dinâmicas, as lutas tendem a potencializar o condicionamento físico e a colaborar para a manutenção da saúde corporal. A intensidade dos treinos vinculada com a utilização e exercitação de vários grupos musculares, principalmente do abdômen, fazem das lutas um esporte completo, exigindo quase sempre movimentos rápidos, com grande explosão (ALVES, 2018).

Manter uma constância nos treinos possibilita melhorias na capacidade aeróbica e anaeróbica, ajuda a prevenir a osteoporose, promove o desenvolvimento muscular, melhora da postura, além de diversos outros benefícios fisiológicos (CAMPOSO et. al., 2019).

Em outros estudos, encontra-se também uma série de benefícios para a saúde que são desenvolvidos frutos da prática desportiva de diversas modalidades de lutas. Dentro desses estudos se encontram argumentos desses ganhos com as artes marciais, tais quais como mostram eficazes no combate contra a obesidade, contra a diabetes e até mesmo auxiliando no tratamento de doenças crônico-degenerativas. (SOUSA, 2017, p. 22)

Além de fortalecerem a musculatura, o treinamento de lutas igualmente melhora a flexibilidade corporal, pois também inclui alongamentos e aquecimentos, que ajudam a deixar o corpo flexível e condicionado. A coordenação motora também é estimulada, uma vez que a atenção aos movimentos deve ser algo intrínseco ao lutador. Isso acarreta no desenvolvimento dos reflexos, proporciona maior percepção de espaço, equilíbrio e consciência corporal (BORTOLETO, 2019).

3.2.2 Saúde mental

As lutas e as artes marciais, além de serem um treinamento físico, também exercitam e fortalecem a mente de seus praticantes, principalmente pelas filosofias atreladas à elas. O exercício delas é muito mais do que uma simples troca de golpes, pois ajuda a trabalhar o corpo, fortalecer o caráter e disciplinar a mente, moldando a pessoa como um todo (MANSUR, 2017).

De certa forma, o treinamento de lutas não é fácil, por vezes pode ser doloroso, por isso os praticantes enfrentam seus medos, assumindo os riscos de se machucarem a cada treino. Entretanto, isso cria no lutador um sentimento de superação para vencer seus limites, ensinando-o a importância de nunca desistir, de enfrentar seus medos e as frustrações que possam vir, o que fortalece o psicológico e contribui no confronto dos desafios do dia a dia (MANSUR, 2017).

Ainda seguindo a ideia dos benefícios mentais transmitidos pelas lutas e pelas artes marciais, tem-se as ideias a seguir:

[...] assim como possibilita também que cada praticante conheça suas possibilidades físicas, que trabalhará concomitantemente com benefícios mentais, advindos da ideia de união corpo e mente, expressada nas filosofias das artes marciais. Todos esses fatores traz um bem-estar e um sentimento de melhora contínua da qualidade de vida do praticante de artes marciais, independente de qual seja a modalidade. (SOUSA, 2017, p. 21)

Além disso, ensina o praticante a se manter focado e a utilizar técnicas de autocontrole. Isso traz benefícios principalmente para aqueles que sofrem com problemas de depressão, timidez, estresse, ansiedade e déficit de atenção (BORTOLETO, 2019).

O fragmento abaixo também expressa bem as características mentais e corporais estimuladas com a prática de lutas.

Esta prática pode trazer inúmeros benefícios ao usuário, destacando-se o desenvolvimento motor, o cognitivo e o afetivo-social. No aspecto motor, observamos o desenvolvimento da lateralidade, o controle do tônus muscular, a melhora do equilíbrio e da coordenação global, o aprimoramento da ideia de tempo e espaço, bem como da noção de corpo. No aspecto cognitivo, as lutas favorecem a percepção, o raciocínio, a formulação de estratégias e a atenção. No que se refere ao aspecto afetivo e social, pode-se observar em alunos alguns aspectos importantes, como a reação a determinadas atitudes, a postura social, a socialização, a perseverança, o respeito e a determinação. (FERREIRA, 2006, p. 39)

Todos esses aspectos citados acima evidenciam as contribuições das artes marciais para a mente e para psicológico humano, além de mostrar como esses benefícios podem ter grande relevância para enfrentar as adversidades do cotidiano.

3.3 LUTAS E COMBATE CORPO A CORPO NO MEIO MILITAR

As lutas sempre estiveram atreladas ao contexto das guerras, principalmente pelo fato de o militar em diversas ocasiões precisar fazer uso de suas habilidades para o combate corpo a corpo.

O combatente é geralmente treinado para fazer uso de suas armas de fogo, delas dependendo todas as suas ações. Não as possuindo, poderá deixar de cumprir sua missão, caso não tenha sido adestrado para o combate corpo a corpo. Para que os homens tenham confiança nas técnicas e para que as mesmas sejam eficientes, é necessário a prática constante, a fim de que os movimentos, pelas suas repetições, se tornem atos reflexos. (BRASIL, 2002, p. 1)

Tendo em vista isso, o militar deve ser treinado para capacitá-lo em empregar seu corpo como uma forma de ataque e defesa nas mais variadas circunstâncias para o cumprimento de sua missão. É esperado que o militar saiba tomar as atitudes cabíveis em situações de embate sem o uso de armas de fogo (CATANHEDE et. al., 2010).

O Manual de Campanha C 20-50 - Treinamento Físico Militar Lutas, 3ª Edição, 2002, aprovado pela Portaria nº 60-EME, de 23 de agosto de 2002, foi, por quase duas décadas, utilizado para nortear a condução dos treinamentos de lutas no Exército Brasileiro. Entretanto, o referido manual foi revogado com a aprovação da 1ª Edição do Caderno de Instrução Combate Corpo a Corpo (EB70- CI-11.414), por meio da Portaria nº 67 COTer, de 30 de agosto de 2017. Com certeza, essa atualização e aperfeiçoamento dos métodos de treinamento demonstram uma certa preocupação em busca de melhorias no adestramento da Força Terrestre.

