

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

PEDRO HENRIQUE ROCHA JARDIM

**ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO E A PRÁTICA DO PARKOUR NO
AMBIENTE URBANO**

**VOLTA REDONDA
2020**

**FUNDAÇÃO OSWALDO ARANHA
CENTRO UNIVERSITÁRIO DE VOLTA REDONDA
CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

**ANÁLISE DO DESENVOLVIMENTO E A PRÁTICA DO PARKOUR NO
AMBIENTE URBANO**

Artigo apresentado no Curso de Educação Física -
Bacharelado como requisito à obtenção do título
de Bacharel em Educação Física.

Aluno:

Pedro Henrique Rocha Jardim

Orientador:

Prof. Dr. Cláudio Delunardo Severino

**VOLTA REDONDA
2020**

RESUMO

A prática do Parkour (PK) pode ser interpretada como uma subcultura a partir da sua própria relação com o ambiente cultural, tendo como ideologia a sensação de harmonia com o espaço arquitetônico no qual ocorre a prática, permitindo, assim, um ganho progressivo e a sua própria preservação em oposição à ruptura de valores estabelecidos. Nesse sentido, o objetivo do presente estudo foi investigar o PK, considerando reflexões acerca de seu histórico, benefícios aos praticantes e a relação destes com os espaços urbanos. O referencial teórico dessa pesquisa teve como arcabouço outros estudos realizados a respeito da temática proposta e a mesma se justifica pela possibilidade da obtenção de um conjunto de informações que oportunizem a docentes e acadêmicos um entendimento acerca do PK, sua prática e suas especificidades. A realização dessa pesquisa permitiu a compreensão da origem do PK de forma que o senso comum de que a prática seja “aquele negócio de pular muros” seja desmistificada, mostrando que, na verdade, se caracteriza pelo deslocamento do indivíduo de um ponto a outro com a utilização de movimentos eficientes para transpor quaisquer que sejam os obstáculos à sua frente da forma mais fluída possível.

Palavras-chave: Parkour; prática corporal; ambiente.

ABSTRACT

The practice of Parkour (PK) can be interpreted as a subculture based on its own relationship with the cultural environment, having as ideology the feeling of harmony with the architectural space in which the practice occurs, thus allowing a progressive gain and the its own preservation as opposed to the rupture of established values. In this sense, the objective of the present study was to investigate the PK, considering reflections on its history, benefits to practitioners and their relationship with urban spaces. The theoretical framework of this research was based on other studies carried out on the proposed theme and it is justified by the possibility of obtaining a set of information that gives teachers and academics an understanding about the PK, its practice and its specificities. The realization of this research allowed the understanding of the origin of the PK so that the common sense that the practice is “that business of jumping over walls” is demystified, showing that, in fact, it is characterized by the displacement of the individual from one point to another with the use of efficient movements to overcome whatever obstacles in front of you in the most fluid way possible.

Keywords: Parkour; body practice; environment.

SUMÁRIO

1.	INTRODUÇÃO.....	5
2.	METODOLOGIA.....	6
3.	RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	7
	3.1 O Le Parkour.....	7
	3.2 A prática do Le Parkour e alguns de seus benefícios.....	11
	3.3 O Le Parkour e a sua relação com os espaços urbanos.....	13
4.	CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	16
5.	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	17

1 INTRODUÇÃO

O Parkour (PK) não é apenas “aquele negócio que o pessoal sai correndo pulando pedras e muros” (STRAMANDINOLI et al., 2012). Ele pode ser compreendido principalmente como um conjunto de práticas eficientes que se caracterizam a partir do deslocamento do indivíduo de um ponto a outro por intermédio de movimentos que possibilitam a transposição de obstáculos urbanos ou naturais de maneira constante e com poucas interrupções. Trata-se de uma modalidade de Ação e Aventura que faz parte de uma realidade presente no âmbito esportivo e na sociedade, isso em decorrência de notório crescimento ocorrido nas últimas décadas (BET; SUZUKI, 2013).

Segundo Leite et al. (2011), a referida atividade apresenta como objetivo o desenvolvimento integral do corpo e da mente dos seus praticantes. De acordo com os mesmos autores, o PK pode ser interpretado como uma prática esportiva ou como filosofia que tem como alicerce a necessidade de se esquivar de situações de risco por meio de técnicas que almejam a progressão com economia do movimento.

