

**HISTÓRICO E EVOLUÇÃO DAS ARTES MARCIAIS E LUTAS: UMA REVISÃO
NARRATIVA DA LITERATURA**

**HISTORY AND EVOLUTION OF MARTIAL ARTS AND FIGHTING: A NARRATIVE
REVIEW OF THE LITERATURE**

**HISTORIA Y EVOLUCIÓN DE LAS ARTES MARCIALES Y LA LUCHA: UNA REVISIÓN
BIBLIOGRÁFICA NARRATIVA**

 <https://doi.org/10.56238/sevened2025.026-029>

João Vitor de Souza Moreira

Graduado em Bacharelado em Educação Física
Universidade Federal de Juiz de Fora
Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n, São Pedro, Juiz de Fora – MG, 36036-900
E-mail: joao.moreira@estudante.ufjf.br

Camille dos Reis Molina

Mestranda em Exercício e Esporte

Instituição : Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n, São Pedro, Juiz de Fora – MG, 36036-900
E-mail: camille.molina@hotmail.com

Matheus Silva Martins

Graduando em Bacharelado em Educação Física
Universidade Federal de Juiz de Fora
Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n, São Pedro, Juiz de Fora – MG, 36036-900
E-mail: matheus.martins01@hotmail.com

Leonardo Olier de Souza Monteiro

Graduando em Bacharelado em Educação Física
Universidade Federal de Juiz de Fora
Juiz de Fora, Minas Gerais, Brasil

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n, São Pedro, Juiz de Fora – MG, 36036-900
E-mail: monteiroleonardo33@gmail.com

Marcelo Pereira dos Santos

Mestre em Exercício e Esporte

Instituição de atuação: Centro Universitário de Valença (UNIFAA)

Endereço institucional: R. Srg. Vitor Hugo, 161 - Fatima, Valença - RJ, 27600-000
E-mail: marcelo.santos@faa.edu.br



André Calil e Silva

Doutor em Ciências da Saúde

Instituição: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n - São Pedro,
Juiz de Fora – MG, 36036-900

E-mail: andre_calil@hotmail.com

Guilherme de Jesus do Nascimento

Mestrando em Exercício e Esporte

Instituição de atuação: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n, São Pedro, Juiz de
Fora – MG, 36036-900

E-mail: gnascimentoayla@gmail.com

Jefferson da Silva Novaes

Doutor em Educação Física

Instituição de atuação: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n - São Pedro,
Juiz de Fora – MG, 36036-900

E-mail: jeffsnovaes@gmail.com

Jeferson Macedo Vianna

Doutor em Ciências do Desporto

Instituição de atuação: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n - São Pedro,
Juiz de Fora – MG, 36036-900

E-mail: jeferson.vianna@ymail.com

Leonardo Hadade Galdino

Mestrando em Exercício e Esporte

Instituição: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n, São Pedro, Juiz de
Fora – MG, 36036-900

E-mail: leonardo.hadadegal07@gmail.com

Maria Antônia de Jesus Nogueira

Graduanda em Bacharelado em Educação Física

Instituição : Centro Universitário de Valença (UNIFAA)

Endereço institucional: R. Srg. Vitor Hugo, 161 - Fatima, Valença - RJ, 27600-000

E-mail: mantoniaj@gmail.com

Diogo Pantaleão

Mestre em Exercício e Esporte

Instituição de atuação : Centro Universitário de Valença (UNIFAA)

Endereço institucional: R. Srg. Vitor Hugo, 161 - Fatima, Valença - RJ, 27600-000

E-mail: diogoptl@gmail.com

Aline Toledo de Oliveira

Mestre em Exercício e Esporte

Instituição: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n - São Pedro,
Juiz de Fora – MG, 36036-900

E-mail: alinetoledo13@hotmail.com

Aline Aparecida de Souza Ribeiro

Doutora em Exercício e Esporte

Instituição de atuação: Universidade Federal de Juiz de Fora

Endereço institucional: Campus Universitário, Rua José Lourenço Kelmer, s/n - São Pedro,