3.3.1 O Caderno de Instrução EB70-CI-11.414

O EB70-CI-11.414 foi elaborado pela Escola de Educação Física do Exército (EsEFEx) junto com o Centro de Capacitação Física do Exército, a fim de melhor preparar a Força Terrestre em situações de combate corpo a corpo, por meio de padronizações para conduzir o treinamento de diversificadas técnicas de ataque e defesa. A publicação ocorreu em 2017.

Como consta no próprio Caderno de Instrução, é imprescindível que o militar tenha conhecimento e seja adestrado em diversas técnicas de lutas e artes marciais, para que possa empregá-las com aproveitamento em missões ou situações em que um combate corpo a corpo possa ocorrer.

O militar é um indivíduo que, em virtude do seu trabalho e da natureza de algumas missões, pode ser alvo de constantes ameaças à sua integridade física. Sendo assim, faz-se necessário que esse profissional saiba proceder em uma situação de confronto corpo a corpo, desarmado ou não. É válido lembrar que, por suas peculiaridades, algumas atividades militares possuem uma necessidade maior da utilização de Artes Marciais, como por exemplo, as exercidas por unidades de polícia e em unidades especiais. (BRASIL, 2017, p. 1-1)

Para isso, o EB70- CI-11.414 subdivide-se em doze capítulos. No primeiro consta algumas considerações iniciais, bem como a finalidade do Caderno de Instrução, que é “organizar, conduzir e padronizar o treinamento de várias formas de ataque e defesa, em um combate corpo a corpo”. Além disso, evidencia que o método aplicado visa proteger a integridade física do indivíduo, uma vez que o instruendo pode atuar como defensor e atacante.

O segundo capítulo apresenta algumas condições para a condução das instruções, como local de treino, que deverá ocorrer em solo macio (areia, grama ou sobre tatames), o uniforme de execução e a divisão dos instruendos em duplas de acordo com o peso e a altura. As sessões de Combate Corpo a Corpo - CCC devem ter no mínimo noventa minutos de duração, que englobarão o aquecimento, a trabalho principal e a volta à calma. O aquecimento basicamente é a preparação para a atividade principal, aumentando a temperatura corporal, a extensibilidade muscular e a frequência cardíaca. O trabalho principal deverá ser iniciado por exercícios educativos, como socos, chutes e quedas. “Nessa fase da sessão, são desenvolvidas as qualidades físicas, as habilidades motoras e os atributos morais necessários ao militar, por meio das diversas técnicas presentes neste caderno”. Por fim, na volta à calma deve ocorrer uma atividade mais suave, como uma caminhada, para atingir a normalidade do ritmo respiratório e da frequência cardíaca.

No terceiro capítulo, são apresentados os pontos vulneráveis do corpo humano, que, em uma situação de CCC, deverão ser alvos de ataque. Alguns deles são: cabeça, têmpora, olhos, articulações, testículos (sexo masculino), seios (sexo feminino), nuca e nervo ciático. Algumas armas naturais também são identificadas, como as que estão nas imagens a seguir.

Figura 1 – Arma natural – Soco



Fonte: BRASIL (2017, p. 3-8)

Figura 2 – Arma natural - Cotovelo



Fonte: BRASIL (2017, p. 3-10)

Os membros inferiores também possuem armas naturais, como o joelho, a canela, o calcanhar, a região lateral do pé e o peito do pé.

Figura 3 – Arma natural – Joelho



Fonte: BRASIL (2017, p. 3-11)

Além das armas naturais citadas acima, o caderno também cita a palma da mão, a cabeça e os dedos, que podem ser utilizados para atacar os olhos ou a garganta.

O quarto capítulo apresenta a correta base de combate, bem como os deslocamentos que poderão ser feitos a partir dela. Esses deslocamentos poderão ser executados em todas as direções, visando a aproximação ou o afastamento em relação ao adversário. É importante salientar que, durante os deslocamentos, deve-se buscar manter o equilíbrio e a base de combate estável.

Figura 4 – Base de combate – Base (posição das pernas)



Fonte: BRASIL (2017, p. 4-2)

Figura 5 – Base de combate – Base (posição dos troncos e das mãos)



Fonte: BRASIL (2017, p. 4-3)

O capítulo cinco é voltado para o ensinamento de educativos de amortecimento de quedas e rolamentos. A finalidade disso é condicionar o militar a sempre cair de maneira correta, evitando possíveis lesões.

O sexto capítulo tem o objetivo de expor a técnica correta para executar as várias formas de ataque. Podendo ser socos, cotoveladas, chutes, cabeçadas e joelhadas. Tudo isso com o intuito de traumatizar o corpo do adversário, para incapacitá-lo.

Figura 6 – Soco direto – Execução



Fonte: BRASIL (2017, p. 6-4)

O sétimo capítulo aborda a respeito das técnicas de projeção, que devem ser empregadas de acordo com a situação, levando em conta as ações tomadas pelo adversário.

São técnicas que têm por finalidade realizar a projeção do adversário sobre o solo. Devem ser empregadas quando a distância entre os combatentes for reduzida e existir a possibilidade de agarrar o oponente para projetá-lo ou, ainda, como sequência de um ataque ou de uma defesa. (BRASIL, 2017, p. 7-1)

O capítulo oito apresenta as técnicas de combate no solo, estrangulamento e forçamento de articulações.

Após a execução de um golpe que atinja um ponto vulnerável ou após o emprego de uma técnica de projeção, o oponente cairá no chão e, a partir daí, o combate poderá prosseguir no solo. Nessa situação, serão empregadas as técnicas de domínio no solo e poderão ser executados golpes traumáticos, estrangulamentos ou forçamentos de articulação. Em outros casos, estrangulamentos e forçamentos de articulação poderão ser executados a partir da posição de pé. (BRASIL, 2017, p. 8-1)

O nono capítulo cita técnicas de defesa contra os ataques inimigos. Tais como chutes, socos, joelhadas, cotoveladas e agarramentos. O Caderno de Instrução enfatiza que a melhor forma de defesa é a esquiva, evitando o contato com oponente. Entretanto, em situações que não seja possível esquivar, torna-se necessário bloquear o ataque inimigo, utilizando partes do corpo menos vulneráveis como escudo.