Mesmo que muitos considerem a prática dessa modalidade como uma filosofia de vida, o estudo realizado por Lordêllo (2014) questiona essa condição. Para o autor, o conceito de filosofia se refere a um processo de reflexão rigorosa no que tange aos problemas identificados na realidade. Isso significa que a filosofia não está caracterizada no problema, mas sim nas reações que o indivíduo tem diante do mesmo.

Para Alves e Corsino (2013) e Chagas et al. (2015), trata-se de um esporte de aventura que, além das características já mencionadas, não possui nenhuma intenção de competitividade entre os seus praticantes, ou seja, mesmo que ocorra a execução de movimentos inerentes de determinadas práticas competitivas, o PK se caracteriza também pela ausência da preocupação em ganhar ou não perder pois, na verdade, almeja-se ali a auto superação associada às emoções que são experimentadas a partir de uma modalidade de aventura urbana. Sobre isso, Chagas et al. (2015) contribuem com a afirmação de que os praticantes do PK não são adeptos das competições porque não acreditam em qualquer forma de elitização ou hierarquização.

Apesar disso, Fernandes e Galvão (2016) observam que ultimamente tem ocorrido competições em caráter de exibição, o que acarreta certa institucionalização

do PK, mas que apresenta como principal objetivo a socialização e a apresentação da modalidade para o público em geral. Não obstante, essa institucionalização vem provocando debates e manifestações a favor do PK e contra as competições.

Os debates e manifestações afluíram ainda mais em 2017, quando a Federação Internacional de Ginástica (FIG) inclui o PK como uma de suas modalidades, com o objetivo de que se torne uma modalidade olímpica algum dia. Com isso surgiram competições regulamentadas ao redor do mundo. Esse acontecimento gerou uma grande movimentação dos praticantes de PK pelo mundo, o qual declaravam que isso ia contra os princípios e a filosofia da prática.

A sua prática pode ser interpretada como uma subcultura a partir da sua própria relação com o ambiente cultural, tendo como ideologia a sensação de harmonia com o espaço arquitetônico no qual ocorre a prática, permitindo, assim, um ganho progressivo e a sua própria preservação em oposição à ruptura de valores estabelecidos (STRAMANDINOLI et al., 2012).

O objetivo do presente estudo foi investigar o PK, considerando reflexões acerca de seu histórico, benefícios aos praticantes e a relação destes com os espaços urbanos. O referencial teórico dessa pesquisa teve como arcabouço outros estudos realizados a respeito da temática proposta, por exemplo, Chagas et al. (2015), Lordêllo (2014) e Stramandinoli et al. (2012)

O presente estudo se justifica pela possibilidade da obtenção de um conjunto de informações que oportunizem a docentes e acadêmicos um entendimento acerca do PK, sua prática e suas especificidades.

2 METODOLOGIA

O presente estudo se trata de uma revisão bibliográfica de cunho exploratório que apresenta como característica a exploração de um determinado tema por intermédio de diferentes autores que já abordaram o mesmo a partir de publicações científicas (LAKATOS, 2007). Assim, buscou-se, por intermédio de uma abordagem qualitativa de investigação, informações contidas em publicações produzidas anteriormente voltadas para o PK e as suas peculiaridades (ALVES; CORSINO, 2013).

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 O Parkour

De acordo com o entendimento de Stramandinoli et al. (2012), para que haja uma compreensão acerca do PK, faz-se necessário conhecer suas origens, seus precursores, além de suas principais características.

O PK, também conhecido como *l'art du déplacement* ou arte do deslocamento (CHAGAS et al., 2015), teve o seu surgimento em Lisses, bairro localizado ao sul de Paris, na década de 1980, por intermédio de David Belle, praticante de ginástica desde a sua infância. Nota-se uma considerável discussão acerca daqueles que introduziram a exploração do ambiente urbano, pois muitos fizeram parte de tal processo, mas, não obstante, há o consenso de que David Belle e Sébastien Foucan foram aqueles que inicialmente praticaram o PK em um espaço urbano caracterizado pela exclusão social e a ausência de políticas públicas voltadas para a prática esportiva e o lazer, ou seja, um espaço desprovido de parques, praças e outros espaços voltados para o desenvolvimento motor de crianças e adolescentes (FREITAS, 2014; LORDÉLLO, 2014).

