

Orientações ao retorno das aulas presenciais de judô no ceará: avaliação na pandemia de covid-19

 **Thiago Cavalcante Ferreira Costa¹**

Colégio Santa Cecília, Fortaleza, CE, Brasil

 **André Accioly Nogueira Machado²**

Universidade Estadual do Ceará, Fortaleza, CE, Brasil

Resumo

O objetivo do estudo foi avaliar a percepção dos professores de Judô diante das medidas de segurança propostas pela FECJU no retorno das aulas presenciais pós distanciamento social. Este estudo investigou a percepção de 29 professores de judô no Ceará, com idades entre 18 e 66 anos e, pelo menos, um ano de experiência docente, sobre as medidas de segurança adotadas. Utilizando um questionário semiestruturado, obteve-se como resultado que as maiores dificuldades foram: a compreensão das recomendações de segurança e o distanciamento social durante as aulas. Por outro lado, a linguagem utilizada com termos específicos e a divisão pedagógica das aulas em fases auxiliaram no processo de utilização do guia. Concluímos que a aplicação das medidas de segurança foi mencionada como um fator preponderante na desmotivação e evasão. Além de outros fatores citados, como a falta de contato durante a prática e a dificuldade da realização do treinamento físico.

Palavras-chave: Judo. Covid-19. Pandemia.

Guidelines for the return of presential judo classes in Ceará: evaluation in the covid-19 pandemic

Abstract

The object of the study was to analyze judo teachers' perceptions of the safety measures proposed by the FECJU when returning to face-to-face classes after social distancing. This study investigated the perception of 29 judo teachers in Ceará, aged between 18 and 66 and with at least one year's teaching experience, about the safety measures adopted. Using a semi-structured survey, the results showed that the greatest difficulties were: understanding safety recommendations and social distancing during classes. On the other hand, the language used with specific terms and the pedagogical division of the lessons into phases helped in the process of using the guide. We concluded that the application of safety measures was mentioned as a preponderant factor in demotivation and evasion. In addition to other factors mentioned, such as the lack of contact during practice and the difficulty of carrying out physical training.

Keywords: Judo. Covid-19. Pandemic.

1 Introdução

A COVID-19, caracterizada como pandemia no início de 2020, é uma doença causada pelo coronavírus, de nome científico SARS-CoV-2, que apresenta um quadro clínico variando de infecções assintomáticas a quadros respiratórios graves. Os impactos negativos da pandemia da COVID-19 afetam uma série de atividades humanas frente às respostas de distanciamento social implementadas, exigindo a adoção de uma série de medidas por parte dos órgãos governamentais (Brasil, 2020).

A contaminação por COVID-19 pode acontecer de uma pessoa contaminada para outra ou através de contato próximo por meio de contato com gotículas de saliva, espirro, tosse, catarro, objetos e/ou superfícies contaminadas (Brasil, 2020). Nesse contexto algumas medidas de segurança foram adotadas como forma de prevenção ao contágio pela COVID-19 (Brasil, 2020; WHO, 2021). Contudo, a forma mais eficaz de reduzir a taxa de contaminação e disseminação da COVID-19 de pessoa para pessoa é o distanciamento social, o qual visa diminuir a velocidade de transmissão do vírus (CDC, 2020).

Junto a isso, neste momento de pandemia, a prática de exercícios físicos de intensidade moderada é recomendada, pois a eficácia do sistema imunológico humano pode desempenhar um papel fundamental na prevenção de um indivíduo ao se contaminar e progredir para um estágio grave. A imunomodulação induzida por exercícios de baixa a moderada intensidade podem ser uma ferramenta importante para melhorar as respostas imunológicas contra a progressão da infecção (Leandro et al., 2020; Ranasinghe et al., 2020).

O treinamento de judô promove uma série de resultados positivos relacionados a diversos aspectos, tais como: psicossociais, de aptidão funcional e de saúde. Estudos experimentais mostram evidências de efeitos positivos do treinamento de judô sobre a saúde e a aptidão física, incluindo melhorias significativas na qualidade de vida. Mesmo que seja do conhecimento de grande parte da população que a atividade física regular promove o bem-estar geral ao longo da vida, recentemente, a pandemia da COVID-19 revelou a grande importância de estilos de vida ativos para a saúde física e mental (Palumbo et al., 2023).

