



GESTOS GRUPO GINÁSTICO

Lucas Evangelista Marques¹¹⁹

lucasevanmarques@gmail.com

Bruna Souza Silva¹²⁰

bruna.soussi@hotmail.com

Pabline Ariane de Assis Campos¹²¹

pablinearine891@gmail.com

Anna Beatriz Assis Lima¹²²

annabia1908@gmail.com

Marina Lima de Miranda¹²³

marina977lima@gmail.com

Luiza Helena Angarten Ferraz de Camargo¹²⁴

lu.angarten@icloud.com

A denominação Ginástica para Todos (GPT), anteriormente denominada Ginástica Geral, foi proposta pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), no final da década de 1970 e início dos anos 1980, como atividades gímnicas não competitivas, diferenciando-se das manifestações esportivas do universo da ginástica. Atualmente, a FIG agrega as modalidades: Ginástica Geral (denominada desta forma pela Federação Internacional de Ginástica na década de 1970, sendo alterada em 2006 para o termo Ginástica Para Todos), Ginástica Artística Masculina, Ginástica Artística Feminina, Ginástica Rítmica, Ginástica Aeróbica, Ginástica de Trampolim e Ginástica Acrobática (CHAPARIM, 2003). A GPT é uma modalidade bastante abrangente que, fundamentada nas atividades ginásticas, utiliza-se de vários tipos de manifestações, tais como danças, expressões folclóricas e jogos, expressos através de atividades livres e criativas, objetiva promover o lazer saudável, proporcionando bem-estar físico, psíquico e social aos praticantes, favorecendo inclusive a performance coletiva. A GPT possui um vasto campo de atuação, tanto na Educação Física formal (escola) como na informal (clubes, academias, instituições comunitárias entre outros). Enquanto prática corporal, pode ser praticada por todos, em qualquer idade ou condição física. Suas coreografias incorporam elementos da dança, do teatro, do circo e de outras manifestações culturais, num espetáculo onde a expressão, a arte e a criatividade estão presentes (AYOUB, 2003). A utilização de aparelhos não tradicionais da Ginástica, o estímulo à criatividade, a interação entre os participantes, o respeito à individualidade, a valorização da cultura e a vivência de valores humanos são elementos fundamentais desta proposta (PEREZ GALLARDO; SOUZA, 1996). Devido ao fato de incorporar uma grande variedade de expressões corporais, autores como Souza (1997) e Ayoub (2003) consideram que é difícil incluir em uma definição os diversos conteúdos da GPT sem prejudicar a sua compreensão. Nesse sentido, Ayoub (2003, p. 94) conclui que o fundamento principal deve ser a ginástica, “podendo transitar por outros elementos do universo da cultura corporal (dança, jogos, esportes, lutas) reinterpretando, ressignificando e transformando esses elementos em sua prática, porém aberta à sua especificidade e a de cada um deles”. Portanto, a GPT é uma prática que exige um conhecimento técnico de determinados movimentos, movimentos estes que atendam possibilidades de estética ao serem apresentados e que necessitam treinamento para sua execução (BORTOLETO, 2008).

¹¹⁹ Universidade Federal de Goiás/ Regional Jataí (UFG/REJ).

¹²⁰ Universidade Federal de Goiás/Regional Jataí (UFG/REJ).

¹²¹ Universidade Federal de Goiás/ Regional Jataí (UFG/REJ).

¹²² Universidade Federal de Goiás/ Regional Jataí (UFG/REJ).

¹²³ Universidade Federal de Goiás/ Regional Jataí (UFG/REJ).

¹²⁴ Universidade Federal de Goiás/ Regional Jataí (UFG/REJ).