A partir dessas problemáticas encontradas, estes jovens da classe trabalhadora, se vêm obrigados a suprir a necessidade de se exercitar. A partir daí, começam sem ao menos saber que a superação destas necessidades faria com que caminhassem juntos a uma nova forma de exercitação, de exercício, a experimentarem como uma brincadeira (LORDÉLLO, 2014, p. 49).

Ocorre diante da observação acima a confirmação de que, ainda segundo Lordéllo (2014), a prática do PK emerge da necessidade de se exercitar e de se divertir por meio dos movimentos necessários para a transposição de obstáculos encontrados no espaço urbano. O crescimento desordenado da maioria das cidades vinculado à consolidação do capitalismo ocasionou na prevalência de um estilo de vida urbano no qual se constata a diminuição das experiências corporais por parte da população (FREITAS, 2014).

Ainda de acordo com Lordéllo (2014), essa nova maneira de se movimentar associada à exclusão ocasionada pela falta de políticas para o esporte e o lazer está voltada para a necessidade histórica do homem de estar em movimento,

estabelecendo assim a compreensão acerca da relação Homem x Natureza humanizada, caracterizada pelo exercício físico e a reivindicação do acesso ao ambiente urbano.

Inicialmente, o seu objetivo se inspirava no treinamento militar com o intuito de se empregar a energia de forma racional sem desconsiderar o ganho de tempo e a economia de esforço, tanto no combate como em ações de salvamento. De acordo com o estudo promovido por Alves e Corsino (2013), David Belle se inspirou em seu pai, Raymond Belle, um oficial de elite do Corpo de Bombeiros da cidade de Paris e que era responsável por complexas ações de resgate em decorrência de sua excelente condição física e, principalmente, pelo seu treinamento conhecido como Método Natural, criado por George Hébert.

Esse estilo partiu da observação dos gestos apresentados por tribos africanas, ao lutar, correr e caçar, utilizando o próprio corpo, como seus ancestrais faziam. Foi então que Hébert, contrariando os métodos de ginástica preconizados no seu tempo, formatou esse novo sistema, no qual o indivíduo imita os movimentos utilizados para o deslocamento no meio ambiente, tais como em árvores, pedras e locais mais baixos que exigem o uso de quatro apoios, carregar objetos, agarrar-se em algo, ou rastejar-se (ALVES; CORSINO, 2013, p. 251).

Ainda a respeito do Método Natural, Stramandinoli et al. (2012) comentam que ele tem como referência o conjunto de movimentos que o indivíduo deixa de executar. Nesse caso, são utilizados movimentos para se locomover em ambientes naturais, por exemplo, saltar, rastejar ou agarrar-se em algo, a considerar que os indivíduos alcançam o seu desenvolvimento pleno a partir dos seus órgãos de locomoção, de defesa e do trabalho.

Todavia, mesmo a considerar a relação do Método Natural com o PK, Lordêllo (2014) comenta que mesmo que essa versão seja reconhecida mundialmente, não há evidências credíveis de que esse fato tenha sido motivador para o desenvolvimento da modalidade.

Mesmo que tenha sido concebido como uma prática militar, as suas características voltadas para o uso do espaço sem limites e a desnecessidade de equipamentos e estruturas próprias, o PK veio a se transformar em uma atividade voltada para a superação e o combate ao sedentarismo, contrastando com a ausência cada vez maior de espaços físicos urbanos destinados à prática esportiva e ao aumento considerável de adeptos aos mais diferentes jogos eletrônicos, condições

essas consideradas como estímulos à inatividade física (ALVES; CORSINO; 2013; CHAGAS et al., 2015; FERNANDES; GALVÃO, 2016; LEITE et al., 2011; STRAMANDINOLI et al., 2012).

Para Fernandes e Galvão (2016), o PK pode ser definido também como uma manifestação da cultura corporal, tendo como arcabouço as capacidades físicas de cada indivíduo que permite que habilidades sejam utilizadas como ferramentas para atribuir significados à própria vida.