Desta forma, encontrou-se uma associação positiva entre a participação no judô e os benefícios para a saúde, tendo como resultado o VO₂max acima da média, uma melhoria na composição corporal, aumento da densidade mineral óssea e do conteúdo mineral ósseo. O aumento da pressão arterial, adaptações arteriais e a

hipertrofia cardíaca em um número significativo de judocas evidenciam que o sistema cardiovascular apresenta grandes mudanças. Resta saber se essas adaptações fisiológicas dos judocas e praticantes de judô representam um risco para futuras doenças cardiovasculares, o que deverá ser examinado em estudos futuros (Drid et al., 2021).

O Guia de Orientação para Retorno às Atividades de Judô foi elaborado com o objetivo de orientar a comunidade do judô filiados à Federação Cearense de Judô (FECJU). Este instrumento serviu de apoio na tomada de decisão, objetivando o retorno gradual das atividades de judô com a estruturação de um ambiente seguro e saudável para todos, com base em referencial teórico dos órgãos de saúde e federações pertinentes às lutas, artes marciais e esportes de combate.

Dessa forma, o objetivo do estudo foi avaliar a percepção dos professores de Judô diante das medidas de segurança propostas pela FECJU no retorno das aulas presenciais pós distanciamento social.

2 Metodologia

De acordo com Gil (2002), o presente trabalho se caracteriza como uma pesquisa com aspecto exploratório e natureza quali-quantitativa. A pesquisa foi realizada no estado do Ceará, em academias filiadas à Federação Cearense de Judô (FECJU) com professores e professoras que ministraram aulas pós-retomada de atividades presenciais utilizando a cartilha “Guia de Orientação para Retorno às Atividades de Judô” elaborada pela FECJU. O período de coleta esteve entre os meses de março e maio do ano de 2021.

O processo de elaboração do Guia ocorreu em duas etapas, tendo como primeira etapa efetuar um levantamento das informações relacionadas a pandemia de COVID-19 pertinentes aos órgãos de saúde, bem como um levantamento em federações, associações e confederações pertinentes às lutas, artes marciais e esportes de combate para embasamento científico na produção do conteúdo, na segunda etapa consistiu em condensar o conteúdo abordado na capacitação, organização e diagramação de forma mais didática e pedagógica dividindo em cinco seções contemplando informações adequadas aos dojos, aos professores, aos alunos, as recomendações de higiene, as recomendações para a retomada de atividades de judô.

A amostra da pesquisa foi composta por 29 professores e professoras que ministram aulas de judô no estado do Ceará. Como critério de inclusão, foi necessário

que o participante estivesse filiado à Federação Cearense de Judô (FECJU), ter utilizado o Guia de Orientação para Retorno às Atividades de Judô, ter a partir de 18 anos de idade e graduação mínima de faixa roxa. O convite e pesquisa foram enviados através do meio virtual aos e-mails ou contatos de WhatsApp disponíveis na base de dados da FECJU, contendo um link para a plataforma Google Formulários. Após o consentimento foi realizada a coleta de dados.

Os professores responderam dois questionários, com perguntas objetivas e subjetivas, elaborados pelos pesquisadores. O primeiro questionário abordou informações como nome, idade, cidade, tempo na modalidade praticada, graduação na modalidade, formação e frequência semanal de aulas. O segundo questionário contemplou a percepção dos professores quanto às situações de adesão, utilização, dificuldades, facilidades, impacto na vida docente, críticas e sugestões referentes ao Guia de Orientação para Retorno às Atividades de Judô.

Após a coleta de dados, a análise dos resultados foi realizada através de estatística descritiva para os dados quantitativos e aplicado o método de análise de conteúdos de Laurence Bardin (Bardin, 1977) para os dados qualitativos.

A pesquisa foi realizada em conformidade com a resolução nº466/12 do Conselho Nacional de Saúde que estabelece a eticidade da pesquisa em: autonomia, beneficência, não maleficência, justiça e equidade.

3 Resultados e Discussão

Para uma melhor compreensão dos dados coletados e seus respectivos resultados, realizou-se a apresentação e a caracterização dos participantes. No quadro 1 constam as informações referentes a idade, tempo de prática no judô, tempo de docência no judô e frequência semanal de aulas ministradas de judô. No quadro 1, observa-se que entre os professores de judô entrevistados ($n=29$), obteve-se uma média de idade de $36,45\pm12,84$ anos, média de tempo de prática de $22,03\pm12,84$ anos, média de tempo de docência no judô de $10,69\pm10,64$ anos, média de frequência semanal de aulas de judô de $6,76\pm7,47$ aulas por semana.