O capítulo dez é voltado para a defesa contra agressões a mão armada.

O treinamento das técnicas de defesa contra agressões a mão armada tem a finalidade de proporcionar condições para que o combatente possa, em uma situação extrema, defender-se contra um agressor que utilize uma faca, um bastão ou, até mesmo, uma arma de fogo. Cada caso tem suas características distintas e é importantíssimo que se reflita bem quanto às consequências que podem advir de uma reação ineficaz. (BRASIL, 2017, p. 10-1)

No capítulo onze, são abordadas algumas estratégias para combater grupos de homens. Dentre elas, pode-se destacar: atacar o mais vulnerável, permanecer em movimento, atacar primeiro, manter os oponentes em fila.

Figura 7 – Combate de Um Contra Dois



Fonte: BRASIL (2017, p. 11-2)

A imagem acima demonstra com clareza a estratégia de manter os adversários em fila à frente.

Por fim, o capítulo doze apresenta técnicas para a utilização de alguns instrumentos (facas, porretes e garrotes) para se obter qualquer tipo de vantagem sobre o inimigo. Para essa situação, é importante salientar que: “[...] no CCC, não existem regras e todos os artifícios são válidos para que se consiga sobrepujar o adversário” (BRASIL, 2017, p. 12-1).

3.3.2 Importância das técnicas de CCC nas operações atuais

Nos combates modernos, ao contrário do que se possa imaginar em um primeiro momento, em virtude da evolução da arte da guerra, tornou-se ainda mais importante o uso de conhecimentos a respeito do combate corpo a corpo, principalmente por buscar diminuir ao máximo os efeitos colaterais das atividades operacionais. Por isso, as instruções de lutas vêm ganhando espaço nas discussões a respeito do adestramento militar, visando a diminuição do uso da força nas operações militares (CAMPOS et. al., 2019).

Atualmente, as Forças Armadas têm sido muito empregadas em operações de não guerra, em patrulhamentos na fronteira nacional, em operações de pacificação de comunidades e em Operações de Garantia de Lei e da Ordem (GLO) em solo brasileiro. Cada uma dessas possui suas peculiaridades, porém todas estão em constante contato com a população. Isso exige a correta postura e atuação das tropas perante os habitantes locais, principalmente para que não ocorra exageros no tratamento dos militares em relação à população civil durante as atividades operacionais (CAMPOS et. al., 2019).

O Estado deve saber dosar sua força no que diz respeito ao infrator. Não pode utilizá-la como forma de vingança, de revanchismo. Ele, em respeito à dignidade da pessoa humana, mesmo diante daquele que praticou uma infração penal grave, deve valer-se dos meios menos lesivos para impor seu regime de força. (MORAES, 2019, p. 10)

Para que não ocorram exageros no uso da força, é fundamental o treinamento, com o intuito de que os militares estejam sempre em condições de realizar, com eficiência, técnicas de imobilização, torções e agarramentos, assim reduzindo a agressão física e a necessidade do uso de armas brancas ou de fogo contra um agente perturbador da ordem pública (APOP). Isso mostra a importância do CCC como forma menos letal nas Operações de GLO (CAMPOS et. al., 2019).

O próprio Manual de Campanha de Operações de Garantia da Lei e da Ordem (EB70-MC-10.242), ao explicar o emprego criterioso da força, deixa explícita a necessidade de conter exageros.

Proporcionalidade – consiste na correspondência entre os possíveis resultados esperados da ação dos APOP e outros atores, com os resultados esperados da reação dos vetores militares, de modo a evitar o excessivo uso da força por parte do componente militar. (BRASIL, 2018, p. 2-3)

Portanto, tendo em vista tudo isso, as instruções de lutas no curso de formação de oficiais combatentes ganham ainda mais importância.

3.3.3 As instruções de lutas na AMAN

[...] para que se evite efeitos colaterais e repercussões desfavoráveis, é indispensável o exercício do CCC como uso moderado da força nas operações de GLO, principalmente na formação dos militares que serão comandantes, haja vista a maneira de como os militares estão sendo empregados, diante da guerra irregular e garantindo a Lei e a Ordem no Estado Brasileiro. (CAMPOSO et al, 2019, p. 16)

O fragmento acima expressa com clareza a importância do treinamento do combate corpo a corpo na formação do líder militar. Na AMAN, o CCC é colocado em prática através das instruções de lutas ministradas aos cadetes do quarto ano. O documento norteador dessas instruções é o Plano de Disciplina (PLADIS) de Lutas, que usa como referência o próprio Caderno de Instrução de Combate Corpo a Corpo- EB70-CI-11.414.

De acordo com o PLADIS de 2021 (ANEXO A), a carga horária total das instruções de lutas durante todo o ano é de 45 horas, subdividida em um tempo específico para cada tipo de atividade. Com isso, é destinada 1 hora para a identificação dos pontos vulneráveis do corpo humano, 4 horas para praticar as posições de base e os deslocamentos em base de combate, 8 horas para aplicar as técnicas de forçamento de articulações, 8 horas de práticas de educativos de quedas e rolamentos, 8 horas para praticar as técnicas de projeções, 8 horas para o treino de golpes traumáticos, 4 horas para a prática de defesa contra agressões a mãos livres e 4 horas para a prática da técnica de combate contra grupo de homens, somando assim ao todo 45 horas.

Ainda segundo o PLADIS de 2021, a disciplina de lutas tem por objetivo desenvolver no cadete os seguintes atributos: abnegação, disciplina, rusticidade, persistência, dedicação, autoconfiança, decisão e equilíbrio emocional. Além disso, algumas outras competências também são desenvolvidas, tais como a coordenação motora, as capacidades físicas e motoras, a flexibilidade corporal, a resistência física aeróbica, o espírito de corpo e o aprimoramento técnico-profissional. Muitos desses atributos fazem parte do desenvolvimento atitudinal do

cadete e são de caráter avaliativo, pois irão compor sua nota de conceito durante o ano de instrução.