Juiz de Fora – MG, 36036-900

E-mail: ribeiroasaline@gmail.com

RESUMO

A história das artes marciais e lutas evoluíram para expressões esportivas e culturais estruturadas, assim discutir estes aspectos é essencial a fim de elucidar as transformações históricas, os impactos culturais e as manifestações contemporâneas destas práticas. O objetivo desta pesquisa foi realizar uma revisão narrativa da literatura a fim de verificar como se deu o processo histórico e evolutivo das artes marciais e lutas em diferentes culturas e quais foram seus impactos na transformação de práticas guerreiras em manifestações esportivas, filosóficas e culturais contemporâneas. Foi realizada uma revisão narrativa de literatura, utilizando os descritores: “artes marciais”, “lutas”, “história”, “origem”, “evolução”, “esportivização”. A busca foi efetuada nas bases de dados *Scholar Google* e *SciELO*. Os resultados foram discutidos em três grandes eixos: desenvolvimento histórico, impacto cultural e manifestações contemporâneas. O Desenvolvimento histórico das artes marciais advém de questões ligadas ao poder, a defesa pessoal, os rituais religiosos e posteriormente às práticas esportivas. Os impactos culturais dessas atividades se relacionam com aspectos filosóficos e sociais de suas regiões de origem como vemos na disciplina presente nas artes marciais japonesas. Quanto a manifestação contemporânea observa-se uma inserção maior das lutas como atividades corporais capazes de melhorar a aptidão física e o desenvolvimento pessoal, além de serem importantes formas de lazer e prática esportiva. Conclui-se que as Artes Marciais passaram por grandes transformações ao longo dos anos acompanhando o desenvolvimento das sociedades, onde ainda exerce grande influência como mecanismo de desenvolvimento físico e pessoal de quem a pratica.

Palavras-chave: História. Arte Marcial. Luta. Evolução. Esportivização.

ABSTRACT

The history of martial arts and fighting has evolved into structured sporting and cultural expressions, so discussing these aspects is essential in order to elucidate the historical transformations, cultural impacts and contemporary manifestations of these practices. The aim of this research was to carry out a narrative review of the literature in order to ascertain how the historical and evolutionary process of martial arts and wrestling took place in different cultures and what their impacts were on the transformation of warrior practices into contemporary sporting, philosophical and cultural manifestations. A narrative literature review was carried out using the descriptors: “martial arts”, “fighting”, “history”, “origin”, “evolution”, “sportivization”. The search was carried out in the *Scholar Google* and *SciELO* databases. The results were discussed along three main axes: historical development, cultural impact and contemporary manifestations. The historical development of martial arts stems from issues related to power, self-defense, religious rituals and later sports practices. The cultural impact of these activities is related to the philosophical and social aspects of their regions of origin, as we can see in the discipline present in Japanese martial arts. In terms of contemporary manifestations, there has been a greater inclusion of fighting as a bodily activity capable of improving physical fitness and personal development, as well as being an important form of leisure and sporting practice. It can be concluded that martial arts have undergone major transformations over the years in line with the development of societies, where they still have a major influence as a mechanism for the physical and personal development of those who practice them.

Keywords: History. Martial Art. Fighting. Evolution. Sportivization.

RESUMEN

La historia de las artes marciales y de la lucha ha evolucionado hacia expresiones deportivas y culturales estructuradas, por lo que discutir estos aspectos es esencial para dilucidar las transformaciones históricas, los impactos culturales y las manifestaciones contemporáneas de estas prácticas. El objetivo de esta investigación fue realizar una revisión narrativa de la literatura para conocer cómo se dio el proceso histórico y evolutivo de las artes marciales y la lucha en diferentes culturas y cuáles fueron sus impactos en la transformación de las prácticas guerreras en manifestaciones deportivas, filosóficas y culturales contemporáneas. Se realizó una revisión bibliográfica narrativa utilizando los descriptores: “artes marciales”, “lucha”, “historia”, “origen”, “evolución”, “deportivización”. La búsqueda se realizó en las bases de datos Scholar Google y SciELO. Los resultados se analizaron en torno a tres ejes principales: desarrollo histórico, impacto cultural y manifestaciones contemporáneas. El desarrollo histórico de las artes marciales tiene su origen en cuestiones relacionadas con el poder, la autodefensa, los rituales religiosos y, posteriormente, las prácticas deportivas. El impacto cultural de estas actividades está relacionado con los aspectos filosóficos y sociales de sus regiones de origen, como se observa en la disciplina presente en las artes marciales japonesas. En cuanto a las manifestaciones contemporáneas, se ha producido una mayor inclusión de la lucha como actividad corporal capaz de mejorar la forma física y el desarrollo personal, además de ser una importante forma de ocio y práctica deportiva. Se puede concluir que las Artes Marciales han sufrido grandes transformaciones a lo largo de los años en consonancia con el desarrollo de las sociedades, en las que sigue ejerciendo una gran influencia como mecanismo para el desarrollo físico y personal de quienes las practican.