Após a apresentação e caracterização dos participantes, deu-se início ao processo de exploração do material e foi possível observar o surgimento de categorias e subcategorias à medida que foram sendo identificados padrões nas respostas ao longo das questões. As três categorias foram formuladas de acordo com os objetivos e a partir delas, o surgimento de subcategorias.

Quadro 1. Idade, tempo de prática, tempo de docência no judô, frequência semanal de aulas de judô (n=29).

	Idade (Anos)	Tempo de Prática (Anos)	Tempo de Docência no Judô (Anos)	Frequência Semanal de Aulas de Judô (Aulas/Semana)
Mínimo	18	06	01	02
Máximo	66	44	44	35,00
Média	36,48	22,03	10,69	6,76
Desvio Padrão	12,78	12,84	10,64	7,47

Fonte: Elaborado pelo autor.

No Quadro 2, encontram-se listadas todas as três categorias e suas correspondentes dezenove subcategorias identificadas ao longo das respostas das questões.

Na primeira categoria, **Dificuldades e facilidades ao utilizar Guia de Orientação para Retorno às Atividades Presenciais de Judô da Federação Cearense de Judô**, como o próprio nome reforça, apresenta dados que retratam as dificuldades, que serão as três primeiras subcategorias a ser apresentadas e posteriormente, as quatro subcategorias restantes representando as facilidades na utilização do Guia.

A primeira subcategoria, **Aceitação das medidas de segurança dos responsáveis e alunos (infantil/adulto)**, reforça a falta de aceitação, entre praticantes da modalidade Judô, com relação as medidas de segurança recomendadas pelo Guia nas aulas, bem como, a dificuldade da não compreensão da situação vivida, por parte dos familiares.

A partir destes dados, pode-se traçar algumas observações a respeito da resistência dos alunos e responsáveis em ambos os relatos em seguir as recomendações. Embora haja a possibilidade de risco de saúde, ambos relatam a dificuldade de aceitação por tais medidas de segurança. De acordo com o estudo de Merchán-Hamann (1995) acerca do grau de informação e representação de risco ao contágio de HIV/AIDS por adolescentes, o autor descreve que uma melhora no nível

de conhecimento sobre a transmissão e prevenção, leva a ter mais atitudes tolerantes e menos temor a doença. Desta forma a dificuldade em aceitação relatada pode se considerar ao fato do baixo grau de informação e insegurança relacionado a COVID-19.

Quadro 2. Categorias e subcategorias da percepção das mudanças nas aulas de judô pós retomada de atividades presenciais durante a pandemia de covid-19 no Ceará.

CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS
Dificuldades e facilidades ao utilizar Guia de Orientação para Retorno às Atividades Presenciais de Judô da Federação Cearense de Judô	<p>DIFÍCULDADES:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aceitação das medidas de segurança dos responsáveis e alunos (infantil/adulto); 2. Nova metodologia de ensino; 3. Cronograma e medidas de segurança sugeridos para as fases de retomada; <p>FACILIDADES:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Organização metodológica dividida em fases, embasado nas medidas de segurança dos órgãos de saúde; 5. Facilidade de leitura, adaptação e aplicação nas aulas; 6. Aceitação e entendimento dos alunos, pela orientação utilizando os conteúdos do Judô; 7. Gratuita;
Processo e a aplicação do Guia de Orientação para Retorno às Atividades Presenciais de Judô da Federação Cearense de Judô	<p>PROCESSO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adequação a realidade de cada local e faixa etária, obedecendo aos requisitos mínimos das medidas de segurança propostas; 2. De forma gradual; 3. Planejamento em etapas; 4. Exposição do Guia aos alunos, pais e/ou responsáveis; 5. Antecipação de fases propostas; <p>APLICAÇÃO:</p> <ol style="list-style-type: none"> 6. Adaptação da metodologia, dos horários e ambiente de aula, para obedecer às medidas de segurança propostas no Guia; 7. Dificuldades nos alunos devido ao uso de máscara, conforme proposto no Guia;
Mudanças percebidas nas aulas de judô no retorno às atividades presenciais	<p>MUDANÇAS:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Novo modelo de treinamento e regras; 2. Ênfase no treino dos fundamentos básicos do judô; 3. Atitudinal e de costumes, devido a ausência de contato físico e uso de EPI's, passando a sensação de segurança durante a prática; 4. Baixa motivação dos alunos devido ao novo modelo de aula, principalmente na fase inicial; 5. Redução de turmas e evasão de alunos;

