

ESGRIMA E ESGRIMA EM CADEIRA DE RODAS

Esporte, inclusão e sustentabilidade, vol. 1, n. 2



**PATRÍCIA VIGÁRIO, BIANCA GAMA, SILVIO DE CASSIO COSTA TELLES,
ANNA CAROLINA CARVALHO DE SOUZA, JOÃO MARCELO CORTAT,
GREICE SOUZA DA SILVA E DENISE DA SILVA FERREIRA**



ORGANIZAÇÃO



APOIO



Programa de Pós-graduação
em **Desenvolvimento Local**
(Mestrado e Doutorado)



MINISTÉRIO DA
CIDADANIA



ESGRIMA E ESGRIMA EM CADEIRA DE RODAS

Esporte, inclusão e sustentabilidade, vol. 1, n. 2

**PATRÍCIA VIGÁRIO,
BIANCA GAMA,
SILVIO DE CASSIO COSTA TELLES,
ANNA CAROLINA CARVALHO DE SOUZA,
JOÃO MARCELO CORTAT,
GREICE SOUZA DA SILVA E
DENISE DA SILVA FERREIRA**

Rio de Janeiro, agosto de 2021

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Esgrima e esgrima em cadeira de rodas [livro eletrônico] : esporte, inclusão e sustentabilidade, vol. 2 / Patrícia Vigário ... [et al.]. -- Rio de Janeiro : Gama Assessoria Empresarial, 2021.
 PDF

Outros autores : Bianca Gama, Silvio de Cassio Costa Telles, Anna Carolina Carvalho de Souza, João Marcelo Cortat, Greice Souza da Silva, Denise da Silva Ferreira.

Bibliografia.

ISBN 978-65-995711-0-7

1. Esgrima 2. Esporte 3. Inclusão
 4. Sustentabilidade I. Gama, Bianca. II. Telles, Silvio de Cassio Costa. III. Souza, Anna Carolina Carvalho de. IV. Cortat, João Marcelo. V. Silva, Greice, Souza da. VI. Ferreira, Denise da Silva.

21-76147

CDD-796.86

Índices para catálogo sistemático:

1. Esgrima : Artes marciais 796.86

Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

COMISSÃO EDITORIAL

Ana Miragaya (UNESA)

Felipe da Silva Trianí (FAETEC- RJ/ UNESA)

Gabriela Conceição de Souza (IFRJ)

Lamartine Da Costa (UERJ)

Luís Carlos Lira (UFJF)

Marinilza Bruno de Carvalho (UERJ)

Rodrigo Vilela Elias (SME-RJ/FACHA)

REVISÃO

Victoria Barros Moura

ILUSTRADOR

Moisés David de Moura Estevão Furtado

PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO

Evlen Lauer

O material também se apresenta como audiolivro e contempla audiodescrição para acessibilidade de pessoas com deficiência visual (cegueira e baixa visão).

CLIQUE AQUI PARA ACESSAR O AUDIOLIVRO

APRESENTAÇÃO

AAgenda 2030 da Organização das Nações Unidas (ONU) é um plano de ação que, visando a prosperidade, busca fortalecer a paz universal, a erradicação da pobreza impactando diretamente na vida em sociedade, no planeta e nas próximas gerações. Essa agenda, que inclui o Brasil, teve a adesão de mais 192 países.

A Agenda 2030 reconhece que a saúde para ser atingida necessita de ações que envolvem diversos determinantes sociais que compõem a vida de uma população, como: habitação, moradia, salários dignos, segurança, alimentação, educação, dentre outros, que são itens essenciais para promoção da saúde; e não se pode negar que os exercícios físicos estão inseridos nesse contexto.

Sendo assim, um estilo de vida ativo e saudável na fase adulta pode ser reflexo do incentivo à prática de exercícios físicos e ao ensino de modalidades esportivas na infância. Os benefícios à saúde das pessoas que possuem um estilo de vida ativo são inúmeros, como a prevenção de doenças, maior facilidade de se locomover e melhora da autoestima, por exemplo.

O isolamento social imposto pela pandemia, ocasionada pela COVID-19, motivou muitos praticantes de exercícios físicos a se reinventarem, buscando alternativas para continuar se exercitando mesmo diante de tantas medidas restritivas necessárias. Esse desafio foi importante também para a crescente de iniciativas criativas que objetivam a prática e o ensino de modalidades esportivas, dentro das residências e até mesmo com utilização de materiais que seriam descartados ou que são considerados de baixo custo, em atenção à condição econômica desfavorecida da maioria dos brasileiros.

Essa possibilidade de utilizar materiais reciclados como forma de ensino de modalidade esportiva pode impulsionar muitos ensinamentos, desde o descarte adequado do lixo, reciclagem, redução da geração de resíduo, consciência social, econômica e ambiental; os mesmos presentes nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS). Essas propostas poderiam ser promovidas pelos professores de Educação Física nas aulas, por serem alternativas que incentivam à criatividade e à sustentabilidade. No entanto, quando são as únicas opções do professor, lidar com o improvisos constantes para dar suas aulas, essas podem ser iniciativas que objetivam camuflar o desin-

vestimento e precarização do ensino, e aceitar isso é prejudicial ao processo de ensino e aprendizagem dos estudantes que tiveram seu direito de uso de materiais didáticos negados.

A Agenda 2030 e seus 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável associados às 169 metas visam, dentre outros itens, incentivar um legado que desenvolva a concretização dos direitos humanos favorecendo o alcance do empoderamento das mulheres e meninas e a igualdade de gênero.

A esgrima pode ser uma ferramenta importante para discussão e implementação de pautas relevantes dentro de diversas instituições. Sua adaptação à realidade de cada escola ou mesmo fora dela, viabiliza vivências sobre essa modalidade pouco difundida em nosso país. Por sua prática profissional ocorrer, em geral, em espaços de elite e com uso de armas brancas para atacar e defender (sendo esses os momentos em que os pontos são marcados), esses materiais podem oferecer risco às crianças, exigindo ainda mais criatividade dos professores quando pretendem ensinar a prática da modalidade. Por isso, existe a possibilidade do ensino desse esporte ser realizado com uso de materiais reciclados que simulam a espada e o colete, substituindo esses por jornais e papelões, por exemplo.

Uma adaptação para se marcar os pontos feitos seria usar tinta à base de água na ponta da espada (feita de jornal) para marcar o colete (feito de papelão) adversário e, dessa forma, facilitar a marcação dos pontos.

Para praticar a esgrima, os participantes usam máscara de proteção, colete e luvas de couro e ainda podem usar três diferentes equipamentos na hora do combate: a espada, o sabre e o florete, que serão apresentados nas próximas páginas.

Nas aulas de Educação Física muitas são as lutas que o professor pode estar promovendo com os alunos. São manifestações corporais que permitem a execução de movimentos planejados, com táticas, técnicas e estratégias específicas do combate que podem immobilizar, desequilibrar, atingir ou excluir o oponente de um espaço delimitado, com ações de ataque e defesa.

Sendo assim, além das lutas regionais, podem promover lutas brasileiras como a capoeira, o huka-huka, a luta marajoara, entre outras, e, também, lutas de diversos países do mundo como o judô, karatê, aikido, boxe, MMA, sumô, jiu-jitsu, muay thai, chinese boxing, esgrima, kendo ou jogos de oposição como o mini sumô, a luta de polegares, como mencionado pela Base Nacional Comum Curricular.

Diferentemente da briga, na qual ocorrem situações de desrespeito, violência e ausência de regras, a luta segue uma conduta ética e moral, respeitando regras preestabelecidas, que estão sempre alinhadas à ideia de fair play, tanto que na maioria delas existem saudações no início e a necessidade de cumprimentar o adversário no término como sinal de respeito, assim como acontece na esgrima.

O Brasil apresenta uma enorme desigualdade econômica que reflete no esporte, principalmente na sua prática e acessibilidade. Na esgrima não é diferente, sendo seu acesso restrito, geralmente, aos grupos favorecidos economicamente, o que dificulta a vivência e conhecimento por parte significativa da população.

A esgrima é considerada um esporte não convencional ou tradicional nas escolas por não ser visto com tanta frequência, como ocorre com futebol, voleibol, basquete e handebol. Sendo assim, o objetivo é democratizar e difundir esse conhecimento, justamente para que possamos pensar em relações menos desiguais, principalmente, sobre o acesso a determinados conhecimentos. Sem que as questões aqui mencionadas se apresentem como um manual, ou programa rígido a ser seguido, pelo contrário, que possam ser refletidos, adaptados, ampliados e ressignificados para diferentes realidades.

Além de incentivar a prática esportiva ressaltando formas de vida sustentável e inclusiva, a coleção eMuseu do esporte visa: (a) Divulgar e apresentar alguns esportes que compõem os Jogos Olímpicos e Paralímpicos, incluindo a história, conceitos, regras e biografia de atletas representativos; (b) Apresentar possibilidade de atividades lúdicas relacionadas aos esportes que possam ser realizadas em ambiente escolar e residencial, utilizando materiais recicláveis e/ou de baixo custo; (c) Facilitar o desenvolvimento de habilidades motoras, cognitivas e emocionais; (d) Estimular a consciência ambiental, social e econômica por meio do incentivo à reciclagem e à reutilização de materiais e (e) Explorar as múltiplas identidades que constituem a sociedade pluralista.

As obras que compõem a coleção apresentam atividades de fácil execução e são descritas em uma linguagem simples e objetiva, de modo a alcançar crianças e jovens de diferentes faixas etárias. Ao final de cada atividade será possível ter acesso a vídeos demonstrativos com o passo-a-passo para a construção dos implementos utilizados em cada esporte. O volume 1 da coletânea está organizado em quatro números abordando as seguintes modalidades:

- (1) Atletismo – provas de arremesso de peso, lançamento de disco, lançamento de dardo e lançamento de club
- (2) Esgrima e esgrima em cadeira de rodas
- (3) Basquete e basquete em cadeira de rodas
- (4) Vôlei e vôlei sentado

Que a sua leitura seja proveitosa e contribua para construção de uma consciência mais crítica em relação à utilização dos esportes como uma ferramenta importante de aprendizado e inclusão. Dessa forma, as mais diversas modalidades poderão ser tematizadas em diferentes âmbitos sociais, permitindo ricas vivências em sua casa, na sua escola ou mesmo em outros diferentes espaços.

OS AUTORES

SUMÁRIO

8	1. A ESGRIMA: CONCEITOS E UM BREVE PASSEIO PELA HISTÓRIA
13	1.1 A esgrima nos Jogos Olímpicos
13	1.2 A esgrima nos Jogos Paralímpicos
14	1.3 Marcos Históricos
17	2. PERSONALIDADES BRASILEIRAS DA ESGRIMA
17	2.1 Nathalie Moellhausen
18	2.2 Ana Beatriz Bulcão
18	2.3 Jovane Guissone
19	3. A ESGRIMA COMO FERRAMENTA DE INCLUSÃO SOCIAL
19	3.1 Pessoas com deficiência
20	3.2 Mulheres na esgrima
22	4. ENSINANDO A MONTAR: ATIVIDADES DE ESGRIMA UTILIZANDO MATERIAIS RECICLÁVEIS, REUTILIZÁVEIS E DE BAIXO CUSTO
23	4.1 Máscara
25	4.2 Colete
26	4.3 Florete
28	4.4 Espada
30	4.5 Sabre
31	4.6 Atividades
33	BIBLIOGRAFIA

1 A esgrima: conceitos e um breve passeio pela história

O riginária dos combates de espada, a esgrima se tornou esporte no século XV. A palavra “esgrima” é originária de escrime ou escrima, que vem da palavra germânica “skirmjan”. O surgimento dessa modalidade pode ter acontecido na pré-história, quando o homem utilizou um pedaço de madeira para caçar, atacar ou se defender para sobreviver. Mas, somente com a criação dos metais que as primeiras armas foram criadas e passaram a ser usadas por chefes de grupos ou tribos. Essas armas brancas passaram a ser menos utilizadas com o surgimento de armas de fogo.

