



GINÁSTICA PARA TODOS COM CRIANÇAS DE 3 A 4 ANOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NUM PROJETO DE EXTENSÃO NO INTERIOR DA AMAZÔNIA

Máyra Clarice Vasconcelos Lages¹¹³

Mayraclarice99@gmail.com

Wagner Felipe Brasil Araujo¹¹⁴

wagnerfelipeba@gmail.com

Patrícia Reyes de Campos Ferreira¹¹⁵

patireyesferreira@gmail.com

O projeto de extensão “*Atividades gímnicas e ginástica geral para crianças e adolescentes*” surgiu no segundo semestre de 2014, na Universidade do Estado do Pará, campus XII na cidade de Santarém no Pará. Desde então é coordenado pela docente efetiva da instituição e professora da disciplina Fundamentos e Métodos da Ginástica. O projeto iniciou a partir da necessidade de oferecer atividades gímnicas para as crianças e adolescentes da comunidade. Inicialmente haviam 2 turmas que atendiam cerca de 20 crianças, entre 4 e 10 anos. As aulas ocorriam no salão de eventos da universidade e contava com a participação de 4 monitores. Com o passar dos anos, o projeto cresceu e a procura por parte da comunidade aumentou, devido a prática da ginástica ser uma novidade na cidade. Com isso, cresceu também o interesse dos acadêmicos do curso de Licenciatura em Educação Física atuarem como monitores no projeto. Dessa forma, foi criada uma nova turma em 2018 e atualmente o projeto conta com 3 turmas: turma A (para crianças de 3 a 4 anos), turma B (para crianças de 5 a 8 anos) e turma C (para crianças e adolescentes de 9 a 14 anos). As aulas ocorrem no Laboratório de Ginástica e Práticas Corporais (LABGIN) e conta com a participação de 16 monitores. A partir da vida histórica desse projeto de extensão o presente estudo tem como **objetivo** relatar a experiência em trabalhar a Ginástica Para Todos (GPT) com crianças de 3 a 4 anos. **Fundamentação teórica:** Diante da ampliação das turmas houve a necessidade da busca por mais embasamento teórico com relação as características dessa nova faixa etária para se adequar a metodologia que deveria ser utilizada com a nova turma. O início da infância é um período ideal para que a criança desenvolva e aprimore grande número de tarefas motoras, como movimentos fundamentais do início da infância, andar, correr, saltar, agachar, rolar, pegar, carregar dentre outros, até habilidades esportivas. O brincar é um dos principais fatores presentes na vida das crianças no período da infância, pois enquanto brinca, a criança realiza muitas descobertas sobre o mundo que a cerca e sobre si mesma. O brincar é o que as crianças pequenas fazem em seu tempo livre, e por isso, as brincadeiras realizadas ocupam a maior parte de suas horas despertas. As brincadeiras são o modo básico pelo qual elas tomam consciência de seus corpos e de suas capacidades motoras. Brincar também é uma importante causa do crescimento cognitivo e afetivo da criança pequena, bem como importante meio de desenvolver tanto habilidades motoras refinadas como rudimentares (GALLAHUE; OZMUN 2005). A Ginástica para Todos, segundo Ramos (2007), é compreendida como uma atividade corporal considerada uma fusão de outras modalidades gímnicas, pois torna-se um campo abrangente, valendo-se de diversificadas manifestações, como: danças, expressões folclóricas, lutas, teatro e jogos, apresentadas em forma de atividades livres e criativas. É importante destacar

¹¹³ Graduanda - Curso de Licenciatura em Educação Física na Universidade do Estado do Pará (UEPA)

¹¹⁴ Graduado/Licenciado em Educação Física na Universidade do Estado do Pará (UEPA)

¹¹⁵ Doutora e docente do curso de Educação Física da Universidade do Estado do Pará (UEPA)



que o fato da GPT não ser competitiva, abre muitos horizontes para que ela possa ser praticada, conhecida e difundida ainda mais entre seus praticantes. Dessa forma é válido destacar que a ginástica é uma atividade corporal completa, e pode contribuir no desenvolvimento humano nos seus aspectos motor, cognitivo, social e afetivo. E ainda contribuem nas capacidades requisitadas para um bom condicionamento físico, trabalhando a flexibilidade, o equilíbrio, a força e agilidade e ainda pode servir de base para a prática de outros esportes e atividades, em idades maiores.