Palabras clave: Historia. Arte marcial. Lucha. Evolución. Deportivización.

1 INTRODUÇÃO

A origem dos esportes modernos se diferencia das origens do conceito mais amplo de lutar relacionado à busca pela sobrevivência, historicamente envolvido com os seres humanos desde o período da pré-história, o homem pré-histórico, no primórdio do seu primitivismo, tinha sua vida cotidiana assinalada, sobretudo, por duas grandes preocupações: atacar e se defender (So; Betti, 2013; Paiva, 2015).

Os primeiros indícios da utilização pelo homem de alguma forma primitiva de lutas individuais e sem armas datam de três a quatro mil anos Antes de Cristo (Virgílio, 1994). No entanto, antes disso, o conhecimento se perde no tempo, mas a própria sobrevivência do homem supõe alguma forma de luta. Ou seja, o ato de lutar é tão antigo quanto a própria história da humanidade (Natali, 1981; Rufino; Darido, 2013).

Ao longo do tempo, estas manifestações que foram de sobrevivência e utilitárias passaram a ser sistematizadas e regulamentadas de acordo com cada sociedade, assim surgindo diferentes práticas, permeadas de processos históricos repletos de rupturas e discontinuidades (Virgílio, 1994). Este contexto é essencial porque destaca o conceito e origem das Artes Marciais e Lutas, principalmente sobre as Lutas que está ligada a história.

A origem das Artes Marciais e Lutas diferencia-se da origem dos esportes modernos, primeiro é preciso deixar claro que “esportes” são estes. Rufino e Darido (2013) afirmam que os esportes modernos surgiram na Inglaterra no século XIX, porém os autores defendem que já no século XVIII se iniciou o que eles denominam de “processo de esportivização” dos passatempos populares, ou seja, os conceitos sobre esporte caracterizados a seguir correspondem aos do esporte moderno, originário na Inglaterra do século XIX.

As Artes Marciais e as Lutas têm sido parte essencial da história da humanidade, desde os primórdios da civilização até os dias atuais. Essas práticas, não apenas serviram como forma de autodefesa, mas também desempenham papéis significativos na cultura, na filosofia e na formação da sociedade ao redor do mundo (Franchini; Del Vecchio, 2011).

Na atualidade, considerando a evolução das Artes Marciais e Lutas, elas estão presentes em academias e é possível observar um tipo de ideologia que liga a prática, a saúde e a estética. Há nestes espaços, a prática de modalidade como o *Body Combat*, uma atividade de ginástica coletiva aeróbia que usa os gestos das lutas e que está totalmente desvinculado dos princípios técnicos e filosóficos das Artes Marciais (Kruszewski *et al.*, 2024).

Por fim, vale destacar que as Artes Marciais não servem apenas como esportes competitivos, mas também como caminhos para o desenvolvimento pessoal, destacando a disciplina mental e os valores éticos (De Souza Ribeiro *et al.*, 2025). Neste sentido, com o intuito de elucidar a história e evolução das Artes Marciais e Lutas, esta pesquisa teve o objetivo de realizar uma revisão narrativa da

literatura a fim de verificar como se deu o processo histórico e evolutivo das Artes Marciais e Lutas em diferentes culturas e quais foram seus impactos na transformação de práticas guerreiras em manifestações esportivas, filosóficas e culturais contemporâneas.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Realizou-se uma revisão narrativa de literatura com diferentes tipos de documentos. Esse tipo de pesquisa permite uma descrição ampliada sobre o assunto, no entanto, não exauri as fontes de informação, tendo em vista que sua realização é feita por busca e análise sistematizada dos dados (Canuto; De Oliveira, 2020).