Os primeiros relatos da esgrima estão em registros egípcios em que apresentam uma esgrima de impacto/percussão, porém mesmo na pré-história artefatos podem ter sido utilizados como se fossem espadas visando ataque e/ou defesa. Os gregos usavam também armas parecidas; as armas gregas influenciaram as romanas. No começo só usavam as armas em guerras, mas, passado algum tempo, passaram a ser usadas pelos gladiadores para entreter o povo.

Esse uso de armas foi se modificando; houve um período em que eram utilizadas com montaria em cavalos, a espada e a cavalaria passaram a dominar os combates dando origem às armaduras. Esse uso das armas foi sofrendo ainda mais modificações e novas formas de utilização foram criadas, seu peso reduziu e sua força aumentou, em outro período ficaram mais finas e mais fortes na extremidade, o que levou ao aumento do uso da ponta.

Depois, entre o século XVI e XVIII, as armas estavam maiores e mais pesadas, o que dificultava na hora dos cavaleiros montarem em seus cavalos sem auxílio, dando novos sentidos aos confrontos e guerras da época.

Houve um período de proibição de torneios e extinção de lanças, cavalos e espadas nos campos de competição, depois da morte de Henrique II, da França, perante a sua própria corte, em que o Papa decidiu pela descontinuação.

Com o surgimento das armas de fogo portáteis, as formas de ir à guerra ficaram ainda mais diferentes. Desse modo, as grandes espadas e as armaduras deram lugar à rapière e ao punhal, em lutas muito mais velozes, dando novo olhar para os combates com possibilidade de treino do salto sobre o cavalo com a redução do peso do armamento.

A fabricação de armas, que antes era na Espanha, passou a ser na Itália, onde surgiram as primeiras investigações e documentação sobre a esgrima. Os primeiros tratados falavam sobre a esquiva, a posição de guarda, o golpe à face, e também sobre o uso da espada e do punhal para a defesa. Como os instrumentos de combate, para essas novas situações sofreram muitas modificações, a lança e o escudo deixaram de ser usados dando lugar ao uso da espada e da adaga.

Em meados do século XVII houve uma rivalidade esgrimista entre italianos e franceses, sendo os franceses os vencedores na batalha do uso e domínio das espadas. Foi na França que surgiu a primeira escola de esgrima, onde as pistas eram desenhadas no chão, sendo ali criados novos golpes e documentado ainda mais o esporte. Pensaram sobre os golpes de espada e discutiram a respeito da espada e do sabre, refletindo sobre golpe de ponta da espada e do corte do sabre, tentaram determinar qual melhor armamento, mas não conseguiram um consenso.

Os instrumentos começaram a evoluir, transformando a esgrima e a tornando mais parecida com a dos dias atuais. Foram criadas as luvas, a máscara, os punhais, os coletes para os mestres, além dos floretes, armas de treinamento menos pesados e com golpes não fatais. A era dos mosqueteiros da esgrima francesa fica em alta com Luís XIV.

No século XVIII começaram a pensar mais sobre o uso de arma branca dando início à esgrima moderna. Para evitar ferimento nos olhos surgiu a convenção da esgrima. Dois esgrimistas, por exemplo, não podiam mais atacar ao mesmo tempo, caso fosse atacado só podia se defender. Essas convenções incentivaram a criação das regras de sabre e florete.

No final do século XVIII houve a criação da máscara por La Bosière, que originou novas formas de treinamento da esgrima nas escolas, sendo que agora sem risco de ferimento nos olhos que estavam protegidos pela máscara.

A esgrima foi perdendo seu caráter bélico dando início a seu caráter esportivo. Tendo sido introduzida nos Jogos Olímpicos de Atenas em 1896 e em 1913 ocorreu o surgimento das regras internacionais da esgrima.

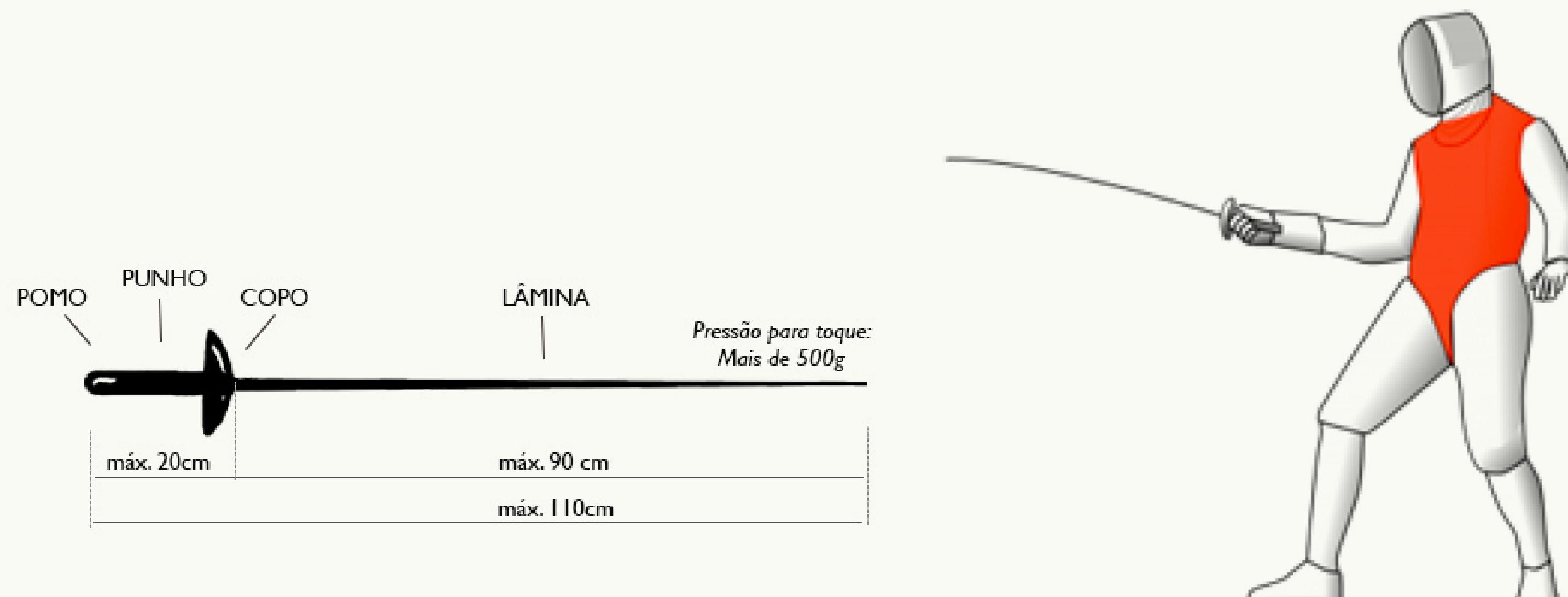
Sua inserção no Brasil iniciou no período imperial por interesse de Dom Pedro II. Em 1858, é regulamentada a esgrima para os cursos de Infantaria e Cavalaria da Escola Militar de Realengo, havendo também a fundação de uma escola de esgrima no Batalhão de Caçadores de São Paulo. Dentre outros acontecimentos importantes para a difusão da modalidade no país, houve a filiação da União Brasileira de Esgrima à Federação Internacional de Esgrima e a primeira participação do Brasil em uma edição dos Jogos Olímpicos de Berlim em 1936, na modalidade.

OS INSTRUMENTOS DA ESGRIMA

Cada arma da esgrima possui sua regra, zona de pontuação e forma de toque. Além disso, são divididas em três diferentes tipos de armas:

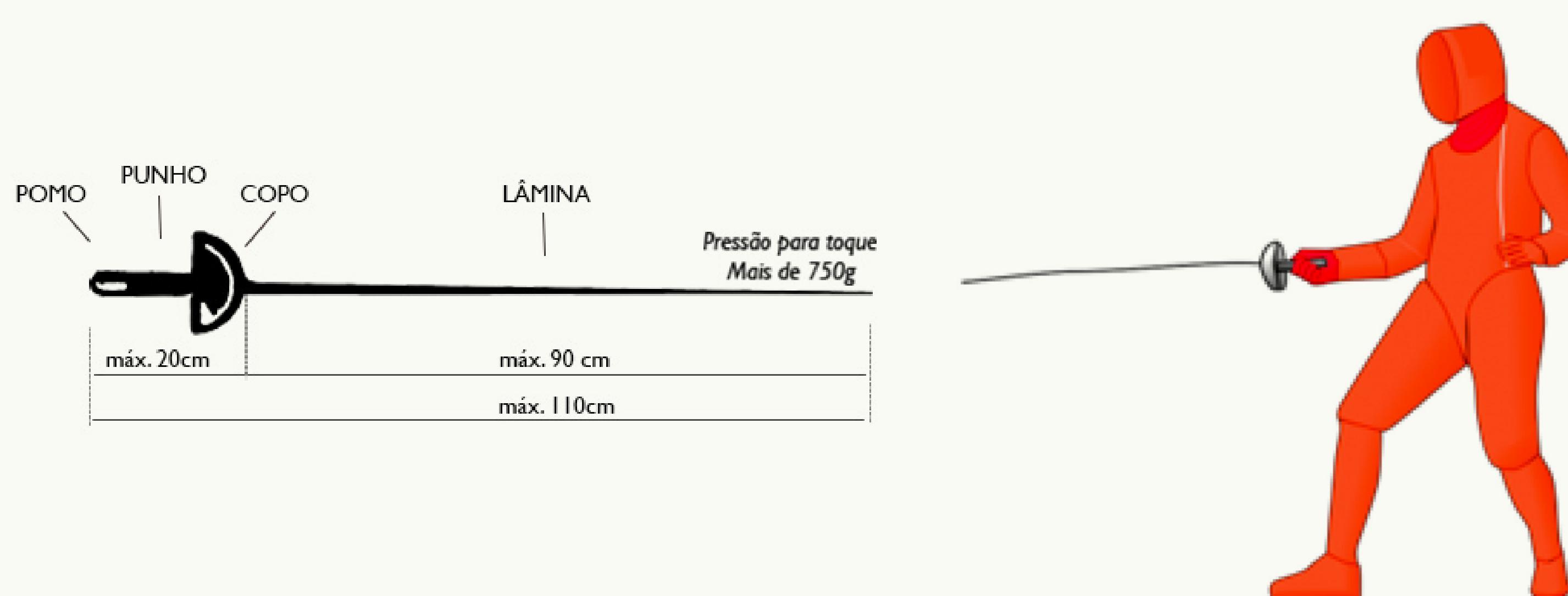
O florete

Dizem que essa é a forma mais pura da esgrima, com técnicas elegantes e difíceis. A lâmina do florete é considerada o segundo objeto mais rápido das olimpíadas, perdendo somente para as balas do tiro ao alvo. Nessa categoria os golpes só podem ser feitos sobre o tronco do adversário, podendo os toques ocorrerem apenas com a ponta do florete.