Fonte: Elaborado pelo autor

Um ponto identificado durante as análises e que pode ter relação, refere-se ao novo formato de aula utilizada, sendo apresentada na segunda subcategoria, **Nova metodologia de ensino**. A resistência, devido ao novo formato de aula, por causa das adaptações causadas pelo momento vivido impactara na aceitação dos alunos.

Na terceira subcategoria, **Cronograma e medidas de segurança sugeridos para as fases de retomada**, é possível constatar que a resistência relacionada às medidas de segurança e ao novo formato de aula foi um fator de impacto no cronograma sugerido aos professores no Guia. Houve uma dificuldade em seguir o cronograma, devido às medidas de segurança sugeridas no início. Esta resistência à nova realidade conforme atribui Cavalcanti (1980) é uma forma de manifestação do comportamento não sendo somente uma oposição ao fato, nesse sentido a pessoa resiste a possibilidade de mudar ou inovar atribuindo isto a fatores externos, e que a constante adaptação de qualquer indivíduo ao seu meio social está fortemente atada com a resistência, sendo este desprendimento algo complexo e difícil de se desprender.

Na quarta e quinta subcategoria, **Organização metodológica dividida em fases, embasado nas medidas de segurança dos órgãos de saúde e Facilidade de leitura, adaptação e aplicação nas aulas**, apresentam dados que retratam as facilidades, notando-se pontos favoráveis à aplicação do Guia.

Finalizando a categoria na sexta e sétima subcategoria, **Aceitação e entendimento dos alunos, pela orientação utilizando os conteúdos do Judô e Disponível de forma gratuita**, pode-se constatar a facilidade de utilização e compreensão através da linguagem utilizada na escrita, bem como a disponibilidade do material de forma gratuita.

Em contrapartida as dificuldades mencionadas descritos anteriormente, percebeu-se nas últimas duas subcategorias pontos relevantes que facilitaram a utilização, tais como linguagem e abordagem do guia. Estes pontos corroboram com Rameh (2005) que descreve a abordagem de Paulo Freire em seu sistema educacional de alfabetização, que possibilita o domínio da leitura e da escrita em curto prazo permitindo que os conteúdos culturais inerentes ao processo de alfabetização fossem voltados para o exame crítico de problemas sociais, políticos, econômicos vividos pelos alfabetizandos, ou seja, trazendo o conteúdo para a realidade do alfabetizando, assim facilitando o processo de entendimento e aprendizagem.

Na segunda categoria, **Compreender o processo e a aplicação do Guia de Orientação para Retorno às Atividades Presenciais de Judô da Federação Cearense de Judô**, tem o objetivo de apresentar dados que retratam o processo e aplicação do Guia pelos professores e professoras. Desta forma as cinco primeiras subcategorias a serem apresentadas irão expor o processo para a aplicação do Guia e posteriormente, as duas subcategorias restantes representarão a aplicação do Guia.

A primeira subcategoria, **Adequação a realidade de cada local e faixa etária, obedecendo aos requisitos mínimos das medidas de segurança propostas**, retrata o processo de adequação das aulas de Judô, com relação às medidas de segurança recomendadas pelo Guia.

Em concordância e complemento a esta subcategoria, a segunda e terceira subcategorias dizem respeito a **Forma gradual e Planejamento em etapas** no processo de utilização do Guia, respectivamente.

A quarta subcategoria, **Exposição do Guia aos alunos, pais e/ou responsáveis**, apresenta que foi necessário a interação entre professores, alunos e familiares, com relação a difusão das medidas de segurança recomendadas pelo Guia e sua utilização.

Conforme exposto anteriormente destas quatro primeiras subcategorias, pode-se notar o reflexo e contraste positivo das facilidades e dificuldades enfrentadas pelos professores na categoria anterior, que abordam a questão da informação e conscientização dos pais e alunos, a linguagem, a possibilidade de adaptação e sugestão metodológica das aulas.

