



MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Av. Fernando Correa da Costa, 2367 – Cidade Universitária - 78060-900 – Cuiabá - MT
Tel.: (65) 3615-8833 Fax: (65) 3615-8838

EDITAL

DATAS, HORÁRIOS E MODALIDADES OFERTADAS:

Modalidades	Vagas	Idade Mínima	Turmas	Mínimo alunos	Dias	Horários	Valor Mensalidades	Valor Inscrição
KickBoxing	30	14	01	10	2ª e 4ª	17:30 às 18:30	40,00	50,00
KickBoxing	30	14	02	10	3ª e 5ª	17:30 às 18:30	40,00	50,00
KickBoxing	30	14	03	10	3ª e 5ª	18:30 às 20:00	40,00	50,00
Jiu-Jitsu	30	14	01	10	3ª e 5ª	20:00 às 21:00	40,00	50,00
Jiu-Jitsu	30	14	02	10	2ª, 4ª e 6ª	11:30 as 12:30	40,00	50,00
Judô	30	14	01	10	3ª e 5ª	19:00 às 20:30	40,00	50,00
Karatê	40	14	02	10	2ª, 4ª e 6ª	18:30 às 19:30	40,00	50,00
Jeet Kune Do	50	14	01	10	2ª, 4ª	18:30 às 20:00	40,00	50,00
Arco e Flecha	30	14	02	10	6º	17:30 às 18:30	40,00	50,00
Arco e Flecha	30	14	02	10	6º	18:30 às 19:30	40,00	50,00
Arco e Flecha	30	14	02	10	Sábado	8-10 h	40,00	50,00

Resumo das Modalidades:

- **KickBoxing:** consiste num método de luta que visa aumentar as condições físicas do praticante, aprimorando-o também em técnicas de defesa pessoal, ajudando-o a eliminar as tensões cotidianas. Sua metodologia de combate baseia-se em técnicas de golpes apurados como socos, chutes na canela, joelhadas, cotoveladas, chutes mais variados possíveis, proporcionando assim, uma visão abrangente da arte de lutar.
- **Jiu-Jitsu:** é uma arte marcial japonesa que utiliza uma série de diferentes técnicas e golpes corporais com o objetivo de derrotar ou imobilizar o oponente. Etimologicamente, a expressão japonesa jiu jitsu pode ser traduzida literalmente como “arte da suavidade” ou



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Av. Fernando Correa da Costa, 2367 – Cidade Universitária - 78060-900 – Cuiabá - MT
Tel.: (65) 3615-8833 Fax: (65) 3615-8838

“técnica da brandura”, uma referência ao caráter e filosofia desta arte marcial: o equilíbrio e o controle total do corpo.