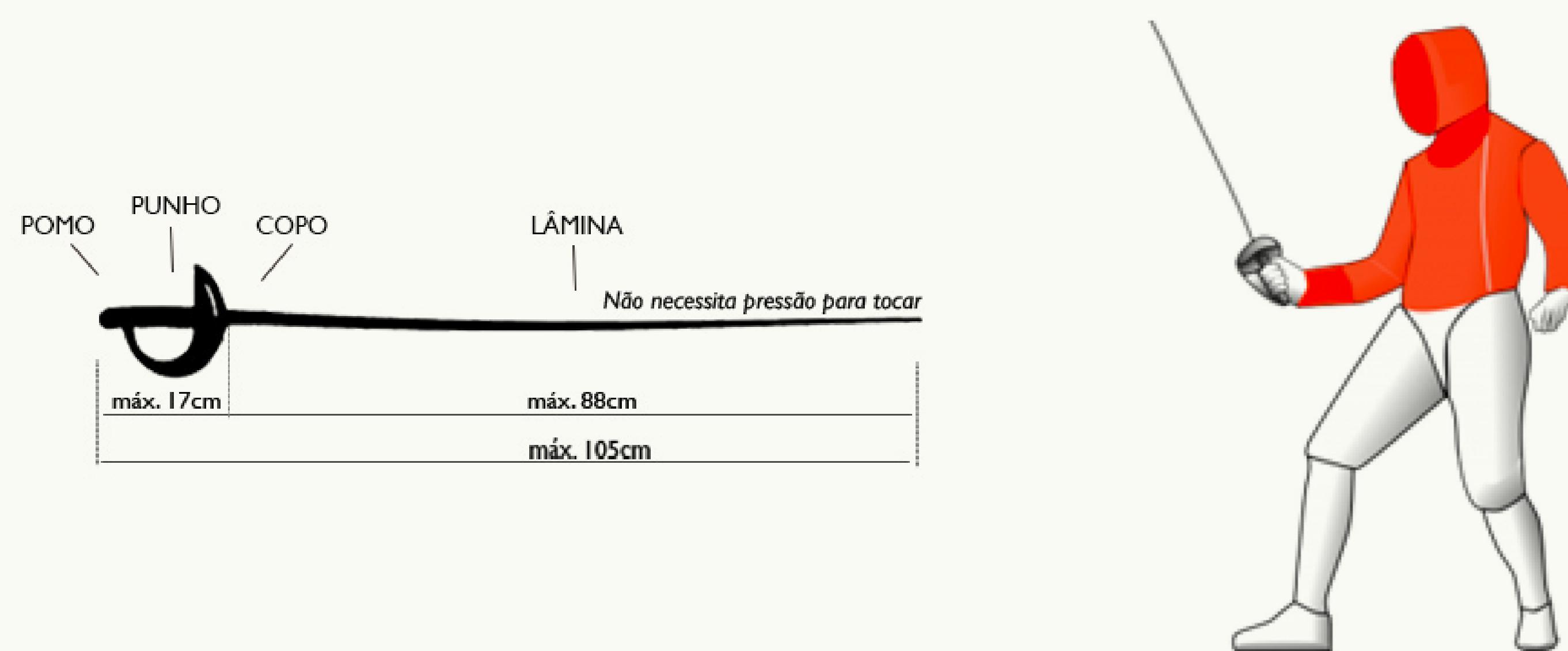
A espada

Na categoria esgrima de espada somente a ponta da espada pode tocar o adversário, mas podendo atingir qualquer parte do corpo e os golpes podem ser dados pelos dois participantes ao mesmo tempo.



O sabre

O sabrista, que é o atleta da categoria sabre da esgrima, pode tocar com a ponta ou com a lateral do sabre no adversário. Mas as únicas partes do corpo que podem ser tocadas são: a cabeça, tronco e braços; as mãos não podem ser tocadas.



A pista

São dois metros de largura e quatorze de comprimento; essa mesma pista é dividida em várias zonas: uma linha no meio divide a pista

em dois lados de 7 metros cada. Há, também, duas linhas de guarda, estando cada uma delas a 2 metros da linha central. Existe a zona Signalis que fica nas extremidades da pista, possui 2 metros de comprimento, sendo esta normalmente de uma cor diferente que sinaliza aos esgrimistas que eles estão prestes a sair da zona permitida da pista. E depois da zona Signalis, existe a área de Recuo Final, que possui cerca de 1,5 a 2 metros.

Uniforme

São roupas resistentes que protegem o corpo do atleta de qualquer ferida. A máscara é feita com fios de aço para proteger o rosto e cabeça; as luvas vão até o antebraço, essa luva se usa na mão que segura a arma; os tênis são leves para que permitam boa aderência e possibilitem a mudança rápida de direção; e as meias devem ser compridas a ponto de ficarem por cima do joelho.

Os pontos

Antes marcavam-se os pontos de acordo com os ferimentos no corpo do adversário, depois a partida passou a ser decidida por um árbitro e seus auxiliares, e, atualmente, ainda existem os árbitros, porém sem os auxiliares. Mas ficou mais fácil de saber quem ganhou, pois além de todo equipamento de proteção ao atleta, os pontos são indicados por um sensor na ponta da arma que acionam duas lâmpadas no aparelho marcador de toques, em que a luz vermelha indica os pontos marcados pelo esgrimista na posição direita (vista do árbitro), e a luz verde indica os pontos marcados pelo esgrimista na posição esquerda. Já a luz branca sinaliza os pontos inválidos. Em geral, um fio liga o atleta ao aparelho que registra os toques. Também existe o aparelho wireless, mais moderno, usado mais comumente em competições internacionais. O surgimento do primeiro aparelho eletrônico de esgrima para arma e espada, que dispensava a antiga votação dos juízes, ocorreu em Berlim nos Jogos Olímpicos de 1936.

1.1 A ESGRIMA NOS JOGOS OLÍMPICOS

A esgrima está presente desde os primeiros Jogos Olímpicos modernos, realizados em Atenas no ano de 1896. Somente duas provas foram disputadas, o Florete e o Sabre. Na edição seguinte, Paris 1900, foi adicionada a terceira prova, o Sabre, além da inclusão de duas provas com Espada. Os Jogos de Paris também ficaram marcados com a primeira medalha conquistada pela América Latina. Aos 16 anos, o cubano Ramón Fonst venceu a prova de espada.

As regras internacionais de esgrima surgiram em 1913. As mulheres estrearam nos Jogos ocorridos em Paris no ano de 1924, com a prova de florete. Em Atlanta 1996, a Espada foi adicionada e, posteriormente, o Sabre, em Atenas 2004. Em 1936, nos Jogos Olímpicos de Berlim, surgiu o primeiro aparelho elétrico de esgrima para a arma de espada, eliminando, dessa forma, a antiga votação dos juízes sobre a materialidade do toque nessa arma.

A esgrima brasileira esteve presente em 12 edições dos Jogos Olímpicos, a primeira foi nos Jogos de 1936 em Berlim. Hilda Von Puttkammer, foi a primeira atleta feminina a representar o Brasil em 1936. Somente em 2004 com Maria Júlia de Castro Herkoltz e Élora Ugo Pattaro, o Brasil teve a participação de atletas nas provas femininas. Até os jogos Rio 2016, o Brasil levou 44 atletas, sendo que 10 eram mulheres.

A maior potência na modalidade é a Itália. Para se ter uma ideia dos 577 pódios alcançados pelos italianos, 125 foram conquistados na esgrima. A Itália possui 49 ouros, 43 pratas e 33 bronzes. O país que mais se aproxima é a França, com o total de 118 medalhas.

1.2 A ESGRIMA NOS JOGOS PARALÍMPICOS

- Praticada em cadeira de rodas fixadas ao chão, em pistas de 4 metros de comprimento por 1,5 metro de largura.
- Homens e mulheres podem competir.
- Provas: sabre, florete e espada.

- São classificados atletas com deficiência física que tem afetado o movimento de ao menos uma das pernas ou pé.
- A classificação funcional do atleta é feita considerando principalmente a mobilidade de tronco. São três classes: A (maior funcionalidade, menor comprometimento), B e C (menor funcionalidade, maior comprometimento).
- Objetivo na prova de sabre: toque de lado ou de ponta da lâmina em qualquer parte acima do quadril do oponente.
- Objetivo na prova de florete: toque da ponta da lâmina no tronco do oponente.
- Objetivo na prova de espada: toque da ponta da lâmina em qualquer parte acima do quadril do oponente.

1.3 MARCOS HISTÓRICOS

1896

Ocorreram os Jogos Olímpicos de Atenas, primeira versão desse acontecimento esportivo, restaurados na Era Moderna. À frente da iniciativa estava o Barão Pierre de Coubertin, conhecido como fundador dos Jogos Olímpicos na Era Moderna, ele próprio um praticante de esgrima. A esgrima foi incluída no Programa dos primeiros Jogos, sendo na ocasião competida entre 4 países e 13 atiradores. As armas foram florete e sabre para homens; a espada foi introduzida nos Jogos de 1900, em Paris.

1936

A primeira edição dos Jogos Olímpicos que o Brasil esteve presente ocorreu no ano de 1936 em Berlim com 12 participações.

1932

Um dos grandes atletas da história da esgrima foi o húngaro Aladár Gerevich. Ele detém o recorde de atleta que se manteve no topo de uma competição olímpica por mais tempo. Da primeira medalha, em Los Angeles-1932, à última, em Roma-1960, foram 28 anos de diferença. Essa marca poderia ser até maior, pois em 1940 e 1944 os Jogos Olímpicos foram cancelados por causa da Segunda Guerra Mundial. Aladár Gerevich conquistou dez medalhas em Olimpíadas: sete ouros, uma prata e dois bronzes.

- 1913** → Criação da Federação Internacional de Esgrima (FIE), entidade maior de administração desse esporte em escala mundial.
- 1924** → Esse ano marca a inclusão das mulheres na competição de esgrima dos Jogos Olímpicos, com o florete, e somente em 1996, com a espada. O sabre feminino tem feito sua primeira aparição nos campeonatos mundiais a partir de 1998, como demonstração.
- 1927** → Data da fundação da União Brasileira de Esgrima, antecessora da atual Confederação Brasileira de Esgrima (CBE), a qual consolidou a participação de entidades e atiradores civis em eventos da modalidade no país, como também serviu inicialmente de apoio aos militares no necessário intercâmbio internacional.
- 1928** → O primeiro campeonato brasileiro foi realizado nesse ano. Nas armas de florete, espada e sabre somente masculino categoria livre. Nesse período, a esgrima tinha a maioria de seus praticantes nos estados do RJ e SP.
- 1936** → Em 1936, nos Jogos Olímpicos de Berlim, surgiu o primeiro aparelho elétrico de esgrima para a arma de espada.
- 1952** → Em 1952, nos Jogos de Stoke Mandeville, a esgrima em cadeira de rodas foi apresentada, como uma adaptação da esgrima convencional.
- 1960** → Entrada da esgrima em cadeira de rodas no Programa Paralímpico, em Roma.
- 2001** → O Atleta do Club Athletico Paulistano Renzo Pasquale Zeglio Agresta conquista a medalha de ouro pan-americana em três categorias distintas, fato inédito para esgrima do país: Campeão Pan-Americano Adulto Individual de Sabre; Campeão Pan-Americano Juvenil (até 20 anos) Individual de Sabre; Campeão Pan-Americano Cadetes (até 17 anos) Individual de Sabre.

- 2002** → Surgimento, no Estado de São Paulo, do primeiro grupo de brasileiros praticantes de esgrima em cadeira de rodas com fins recreacionais. A Associação Brasileira de Desportos em Cadeira de Rodas (ABRADECAR), órgão reconhecido pela International Wheelchair and Amputee Sports Federation (IWAS), deu início ao mapeamento de informações sobre a modalidade no país, motivada pelo início do interesse competitivo dos praticantes.
- 2003** → Primeira participação de uma delegação brasileira de esgrima em cadeira de rodas em uma competição internacional - Copa do Mundo de Lonato, na Itália.
- 2012** → Conquista da primeira medalha brasileira em Jogos Paralímpicos: Jovane Guissone conquistou a medalha de ouro na prova de espada, em Londres, 2012.
- 2019** → Nathalie Moellhausen conquistou o primeiro ouro para a esgrima brasileira em campeonato mundial.