Os trabalhos inclusos neste estudo foram obtidos a partir da busca com os descritores “artes marciais”, “lutas”, “história”, “origem”, “evolução”, “esportivização”. A busca foi realizada na base de dados *Scholar Google* e *SciELO*. Foram selecionados estudos que apresentaram os descritores ou no título ou no resumo do texto, de modo a contribuir para os achados sobre o tema desta pesquisa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Para atender ao objetivo desta pesquisa que foi realizar uma revisão narrativa da literatura sobre o processo histórico e evolutivo das Artes Marciais e Lutas em diferentes culturas e quais foram seus impactos na transformação de práticas guerreiras em manifestações esportivas, filosóficas e culturais contemporâneas. Com base nos estudos analisados, três grandes eixos temáticos puderam ser analisados, sendo: 1) Desenvolvimento histórico; 2) Impacto cultural; 3) Manifestações contemporâneas. Estes estão diretamente relacionados ao objetivo desta pesquisa. Dessa forma, segue-se a discussão baseada nos eixos temáticos localizados nos artigos.

3.1 DESENVOLVIMENTO HISTÓRICO

O termo Arte Marcial deriva de “Marte”, o Deus romano da guerra. Esta é caracterizada pelo uso de um conjunto de técnicas sistematizadas que são usadas por um povo para sua autodefesa com o objetivo de neutralizar o oponente. Ainda, é importante destacar que o termo Arte Marcial pode compreender práticas com conotações e/ou objetivos filosóficos e/ou espirituais (Paiva, 2015; Correia; Franchini, 2010).

A origem das Artes Marciais é cercada por muitas dúvidas e teorias diferentes, sendo a versão mais conhecida, principalmente na história oriental, a história que tem como personagem principal o Monge Budista Bodhidharma que deixou o seu país no século VI. Ele viajou da Índia para a China, pernoitando nos templos que encontrava pelo caminho e pregando aos Monges ou a quem quer que fosse a filosofia Zen e uma série de exercício físicos (Natali, 1981).

O Monge Budista, depois de ter perambulado por boa parte do território chinês, foi conduzido ao Templo Shaolin. Diz a lenda que ao penetrar no velho mosteiro deparou-se com a precária condição de saúde dos Monges fruto de sua inatividade física. Foi então que iniciou os Monges na prática de uma série de exercícios físicos, ao mesmo tempo em que lhes transmitia os fundamentos da filosofia Zen, tendo por objetivo tanto a reabilitação física quanto espiritual (Paiva, 2015).

Os exercícios ensinados por Bodhidharma eram baseados em métodos de respiração profunda e yoga e seus movimentos se assemelhavam a técnicas de combate. A prática desses exercícios logo se tornou uma tradição no Templo, vindo mais tarde a atingir um estado de evolução tal que pôde ser considerada como verdadeiro e completo sistema de autodefesa: o “Kung Fu Shaolin”. A reputação dos Monges lutadores logo se espalhou pela China fazendo com que o “Kung Fu Shaolin” se difundisse (Breda *et al.*, 2010).

O Kung Fu é tido como o estilo que deu origem à maioria das Artes Marciais conhecidas atualmente. Os imigrantes chineses difundiram às técnicas desenvolvidas no Templo Shaolin em outros espaços da China e em outros países como o Japão, onde novas artes foram surgindo e se desenvolvendo (Breda *et al.*, 2010). O termo Arte Marcial, atualmente é usado no oriente e ocidente para lutas com ou sem armas tradicionais. Seja o Bushido no Japão ou Wushu na China, ambos são termos mais específicos para o combate, significando “caminho do guerreiro” (Paiva, 2015).