A quinta subcategoria, **Antecipação de fases propostas**, expõe a necessidade de antecipar algumas fases propostas do guia de acordo com o entendimento de um ambiente seguro para a prática.

Uma das premissas do guia foi proporcionar de forma segura a prática do Judô, seguindo as recomendações dos órgãos de saúde. Em relação ao distanciamento social, os exercícios físicos deveriam ser realizados em casa ou em locais ao ar-livre sem aglomerações utilizando o peso corporal e implementos conforme Raiol (2020), desta forma foram propostas fases com sugestões de metodologia de aula aos professores, portanto os professores poderiam adaptar as fases conforme relato anterior, mesmo que cientes dos riscos inerentes a antecipação destas fases.

A sexta subcategoria, **Adaptação da metodologia, dos horários e ambiente de aula, para obedecer às medidas de segurança propostas no Guia**, denota a

necessidade de adaptação de todo ambiente de prática com o intuito de proporcionar uma prática segura, e os meios utilizados para aplicação desta adaptação.

Estes dados denotam a necessidade de adaptação do ambiente de aulas a fim de promover uma prática segura, bem como proporcionar um retorno gradual nas atividades físicas, visto que de acordo com Mattos (2020), houve um aumento na inatividade física, do comportamento sedentário e dos efeitos negativos relacionados à saúde devido ao período de isolamento social.

A sétima subcategoria, **Dificuldades nos alunos devido ao uso de máscara, conforme proposto no Guia**, relata que durante o processo de aplicação da adaptação do ambiente e das aulas, os praticantes apresentaram certa dificuldade ao novo formato de treinos. Corroborando com a subcategoria anterior, durante a realização dos exercícios alguns alunos tiveram dificuldades quanto ao uso da máscara nas aulas, este ponto reforça que o uso de máscara em exercício de maior intensidade pode ser desconfortável para algumas pessoas devido ao aumento na inspiração de CO₂ (Pifarré, 2020).

A terceira e última categoria, **Descrever as mudanças percebidas nas aulas de judô no retorno às atividades presenciais**, tem o objetivo de apresentar as mudanças percebidas pelos professores e professoras durante a aplicação do Guia em suas aulas. Desta forma as cinco subcategorias a serem apresentadas irão relatar estas mudanças e suas percepções durante a realização dos treinos.

A primeira subcategoria, **Novo modelo de treinamento e regras**, apresenta um novo modelo de aulas a ser utilizado pelos professores a fim de obter uma prática segura no retorno das atividades utilizando as orientações do Guia.

A segunda subcategoria, **Ênfase no treino dos fundamentos básicos do judô**, demonstra que durante este novo formato de aula adaptada, os alunos tiveram momentos que acentuaram os fundamentos básicos do judô. De acordo com o exposto na primeira e segunda subcategoria, notou-se uma mudança significativa no formato de aula devido ao distanciamento social, no entanto foi a oportunidade para os professores em ministrar os fundamentos da modalidade e a preparação física de forma mais enfática durante os treinos.

A terceira subcategoria, **Atitudinal e de costumes, devido à ausência de contato físico e uso de EPI's, passando a sensação de segurança durante a prática**, contextualiza as mudanças percebidas pelos professores, por parte dos alunos durante a prática da modalidade em suas aulas. O judô é um esporte de

contato em seus vários momentos de prática (Júnior, 1999; Miarka et al., 2012; 2014), e dentre as partes inerentes a modalidade a competição é a culminância dos treinos para muitos praticantes, que por momentos negligenciam outros aspectos além da luta, relacionando-se ao exposto em que no geral a mudança de paradigma para muitos alunos foi um fator de grande impacto.

Por fim na quarta e quinta subcategoria, **Baixa motivação dos alunos devido ao novo modelo de aula, principalmente na fase inicial e Redução de turmas e evasão de alunos**, descreve os aspectos motivacionais dos praticantes durante as aulas e o impacto que esta mudança causou. Conforme mencionado, o fator motivacional dos alunos foi um dos pontos relacionados às mudanças, quer sejam aspectos intrínsecos inerentes aos alunos ou fatores extrínsecos no ambiente de aulas. De acordo com Garcia (2021) embora a maioria dos praticantes preferisse aulas de judô presenciais, as aulas remotas eram uma alternativa aceitável e segura durante a quarentena, isto indica que não só o novo modelo de aula pode ter ocasionado a baixa motivação e a evasão dos alunos, sendo necessário relacionar outros fatores para esclarecer o motivo.