As instruções devem começar com uma curta palestra, pois devem ser eminentemente práticas. Os trabalhos físicos são executados em grupos pequenos, por volta de cinco cadetes, para que seja possível destacar o desenvolvimento atitudinal e os atributos que estão previstos no PLADIS.

É importante salientar que há um plano de segurança para as instruções, sendo necessária a presença de ambulância e de uma equipe de atendimento pré-hospitalar, caso haja algum incidente durante a prática da disciplina.

3.3.4 O CCC como forma de limitar o uso da força

Art. 142. As Forças Armadas, constituídas pela Marinha, pelo Exército e pela Aeronáutica, são instituições nacionais permanentes e regulares, organizadas com base na hierarquia e na disciplina, sob a autoridade suprema do Presidente da República, e destinam-se à defesa da Pátria, à garantia dos poderes constitucionais e, por iniciativa de qualquer destes, da lei e da ordem. (BRASIL, 1988)

Como é citado no Artigo 142 da Constituição Federal de 1988, as Forças Armadas são destinadas a promover a defesa da Pátria, principalmente quando se trata de possíveis ameaças externas que possam vir de encontro à integridade nacional e ameace o território brasileiro. Entretanto, atualmente as tropas Exército tem sido muito empregadas em solo nacional nas operações tipo polícia, como é o caso das operações de Garantia da Lei e da Ordem.

Essas missões atuais frequentemente destinam-se a combater facções criminosas, o tráfico de drogas e o crime organizado, que muitas vezes dominam e controlam determinadas regiões, como é o caso das diversas comunidades periféricas dos grandes centros urbanos dominadas pelo tráfico, assim são capazes de instaurar um poder paralelo nas áreas que estão sob seu domínio. Sendo assim, a principal peculiaridade do ambiente operacional atual é o contato com grande número de civis, onde os criminosos facilmente se misturam junto à população local, o que dificulta as operações e o cumprimento das missões.

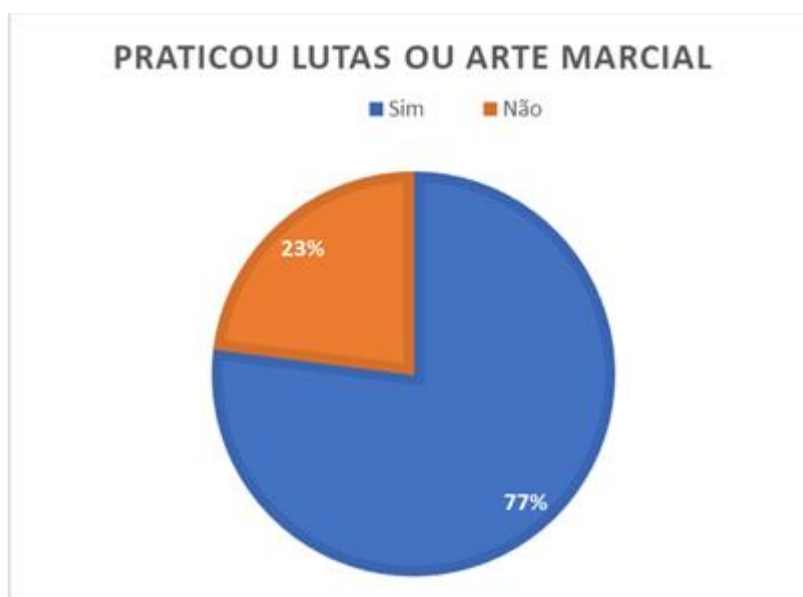
De certa forma, esse contato excessivo com a população civil em meio às operações militares exige uma preparação e um adestramento adequado da tropa, principalmente para conter possíveis exageros no trato com os habitantes locais. Tendo em vista isso, as técnicas de CCC são imprescindíveis para esses tipos de operações, uma vez que podem ser empregadas como forma de reduzir o uso da força e limitar ainda mais o uso de armas de fogo. Isso conseqüentemente reduzirá também os danos colaterais da missão.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O estudo de campo foi realizado com 61 cadetes do 4º ano de formação da AMAN. Para a coleta de dados foi utilizada a ferramenta *Google Forms*. O objetivo deste estudo consiste em verificar a importância das lutas para o adestramento de uma tropa; identificar quais são os atributos da área afetiva desenvolvidos pelo cadete durante a prática de lutas e verificar se a carga horária das instruções de lutas na AMAN é suficiente para a aprendizagem dos cadetes.

A pergunta 1 consistiu em saber se o entrevistado já praticou algum tipo de lutas ou arte marcial. O Gráfico 1 demonstra que 77% dos entrevistados já praticaram lutas ou arte marcial e 23% não praticou.

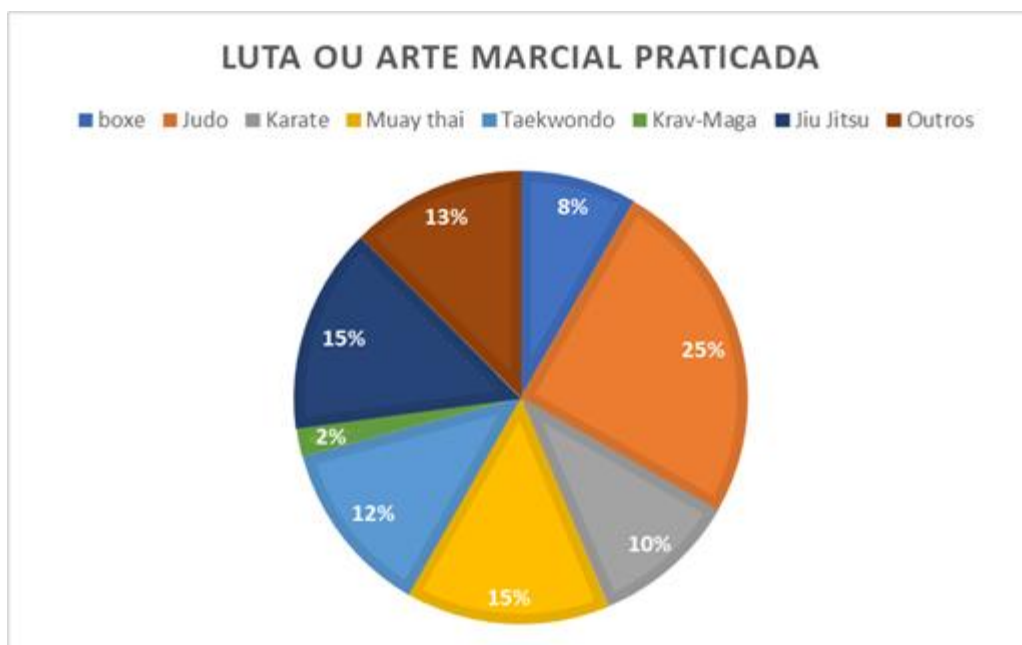
Gráfico 1 – Praticou lutas ou arte marcial