Na esfera social, o termo luta pode apresentar diferentes significados. Na área da Educação Física e esportes, o termo está relacionado a um conteúdo da cultura corporal. Assim, pode ser entendida como disputas corporais nas quais os participantes empregam técnicas, táticas e estratégias específicas para imobilizar, desequilibrar, atingir ou excluir o oponente de um determinado espaço, combinando ações de ataque e defesa dirigidas ao corpo adversário (Brasil, 2018). ‘

É difícil datar o surgimento das lutas, uma vez que não se trata de uma ação isolada e sim de uma construção sociocultural que foi sendo transformada e recebendo novos significados ao longo do tempo. Nossos ancestrais eram obrigados a lutar, independente dos motivos, o objetivo era quase sempre o poder (Paiva, 2015).

As primeiras formas de lutas surgiram com a necessidade de defesa pessoal, e com o tempo foram aparecendo outras formas como as lutas em rituais (especialmente povos indígenas), na preparação de exércitos para a guerra (no Oriente e na Grécia Antiga), como um jogo, como um exercício físico (na Europa) e como forma de defesa (capoeira, no Brasil) (Breda *et al.*, 2010).

Na contemporaneidade, essas práticas foram se transformando em sistemas bem definidos, estabelecidos pelo esporte, principalmente após o declínio das lutas corporais a partir do século XVI, com a chegada da pólvora na Europa. Posteriormente, com as tecnologias de guerra, os combates corpo a corpo passaram a ter relevância secundária na área militar. Com o tempo, as lutas adquiriram um

caráter desportivo, tendo sido adaptadas regras gerais que estipulam o desenvolvimento de competições (Oliveira; Santos, 2006).

3.2 IMPACTO CULTURAL

As artes marciais estão dispostas de formas variadas, enfatizando não só sua prática como atividade física, mas também profundamente enraizadas em práticas e filosofias culturais. Essa perspectiva antropológica enriquece a compreensão das artes marciais como reflexo dos valores e tradições sociais atrelados a origem da arte marcial (“Martial Arts of the World”, 2000).

Na análise do impacto cultural das artes marciais verifica-se a incorporação de elementos culturais, por parte dos praticantes, em seus treinamentos. Como exemplo, as tradições africanas ensaiam movimentos de combate por meio da dança, enquanto o Aikido japonês se concentra em misturar com o agressor, ao invés de se opor a ele. Dessa forma, essas práticas ilustram os fundamentos filosóficos das artes marciais (García, 2018; Bowman, 2020).

As Artes Marciais carregam a missão em promover o desenvolvimento de habilidades socioemocionais como o respeito, a higiene pessoal, as regras promovendo a inserção social mais ajustada com sujeitos capazes de integrar a sociedade e conviver de forma respeitosa e harmônica (Stamenkovic *et al.*, 2022). A formação de habilidades socioemocionais, por meio das Artes Marciais, contribui fortemente para a formação de crianças e adolescentes, moldando o caráter delas e também a capacidade de lidar com frustrações (Alif *et al.*, 2024). De maneira geral, estes aspectos estão atrelados a filosofia, a cultura, a origem da arte marcial que como consequência transformam de forma integral seus praticantes.

As diferentes artes marciais refletem as narrativas e filosofias culturais únicas de suas origens, como a ênfase na disciplina nas artes japonesas, como o Kendo, o Judô e a fluidez no Kung Fu chinês (Huang; Hong, 2018). Assim, sobressaem-se nas artes marciais a combinação de disciplina de combate com filosofia, tradição e códigos de honra. Destaca-se neste contexto figuras históricas como os Samurais japoneses e os cavaleiros medievais que exemplificam essa mistura do treinamento físico e ético com a importância da honra na prática de artes marciais (Culeddu, 2018).

Em resumo, as artes marciais servem como um recurso valioso para compreender a natureza multifacetada das artes marciais, enfatizando suas dimensões históricas, culturais e filosóficas. Vale destacar que a globalização das artes marciais levou a fusão de estilos e filosofias, impactando as práticas esportivas e culturais contemporâneas em todo o mundo (Green; Svinth, 2000).

