



GINÁSTICA PARA TODOS: UMA EXPERIÊNCIA TRANSFORMADORA APLICADA EM UM GRUPO DE ADULTOS NO SESC NA CIDADE DE CAMPINAS - SP

Flávia de Almeida Pacheco

flaviapacheco@campinas.sescsp.org.br

Mantido pelos empresários do comércio de bens, turismo e serviços, o Serviço Social do Comércio (SESC) é uma entidade privada que tem como objetivo proporcionar o bem-estar qualidade de vida aos trabalhadores deste setor e sua família. SESC, 2019 (Sobre o Sesc. Disponível em: < http://sesc.com.br/portal/sesc/o_sesc/ >. Acesso em 28 de maio de 2019). O Sesc está presente em todos os estados brasileiros com ações na área da saúde, educação, cultura, lazer e assistências. Só no Estado de São Paulo, conta com 41 unidades operacionais espalhadas pela capital, interior e litoral. O acesso ao lazer e práticas esportivas se faz presente na maioria das unidades, oferecidos como cursos regulares, recreativos e vivências por meio de programas de atividades físicas como o Programa Sesc de Esportes, Práticas Aquáticas, Práticas Corporais e Ginástica Multifuncional, todos estes geridos pelo núcleo Físico-Esportivo. No ano de 2001, o Sesc da cidade de Campinas (SP) em parceria com Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) o Grupo de Pesquisa em Ginástica (GPG), e o Grupo Ginástico Unicamp (GGU) realizaram a primeira edição do “Fórum Internacional de Ginástica Geral” que com apoio da Internacional Sport and Culture Association (ISCA) teve abrangência internacional mediante a participação de grupos, palestrantes e congressistas. Um evento que se tornou referência na Ginástica no Brasil e até o ano atual foi realizado nove edições, todas estas nas dependências do Sesc Campinas e da Faculdade de Educação Física (FEF). A mais recente edição aconteceu no período de 18 a 21 de outubro de 2018, com o nome IX Fórum Internacional de Ginástica para Todos (FIGPT) e o tema: GINÁSTICA EM REDE, POSSIBILIDADES PARA TODOS. Para PAOLIELLO, “A Ginástica Geral (GG), uma das expressões certamente mais instigantes das práticas corporais contemporâneas, vem recebendo não somente adeptos, mas, sobretudo, estudos e pesquisas numerosas e significativas que abarcam seus múltiplos aspectos” (Ginástica Geral: experiências e reflexões, 2008, p.11). Em 2007 a Federação Internacional de Ginástica (FIG) alterou o nome da modalidade de Ginástica Geral (GG) para Ginástica Para Todos (GPT). Estimulados pela aproximação em sediar a IX edição do FIGPT, alguns educadores físicos do Sesc Campinas tiveram a iniciativa de formar novas turmas de GPT com pessoas interessadas em adquirir ou ampliar vivências motoras por meio da ginástica. O objetivo desses educadores era criar um grupo de GPT com os alunos da unidade e como consequência criar uma coreografia para se apresentar no FIGPT. O período planejado para a formação da turma foi de agosto a outubro, com a frequência semanal de duas vezes, contabilizando ao todo 22 aulas. Ao longo dos ensaios os conteúdos trabalhados foram: Ginástica Rítmica, Acrobática, Artística, Natural, aeróbica com e sem acessórios, Musicalização e Danças de diversos estilos e formatos. A estratégia para captação de pessoas para o grupo foi: Oferecer a GPT como aula em grupo na sala de Ginástica Multifuncional que é um espaço voltado a práticas de atividades físicas. Para convidar os alunos presentes no espaço havia um anúncio com breve explicação sobre a aula. Nas