2 Personalidades brasileiras da esgrima

2.1. NATHALIE MOELLHAUSEN



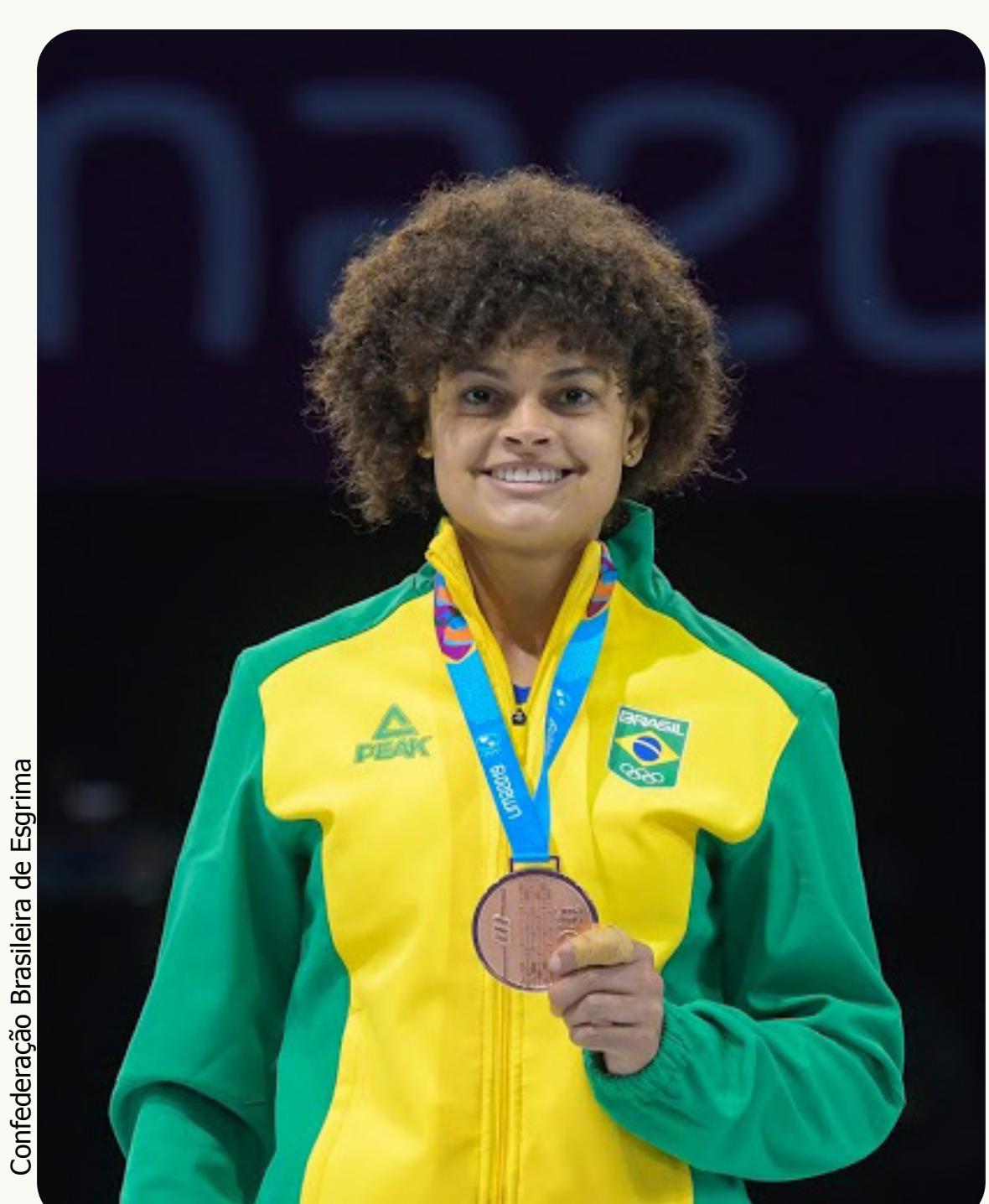
Italiana, brasileira naturalizada, teve o incentivo da avó, Dona Marcela, que mora no Rio de Janeiro para defender a nação brasileira. A campeã do mundo e número 2 do ranking mundial, recebeu o Prêmio Brasil Olímpico de 2018 por ser a melhor esgrimista do ano, foi campeã mundial e europeia na categoria espada.

Nos Jogos Pan-Americanos de 2015 conquistou a medalha de bronze. Nos Jogos Olímpicos de Verão de 2016 venceu 3 vezes e foi o melhor desempenho da História da esgrima brasileira em Olimpíadas,

igualado alguns dias após por Guilherme Toldo. Além disso, foi vencedora no Campeonato Mundial de Esgrima na Hungria-2019 com medalha de ouro inédita para o Brasil. Em campeonatos mundiais foi medalhista de ouro na Antália-2009 por equipe, prêmio de bronze em Paris-2010 no individual e bronze na Catânia-2011 por equipe.

Em campeonato europeu, foi medalhista de ouro por equipe em Gante-2007, prata em Leipzig-2009 por equipes e bronze no individual Sheffield-2011. Competindo pelo Brasil foi campeã e medalhista de bronze na categoria individual e por equipe nos jogos Pan-Americanos em Toronto-2015, e ouro em Budapeste-2019 na categoria individual. O maior resultado dela foi ser campeã mundial em 2019, na arma espada.

2.2. ANA BEATRIZ BULCÃO



Confederação Brasileira de Esgrima

Nascida em São Paulo no ano de 1993, Bia Bulcão é atleta Olímpica Rio 2016, foi a primeira brasileira a estar entre as 6 melhores do mundo no ranking mundial 2012/2013. Foi a primeira medalhista em Jogos Pan-Americanos na categoria de florete feminino. Dentre muitas outras conquistas, foi medalhista de ouro em Copanhague-2014, Bronze na Cidade do México-2019, ambas na categoria florete individual na Copa do Mundo e bronze em Lima-2019 na categoria florete individual dos Jogos Pan-Americanos.

2.3. JOVANE GUISSONE



Confederação Brasileira de Esgrima

Jovane Guissone nasceu no Rio Grande do Sul, em 1983. É considerado vice-líder em classificação mundial e favorito do Brasil em competições internacionais. Em 2011 e 2012 conquistou as medalhas de bronze e de prata, respectivamente, nas etapas da Copa do Mundo realizadas no Canadá e na Alemanha. Ainda em 2012, em Londres, se consagrou campeão Paralímpico na prova de espada. Esta foi a primeira medalha - e de ouro! - do Brasil em Jogos Paralímpicos na esgrima em cadeira de rodas.

cadeira de rodas. Em 2021, nas paralimpíadas de Tóquio conquistou medalha de prata na classe B da prova. Em 2004, em uma tentativa de assalto foi atingido por uma bala que ficou alojada em sua coluna e o deixou paraplégico. Quatro anos após esse episódio, Jovane começou a praticar esgrima em cadeira de rodas.

3 A esgrima como ferramenta de inclusão social

3.1 PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Diferentemente de algumas modalidades mais populares, como voleibol, queimado, basquete, handebol, futsal, que podem, por vezes, gerar exclusão de pessoas com deficiência por necessitar de mais adaptações para incluir essas pessoas, a prática da esgrima se apresenta como uma ótima ferramenta inclusiva, na medida em que oferece a esses participantes mais chance de praticar o esporte sem que sua condição seja um fator limitante, exigindo menores adaptações, a depender da situação.

A literatura é consensual quando o assunto trata dos benefícios da prática dos exercícios físicos para pessoas com deficiência pela capacidade de desenvolver um comportamento proativo e melhorar as capacidades físicas, mentais e sociais.

Como foi o caso do Sandro Colaço que, em uma entrevista ao site globoesporte.com, relatou ter encontrado na esgrima um espaço acolhedor, diferentemente das dificuldades encontradas em praticar um esporte coletivo com o seu tipo de deficiência. Contou que pela esgrima ser um esporte individual em que os resultados basicamente dependem apenas dele, encontrou nesse esporte muitos benefícios, desde representar o Brasil e viajar o mundo a participar dos Jogos Paralímpicos.

3.2 MULHERES NA ESGRIMA

É comum encontrarmos a frase “lute como uma garota” em estampa de camisa, broches e nas redes sociais quando o assunto é feminismo. Meninas podem lutar? Essa é a questão que muitas das vezes permeia esses espaços que historicamente foram ocupados por homens. A prática de lutas por mulheres pode ser considerada um risco à feminilidade, ou seja, as mulheres que praticam os esportes classificados para os homens são rotuladas de masculinas.

No caso da esgrima, além da inserção tardia da mulher, sua inserção não ocorreu de forma integral. Essa modalidade já faz parte das olimpíadas desde a era moderna de 1896, inicialmente praticada apenas por homens nas categorias florete e sabre, quatro anos depois passaram a praticar na categoria espada; já no caso do esporte feminino foi permitido apenas em 1992 na categoria florete, depois em 1996 na categoria espada e somente em 2004 com sabre.

A desigualdade incidiu também sobre o número de participantes mulheres que representaram o Brasil nas olimpíadas. De 1936 até a Rio 2016, dos 44 atletas que participaram na esgrima, apenas 10 eram mulheres. A primeira participante foi a Hilda Von Puttkammer, em 1936, depois a Maria Júlia de Castro Herkoltz e Élora Ugo Pattro, em 2004.

Essas questões de gênero estão presentes e recorrentes no cotidiano escolar, por exemplo, quando dizem que futebol é para meninos, dança, para meninas; a cor rosa para menina, azul para os meninos; na educação infantil quando restringem o uso de boneca apenas para meninas. Pelo esporte também ser uma construção social, evidencia diariamente os conflitos e questões de gêneros, religiosas, étnicas, de classes, de raças, e outras.

A desigualdade se perpetua na sociedade por meio da repetição e reprodução de preconceitos que fazem parte dos costumes da sociedade. A separação entre meninos e meninas, com brinquedos para um e brinquedos para outro ou com diferentes oportunidades de acordo com o gênero, também são responsáveis por fortalecer o patriarcado e o machismo.

Mas é importante lembrar que a exclusão nem sempre acontece somente por questão de gênero, às vezes por questões ligadas à habilidade motora. A exclusão pode acontecer por considerarem a par-

ticipante mais fraca e menos habilidosa, mas esse tipo de exclusão pode também acontecer com os meninos, por serem mais novos e considerados mais fracos e maus jogadores, ficando em bancos de reserva ou, se em uma atividade com bola, por exemplo, podem receber a bola menos vezes.

No caso das meninas, elas precisam compreender que há diferenças entre cada pessoa, mas que isso não as torna melhores ou piores. Uma menina deve ser estimulada e incentivada a fazer o que quiser, assim como um menino é, e a independência e a coragem sempre devem ser enaltecidas.

4 Ensinando a montar: atividades de esgrima utilizando materiais recicláveis, reutilizáveis e de baixo custo

Você se preocupa em como descartar os materiais consumidos? Essa é uma preocupação que deve sempre existir! Para um mundo sustentável, com mais qualidade para todos nós e para as futuras gerações, algumas ações como o reaproveitamento e a reciclagem de materiais são essenciais e devem fazer parte do nosso dia-a-dia! Se tudo isso acontecer de uma forma lúdica, melhor ainda, não é verdade?

A construção de objetos para a prática de esportes como a esgrima utilizando materiais recicláveis e de baixo custo, pode ser algo muito divertido e prazeroso. Além de contribuir para a preservação do meio ambiente e ter uma atitude positiva para o consumo consciente, um mundo de possibilidades se abre utilizando a criatividade. Basta olharmos o que temos ao nosso redor e dar asas à imaginação!