3.3 MANIFESTAÇÕES CONTEMPORÂNEAS

No século XIX, as lutas foram agregando novos valores e modos de comportamento, condizentes com a inserção dos costumes ocidentais, afastando-se das origens guerreiras e técnicas

fatais e ligando as técnicas de defesa pessoal ao lazer e ao exercício físico (Breda *et al.*, 2010). Os primeiros confrontos atléticos envolvendo ações de lutas ocorreram na Grécia Antiga, o pancrácio fazia parte dos Jogos Olímpicos. Os primeiros modelos de treinamento foram estruturados neste período. No Brasil, os imigrantes japoneses foram aos poucos disseminando as Lutas e Artes Marciais como o Judô, o Caratê e outros (Junior; Capraro, 2023).

As artes marciais, na atualidade, servem não apenas como esportes competitivos, mas também como caminhos para o desenvolvimento pessoal, enfatizando a disciplina e os valores éticos. As artes marciais e lutas são práticas essenciais para a população, pois promovem saúde, bem-estar, além de englobar o aprimoramento de habilidades motoras, sociais e emocionais. Elas ensinam sobre respeito, autocontrole, autoestima, regras, ordem, higiene e outras habilidades que contribuem para a inserção e convivência em sociedade na contemporaneidade (Merkel, 2013).

Na sociedade contemporânea, com a progressão das artes marciais e as lutas associadas, pode-se observar uma ideologia específica que associa os domínios da prática, do bem-estar e do valor estético. Dentro dessas práticas, atividades como o *Body Combat* são conduzidas e essa forma específica de exercício aeróbico em grupo incorpora movimentos de combate, mas permanece totalmente dissociada dos fundamentos técnicos e filosóficos inerentes às artes marciais tradicionais.

O *Body Combat* e atividades similares, embora promovam a saúde física e o engajamento social, elas podem inadvertidamente diluir a rica herança cultural e os valores educacionais inerentes às artes marciais tradicionais, levantando questões sobre o impacto de longo prazo na compreensão dos alunos sobre as artes marciais como uma prática holística (Rogowska; Kuśnierz, 2013; Sanchez-Lopez; Silva-Pereyra; Fernandez, 2016).

Atualmente, podemos considerar as artes marciais e as lutas como atividades de lazer e exercício que visam aumentar a aptidão física, defesa pessoal e prática esportiva. Além do mais, são constantemente associadas a um estilo de vida orientado por valores e ganham espaço em clubes, escolas, dentre outros.

4 CONCLUSÃO

A partir dessa revisão narrativa, conclui-se que as Artes Marciais passaram por diferentes processos de transformação ao longo do tempo. A evolução dessas atividades corporais caminhou de forma conjunta com o desenvolvimento das sociedades humanas influenciada por fatores culturais, religiosos e esportivos. Suas funções como mecanismos de defesa e combate corporal foram perdendo espaço a partir de sua sistematização como uma prática esportiva. Esse fato não diminuiu o impacto cultural das lutas, que continua a ser perpassado por seus praticantes. Na contemporaneidade, a diversidade que possibilita sua prática permitiu a inserção das lutas em diferentes ambientes, o que



contribuí para sua relevância como uma ferramenta capaz de promover o desenvolvimento físico e pessoal de seus praticantes.