4 Considerações finais

Este estudo objetivou avaliar a percepção dos professores de judô diante das medidas de segurança adotadas no retorno das aulas presenciais pós distanciamento social no Ceará. Constatou-se que as maiores dificuldades foram a compreensão das recomendações de segurança para a prática do judô e o distanciamento social durante as aulas, visto que a modalidade é um esporte que requer contato em grande parte de sua prática.

Contudo a linguagem utilizada com termos do judô e a divisão pedagógica das aulas em fases, foram fatores que na percepção dos participantes do estudo auxiliaram no processo de utilização do guia na retomada de aulas, o que corroborou com a versatilidade em adaptar as fases sugeridas de acordo com a realidade de cada local.

Pode-se observar que grande parte dos participantes realizou algum planejamento para a retomada de aulas, este fator contribuiu com socialização das recomendações do guia com os alunos e responsáveis, mesmo estes apresentando certa resistência às recomendações. Desta forma a nova metodologia utilizada foi mencionada como um fator preponderante na baixa motivação e evasão de alunos, mas não foi identificado que apenas este ponto possa ser o responsável, tendo como

potenciais outros fatores tais como: falta de contato durante a prática e treinamento físico.

Portanto, sugere-se que novos estudos sejam realizados que contemplem o aprofundamento das percepções levantadas nesse trabalho e que colaborem para futuras situações semelhantes aos problemas que afigem a sociedade brasileira, tais como a pandemia de COVID-19.

Referências

BARDIN, Laurence. **L'analyse de contenu**. Paris: Presses universitaires de France, 1977.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (org.). **Sobre a doença**: como é transmitido. Como é transmitido. 2020. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/covid-19/transmissao>. Acesso em: 11 dez. 2024.

CAVALCANTI, Edmar de Carvalho. **A resistência do professor as mudanças de metodologia de ensino**. Dissertação (Mestrado em Psicologia Aplicada) - Instituto de Seleção e Orientação Profissional, Fundação Getúlio Vargas - FGV, Rio de Janeiro, 1980. Disponível em: <https://repositorio.fgv.br/items/40a8edad-cca2-4a45-b091-ff893c4f3b94/full> Acesso em 10 de dez. 2024.

DRID, P. et al. Health Implications of Judo Training. **Sustainability**, v. 13, n. 20, p. 11403, 15 out. 2021. DOI: <https://doi.org/10.3390/su132011403>

EUA. CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (CDC). (org.). **Social Distancing**: Keep a safe distance to slow the spread. Keep a Safe Distance to Slow the Spread. 2024. Disponível em: <https://www.cdc.gov/respiratory-viruses/prevention/precautions-when-sick.html>. Acesso em: 10 dez. 2024.

GARCIA, Jeanette M. et al. Transition of a judo program from in-person to remote delivery during COVID-19 for youth with autism spectrum disorder. **Advances in Neurodevelopmental Disorders**, v. 5, n. 2, p. 227-232, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1007/s41252-021-00198-7>

GIL, ANTÔNIO CARLOS. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002.

JÚNIOR, Orozimbo Cordeiro; FERREIRA, Marcelo Guina; RODRIGUES, Anegleyce Teodoro. A evolução sócio-histórica do judô: primeiras aproximações. **Journal of Physical Education**, v. 10, n. 1, p. 13-21, 1999. DOI: <http://dx.doi.org/10.4025/reveducfisv10n1p13-21>

LEANDRO, Carol Gois; SILVA, Wylla Tatiana Ferreira; LIMA-SILVA, Adriano Eduardo. Covid-19 and exercise-induced immunomodulation. **Neuroimmunomodulation**, p. 1, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1159/000508951>

MATTOS, Samuel Miranda et al. Recomendações de atividade física e exercício físico durante a pandemia Covid-19: revisão de escopo sobre publicações no Brasil. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, v. 25, p. 1-12, 2020. DOI: <https://doi.org/10.12820/rbafs.25e0176>

MERCHÁN-HAMANN, Edgar. Grau de informação, atitudes e representações sobre o risco e a prevenção de AIDS em adolescentes pobres do Rio de Janeiro, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 11, n. 3, p. 463-478, 1995. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0102-311X1995000300022>