4.1 MÁSCARA

Materiais necessários para a construção da máscara



FOLHAS DE JORNAL



BALÃO INFLÁVEL



COLA



ÁGUA

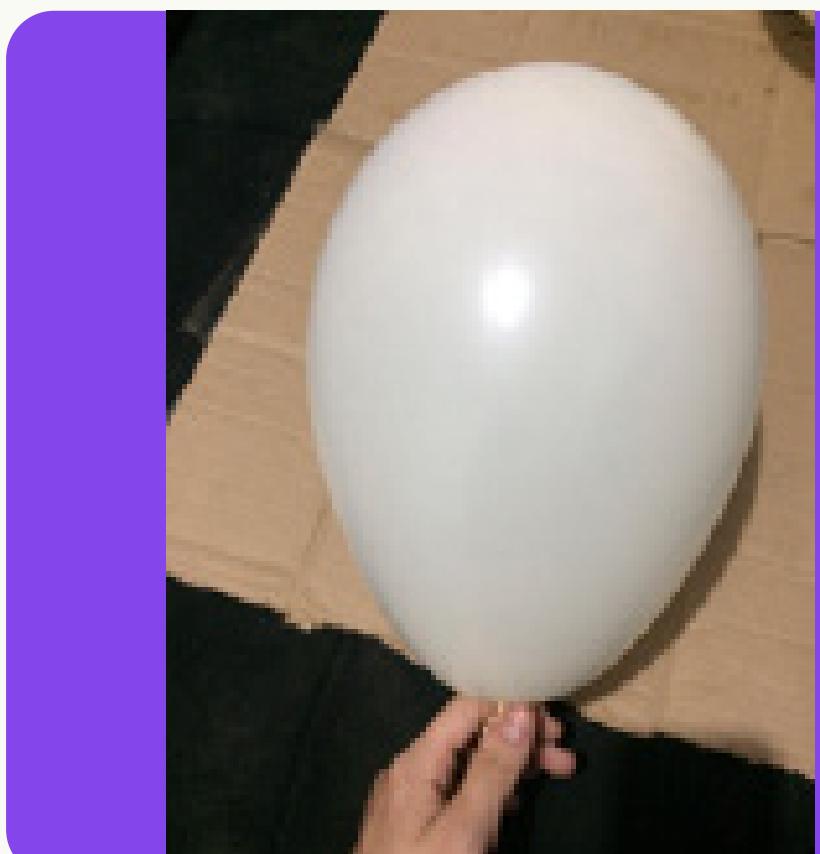


PINCEL

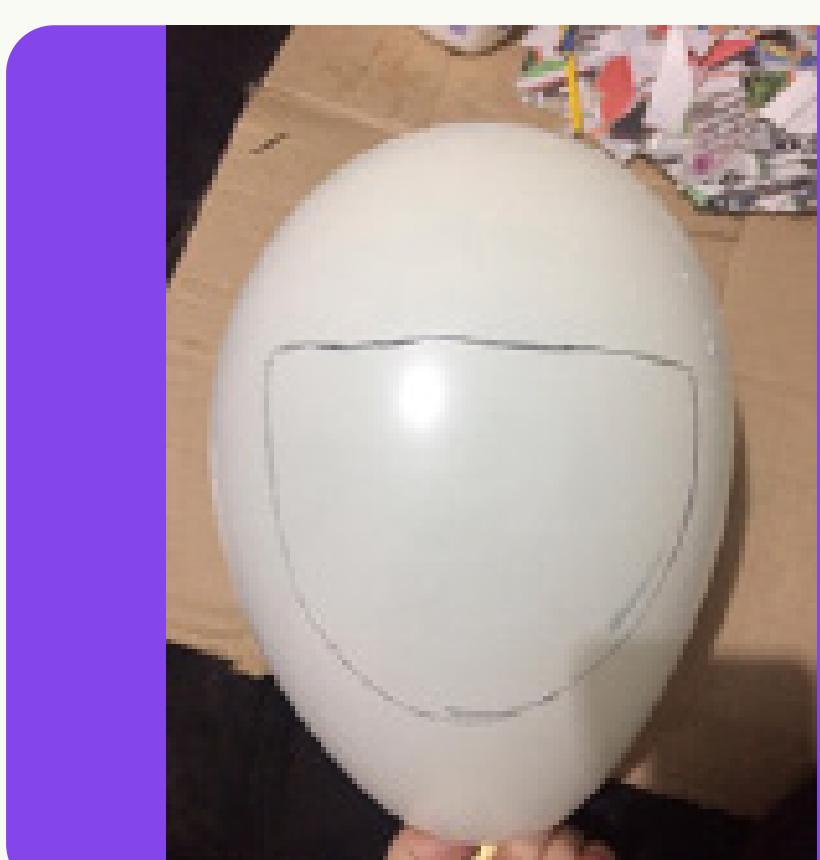


CANETA HIDROCOR

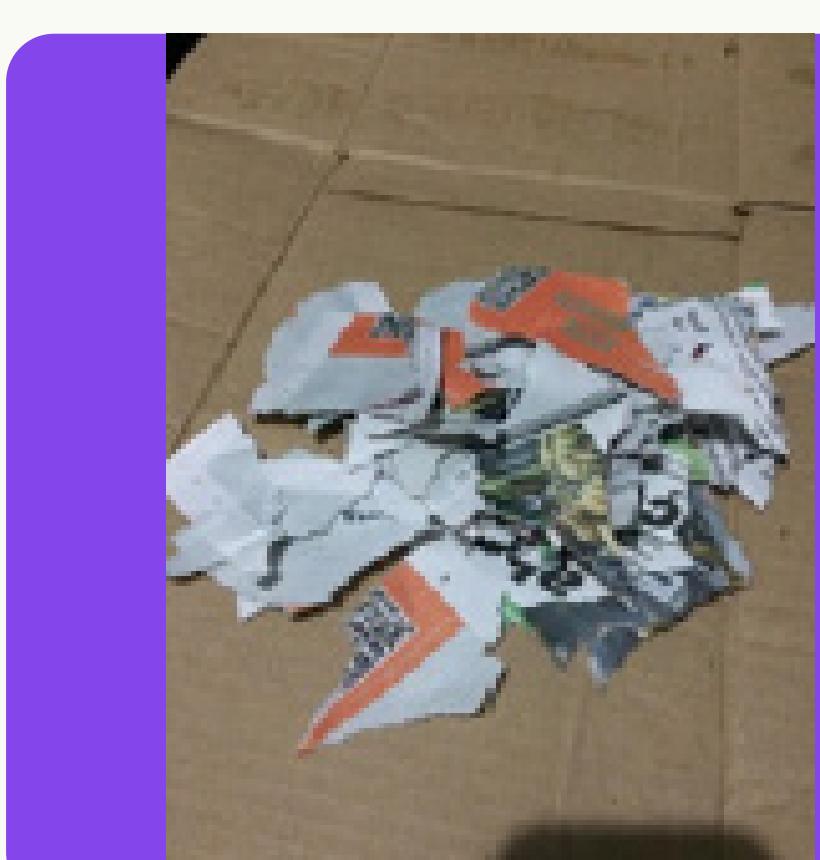
Construindo a máscara



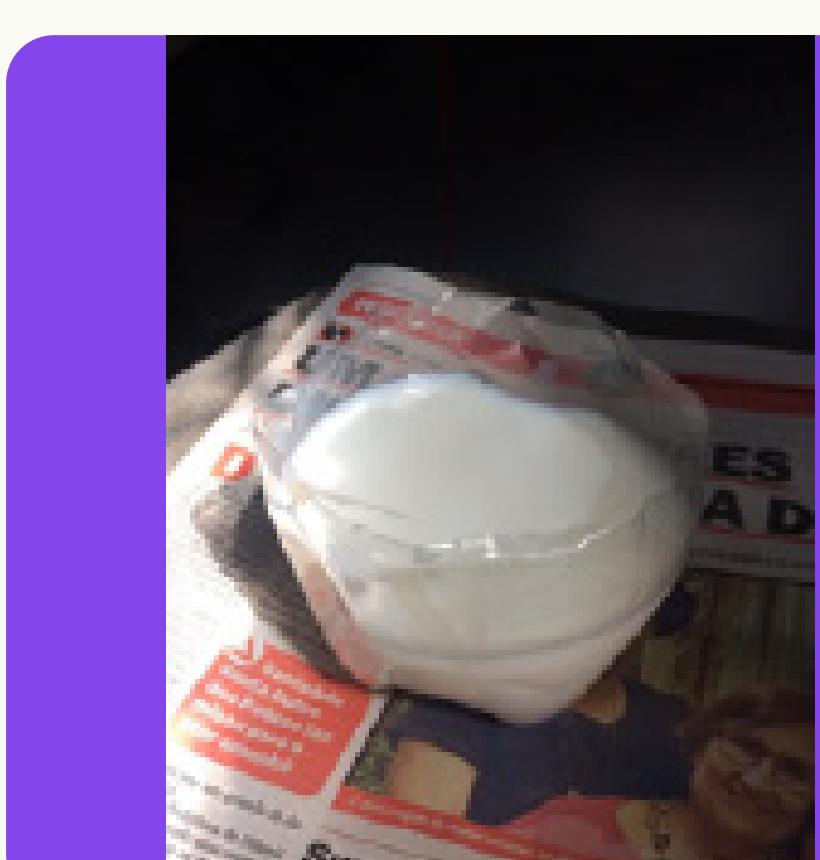
Para a construção da máscara, encha um balão de gás aproximadamente do tamanho da sua cabeça e dê um nó.



Com a caneta hidrocor, faça um desenho que represente a abertura para os olhos, nariz e boca.



Em seguida, rasgue as folhas de jornal em pequenos pedaços e reserve-os.



Faça uma mistura de cola e água na proporção de um para um. Ou seja, uma medida de cola para uma medida de água.



Cole os pedaços de jornal no balão com a mistura de cola e água até cobri-lo por completo. Utilize um pincel. Respeite os limites marcados para a abertura dos olhos, nariz e boca, e deixe secar por algumas horas.



Quando a colagem estiver completamente seca, estoure o balão. Pronto! A sua máscara está pronta! Se preferir, pode decorá-la com adesivos ou pintando-a com tinta guache.