Metodologia: ficou estabelecido entre os monitores e a coordenação, a reorganização funcional do projeto como um todo, verificando os horários, dias da semana e planejamento das aulas em conjunto. As aulas eram oferecidas duas vezes por semana e tinham duração de 45 minutos cada. O planejamento era feito quinzenalmente e repassado a todos os monitores um dia antes das aulas. Foi utilizado para as aulas, atividades pensadas de maneira lúdica, visando a diversão e o prazer pela prática da ginástica. Optou-se na metodologia das aulas, trabalhar com aulas temáticas, se utilizando de datas comemorativas, como: dia dos pais, dia do índio, tema junino, folclórico, natalino, e muitos outros, pois era uma forma de criar um ambiente em que, além da criança se divertir e aprender novas ações motoras, conheciam também um pouco sobre o tema trabalhado, em que no início e decorrer da aula, este era apresentado pelos monitores, em forma de história oral, desenhos, contação de histórias entre outras formas. O objetivo principal das aulas, era trabalhar de forma bem diversificada as habilidades motoras básicas das crianças, bem como o reconhecimento corporal e de conceitos iniciais (forma geométrica, números, dentro e fora, baixo e alto, rápido e lento, etc). **Resultados e discussões:** Entre os resultados deste estudo, destacamos a forma como os monitores seguiram a construção das aulas de ginástica para as crianças de 3 a 4 anos, tendo como objetivo norteador das aulas desenvolver as habilidades motoras: manipulativas, locomotoras e estabilizadoras, através de atividades lúdicas e brincadeiras. A metodologia do uso das aulas temáticas, através de atividades cooperativas e manipulativas, brincadeiras, circuitos motores, estafetas e momentos com música, aguçou nossa criatividade e exigiu que pensássemos em formas de construir e desconstruir atividades para que se pudesse ampliar o leque do acervo motor das crianças, de forma a mantê-los atentos e participativos nas aulas. Demandou ainda, que os monitores estudassem não só a questão das atividades motoras adequadas para a faixa etária, mas estudassem também sobre o tema e pensassem numa linguagem apropriada para se trabalhar com as crianças. Para Krebs (1992) a infância é conceituada como “fase da estimulação motora”, principalmente por meio dos movimentos abertos, valorizando a experiência motora que a criança carrega em si, priorizando o “fazer” e não o “como fazer”. E a partir desse olhar, as aulas eram pensadas no brincar, ambientando a criança na realidade em que ela está inserida, e com isso, apresentando novas experiências e culturas através da GPT. Além disso, este estudo proporcionou aos monitores do projeto grande aprendizado com o ensino e a prática da ginástica com crianças, desenvolvendo aulas de caráter lúdico, divertido e prazeroso assim como comprometimento, responsabilidade e trabalho em equipe. Com isso, foi possível compreender também a essência da prática da Ginástica para Todos com crianças, contribuindo no desenvolvimento cognitivo, afetivo e social de todos os envolvidos.

Palavras-Chave: *Ginástica Para Todos; Crianças; Extensão; Infância; Educação Física.*

Referências

- GALLAHUE, D. L; OZMUN, J. C. **Compreendendo o desenvolvimento motor:** bebês, crianças, adolescentes e adultos. 3.ed. – São Paulo: Phorte, 2005.
- KREBS, R. J. Da estimulação à especialização: primeiro esboço de uma teoria da especialização motora. **Kinesis**, v. 9, p. 29-44, 1992.



RAMOS, E. S. H. **A importância da Ginástica Geral na escola e seus benefícios para crianças e adolescentes.** Monografia (Graduação) – Faculdade de Educação Física de Jaguariúna, JAGUARIÚNA, SP, 2007.