



GINÁSTICA: SEJA BEM VINDA À ESCOLA ESTADUAL PRESIDENTE DUTRA

Alciléa Sousa Silveira
lecalequinha@yahoo.com.br
César Augusto Pereira Felipe
cesarrguto@gmail.com
Samanta Garcia de Souza
samantagarciaef@yahoo.com.br

Resumo: A EETI Presidente Dutra no ano de 2014 passou de escola regular à escola de tempo integral e nesse período de mudanças e organização da matriz curricular, foi o primeiro passo para implantação da ginástica como proposta metodológica para as oficinas esportivas vinculadas ao projeto de extensão do Grupo Cignus da UEG - ESEFFEGO. Diante da proposta de apresentação do festival cultural da escola, a equipe da educação física, decidiu trabalhar a ginástica para todos (GPT), e esse segmento desenvolveu-se no segundo semestre, com continuidade em 2015, com alunos da primeira fase do ensino fundamental (1º ao 5º ano), entre 6 e 11 anos de idade com fases de aprendizagem, desenvolvimento, criação, até chegarmos ao espetáculo cultural.

Palavras-chave: *Ginástica; Educação Física Escolar, GPT*

Abstract: The EETI President Dutra in 2014 went from regular school to school full-time and in this period of change and organization of the curriculum, was the first step towards implementation of gymnastics as methodological proposal for the sports workshops linked to the Group's extension project Cignus UEG - ESEFFEGO. On the proposal for a presentation of the school's cultural festival, the team of physical education, decided to work gymnastics for all (GPT), and this segment has developed in the second half, continued in 2015 with students of the first phase of elementary school (1st to 5th grade), between 6 and 11 years old with phases of learning, development, creation, until we reach the cultural show.

Keywords: *Gymnastics; School Physical Education, GfA*

Introdução

A ginástica é em essência um “conjunto de movimentos, que servem para reforçar e tornar harmonioso o corpo” (STRAUSS, 1977, p.7) e baseia-se em algumas formas básicas de movimento: rastejar, engatinhar, andar, correr, saltar, rolar, entre outras. Temos então, que todos movimentos ginásticos, assim como os movimentos característicos dos esportes, evoluíram dos movimentos naturais do ser humano, ou habilidades específicas do ser humano que, conforme Gallardo (1993) são aquelas que se caracterizam por estar presentes em todos os seres humanos, independentes de seu lugar geográfico e nível sociocultural e que servem de base para aquisição de habilidades culturalmente determinadas.



Assim, a ginástica é um dos componentes da Cultura Corporal, sendo assim sua prática sistematizada contribui com benefícios fisiológicos, cognitivos, estéticos, sociais e culturais (COLETIVO DE AUTORES, 1992; SOARES, 2001).

Compreendendo a ginástica então enquanto prática corporal de expressão de movimentos e criatividade, Dallo (2007) acrescenta que pela atividade gímnica pode se envolver além dos aspectos físicos os aspectos sociais e cognitivos tais como: a ajuda mútua na realização da habilidade e na elaboração da composição coreográfica, a cooperação para deslocar e organizar os equipamentos, o compartilhamento de materiais, a auto avaliação e a avaliação dos outros, a demonstração de capacidades e habilidades, a expressão de sentimentos e emoções e o exercício da criatividade.

No âmbito escolar onde esta prática deveria ser abordada numa perspectiva crítica e de integração muitas vezes os professores de Educação Física negam essa experiência aos seus alunos alegando falta de conhecimento acerca do assunto, falta de equipamentos e de materiais, tais como, colchões, barras, traves, arcos, bolas em dimensões oficiais e espaços necessários para desenvolverem este conteúdo da Cultura Corporal (SOUZA e VILARINHO NETO, 2010).

Fundamentando-se na essência da ginástica, podemos utilizá-la para desenvolver uma proposta que amplia os conhecimentos em formas de práticas corporais significativas. Sendo assim a prática da ginástica se torna algo acessível a todos da comunidade, a Ginástica pode ser uma ferramenta didática para os docentes trabalharem na formação física dos alunos, pois desenvolve formas e funções corporais e ações motoras (DALLO, 2007).

Sobre as intervenções

Diante do campo e das limitações físicas, após uma reunião com os professores de educação física, foi decidido que a melhor modalidade a ser trabalhada seria a de Ginástica para todos (GPT). Assim para ministrar as aulas foi utilizado um espaço físico 15x12m, 50 colchonetes, materiais alternativos e dentro da proposta do colégio para festival utilizamos também o som com algumas músicas específicas para o trabalho de montagem de coreografia.



VI Congresso de Ginástica para Todos

CORPO, EXPRESSÃO, MOVIMENTO E ARTE 22 a 24 de outubro de 2015
DIÁLOGOS ENTRE A GPT E A DANÇA POPULAR Goiânia - Goiás

Para melhor compreensão dos fundamentos e pensando-se que o campo era escolar foi então divididos essas categorias em unidades, distribuídas em quatro, o Quadro 1, a seguir, apresenta o programa de intervenção, detalhado, utilizado na oficina.