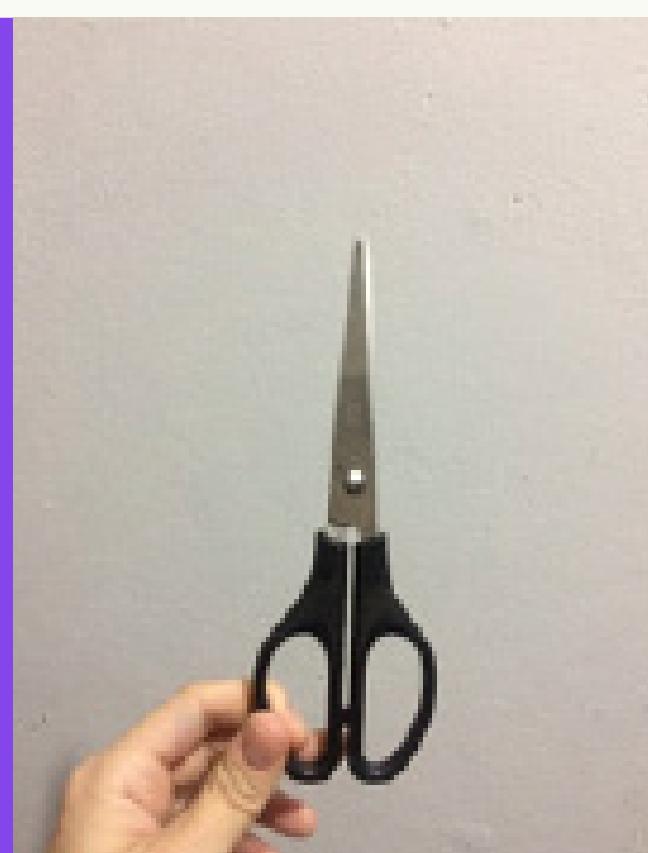
[PARA ASSISTIR O VÍDEO CLIQUE AQUI](#)

4.2 COLETE

**Materiais necessários
para a construção do colete**



SACOLA PLÁSTICA



TESOURA

Construindo o colete



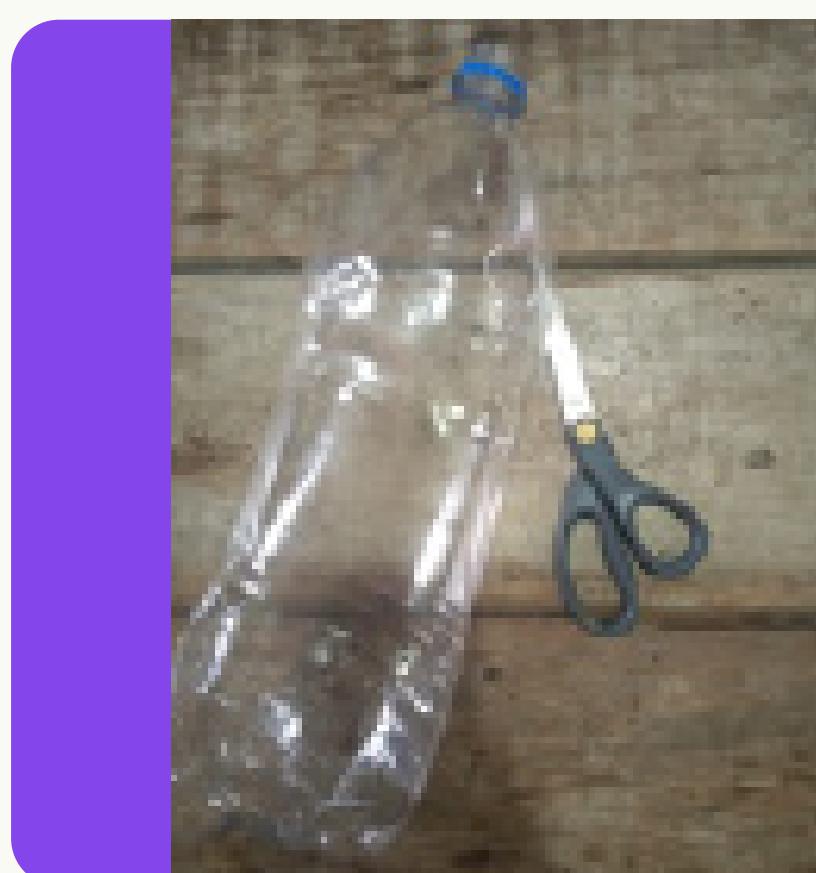
A construção do colete é muito simples! Com a sacola plástica de ponta-cabeça, basta cortar os espaços para a passagem da cabeça e dos braços.

4.3 ESPADA

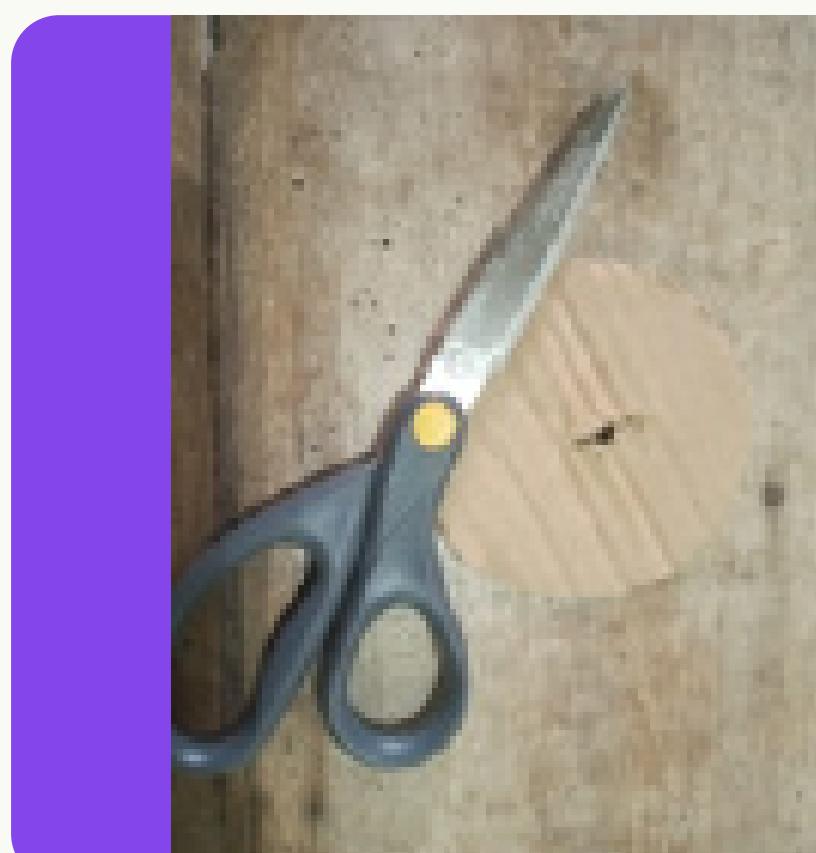
Materiais necessários para a construção do espada