Fonte: AUTOR (2022)

A pergunta 2, para aqueles que responderam sim à pergunta anterior, refere-se à qual arte marcial ou luta o entrevistado praticou. Boxe – Judô – *Karatê* – Muay Thai – *Taekwondo* – *Krav-Maga* – Jiu Jitsu – Outras. 25% dos entrevistados praticaram Judô; 15% Muay Thai; 15% Jiu Jitsu; 12% *Taekwondo*; 10% *Karatê*; 8% Boxe; 2% *Krav-Maga* e 13% outros tipos de luta (Gráfico 2).

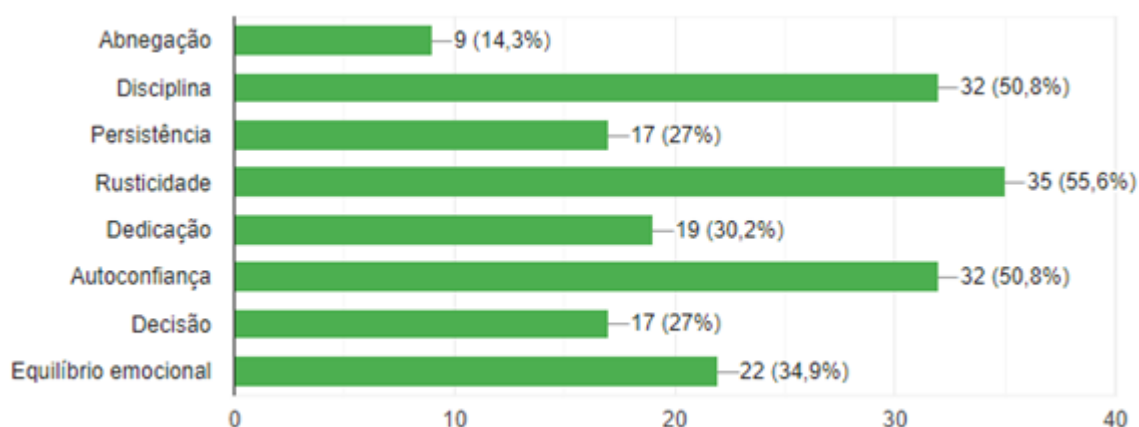
Gráfico 2 – Luta ou arte marcial praticada



Fonte: AUTOR (2022)

Perguntado sobre durante as instruções de luta da AMAN quais os atributos da área afetiva o entrevistado julga terem sido desenvolvidos: abnegação – disciplina – persistência – rusticidade – dedicação – autoconfiança – decisão – equilíbrio emocional, podendo o entrevistado escolher mais de um atributo. 55,6% dos entrevistados acham que é rusticidade; 50,8% disciplina; 50,8% autoconfiança; 34,9% equilíbrio emocional; 30,2% dedicação; 27% decisão; 27% persistência e 14,3% abnegação (Gráfico 3).

Gráfico 3 – Atributos da área afetiva desenvolvidos



Fonte: AUTOR (2022)

Perguntado se o entrevistado julga importante o oficial combatente do Exército Brasileiro ter conhecimento de técnicas de luta e de combate corpo a corpo, 100% dos entrevistados responderam que sim, é importante (Gráfico 4).

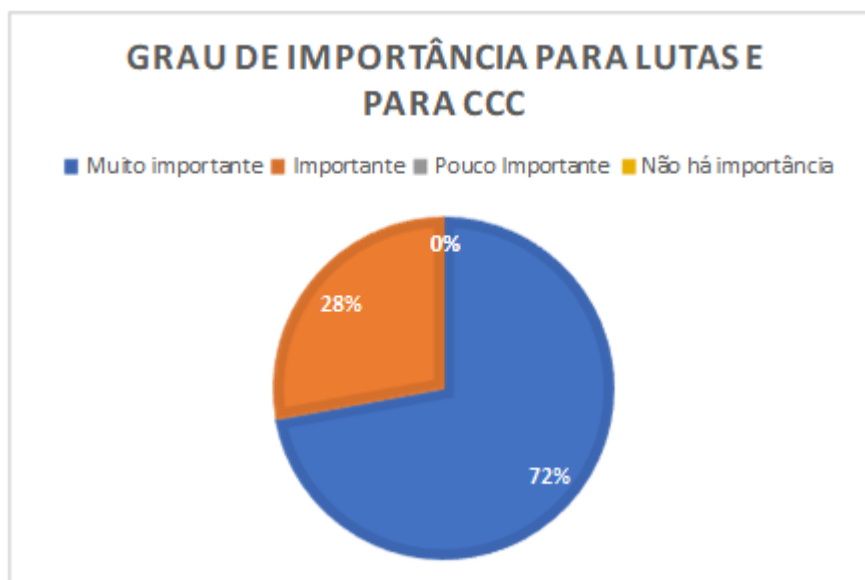
Gráfico 4 – Técnicas de luta e de CCC importante



Fonte: AUTOR (2022)

Tendo em vista as operações atuais, quando perguntado qual o grau de importância que o entrevistado dá para o fato de o militar ter conhecimento em lutas e em CCC, 72% dos entrevistados disseram ser muito importante; 28% disseram ser importante (Gráfico 5).