A proposta do PK é definida, segundo Alves e Corsino (2013) e Cortés-Murillo et al. (2019), em percorrer um determinado objetivo a partir da versatilidade do movimento humano e das habilidades motoras (andar, correr, saltar, equilibrar-se, escalar), independente dos obstáculos a serem encontrados no caminho. Nesse percurso, o praticante (conhecido como *traceur* ou *traceuse*) faz uso de transposições com o apoio das mãos ou pernas, giros, saltos variados, aterrissagens e rolamentos, explorando, segundo Stramandinoli et al. (2012), a sua condição física assim como os métodos mais eficazes acerca da diminuição do risco e da facilidade de transposição dos obstáculos. De acordo com o mesmo autor, essa é a essência do PK no sentido de preparar o corpo para a sobrevivência e o desenvolvimento de um condicionamento físico que assegura ao indivíduo o enfrentamento diante de situações de risco.

Angel (2011) comenta sobre uma entrevista concedida por Stephane Vigroux (importante praticante dos primórdios do PK), onde o mesmo aponta que o PK possui três potenciais vertentes: um método de treinar seu corpo de forma eficiente para superar obstáculos físicos, um método de treinar a sua mente para superar as dificuldades da vida e uma forma de se expressar que te conecta com a vida e o universo.

Ressalta-se que a respeito da ausência de materiais ou equipamentos específicos necessários para a prática do PK, aspecto mencionado anteriormente, Leite et al. (2011) apontam que o corpo representa a única ferramenta necessária para o desenvolvimento das ações de transposição e movimento. Nesse sentido, faz-se necessária a adaptação do organismo no que tange às aptidões associadas ao desempenho, que pode ser realizada em qualquer ambiente ao ar livre, por intermédio de caminhadas, corridas, saltos e escaladas, entre outras formas de movimento.

Sendo o corpo a única ferramenta necessária para os praticantes de PK, os traceurs e traceuses dedicam uma boa parte de seu tempo para treinos que

desenvolvam todas suas capacidades físicas. Porém muitos carregam consigo como lema um princípio de David Belle, “ser forte para ser útil”. Um princípio que, como explicado por Thibault (2013) não tem como ideia ser o mais forte e sim ser forte a fim de ajudar os outros em seu desenvolvimento.

Sobre as aptidões acima mencionadas, Lordêllo (2014) atenta para a necessidade do domínio das técnicas necessárias para a prática do PK. A apropriação das técnicas adequadas, nesse caso, oferecerá condições para que se evite acidentes, além de assegurar o conhecimento quanto aos limites do próprio corpo. Sobre essas técnicas, Freitas (2014) aponta que, para a transposição dos obstáculos encontrados no percurso como muros, lixeiras e grades, utiliza-se as técnicas conhecidas como Vaults, que são saltos realizados com uma ou ambas as mãos tocando o obstáculo a ser superado. Esse gesto exige técnica apurado por parte do *traceur* ou *traceuse* e interfere na velocidade e na direção do movimento.

A considerar as técnicas utilizadas na prática do PK, o estudo realizado por Freitas (2014) menciona ainda que as aterrissagens empregadas são importantes, já que as características do ambiente urbano (superfícies inflexíveis) acarretam uma outra proporção para a gravidade do corpo. Acerca das quedas, os impactos são atenuados por rolamentos e tapas no chão, que amenizam o choque do corpo contra a superfície inflexível.

Na perspectiva de Alves e Corsino (2013) e, também, Bet e Suzuki (2015), o PK pode ser considerado um esporte de aventura, já que ele envolve certo risco para os seus praticantes, além da exigência de certa perícia para a execução de seus movimentos. Mesmo sendo de origem urbana, nota-se que o crescimento do PK em todo o mundo, assim como outras modalidades de aventura, vem proporcionando experiências em áreas mistas.

Em uma dimensão conceitual, Stramandinoli et al. (2012, p. 14) entendem que a prática do PK possibilita “nos levar até onde o nosso corpo permite, e para onde queremos conduzi-lo”. Os mesmos autores complementam com a afirmação de que a modalidade pode ser percebida como “um método de treinamento físico, uma disciplina de movimento ou forma de ultrapassagem de obstáculos”. Ainda nessa dimensão, o fato de não haver uma competição entre os seus adeptos, há apenas a preocupação de se superar a cada dia, vencendo a cada movimento não somente os obstáculos físicos, mas também os psicológicos e sociais.