FOLHAS DE JORNAL



GARRAFA PET

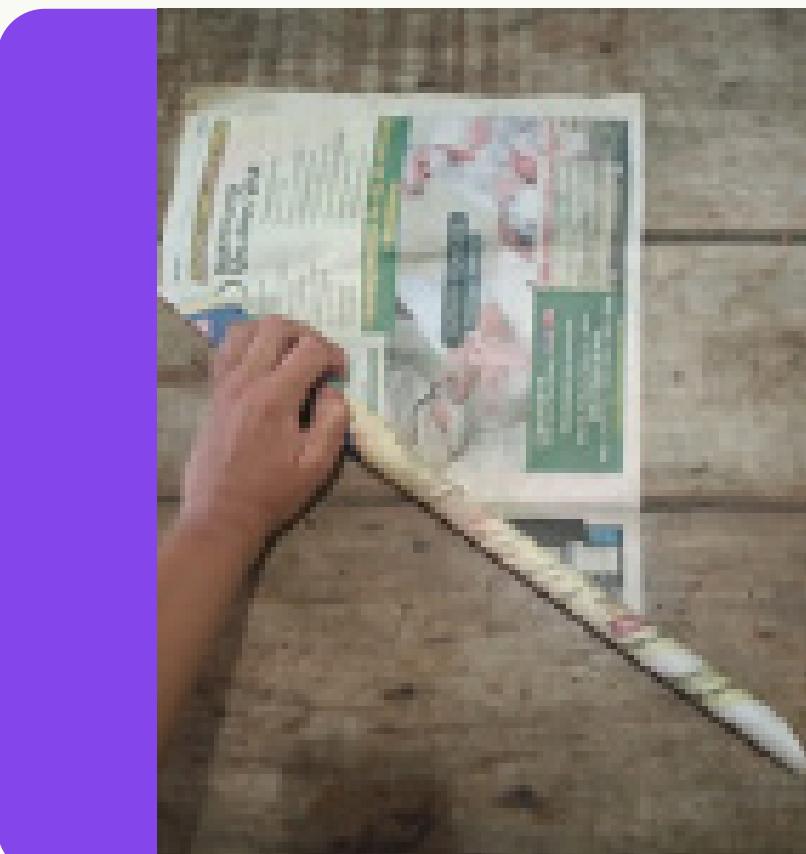


TESOURA

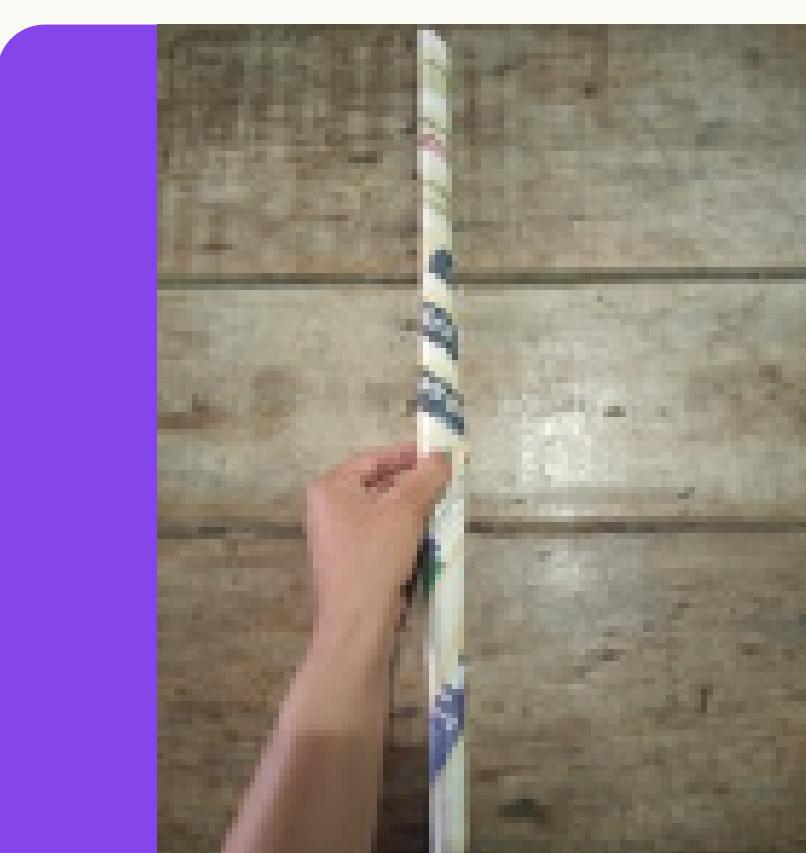


FITA ADESIVA OU CREPE

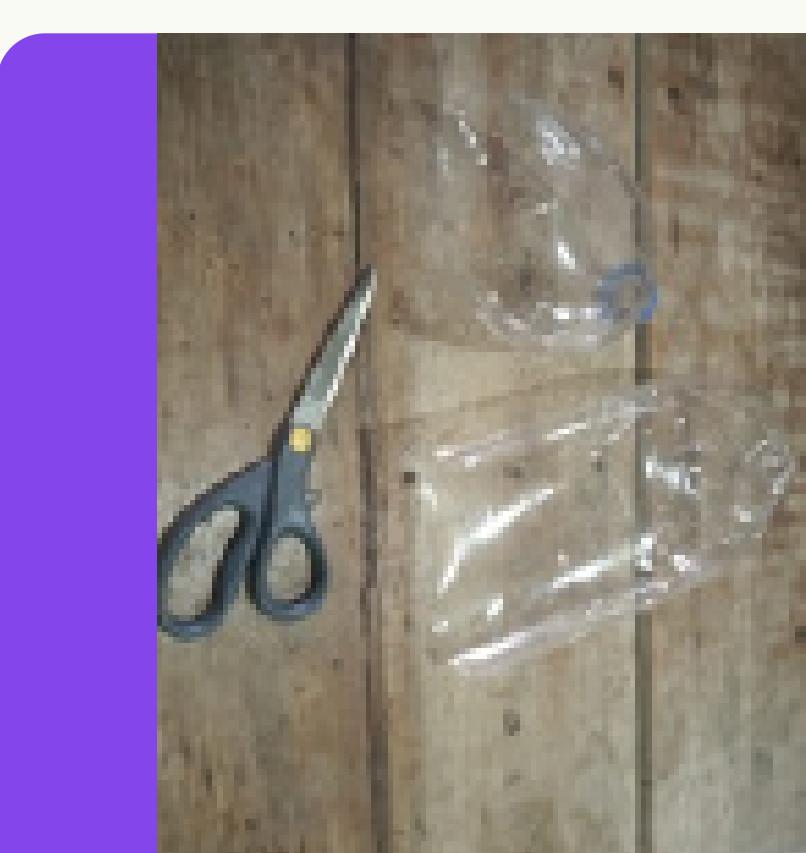
Construindo a espada



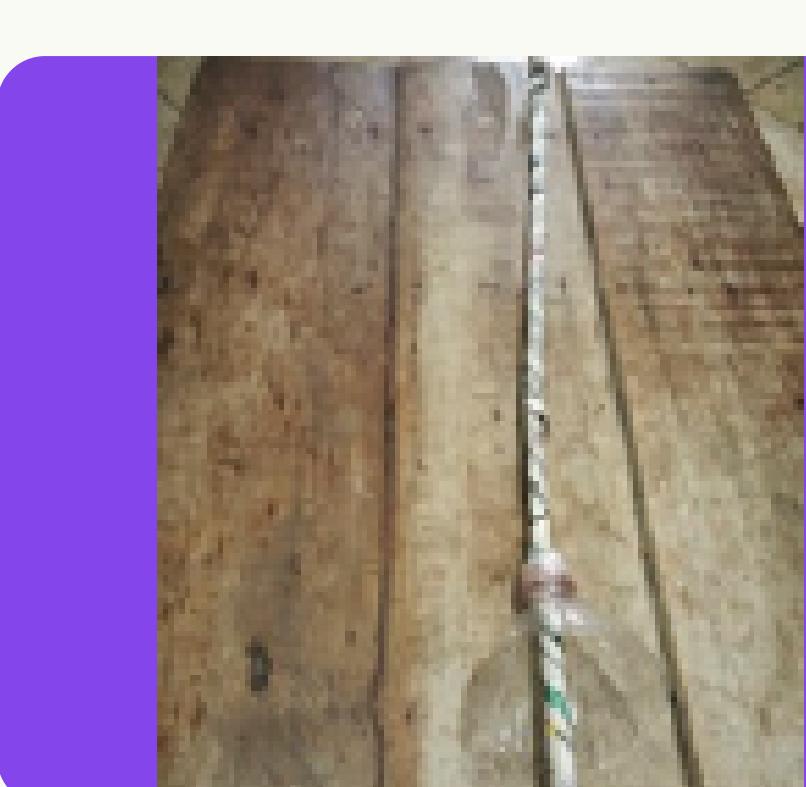
Para a construção do florete, enrole uma folha de jornal na diagonal para formar a lâmina. Para dar mais firmeza, use tiras de papelão no seu interior (cortadas, por exemplo, de caixa de sapato) e/ ou utilize duas ou mais folhas.



Prenda a ponta com um pedaço de fita adesiva transparente ou crepe e reserve. Em seguida, corte uma garrafa PET em um ponto a cerca de quatro dedos abaixo da boca da garrafa.



Passe a lâmina por dentro da boca da garrafa cortada, meça a distância de cerca de um palmo da extremidade (suficiente para segurar o florete) e prenda-o com fita adesiva ou crepe.



Florete pronto!

[PARA ASSISTIR O VÍDEO CLIQUE AQUI](#)

4.4. FLORETE

**Materiais necessários
para a construção do florete**



FOLHAS DE JORNAL



**PAPELÃO
(EXEMPLOS: CAIXA DE LEITE,
CAIXA DE SAPATO)**

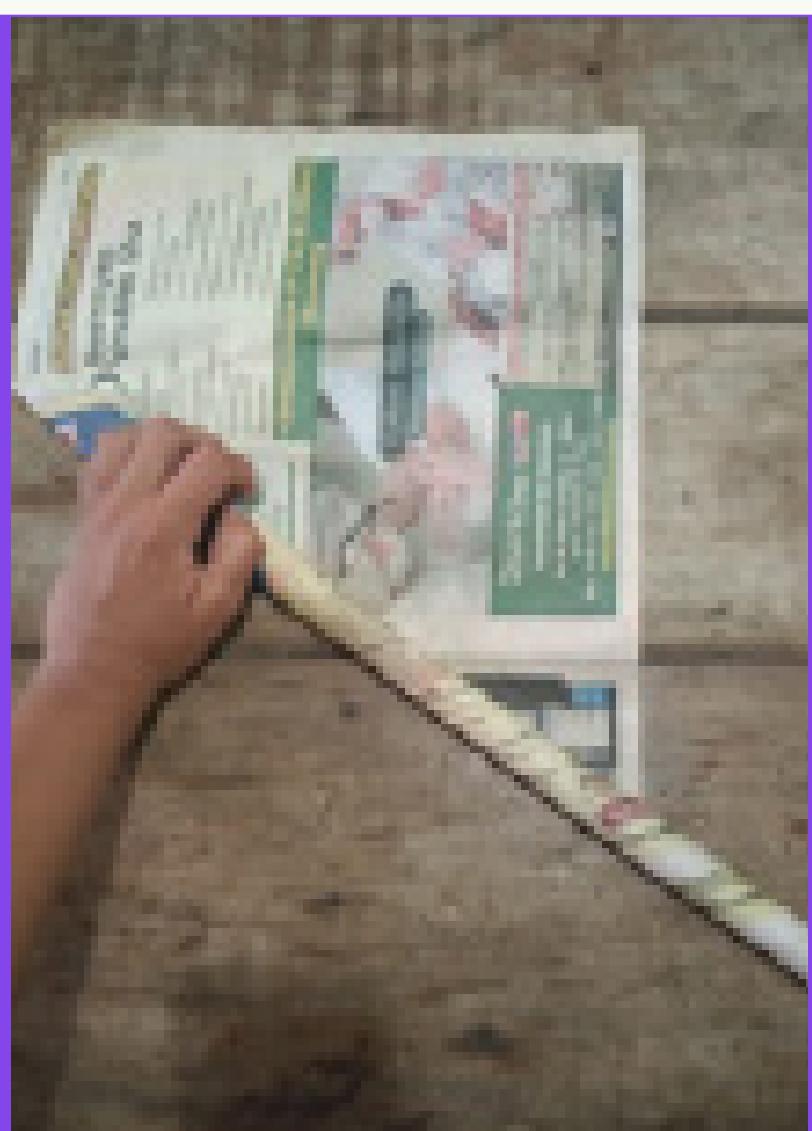


TESOURA



FITA ADESIVA OU CREPE

Construindo o florete



Comece enrolando uma folha de jornal na diagonal para formar a lâmina da sua espada. Prenda a ponta com um pedaço de fita adesiva ou crepe. Para dar mais firmeza, use tiras de papelão no seu interior (cortadas, por exemplo, de caixa de sapato) e/ ou utilize duas ou mais folhas.



Em seguida, corte um círculo de papelão e faça um furo no centro com tamanho suficiente para a passagem da lâmina.



Passe a espada pelo círculo, meça a distância de cerca de um palmo da extremidade (suficiente para segurar a espada) e prenda-a com fita adesiva ou crepe.



Espada pronta!

[PARA ASSISTIR O VÍDEO CLIQUE AQUI](#)