Gráfico 5 – Grau de importância para lutas e para CCC



Fonte: AUTOR (2022)

Perguntado se a carga anual da disciplina de lutas na AMAN é suficiente para a aprendizagem e o emprego na tropa, 82% dos entrevistados disseram que não é suficiente; 18% disseram ser suficiente (Gráfico 6).

Gráfico 6 – Carga horária suficiente



Fonte: AUTOR (2022)

Perguntado sobre se aumentar a carga horária, ou até mesmo estender a disciplina para os outros anos de formação, seria positivo para a aprendizagem, 90% responderam que sim, seria positivo para a aprendizagem; 10% responderam que não seria positivo (Gráfico 7).

Gráfico 7 – Aumentar a carga horária seria positivo



Fonte: AUTOR (2022)

O resultado das entrevistas demonstra que 77% dos entrevistados já praticaram algum tipo de luta ou arte marcial, sendo que a maioria praticou Judô. A maioria dos entrevistados considera que a disciplina lutas ou CCC desenvolve atributos da área afetiva, tendo sido os mais citados: rusticidade, disciplina e autoconfiança.

100% dos entrevistados consideram que lutas ou CCC é importante para o futuro oficial combatente nos dias de hoje, sendo que 72% descreveram como muito importante o grau de importância dessas atividades.

Com relação à carga horária ser suficiente para aprendizagem e o emprego na tropa, 82% dos entrevistados disseram que não é suficiente, sendo que 90% consideram ser positivo aumentar a carga horária ou estender a disciplina para outros anos de formação.

Diante dos resultados obtidos no estudo de campo, comprova-se a importância das lutas e CCC atualmente para o combatente do Exército Brasileiro, tendo em vista que as operações e missões a que estão submetidos esses oficiais, em sua maioria, se dão em ambientes urbanizados, onde pode haver contato corpo a corpo com o inimigo ou com a população local. As instruções de lutas, nesse sentido, significam mais uma ferramenta à disposição do comandante e da respectiva fração, quando em operações. A ampliação de leque de ferramentas se torna importante na medida em que o uso da força, cada vez mais, tem seus limites diminuídos e é objeto de constante fiscalização, por atores nacionais e internacionais, principalmente a mídia.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os combates urbanos são uma realidade cada vez mais presente na solução de conflitos com o uso predominante de meios militares. Nos últimos vinte anos houve um aumento dessas operações, envolvendo e afetando parte considerável das populações civis que vivem nas cidades.

No caso do Brasil, existe atualmente um processo contínuo de melhoria dos métodos e formas de emprego para a realização do combate urbano. As operações realizadas pelas tropas brasileiras no Haiti e nas operações de Garantia da Lei e da Ordem (GLO) servem para verificar a veracidade da doutrina utilizada pelo Exército e obter lições aprendidas que servem para aperfeiçoar a doutrina brasileira, com isso, surge a necessidade de que o futuro oficial combatente adquira aprendizado sobre lutas e CCC.

A literatura pesquisada, que consta no referencial teórico deste estudo, é unânime em afirmar a importância do aprendizado de lutas e CCC para os futuros oficiais combatentes, bem como o estudo de campo realizado na AMAN corrobora com essa assertiva.

A maioria dos entrevistados concorda que lutas e CCC são muito importantes para o futuro oficial combatente e consideram que a carga horária destas disciplinas na AMAN é insuficiente para prepará-los para o verdadeiro combate. Assim sendo, sugere-se que haja um aumento nessa carga horária ou que a disciplina seja estendida aos 4 anos de formação.

Além de técnica de defesa e de ataque, a luta é utilizada como ferramenta para o desenvolvimento dos atributos da área afetiva, tendo sido constatado essa afirmativa pela literatura pesquisada e tendo sido observado pelos entrevistados, os quais consideram que os atributos mais desenvolvidos são: rusticidade, disciplina e autocontrole.

Um objetivo para pesquisas futuras será projetar experimentos para determinar quais aspectos específicos dessas artes afetam essas mudanças positivas.

Assim sendo, evidencia-se a importância do ensino de lutas para a formação do oficial combatente, tanto como cadete na AMAN, como no decorrer de sua carreira, seja em instruções atinentes ao corpo de tropa (formação e adestramento), seja em operações de guerra e não guerra.

REFERÊNCIAS

- ALVES, Roger. **As Lutas Como Forma de Condicionamento Físico**. A Cidade, Votuporanga, 10 abr. 2018. Disponível em: <<http://www.acidadevotuporanga.com.br/artigo/2018/04/as-lutas-como-forma-de-condicionamento-fisico-n43556>>. Acesso em: 24 jun. 2021.
- BORTOLETO, Gisele. **Artes Marciais Para a Saúde**. Diário da Região, Itaquaquecetuba, 10 mar. 2019. Exercício Físico. Disponível em: <https://www.diariodaregiao.com.br/_conteudo/2019/03/vida_e_estilo/fitness/1142584-artes-marciais-para-sua-saude.html>. Acesso em: 21 jun. 2021.
- BRASIL. **Constituição (1988)**. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Centro Gráfico, 1998.
- BRASIL. Ministério do Exército. **C 20-50: treinamento físico militar – lutas**. 3. ed. Brasília: EGGCF, 2002a.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. Estado-Maior. **EB70-CI11-414 – Combate Corpo A Corpo**. 1. ed. Exército Brasileiro, 2017.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. Estado-Maior. **EB70-MC-10.242 – Operação de Garantia da Lei e da Ordem**. 1. ed. Exército Brasileiro, 2018.
- CAMPOS, Lucas Rodrigues; DE JESUS, Anderson Gomes; SILVEIRA, Breno Archanjo Venturim. **As Missões Constitucionais do Exército Brasileiro e as Artes Marciais: a importância do combate corpo a corpo como uso moderado da força nas atividades operacionais**. Revista Silva, Rio de Janeiro, v. 3, n. 2, p. 8-21, jul.-dez. 2019.
- CANTANHEDE, Aroldo Luis Ibiapino et al. **Importância das Artes Marciais no Contexto Militar: uma comparação entre os fuzileiros navais americanos e o exército brasileiro**. Lecturas, Educación Física y Deportes: Revista Digital, Buenos Aires, ano 16, n. 156, maio 2011. Mensal. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd156/artes-marciais-no-contexto-militar.htm>>. Acesso em: 22 jun. 2021.
- CATANHEDE, Aroldo Luis; REZENDE, Adriana Carolina Cunha; NASCIMENTO, Eduardo. **Artes Marciais no Exército Brasileiro: uma análise histórica**. Lecturas, Educación Física y Deportes: Revista Digital, Buenos Aires, ano 14, n. 140, jan. 2010. Mensal. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd140/artes-marciais-no-exercito-uma-analise-historica.htm>>. Acesso em: 22 jun. 2021.
- DE SOUSA, Raul Teixeira Mendes. **A Importância da Instrução de Lutas na Academia Militar das Agulhas Negras: os benefícios das lutas para o futuro oficial combatente do Exército Brasileiro**. Orientador: Jesus Alexsandro Alves Rosa. 2017. 46 f. TCC (Graduação) - Curso de Bacharel em Ciências Militares, Academia Militar das Agulhas Negras, Resende. 2017.
- FERREIRA, H. S. **As lutas na educação física escolar**. Revista de Educação Física/Journal of Physical Education, [S. l.], v. 75, n. 135, 2017. Disponível em:

