

A Arte do Jiu Jitsu

Jiu Jitsu

Alessandro Reinaldo da Silva

3ºd



Dedicatória

Dedico esse trabalho
a todos Jiu Jiteiros

Jiu Jitsu é uma arte marcial de origem incerta. A tradução das palavras Jiu Jitsu é “arte versátil, suave”. No Jiu Jitsu usa-se a força e o peso do adversário contra ele, sendo permitido, inclusive, lançar o adversário em queda. São utilizados golpes traumáticos e de defesa pessoal (saídas de gravata, contra-golpes, esquivas).

a principal característica da modalidade são os golpes que buscam imobilizar e neutralizar o adversário, através de golpes de articulação, como estrangulamentos e torções das articulações, como braço, tornozelo, etc. É permitido o uso dessas técnicas de luta de chão, com ambos deitados. São proibidas atitudes como: atingir os órgãos genitais, morder, enfiar os dedos nos olhos, puxar cabelo, torcer dedos, etc



A área onde ocorre a luta, o tatame, deve ter no mínimo 64,00 m² e no máximo 100 m². Se a área total é de 64 m², a área interna, onde a luta irá acontecer, deve ser de 36,00 m². O restante é considerado área de Segurança, e deve ter cor diferente.



a origem do Jiu Jitso no Brasil não é motivo de desacordo. O Jiu Jitso foi trazido ao Brasil em 1915, pelo japonês Esai Maeda Koma, ou, como ficou conhecido, Conde Koma. Em 1916, esse japonês conheceu Gastão Gracie, que se tornou um entusiasta do jiu-jitsu. Gastão, então, levou o mais velho de seus oito filhos, Carlos Gracie, então com 15 anos, para aprender a arte com o japonês. Assumiu a profissão de lutador e professor de Jiu Jitsu, e, aos 19 anos mudou-se com a família para o Rio de Janeiro. Após algumas viagens para São Paulo e Minas Gerais, onde foi ministrar aulas e participar de algumas lutas, voltou ao Rio em 1925, e abriu a primeira Academia Gracie de Jiu-Jitsu, com seus irmãos Gastão e Oswaldo como assessores.

Os Gracie aprimoraram as técnicas do Jiu Jitsu , sendo que, a maior diferença para o Jiu Jitsu tradicional, é o fato de que os japoneses privilegiam as quedas, enquanto a técnica dos Gracie privilegia as lutas no chão.



Atualmente, o Jiu Jitsu brasileiro é mais difundido que o original japonês, sendo inclusive, exportado para o Japão e para todo o resto do mundo.



“O verdadeiro homem não é aquele que extravasa sua força física, mas sim aquele que domina sua força interior”

“Não use o Jiu-Jitsu como arma, mas como um esporte que ofereça uma filosofia de vida”