Porém, essa superação faz o Parkour se tornar atrativo, desenvolvendo a autoconfiança e superação nos praticantes, e fazendo com que cada treino seja único e motivante. Assim sendo, o treino para Parkour desenvolve grande quantidade de habilidades motoras por sua variedade, assim como uma boa capacidade motora, física e psicológica, além da responsabilidade social para com o próximo (STRAMANDINOLI et al, 2012, p. 16)

Stramandinoli et al. (2012, p. 14) complementam com a afirmação de que quando um adepto se depara diante de um determinado obstáculo, devem ser feitas algumas avaliações antes da execução de qualquer movimento. Inicialmente, a avaliação acerca da capacidade de o indivíduo realizar o movimento. Posteriormente, o grau de complexidade deve ser avaliado para, por fim, a verificação das condições do ambiente. Esse conjunto de avaliações se faz necessário para que possa ser garantida a segurança do praticante, além da tomada de decisão quanto ao melhor movimento a ser utilizado.

O PK pode, na concepção de Chagas et al. (2015), ser interpretado como estilo de vida ou arte urbana, caracterizando-se por seus elementos de liberdade e espontaneidade lúdica, além de uma disciplina corporal necessária para que possam ser suportados os riscos e medos presentes na vida social de cada indivíduo. Esta modalidade se faz presente em maior visibilidade no ambiente urbano, com padrões de movimentos distintos daqueles utilizados pelos pedestres.

3.2 A prática do Parkour e alguns de seus benefícios

A prática do PK pode representar um conjunto de contributos para os *traceurs* e *traceuses*. Inicialmente, segundo Alves e Corsino (2013), o PK evidencia o emprego de habilidades motoras e cognitivas diante de situações reais, fazendo com que os riscos assumidos - e controlados - assegurem a necessidade de tomada de decisões. Diante dessa realidade, são estabelecidas a prática do tempo de reação, da iniciativa e da adaptação, questões consideradas fundamentais pelos autores mencionados para o incentivo à postura crítica diante de situações da vida real.

No que tange ao desenvolvimento de habilidades físicas, nota-se que a prática do PK representa certo auxílio à flexibilidade, força, velocidade, coordenação e agilidade (ALVES; CORSINO, 2013). No entendimento de Cortés-Murillo et al. (2019), além das habilidades físicas, o PK oferece aos seus praticantes o aumento das capacidades cognitivas e do emprego de movimentos e virtudes adaptativas do corpo

voltadas para a imaginação. Capaz de transformar a cidade em um parque, “a imaginação está sempre em qualquer lugar, é uma manifestação do pensamento, mas também é um elemento emergente quando o sujeito está relacionado ao espaço” (CORTÉS-MURILLO, et al., 2019, p. 12).

Apesar disso, observa-se que a prática do PK pode representar o desenvolvimento dos membros superiores, mas ressalta-se que as outras habilidades não são elevadas a níveis tão superiores à média populacional, o que sugere que qualquer indivíduo, dentro de suas limitações físicas, pode praticar a modalidade (LEITE et al., 2011).

A respeito de tais aspectos associados à aptidão física dos praticantes do PK, os resultados alcançados no estudo promovido por Leite et al. (2011) apontam que o consumo máximo de oxigênio (VO_{2max}) dos participantes da referida pesquisa foram considerados abaixo dos índices recomendados, o que nos remete à evidência de que tal aptidão não é relevante para o desenvolvimento dessa modalidade. Todavia, percebe-se a necessidade de uma boa capacidade anaeróbica por parte de *traceurs* e *traceuses*, pois o PK tem como característica a sequência de saltos contínuos no decorrer do percurso, além de ações de grande intensidade para a transposição dos obstáculos, realizadas em um curto espaço de tempo.