<<https://revistadeeducacaofisica.emnuvens.com.br/revista/article/view/428>>. Acesso em: 11 set. 2021.

GUIMARÃES, Marcos Antônio Teixeira; GUIMARÃES, Fernando Antônio Teixeira. **O Caminho das Mãos Vazias: Karatê-Dô**. Belo Horizonte: Imprimatur, 214 p., 2002.

LACROSE, Filipe Lustosa; NUNES, Sandra Adriana Neves. **Artes Marciais e Desenvolvimento Humano**. Uma Revisão de Literatura. Lecturas, Educación Física y Deportes: Revista Digital, Buenos Aires, ano 19, n. 202, mar. 2015. Mensal. Disponível em: <<https://www.efdeportes.com/efd202/artes-marciais-e-desenvolvimento-humano.htm>>. Acesso em: 23 jun. 2021.

LEANDRO, Rodrigo Bonfante. **A Arte Marcial Como Aliada no Desenvolvimento Comportamental de Crianças**. Orientador: Rômulo Luiz da Graça. 2016. 10 f. TCC (Licenciatura) – Curso de Educação Física da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC, jul. 2016.

LIMA, Rômulo Morais. **As Artes Marciais e as Técnicas de Combate Corpo a Corpo Como Ferramentas Para o Cumprimento das Missões do Oficial Combatente de Carreira do Exército Brasileiro no Cenário Moderno**. Orientador: Rodrigo Eugenio de Paiva. 2016. 51 f. TCC (Graduação) – Curso de Bacharel em Ciências Militares, Academia Militar das Agulhas Negras, Resende, 2016.

MANSUR, Michel. **Por que você luta? O que as Artes Marciais podem te ensinar sobre viver?** 2017. Disponível em: <<https://osegreto.com.br/por-que-voce-luta-o-que-artes-marciais-podem-te-ensinar-sobre-viver/>>. Acesso em: 24 jun. 2021.

MARQUES, Daniel Black. **O Treinamento de Lutas e artes Marciais Como Fator Interveniante no Desenvolvimento da Força**. Orientador: Carlos Eduardo Cossenza. 2017. 24 f. TCC (Graduação) – Curso de Educação Física, Centro Universitário Hermínio da Silveira, IBMR - Laureate International Universities, Rio de Janeiro, 2017. Disponível em: <<https://www.ibmr.br/files/tcc/o-treinamento-de-lutas-e-artes-marciais-como-fator-interveniente-no-desenvolvimento-da-forca-daniel-black-marques.pdf>>. Acesso em: 21 jun. 2021.

MORAES, Eliakim de Sousa. **Uso Diferenciado da Força**: a importância dos instrumentos de menor potencial ofensivo na segurança pública. Orientador: Maria do Carmo Cota. 55 f. TCC (Graduação) – Universidade Federal do Tocantins, Câmpus Universitário de Palmas, Curso de Graduação em Direito, 2019.

APÊNDICE A – QUESTIONÁRIO PARA OS CADETES DO 4º ANO DE 2021

O seguinte questionário foi desenvolvido com o intuito de coletar dados para serem avaliados neste Trabalho de Conclusão de Curso. As perguntas são direcionadas aos cadetes do quarto ano da Academia Militar das Agulhas Negras, tendo em vista que em 2021 a disciplina de lutas foi ministrada somente a esses cadetes.

1. O senhor já praticou algum tipo de luta ou arte marcial?

- Sim
- Não

2. Caso tenha respondido sim, qual?

- Boxe
- Judô
- Karatê
- Muay Thai
- Taekwondo
- Krav-Maga
- Jiu Jitsu
- Outros

3. O senhor julga importante o oficial combatente do EB ter conhecimento de técnicas de lutas e de combate corpo a corpo?

- Sim
- Não

4. Para as operações militares atuais, qual o grau de importância que o senhor dá para o fato de o militar ter conhecimento em lutas e em combate corpo a corpo?

- Muito importante
- Importante
- Pouco importante
- Não há importância

5. Durante as instruções de lutas na AMAN, quais os atributos da área afetiva o senhor julga terem sido desenvolvidos

- Abnegação
- Disciplina
- Rusticidade
- Persistência
- Dedicção
- Autoconfiança
- Decisão
- Equilíbrio emocional

6. A carga horária anual da disciplina de lutas é suficiente para a aprendizagem e o emprego na tropa?

() Sim

() Não

7. Aumentar a carga horária, ou até mesmo estender a disciplina para os outros anos de formação, seria positivo para a aprendizagem?