Observamos, pois que a agilidade, a resistência, a flexibilidade e a força estão entre as principais capacidades que a ginástica desenvolve, no entanto, sem apresentar o objetivo da performance, uma vez que a GPT não tem como finalidade a competição, mas sim a superação através das vivências. A inserção da Ginástica para Todos no âmbito universitário brasileiro está relacionada com a criação do projeto de extensão Grupo Ginástico Unicamp (GGU) na Faculdade de Educação Física (FEF) da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp) no ano de 1989, contando com a participação de alunos da universidade, professores de Educação Física e profissionais de outras áreas. Considerando o espaço da universidade como um ambiente propício à GPT e, a partir da experiência de alunos dos cursos de Educação Física e da professora da disciplina de Ginástica, foi criado o Gestos Grupo Ginástico em 2015, com o objetivo geral de elaborar coreografias com exploração de temas e/ou materiais alternativos, auxiliado por um processo participativo, democrático e de formação de valores. Os objetivos específicos são: apresentar as coreografias em Festivais em nível local, regional, estadual e nacional, representado a Universidade Federal de Goiás/Regional Jataí; gerar trabalhos científicos a partir das experiências vividas e questionamentos surgidos no projeto de extensão universitária (trabalhos de conclusão de curso, iniciação científica, apresentações em congressos); divulgar a ginástica para todos em diferentes espaços educativos, principalmente nas escolas e na comunidade, através de oficinas de ginástica. Atualmente o grupo é formado por 23 participantes de vários cursos da UFG/Regional Jataí. A metodologia que orienta a proposta tem como principal objetivo proporcionar o aumento da interação social, através do trabalho grupal, onde cada um dos participantes contribui com as experiências e habilidades que melhor domina e que podem ser úteis para o trabalho do grupo. Para efeito didático, a metodologia é dividida em três partes: a primeira destinada à preparação física; a segunda dedicada à exploração de materiais alternativos, com o intuito de montar coreografias, e a terceira relacionada à criação coreográfica. São realizados encontros semanais de 4 horas. Desde 2015, o grupo já elaborou três coreografias, que foram apresentadas em eventos locais. Inicialmente, a participação no grupo foi aberta aos alunos dos cursos de Educação Física da Regional Jataí/UFG e a partir de 2016, o grupo ampliou o número de integrantes, aberto à participação de alunos de todos os cursos da Regional Jataí/UFG. Além da participação em eventos locais, os integrantes do grupo vêm se organizando para oferecer oficinas de GPT em escolas públicas do município, sendo que já foram oferecidas duas oficinas. Consideramos que o envolvimento dos integrantes do grupo é de grande importância, pois além de permitir a valorização do trabalho desenvolvido ao longo de um período, é construído através de processos que privilegiam as relações interpessoais, estimulam a criatividade, a comunicação e buscam agregar as qualidades das pessoas envolvidas. Além disso, é preciso ressaltar o valor do projeto para a formação dos estudantes. Eles constituem-se em lugares e momentos de reflexão, nos quais os estudantes têm a oportunidade de ver, sentir e experienciar os conceitos e teorias ganhando vida e entrando em movimento.

Palavras-chave: *Ginástica. Ginástica para Todos. Projeto de extensão.*

Referências:

- AYOUB, E. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas: Unicamp, 2003.
- BORTOLETO, M. A. C. **Introdução à pedagogia das atividades circenses**. Jundiaí: Fontoura, 2008.
- CHAPARIM, F. C. A. S. **Desvelando os significados da vivência da ginástica geral para adolescentes de uma instituição salesiana de proteção à criança e ao adolescente**. Campinas: UNICAMP, 2003. Dissertação (Mestrado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 2003.



PÉREZ GALLARDO, J. S; SOUZA, E. P. M. A proposta de ginástica geral do Grupo Ginástico Unicamp. In: AYOUB, E., SOUZA, E. P. M., PÉREZ GALLARDO, J. S. (Orgs.). **Coletânea de textos e sínteses do I e II Encontro de Ginástica Geral**. Campinas: Gráfica Central da Unicamp, 1997. p.25-32

SOUZA, E. P. M. **Ginástica geral**: uma área do conhecimento da educação física. Campinas, SP: UNICAMP, 1997. 163 f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 1997.