Outros benefícios podem ser associados à prática do PK. Considera-se que a sociabilização muito se faz presente nesse universo, a considerar o fato de que muitos *traceurs* e *traceuses* apresentam sentimentos de altruísmo e do auxílio mútuo que acarreta uma integração social que envolve praticantes, instrutores e familiares envolvidos (STRAMANDINOLI et al., 2012). Sobre isso, Fernandes e Galvão (2016) informam que os praticantes do PK costumam ser orientados a ajudar a quem precisa. Essa ajuda é traduzida em arrecadação de bens que são destinados a projetos sociais realizados em parceria com órgãos públicos e instituições privadas, além de ações sociais que venham a beneficiar pessoas em vulnerabilidade social.

O companheirismo, a afetividade, o respeito mútuo, o altruísmo, a integração social, a responsabilidade, a convivência e a solidariedade são aspectos presentes no grupo, refletidos na partilha da água, nos gestos de apoio físico durante os treinos, nos ostensivos e repetidos aplausos pela superação dos medos ou perfeição de movimentos realizados, na convivência empática dentro e fora do grupo e no amparo físico ao colega que busca efetivar um movimento novo com risco maior de acidente (FERNANDES; GALVÃO, p. 234, 2016).

Os mesmos autores concluem com a ideia de o PK pode assegurar aos seus adeptos o desenvolvimento da importância da preservação e o fortalecimento das boas relações entre aqueles que se envolvem com frequência na prática da modalidade. Nessa relação, o PK promove um relevante diálogo com a diversidade, segundo Fernandes e Galvão (2016), pois é possível encontrar em um mesmo grupo de praticantes, profissionais liberais, estudantes, jovens, idosos, homens e mulheres, todos envolvidos com as mesmas práticas corporais.

O estilo de vida adotado pelos praticantes do PK também pode, no entendimento de Chagas et al. (2015), assegurar a preconização da capacidade de enfrentar os desafios encontrados no decorrer de cada treino. Ao se fazer uso de obstáculos presentes no ambiente urbano, *traceurs* e *traceuses* percebem a importância da persistência, da superação e da liberdade na sua formação em âmbito físico e cognitivo, fundamentais para a adaptação em qualquer ambiente e circunstância.

3.3 O Parkour e a sua relação com os espaços urbanos

A prática do PK, além dos benefícios já mencionados, pode significar um pouco mais do que percorrer um objetivo determinado por intermédio de recursos próprios. Para Stramandinoli et al. (2012), o universo do PK também abre espaço para o desenvolvimento da cidadania por parte dos seus adeptos. Isso em decorrência da utilização de áreas públicas, necessárias para o desenvolvimento das atividades, que permite com que elas sejam devidamente respeitadas. Assim, essas mesmas áreas são compreendidas como um espaço de e para todos. Cortés-Murillo et al. (2019) ressaltam que a valorização e a especificidade da utilização dos espaços urbanos são definidas pela historicidade, a sua diversidade e, também, a relevância dos cenários.

Faz-se importante a ressalva de que o PK, além de ser compreendida como uma atividade contemporânea, ela é essencialmente de caráter urbano. Essa condição caracteriza a modalidade como integrante do que é conhecido como “cultura urbana” (LORDÉLLO, 2014).

Na “cultura urbana”, ainda de acordo com o estudo realizado por Lordélló (2014), ocorrem relações entre os seres humanos e, também, entre estes e a natureza. Não obstante em se tratando do ambiente urbano, esse é identificado como

natureza humanizada, modificada conscientemente pelos indivíduos a partir de suas atividades laborais e necessidades vitais.

Este é o processo em que chamamos da passagem de natureza em si, sendo esta a natureza que se encontra sem a ação dos seres humanos, em natureza para si, sendo esta a natureza modificada intencionalmente através do trabalho, pelos seres humanos (LORDÉLLO, 2014, p. 57).

Freitas (2014) cita Michel de Certeau para afirmar que o ambiente urbano, na condição de espaço, é um lugar praticado. Nesse sentido, faz-se necessária a compreensão de que sem a ação e/ou a presença do homem, o espaço urbano (ou qualquer outro) não tem razão de ser, se tornando vazio e sem significado, já que é a sua utilização que o qualifica. A partir dessa concepção, nota-se que o PK serve de condição para que os indivíduos deixem o papel de meros espectadores para assumirem a condição de praticante da cidade, acarretando, com isso, a transformação do corpo e da cidade.