primeiras aulas a média era de 25 alunos, com idades entre 18 a 57, alguns com boas experiências corporais e outros com grandes dificuldades, um grupo bem heterogêneo. Vale ressaltar que as pessoas que se interessaram em participar da aula não tinham experiências com a GPT. De acordo com PAOLIELLO (2008, p. 106), “a ginástica geral oferece a seus praticantes possibilidades de estar à frente, criar, participar, apreciar e ter contato com elementos de outras culturas sejam elas nacionais ou internacionais, pois a Ginástica Geral não restringe ou padroniza suas práticas e sim aumenta a gama de ações infinitas dentro dela, de modo que inclua a todos seus participantes”. Sendo assim, para dar início ao processo de construção coreográfica foram estabelecidas condutas como reservar momentos livres na parte final ou principal da aula, cujo à finalidade era identificar habilidades motoras que os participantes traziam, sendo elas rítmicas, gímnicas, de força corporal, de carisma, ou até mesmo de liderança. Passado o período de experimentação e consistência nos ensaios, a coreografia ganhou identidade, “Isso é Nosso” foi o nome dado à composição, que foi construída em conjunto com os alunos. O tema escolhido tem a intenção de proporcionar apropriação cultural com estilos musicais que estão mais ou menos presentes em algumas regiões do país, estes são: o samba, o forró e o funk, e com isso compartilhar parte da cultura brasileira com pessoas de outras nacionalidades, uma vez que a apresentação seria em um evento de porte internacional. No dia do festival os alunos apresentavam estar bastante nervosos e alguns inseguros talvez pelo fato da inexperience com a GPT e o porte do evento. Após a apresentação, havia sorrisos largos e contagiantes acompanhados da notória sensação de alívio entre todo o grupo. Posteriormente, houve um momento entre os participantes para os agradecimentos vindos da professora mediadora da turma com a intenção de finalizar aquele ciclo, foi um momento em que os alunos puderam expor suas opiniões e sentimentos diante de toda experiência desde o início quando chegaram até a aula em grupo para conhecer até o momento da apresentação. E com muita surpresa o desejo em comum mais citado pelos alunos era o de dar continuidade nas aulas, nos aprendizados e no grupo. Que surpresa boa! Enquanto professora mediadora e sem vivências prévias na GPT, posso mencionar que essa experiência transformou a qualidade de vida nos aspectos: *físicos* contribuindo com a melhora das habilidades motoras requeridas na modalidade e como consequência a afirmação em se sentir capaz de conseguir algo novo. Refletiu também nos aspectos *Sociais*, pois foi observado que o trabalho em equipe aproximou a turma e gerou um forte vínculo afetivo durante e fora das aulas, assim como o apoio e incentivo diante das dificuldades individuais, o fato de se sentirem pertencentes ao grupo refletiu diretamente na motivação de estarem presentes nos ensaios. Além disso, participar do “IX FIGPT” proporcionou momentos de troca cultural com outros grupos vindos de outras cidades, estados e países, a GPT se transformou em uma nova opção de lazer para estes. Tendo em vista os aspectos observados, o objetivo inicial era apresentar a GPT para pessoas não adeptas a modalidade para que experimentassem e participassem do “IX FIGPT”, porém essa experiência foi além do esperado e com isso o grupo se mantém até os dias de hoje, já participou de outros dois festivais fora da cidade de Campinas, e ganhou identidade própria com o nome “Let’s Bora!”, atualmente segue em construção de sua segunda coreografia para participar de outros futuros festivais.

Palavras Chave: *GPT; Sesc; lazer; adultos; FIGPT.*



VIII Congresso de Ginástica Para Todos

7 a 9 de novembro - Caldas Novas - Goiás - Brasil

Ecos da história: territorialização da GPT no Brasil

Referências:

Sobre o Sesc. Disponível em: < http://sesc.com.br/portal/sesc/o_sesc/>. Acesso em 28 de maio de 2019.

Disponível em: <<http://www.forumgpt.com/2018/sobre#historico>> Acesso em 29 de maio de 2019.

PAOLIELLO, E. **Ginástica Geral: experiências e reflexões**. São Paulo: Phorte, 2008.