MIARKA, B.; CURY, R.; JULIANETTI, R.; BATTAZZA, R.; JULIO, U.F.; CALMET, M.; FRANCHINI, E. A comparison of timemotion and technical-tactical variables between age groups of females judo matches. **Journal of sports sciences**, 2014. DOI: <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.903335>

MIARKA, B. **Modelagem das interações técnicas e táticas em atletas de judô: interações inter e intra-categorias de combate do circuito mudial e dos Jogos Olímpicos de Londres**. Escola de Educação Física e Esportes - Universidade de São Paulo, São Paulo, Tese de doutorado, 2014. DOI: <http://dx.doi.org/10.13140/RG.2.2.12537.49762>

MIARKA, B.; PANISSA, V.L.G.; JULIO, U.F.; DEL VECCHIO, F.B.; CALMET, M.; FRANCHINI, E. A comparison of time-motion performance between age groups in judo matches. **Journal of Sports Sciences**, 30 (9): 899-905, 2012. DOI: <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.679675>

PALUMBO, F. et al. Risks and Benefits of Judo Training for Middle-Aged and Older People: A Systematic Review. **Sports**, v. 11, n. 3, p. 68, 14 mar. 2023. DOI: <https://doi.org/10.3390/sports11030068>

PIFARRÉ, Fernando et al. COVID-19 and mask in sports. **Apunts Sports Medicine**, v. 55, n. 208, p. 143-145, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2020.06.002>

RAIOL, Rodolfo A. Praticar exercícios físicos é fundamental para a saúde física e mental durante a Pandemia da COVID-19. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 2, p. 2804-2813, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n2-124>

RAMEH, Letícia. Método Paulo Freire: Uma contribuição para a história da educação brasileira. **V Colóquio Internacional Paulo Freire-Recife**, v. 19, 2005. Disponível em: <http://www.musicaeeducacao.ufc.br/Para%20o%20site/Revistas%20e%20peri%C3%B3dicos/Educa%C3%A7%C3%A3o/Paulo%20Freire.pdf> Acesso em 10 de dez. 2024.

RANASINGHE, Chathuranga; OZEMEK, Cemal; ARENA, Ross. Exercise and well-being during COVID 19-time to boost your immunity. **Expert Review of Anti-infective Therapy**, v. 18, n. 12, p. 1195-1200, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1080/14787210.2020.1794818>

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO) (org.). **Listings of WHO's response to COVID-19.** 2020. Disponível em: <https://www.who.int/news/item/29-06-2020-covidtimeline>. Acesso em: 11 dez. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION WHO (org.). **Coronavirus disease (COVID-19) advice for the public.** 2021. Disponível em: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public>. Acesso em: 11 dez. 2024.

¹**Thiago Cavalcante Ferreira Costa**, ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-1451-7348>

Graduado em Educação Física pela Universidade Estadual do Ceará (UECE), Faixa Preta de Judô 2º Dan, Atuação em Educação Física Escolar nos níveis infantil e fundamental e em Lutas com ensino do Judô.

Contribuição de autoria: Conceituação, Escrita – revisão e edição.

Lattes: [https://lattes.cnpq.br/4262873428265476](http://lattes.cnpq.br/4262873428265476)

E-mail: thiagocfc@outlook.com

² **André Accioly Nogueira Machado**, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0838-2835>

Professor Adjunto do Curso de Graduação em Educação Física da Universidade Estadual do Ceará. Doutor em Ciências-Fisiologia – UFRJ. Mestre em Ciências Fisiológicas – UECE. Graduado em Educação Física – UNIFOR. Professor e pesquisador do Núcleo de Investigação em Atividade Física na Escola (NIAFE - UECE).

Contribuição de autoria: Conceituação, Escrita – revisão e edição.

Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3299539940914212>

E-mail: andre.accioly@uece.br

Como citar este artigo (ABNT):

FERREIRA COSTA, Thiago Cavalcante; NOGUEIRA MACHADO, André Accioly.

Orientações ao retorno das aulas presenciais de judô no Ceará: avaliação na pandemia de Covid-19. **Revista de Instrumentos, Modelos e Políticas em Avaliação Educacional**, v. 6, p. e025001, 2024. DOI:

<https://doi.org/10.51281/impa.e025001>

Recebido em 14 de dezembro de 2024

Aprovado em 28 de dezembro de 2024

Publicado em 07 de fevereiro de 2025