REFERÊNCIAS

- ALIF, M. N. et al. Positive Youth Development (PYD) in Martial Arts Activities: Literature Review. *International journal of disabilities sports & health sciences*, p. 914–922, 2024.
- BOWMAN, P. The Tradition of Invention: On Authenticity in Traditional Asian Martial Arts. p. 205–225, 1 jan. 2020.
- BRASIL. Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. Brasília: MEC, 2018 [1, 3]
- BREDA, M.; GALATTI, L.; SCAGLIA, A.J.; PAES, R.R. *Pedagogia do esporte aplicada às lutas*. São Paulo: Phorte, 2010.
- CANUTO, L. T.; DE OLIVEIRA, A. A. S. Métodos de revisão bibliográfica nos estudos científicos. *Psicologia em Revista*, v. 26, n. 1, p. 83-102, 2020.
- CORREIA, W. R.; FRANCHINI, E. Produção acadêmica em lutas, artes marciais e esportes de combate. *Motriz Revista de Educação Física*, p. 01-09, 2010.
- CULEDDU, M. P. (2018). The Evolution of the Ancient Way of the Warrior: From the Ancient Chronicles to the Tokugawa Period. *Asian Studies*, 6(2), 87-109
- DE SOUZA RIBEIRO, A. A. et al. O ensino dos esportes e das artes marciais na formação de crianças e adolescentes: uma revisão narrativa de literatura. *REVISTA DELOS*, v. 18, n. 66, p. e4723-e4723, 2025.
- FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F. B. *Ensino das lutas: Reflexões e Propostas de Programas*. Scortecci: São Paulo, 2012.
- FRANCHINI, E.; DEL VECCHIO, F. B. Estudos em modalidades esportivas de combate: estado da arte. *Revista brasileira de educação física e esporte*, v. 25, p. 67-81, 2011.
- GREEN, Thomas A.; SVINTH, Joseph R. (Org.). *Martial Arts of the World: An Encyclopedia of History and Innovation*. 2 volumes. Santa Barbara, CA: ABC-CLIO, 2000.
- HUANG, F.; HONG, F. *A History of Chinese Martial Arts*. [s. l.], 2018. Disponível em: <https://www.taylorfrancis.com/books/mono/10.4324/9781315628073/history-chinese-martial-arts-fuhua-huang-fan-hong>.
- JÚNIOR, I. L.; CAPRARO, A. M. Dialogando com os conceitos lutas, artes marciais, esportes de combate (e demais variações) na perspectiva da BNCC. *Revista Didática Sistemica*, v. 25, n. 1, p. 99-111, 2023.
- Kruszewski, A. et al. "Hand-to-hand combat in the 21st century—INNOAGON warrior or modern gladiator?—a prospective study". *Frontiers in Sports and Active Living*, 6 (2024): 1383665.
- MERKEL, D. L. Youth sport: positive and negative impact on young athletes. *Open access journal of sports medicine*, p. 151-160, 2013.
- NATALI, M. *Dicionário Ilustrado de Budô: Artes Marciais do Oriente*. 1, Ed. Rio de Janeiro: Ediouro-Tecnoprint, 1981.

OLIVEIRA, S. R. L. & SANTOS, S.L.C. Lutas Aplicadas a Educação Física Escolar. Curitiba PR, 2006, p. 1-21

PAIVA, L. Olhar clínico nas lutas, artes marciais e modalidades de combate: preparação física-história-antropologia-psicologia-nutrição-sociologia-medicina esportiva. OMP EDITORA, 2015.

ROGOWSKA, A., ;KUSNIERZ, C. (2013). Determinants of the attitude towards combat sports and martial arts. Journal of Combat Sports and Martial Arts, 4(2), 185-190.

RUFINO, L. G. B.; DARIDO, S. C. Possíveis diálogos entre a educação física escolar e o conteúdo das lutas na perspectiva da cultura corporal. Conexões, v. 11, n. 1, p. 144-170, 2013.

SÁNCHEZ GARCÍA, R. An Introduction to The Historical Sociology of Japanese Martial Arts. Martial Arts Studies, v. 0, n. 6, p. 75, 23 jul. 2018.

SANCHEZ-LOPEZ, J. SILVA-PEREYRA, J.; FERNANDEZ, T. Sustained attention in skilled and novice martial arts athletes: a study of event-related potentials and current sources. PeerJ, v. 4, p. e1614, 2016.

SO, M. R.; BETTI, M. Lutas na Educação Física escolar: relação entre conteúdo, pedagogia e currículo. Revista Digital efdportes. com, Buenos Aires, n. 178, 2013.

VIRGILIO, S. A arte do judô. Ed. Rígel, 1994.

STAMENKOVIĆ, A. et al. Effects of Participating in Martial Arts in Children: A Systematic Review. Children, v. 9, n. 8, p. 1203, 11 ago. 2022.