Fernandes e Galvão (2016) destacam que todas as ações cometidas pelos praticantes refletem direta ou indiretamente na comunidade a qual se está inserido. A partir dessa realidade, faz necessário que a relação com o meio seja sempre respeitosa para que o PK seja percebido como uma prática que preserva o espaço público que é de todos, já que não se trata de uma atividade destruidora. No sentido de expressar a cultura urbana acima mencionada, o PK permite por intermédio da sua prática, a percepção por parte de todos a respeito da utilização do espaço público não apenas para se locomover, trabalhar ou morar, mas também para a realização de atividades corporais (LORDÉLLO, 2014). Cortés-Murillo et al. (2019) complementam com a concepção de que o PK é assimilado a partir da familiarização com o espaço urbano por parte dos praticantes e a necessidade de percorrê-lo, compreendê-lo e preservá-lo, reconhecendo a cidade como parte integrante da sua própria prática.

Para a cidade, a cidade está viva, é necessário cuidar dela, pois cuidaria do próprio corpo. Arruinar a infraestrutura da cidade é a falta de autocuidado, e é por isso que se pode dizer que a relação gesto intencional e espaço constituem a tensão dialética fundamental do Parkour (CORTÉS-MURILLO et al., 2019, p. 13).

Nota-se que os *traceurs* e *traceuses*, diante de um comportamento voltado para a cidadania, percebem que as áreas públicas devem sempre ser respeitadas pois, além de ser um espaço de todos, estas são consideradas essenciais para a

prática do PK. Nesse sentido, pode-se afirmar que o PK representa um caminho para a conscientização e a formação do senso de responsabilidade, aspectos fundamentais para a o bem-estar dos indivíduos e da natureza (FERNANDES; GALVÃO, 2016).

Esse caminho para conscientização pode ser visto em “The Pilgrimage Project”, documentário produzido em 2008. O documentário mostra a jornada de *traceurs* até Lisses para treinar e conhecer o local de nascimento do PK. Porém, Lisses não é uma cidade turística como sua vizinha Paris e sim uma localidade residencial. Por ser o “berço” do PK, muitos praticantes visitam o local ao longo dos anos e, para a prática coexistir com os moradores é exigido respeito com as construções que ali estão. No documentário é exibido os praticantes lavando e pintando as paredes dos locais de treino após a jornada de treinos. Isso é feito para mostrar o respeito pela localidade e seus moradores, dessa forma fazendo com que outros praticantes possam ir até lá e treinarem sem preocupações, sempre se lembrando que essas atitudes acarretam melhores visões acerca da prática no presente e no futuro.

No contexto da prática do PK, determinados danos aos espaços ocorrem muitas vezes em decorrência de grades mal colocadas e da má conservação de algumas instalações. Quando isso ocorre, costuma-se promover coletas de dinheiro para a compra de materiais e até mesmo do oferecimento de mão-de-obra para ocorram os devidos reparos. Mesmo que o PK priorize o cuidado com os espaços urbanos, torna-se inevitável que a sua prática o afete e, conseqüentemente se promova a recriação da paisagem urbana (CORTÉS-MURILLO et al., 2019).

Para os autores acima mencionados, há ainda a compreensão de que o PK é uma atividade onde as mais diferentes expressões arquitetônicas são utilizadas para se seguir um caminho pré-determinado, o que remete os praticantes a uma profunda reflexão tanto a respeito do corpo como também aos conjuntos arquitetônicos urbanos nos quais estão espacialmente posicionados. Nesse sentido, observa-se que a prática da modalidade não se resume unicamente ao desenvolvimento de técnicas e habilidades específicas, mas ao entendimento dos espaços por intermédio de movimentos.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização dessa pesquisa permitiu a compreensão da origem do PK de forma que o senso comum de que a prática seja “aquele negócio de pular muros” seja desmistificada, mostrando que, na verdade se caracteriza pelo deslocamento do indivíduo de um ponto a outro com a utilização de movimentos eficientes para transpor quaisquer que sejam os obstáculos à sua frente da forma mais fluída possível.