- **Judô:** Judô é um estilo de arte marcial esportiva de origem japonesa. Como uma técnica de defesa pessoal, o judô destina-se não apenas ao desenvolvimento físico do judoca (praticante do judô), mas também o seu espírito e mente.
- **Arco e Flecha:** O **tiro com arco** é a prática de utilizar um arco e flechas para atingir um alvo, surgiu como atividade de caça e guerra nos primórdios da civilização, com indícios de sua prática ainda na pré-história. A introdução de armas de fogo retirou do arco e flecha sua função bélica, levando-o a um declínio em sua popularidade. A partir dos séculos XVI e XVII, entretanto, a prática passou a ser cada vez mais tratada como desporto, com torneios semelhantes aos atuais surgindo notadamente na Inglaterra. O mais antigo torneio de tiro com arco registrado, o Scorton Arrow, foi disputado em 1673 em Shitzu. O tiro com arco foi introduzido nos Jogos Olímpicos modernos em 1900, sendo disputado até 1920. A discrepância entre as regras aplicadas nos diferentes países fez com que a modalidade ficasse ausente do evento por várias décadas. A partir de 1972, em Munique, com a adoção das regras da Federação Internacional de Tiro com Arco, (FITA), por um número suficiente de países, o tiro com arco voltou à condição de desporto Olímpico, a qual mantém até hoje.
- **Karatê:** Consiste em uma arte marcial japonesa e um método de ataque e defesa pessoal que inclui diversas técnicas executadas com as mãos desarmadas. Os praticantes de karatê são denominados “caratecas”. Nas lutas, os caratecas só podem usar as armas de combates naturais, ou seja, o próprio corpo (mãos, braços, pés, pernas, etc.), incluindo os bons reflexos de visão e a inteligência;
- **Jeet Kune Do:** Jeet Kune Do é uma busca por simplicidade e assim obtendo a eficiência, com isso o Jeet kune Do foi desenvolvido através de uma junção de várias artes marciais, utilizando-se técnicas como: Wing Chun (Kung fu), Boxe, Kali - esgrima (arte marcial Filipina), Esgrima Inglesa, Judo, Jiu Jitsu Japones, Savate (Boxe Frances), Muay Thai (Boxe Tailandes), Tai Chi Chuan e Karate. O Jeet Kune Do/JKD, foi desenvolvido pelo ator Bruce Lee, onde ele tinha uma nova visão de combate, não se trata de uma nova arte marcial, e sim, de um novo método de se olhar as artes marciais.
- **Equipe de trabalho:** todas as atividades serão desenvolvidas, aplicadas e supervisionadas pelo coordenador deste programa, que é professor de educação física, com mestrado na área de suplementação com atletas, doutorado em obesidade e emagrecimento, fellow na universidade de Washington-EUA em doenças metabólicas e Pós Doutor em esportes de alto rendimento, faixa preta de judô, de jiu jitsu e de kick boxing, introdutor desta última no estado de Mato Grosso, ex-diretor técnico da federação de judô, ex-presidente da federação de pugilismo e ex-atleta internacional nestas modalidades, também competiu a nível



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
UNIVERSIDADE FEDERAL DE MATO GROSSO
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Av. Fernando Correa da Costa, 2367 – Cidade Universitária - 78060-900 – Cuiabá - MT
Tel.: (65) 3615-8833 Fax: (65) 3615-8838

nacional em karatê, boxe e tae kwon do, é o coordenador do mestrado em educação física, orientador no doutorado em ciências médicas e no mestrado em inovação, e; por profissionais das mais diversas áreas da saúde (educadores físicos, médicos, nutricionistas), professores e acadêmicos da UFMT, devidamente treinados e preparados para a aplicação das mesmas. Serão feitas avaliações físicas e antropométricas antes e ao final do programa de treino para avaliar a influência do mesmo sobre os diversos parâmetros físicos e psicológicos.

- **INSCRIÇÕES: SITE DA FUNDAÇÃO UNISELVA**
- **PERÍODO DE DURAÇÃO DAS ATIVIDADES:** 07/02/2018 à 21/12/2018.
- **DOCUMENTAÇÃO NECESSÁRIA PARA EFETIVAÇÃO DA MATRÍCULA:** RG E CPF cópia e original, boleto da inscrição PAGO, ATESTADO MÉDICO informando o interessado estar APTO para realização de Atividades Físicas e uma foto 3x4 atual.
- **LOCAL DA MATRÍCULA:** Laboratório de Educação Física - NAFIMES – GINÁSIO DE ESPORTES DA UFMT (3615-8833).
- **Assinatura do contrato:** Deverá ser trazido preenchido digitalizado e será assinado no ato da entrega da documentação e efetivação da matrícula.
- **Recesso das atividades:** 21/12/2018.
- **OBS: Não haverá devolução de recursos em caso de desistência. O mesmo será feito, caso não consigamos fechar as turmas.**
- **Após o pagamento da inscrição. O aluno deverá comparecer no NAFIMES munido de toda a documentação necessária para efetivação da matrícula estando em seguida apto a participar das aulas.**

Leia atentamente o Edital e o Contrato antes de fazer sua inscrição

Prof. Drº Carlos Alexandre Fett
Coordenador do LUTAR