4.5 SABRE

Materiais necessários para a construção do sabre

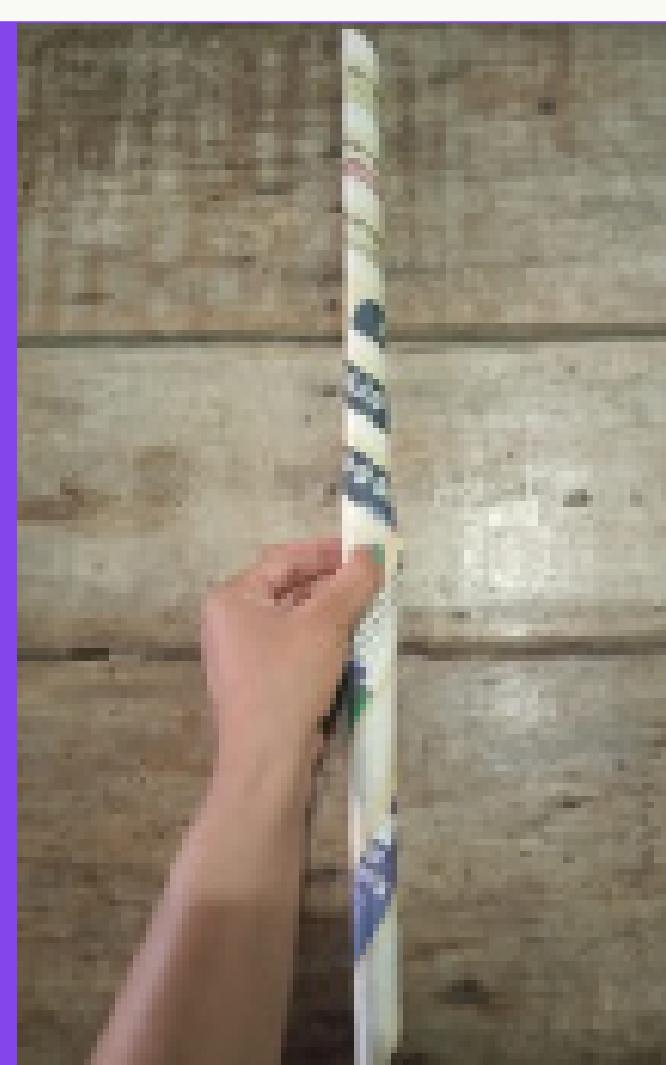


FOLHAS DE JORNAL



FITA ADESIVA OU CREPE

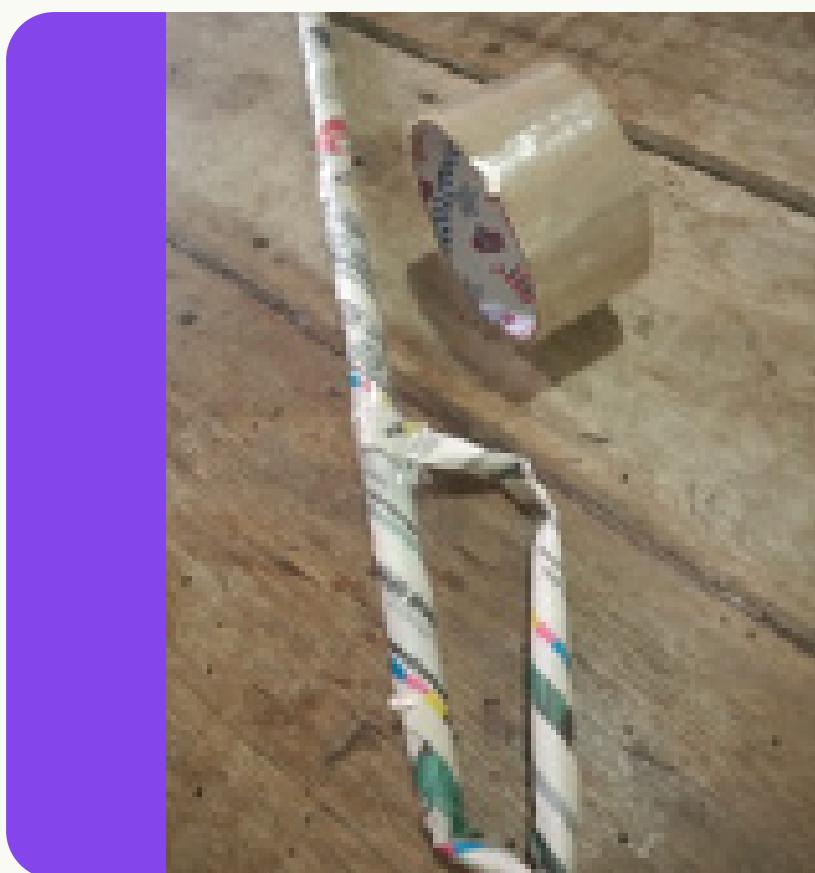
Construindo o sabre



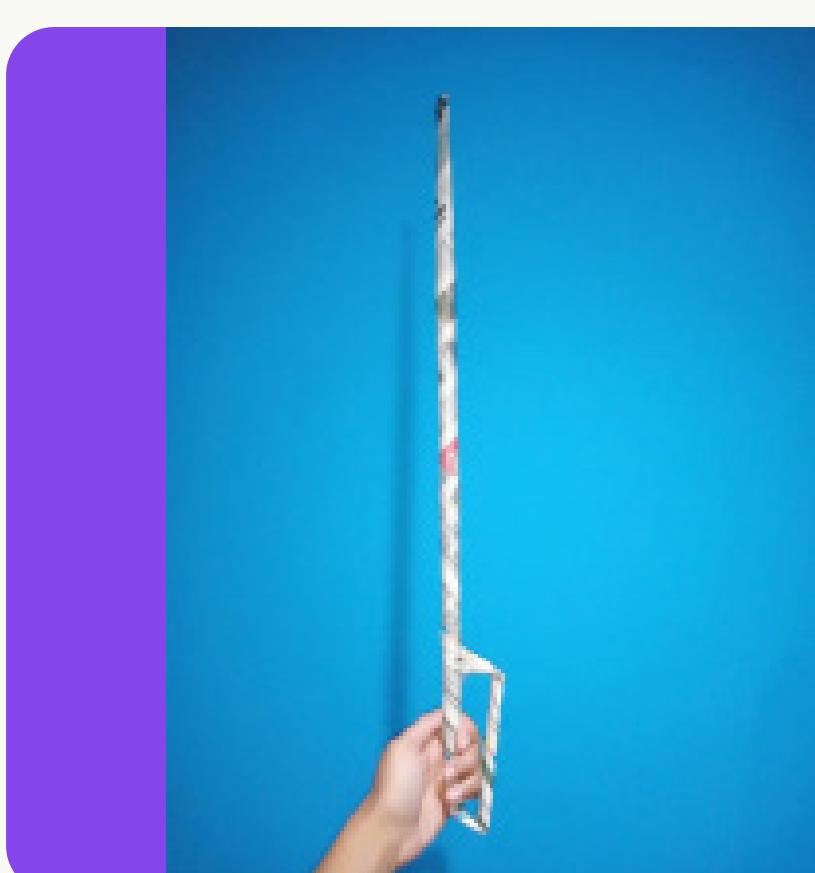
Comece enrolando uma folha de jornal na diagonal para formar a lâmina do seu sabre. Prenda a ponta com um pedaço de fita adesiva ou crepe. Para dar mais firmeza, use tiras de papelão no seu interior (cortadas, por exemplo, de caixa de sapato) e/ ou utilize duas ou mais folhas.



Em seguida, dobre a ponta de uma das extremidades, com distância aproximada de um palmo.



Para finalizar, cole com fita adesiva ou crepe.



Sabre pronto!

[PARA ASSISTIR O VÍDEO CLIQUE AQUI](#)

4.6 ATIVIDADES

Atividade 1: Reconhecendo as pontuações na esgrima

Marcar no seu próprio corpo, utilizando fita adesiva ou crepe, os locais em que cada arma pode pontuar:

- Florete: Apenas o tronco, com a ponta da arma.
- Espada: Qualquer área do corpo, com a ponta da arma.
- Sabre: Cabeça, tronco, ombros, braço e antebraços, a ponta ou lateral da arma.

Atividade 2: Treinando a guarda

Para formar a guarda (base), os pés devem ficar posicionados em forma de “L”, afastados cerca de um passo à frente, com os joelhos

flexionados e tronco reto. O braço que estiver segurando a arma deve ficar paralelo ao chão, com o cotovelo flexionado, e com a arma apontada na direção do oponente. O outro braço deve ficar levantado ao lado do tronco.

Atividade 3: Treinando o deslocamento

Partir da posição de base e fazer o deslocamento: (a) para frente e para trás, (b) saltando e (c) cruzando as pernas.

Atividade 4: Treinando o ataque

Empunhar a arma - espada, florete ou sabre - e realizar o ataque de afundo, esticando o braço em direção ao adversário, e o ataque flecha, veloz para pegar o adversário de surpresa.

Atividade 5: Treinando a defesa

Realizar os movimentos defensivos: em guarda, preparado para o ataque adversário; e romper, movimento de recuar.

BIBLIOGRAFIA:

BIA BULCÃO, ATLETA OLÍMPICA, MEDALHA INÉDITA NOS JOGOS PAN 2019. Disponível em: <https://www.biabulcao.com.br/> Acesso em: 08/05/2021

BRASIL. Base Nacional Comum, Brasília: MEC, 2018. Disponível em: <http://basenacionalcomum.mec.gov.br/>

CBE - Confederação Brasileira de Esgrima, 2021. Disponível em: <https://cbesgrima.org.br/>

CRAMER RIBEIRO JC, DIOGO CAMPOS FK. História da Esgrima, da criação à atualidade. Revista de Educação Física 2007.

INSTITUTO TOUCHÉ, 2021. Disponível em: <https://institutotouche.org.br/>

LUZ, THIAGO SAVIO INGLES; GELBER, LUAN GIOVANI; LICHACOVSKI, JUSSIARA. Esgrima na educação física escolar: uma forma de inclusão social. Brazilian Journal of Development, v. 5, p. 28865-28868, 2019.

PLATAFORMA AGENDA 2030. A Integração dos ODS. Disponível em: http://www.agenda2030.com.br/os_ods/. Acesso em 17 de maio de 2021.

RONDINELLI, Paula. "Esgrima"; Brasil Escola. Disponível em: <https://brasilescola.uol.com.br/educacao-fisica/esgrima.htm>. Acesso em 24 de maio de 2021.

SANDRO COLAÇO. In: WIKIPÉDIA, a enciclopédia livre. Flórida: Wikimedia Foundation, 2017. Disponível em: <https://pt.wikipedia.org/w/index.php?title=Sandro_Cola&oldid=48605112>. Acesso em: 20 abr. 2021.

SOUSA, E.S.; ALTMANN, H. Meninos e meninas: expectativas corporais e implicações na educação física escolar. Cadernos CEDES, ano 19, n.48, p.52-68, 1999.

MELLO, M.T; WINCKLER, C. Esporte Paralímpico. São Paulo: Atheneu, 2012.

COORDENADORES AUTORES:

Dra. Patrícia Vigário



Graduação em Licenciatura em Educação Física pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ/2004), Mestrado em Saúde Coletiva, na área de concentração de Epidemiologia e Bioestatística (UFRJ/2007) e Doutorado e Pós-doutorado em Medicina (Endocrinologia) (UFRJ/ 2011; 2013). Atua como professora adjunta do Programa da Pós-Graduação Stricto Sensu em Ciências da Reabilitação (PPGCR) do Centro Universitário

Augusto Motta (UNISUAM) e do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento Local (PPGDL) do Centro Universitário Augusto Motta (UNISUAM). Atualmente é membro da Academia Paralímpica Brasileira (APB), da Associação Brasileira de Pesquisa e Pós-graduação em Fisioterapia (ABRAPG) e da Sociedade Latino-Americana de Tireoide. É bolsista do Programa Jovem Cientista do Estado do Rio de Janeiro - FAPERJ (2017). Atua principalmente nos seguintes temas: pessoa com deficiência, desporto adaptado, avaliação funcional, diabetes, educação inclusiva, inclusão social e sustentabilidade.

Link currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/1263665448871342>

Dra. Bianca Gama Pena



CEO na Gama Assessoria Gestora e idealizadora do eMuseu do Esporte, gestora de Projetos na Diretoria de Inovação da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), pós-doutoranda em Propriedade Intelectual e Inovação na Academia de Propriedade Intelectual, Inovação e Desenvolvimento do Instituto Nacional de Propriedade Industrial (INPI), doutorada em Ciências do Exercício e do Esporte – Programa de Pós-Graduação em Ciências

do Exercício e do Esporte - Universidade do Estado do Rio de Janeiro

(PPGCEE/UERJ), Mestrado em Ciências do Exercício e do Esporte (PPGCEE/UERJ), Licenciatura Plena em Educação Física – Escola de Educação Física e Desportos - Universidade Federal do Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ), Pesquisadora do Grupo de Estudos Olímpicos da UERJ, membro do Comitê Brasileiro Pierre de Coubertin, membro do Grupo de Estudos Olímpicos, Museologia e Propriedade Intelectual – UERJ.

Link do portfólio: <https://www.biancagamapena.com>

Link currículo Lattes: CV: <http://lattes.cnpq.br/2631251683978140>

Link do linkedin: <https://www.linkedin.com/in/bianca-gama-pena-b141a478>

Site do eMuseu do Esporte: www.emuseudoesporte.com.br

Dr. Silvio de Cassio Costa Telles



Possui graduação em Educação Física pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro (1997) mestrado e doutorado em Educação Física e Cultura pela Universidade Gama Filho (2002-2008). Atualmente é professor adjunto da Universidade Federal do Rio de Janeiro e da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, onde atua respectivamente no Programa de Pós-Graduação em Educação Física e no Programa de Pós-Graduação em Ciências do Exercício e do Esporte, orientando nos cursos de mestrado e doutorado. Também exerce a função de técnico de polo aquático do Fluminense Football Club e de docente na Universidade Estácio de Sá no curso de Educação Física. É líder do Grupo de pesquisa em Escola, Esporte e Cultura (GPEEsC) cadastrado junto ao CNPq.

Link currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9130913958427863>

PROFESSORES AUTORES:

Anna Carolina Carvalho de Souza



Aspecialista em Educação Básica com ênfase em Educação Física Escolar formada pelo Programa de Pós-graduação intitulado: Curso de Especialização Saberes e práticas na Educação Básica (CESPEB), da Faculdade de Educação da Universidade Federal do Rio de Janeiro (FE/UFRJ). Licenciada em Educação Física no Instituto de Educação Física e Desportos da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (IEFD/UERJ). É professora da disciplina Educação Física no Colégio Pedro II, mestrandona do Programa de Pós-Graduação em Educação Física (PPGEF) na Área de Concentração Estudos da Motricidade Humana da Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ) e cursa Bacharel em Educação Física no IEFD/UERJ. É membro-Estudante do Grupo de Pesquisa em Escola, Esporte e Cultura (GPEEsC). As ênfases das suas pesquisas são em temas relacionados a: Área psicossociocultural e pedagógica da Educação Física.

Link currículo Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8353402716233836>

João Marcelo Cortat



Licenciatura em Educação Física pela Escola de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Rio de Janeiro (EEFD/UFRJ), bacharelado em Educação Física pela EEF/ UFRJ e Pós-graduação em psicomotricidade pela Universidade Cândido Mendes.

ALUNAS AUTORAS:

Greice Souza da Silva



Aluna do 6º período de graduação em licenciatura em educação física – Centro Universitário Augusto Motta (UNISUAM). Aluna de iniciação científica do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento Local do Centro Universitário Augusto Motta (PPGDL/ UNISUAM).

Denise da Silva Ferreira



Aluna do 6º período de graduação em bacharelado em Educação Física – Centro Universitário Augusto Motta (UNISUAM). Aluna de iniciação científica do Programa de Pós-graduação em Desenvolvimento Local do Centro Universitário Augusto Motta (PPGDL/ UNISUAM).



eME
eMuseu do Esporte