No presente estudo também foram evidenciados os diversos benefícios que a prática do PK pode trazer a seus praticantes. Benefícios esses que extrapolam os já conhecidos a partir da prática de diversas atividades físicas ao estabelecerem relações com as questões sociais, pois os sentimentos de altruísmo e auxílio mútuo entre os praticantes, instrutores e familiares envolvidos auxilia no surgimento de efeitos positivos na sociabilização de todos.

O PK estabelece, também, uma relação muito próxima com o ambiente ao seu redor, o que assegura o desenvolvimento da cidadania dos praticantes por conta da utilização e respeito às áreas urbanas utilizadas. Segundo a visão de Michel de Certeau citado por Freitas (2014), pelo uso de espaços urbanos, os *traceurs* e *traceuses* deixam de ser meros espectadores e tornam-se praticantes da cidade que os cerca.

As informações contidas nesse estudo oportunizam à docentes e acadêmicos uma melhor compreensão sobre o PK. Compreensão essa que vai além da história e benefícios da prática. A relação da prática com o ambiente urbano possibilita a docentes uma contextualização da prática com a atualidade e vivência de seus alunos, podendo assim facilitar a compreensão de seus ensinamentos. Para acadêmicos a compreensão dessa relação é benéfica pois ampliam a visão acerca de uma prática relativamente nova e repleta de possibilidades.

O estudo reflete a relação da prática e seus praticantes com a estrutura urbana na atualidade. Com o atual processo de esportivização que o PK passa se tornando uma modalidade da FIG, cabem futuros estudos para verificar se esta teve como consequência a modificação dessa relação.

5 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, C. S. R; CORSINO, L. N. O Parkour como possibilidade para a educação física escolar. **Motrivivência**, Florianópolis, Ano XXV, n. 41, p. 247-257, 2013

ANGEL, J. **Ciné Parkour**. França: Brighton, 2011

BET, A. J; SUZUKI, C. S. Inclusão de esportes radicais de ação e aventura na educação física escolar. 2013. Disponível em: <http://www.diaadiaeducacao.pr.gov.br/portals/cadernos/pde/pdebusca/producoes_pde/2013/2013_unicentro_port_pdp_serli_rech_moleta.pdf>. Acesso em: 13/março/2020.

CHAGAS, R. R. et al. O processo de esportivização de uma modalidade: o Parkour enquanto prática espetacularizada. **The Journal of the Latin American Socio-cultural Studies of Sport**, Curitiba, v. 5, n. 1, p. 21-33, 2015

CORTÉS-MURILLO, J. C. et al. Parkour y movimiento humano. Sentidos y significados de su práctica en Bogotá. **Convergencia Revista de Ciencias Sociales**, Universidad Autónoma del Estado de México, n. 79, p. 1-21, jan./abril 2019

FERNANDES, A. V; GALVÃO, L. K. S. Parkour e valores morais: ser forte para ser útil. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 28, n. 47, p. 226-240, maio/2016

FREITAS, V. Usos da cidade: Parkour e B. boying. **Revista Científica/FAP**, Curitiba, v.11, p. 79-95, jul./dez. 2014

LAKATOS, E. M. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2007

LEITE, N. et al. Perfil da Aptidão Física dos Praticantes de Le Parkour. **Revista Brasileira de Medicina do Esporte**, São Paulo, v.17, n. 03, p. 198-201, maio/junho 2011

LORDÉLLO, A. F. **O trato com o conhecimento contemporâneo no currículo de licenciatura em educação física da UFBA: o Parkour e sua contribuição ao debate no Eixo dos Conteúdos Específicos**. UFBA, 2014, 126 f. Dissertação. Curso de pós-graduação da Faculdade de Educação, Universidade Federal da Bahia, 2014.

STRAMANDINOLI, A. L. M et al. Parkour: história e conceitos da modalidade. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 11, n. 2, p. 13-25, 2012

THE PILGRIMAGE Project, Duncan Germain. Estados Unidos: TK17 Studios; (1h30min), son., color. 2008. Disponível em: <<http://www.worldwidejam.tv/images/vids/Pilgrimage.TK17.mov>>. Acesso em: 11 jun. 2020

THIBAULT, V. **Parkour and the art du déplacement: strength, dignity, community.**
Canadá: Baraka Books, 2013