() Sim

() Não

ANEXO A – PLADIS

ACADEMIA MILITAR DAS AGULHAS NEGRAS

CURSO DE FORMAÇÃO DE OFICIAIS COMBATENTES DA LINHA DE ENSINO
MILITAR BÉLICO

Aprovado pelo BI/DESMil nº _____, de ____/_____/2021.

PLANO DE DISCIPLINA	
DISCIPLINA: LUTAS	Cg H Total: 45 horas

COMPETÊNCIA PRINCIPAL (opcional): Rusticidade**UNIDADES DE COMPETÊNCIA:**

- Abnegação.
- Disciplina.
- Rusticidade.
- Persistência.
- Dedicção
- Autoconfiança.
- Decisão.
- Equilíbrio emocional

ELEMENTOS DE COMPETÊNCIAS:

Capacidades físicas e motoras
 Coordenação motora.
 Equilíbrio dinâmico.
 Equilíbrio recuperado.
 Flexibilidade corporal.
 Força dinâmica.
 Força estática;
 Força explosiva (potência).
 Resistência física aeróbica.
 Valores
 Amor à profissão.
 Aprimoramento técnico-profissional.
 Entusiasmo profissional.
 Espírito de corpo

UD I: Tarefas Neuromusculares	Cg H: 66HA		OBJETIVOS DA APRENDIZAGEM/EIXO TRANSVERSAL
ASSUNTOS	D	N	1. Atitudes Abnegação. Disciplina. Rusticidade. Persistência. Dedicção 2. Capacidades físicas e motoras a. Coordenação motora. b. Equilíbrio dinâmico. c. Equilíbrio recuperado. d. Flexibilidade corporal.

			<p>e. Força dinâmica. f. Força estática; g. Força explosiva (potência). h. Resistência física aeróbica. 3. Valores a. Amor à profissão. b. Aprimoramento técnico-profissional. c. Entusiasmo profissional. d. Espírito de corpo</p>
a. Pontos vulneráveis do corpo humano	1	-	- Identificar os pontos vulneráveis do corpo humano ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo
b. Bases	4	-	- Praticar as posições de base. - Aplicar os deslocamentos em base de combate. ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, espírito de Corpo
c Técnicas de forçamento de articulações	8	-	- Executar as técnicas de defesa pessoal. - Demonstrar disposição para o aprimoramento das técnicas durante as instruções (DEDICAÇÃO). - Denotar capacidade de controlar as próprias reações nas diferentes situações de instrução de ataque e defesa (EQUILÍBRIO EMOCIONAL) ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo
d. Educativos de quedas e rolamentos	8		- Praticar os educativos de quedas e rolamentos. - Demonstrar disposição para o aprimoramento das técnicas durante as instruções (DEDICAÇÃO). - Desenvolver consciência corporal a fim de evitar lesões durante quedas. - Denotar capacidade de controlar as próprias reações nas diferentes situações de instrução de ataque e defesa (EQUILÍBRIO EMOCIONAL) ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo
e. Técnicas de projeções	8		- Praticar as técnicas de projeção. - Demonstrar disposição para o aprimoramento das técnicas durante as instruções (DEDICAÇÃO). - Denotar capacidade de controlar as próprias reações nas diferentes situações de instrução de ataque e defesa (EQUILÍBRIO EMOCIONAL) ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo
f. Golpes traumáticos	8		- Descrever as formas de ataque. - Executar a sequência de movimentos de ataque e defesa contra adversários hipotéticos. - Praticar a técnica dos golpes traumáticos. - Demonstrar disposição para o aprimoramento das técnicas durante as instruções (DEDICAÇÃO). - Denotar

			capacidade de controlar as próprias reações nas diferentes situações de instrução de ataque e defesa (EQUILÍBRIO EMOCIONAL) ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo
g. Defesa contra agressões a mãos livres	4		- Praticar a defesa contra agressões a mãos livres - Demonstrar disposição para o aprimoramento das técnicas durante as instruções (DEDICAÇÃO). - Denotar capacidade de controlar as próprias reações nas diferentes situações de instrução de ataque e defesa (EQUILÍBRIO EMOCIONAL) ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo
h. Técnica de combate contra grupo de homens	4		- Praticar a técnica de combate contra grupo de homens. - Aplicar as técnicas simulando um confronto. ET: Autoconfiança, Decisão, Equilíbrio Emocional, Espírito de Corpo

GRADE DE AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM					
MODALIDADE	TIPO	FERRAMENTA	TEMPO DESTINADO	RETIFICAÇÃO DA APRENDIZAGEM	UD AVALIADAS
Formativa	-	Exercício	01	-	I
Somativa	AC	Prova Formal	01	-	I

ORIENTAÇÕES METODOLÓGICAS 1.

Orientação para Execução das Situações-Problema - Não é o caso.

2. Procedimentos didáticos

a. As instruções referentes a este conteúdo/assunto deverão ter caráter eminentemente prático, as instruções devem iniciar com uma palestra rápida e seguidas de demonstrações e prática individual.

b. O instrutor deverá observar os cadetes que apresentem expressão medo, e com estes, trabalhar técnica de controle do medo.

c. Realizar o controle da disciplina durante a atividade para evitar dispersão.

d. O instrutor deverá criar ambientes que proporcionem aos instruídos desenvolver suas capacidades físicas e motoras, principalmente resistência, para capacitar o futuro oficial a exercer suas funções satisfatoriamente.

e. O método de ensino utilizado, para permitir o desenvolvimento atitudinal, será o trabalho em grupo e servirá para a avaliação no Programa de Acompanhamento e Avaliação da Área Atitudinal (P4A), além da avaliação vertical. Serão constituídos grupos de, aproximadamente, 05 cadetes, de modo a evidenciar as atitudes e/ou valores previstas no plano de sessão (total de cinco).

3. Atividades complementares - Não há.

1. Procedimentos Didáticos.

2. Indicações Básicas de Segurança na Instrução.

Ambulância e equipe APH

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ESTADO-MAIOR DO EXÉRCITO Caderno de Instrução de Combate Corpo a Corpo-
EB70-CI-11.414
EsEFEX. Nota de aula - Ataque e Defesa.