Quadro 1: Esquema da divisão das aulas de ginástica artística

Unidade 1	Unidade 2	Unidade 3	Unidade 4
Movimentos naturais dos seres humanos	Parada de mãos e parada de cabeça (variações)	Saltos ginásticos com saída em um dos pés (galope, tesoura para frente, tesoura para trás, espacato)	Preparação física específica (treinamento de flexibilidade)
Rolamento para frente (variações)	Estrelinha (variações)	Saltos ginásticos com saída simultânea dos pés (em pé, grupado, carpado, afastado, pirueta, corsa, sissone)	Preparação física específica (atividade circense (fundamentos da ginástica rítmica para a montagem coreográfica))
Rolamento para trás (variações)			

Fonte: Ayoub, 2003; Souza, 2010.

Diante da esquematização do quadro a cima foi então separado cada mês para cada unidade, assim as intervenções aconteceram em quatro meses no segundo semestre do ano de 2014 de Agosto a Novembro finalizando com a montagem coreográfica para o espetáculo do colégio.

No primeiro mês foi trabalho o rolamento e suas variações (para frente e para trás), diante deste fundamento deixamos então a primeira semana como diagnostica para ver o nível de desenvolvimento motor dos alunos, nessa semana então foi trabalhado os movimentos naturais do ser humano (o saltar, correr, pular e etc.) em forma de jogos e brincadeiras ginásticos. Como jogo para a aula diagnóstica foram utilizados duas camas-elásticas (Jump) trabalhando o correr e o saltar e o jogo dos escravos de jó em pé com bastões trabalhando ritmo, consciência corporal, coordenação motora e lateralidade.



VI Congresso de Ginástica para Todos

CORPO, EXPRESSÃO, MOVIMENTO E ARTE
DIÁLOGOS ENTRE A GPT E A DANÇA POPULAR

22 a 24 de outubro de 2015
Goiânia - Goiás

Após essa semana diagnostica passamos então o restante do mês com o ensino do rolamento e suas variações. Para o ensino nas faixas etárias menores (1º e 2º ano) foi utilizado muito do toque do professor para a execução do movimento, já para os alunos maiores (4º e 5º ano) apenas através da explicação e execução do professor o movimento já era executado com pouco de desenvoltura. Interessante destacar que sempre era intercalando o fundamento propriamente dito com jogos e brincadeiras para deixar as oficinas as mais interessantes possíveis para os alunos.

No segundo mês, seguindo o quadro de conteúdos, foi então trabalhada a parada de mãos e suas variações e a estrelinha e suas variações, foram passadas aos alunos todos os educativos que são necessários para a execução do movimento corretamente. Podemos destacar deste grupamento de aulas que alguns alunos com limitações físicas conseguiram executar os movimentos respeitando os próprios limites. Para o ensino da parada de mãos os alunos do 1º, 2º e 3º ano foi passado como educativo a musica da "dona aranha" para os alunos executarem o movimento encostados com o corpo na parede, já para o ensino da estrelinha foi então passado para os alunos o educativo desde a posição de mãos até a finalização com os braços ao lado da orelha. Na execução da estrelinha foi observado que os alunos de faixa etária menor tiveram mais facilidade na execução do movimento em contrapartida os alunos da faixa etária maior tiveram dificuldade para a execução do movimento, sendo requisitado dos professores maior atenção e maior correção com esse grupo de alunos.

Iniciando o terceiro mês de intervenções destacamos então que algumas aulas foram destinadas para a criação e montagem coreografia dos alunos para o espetáculo do colégio no final do ano, porem as aulas de fundamentos seguiram o mesmo cronograma. No terceiro mês foram trabalhados os saltos ginásticos com saída com os pés juntos e separados, podemos destacar neste mês que os alunos já entendiam a relevância da ginástica e a importância do aprendizado dos fundamentos básicos, destacando ainda que os alunos ficaram com mais curiosidade e interesse em aprender após ver a execução dos professores, o que foi de grande ajuda no ensino de todos os fundamentos. Dentro dos saltos destacamos que os alunos sentiram a importância do alongamento para a execução do salto com maior amplitude possível, com isto os momentos finais de cada aulas dedicadas a parte de flexibilidade se tornaram mais



interessante para as crianças. Além disto as crianças que tinham mais facilidade na execução do movimento e que aprenderam mais rápido foram designados para serem monitores nas aulas a fim de evitar a desmotivação dos alunos e ajudar na dinâmica das aulas. No final do terceiro mês já estávamos com a música da cena do espetáculo escolhida e com várias ideias sobre como seria a apresentação dos alunos.

Entrando no último mês de intervenções destacamos que foi um mês muito motivante para os professores, pois os alunos já estavam com os fundamentos todos apreendidos e executados com o mínimo de perfeição possível, respeitando as limitações de cada um. Assim o mês foi de preparação física com aulas diferenciadas, porém que serviram de suporte tanto para a montagem coreográfica como para a preparação dos alunos para os fundamentos mais complexos.

As aulas aconteciam com metade do tempo destinado a exercícios de força, agilidade e flexibilidade que são os pilares da ginástica, um segundo momento para se lembrar dos fundamentos já aprendidos e o terceiro momento para a montagem coreográfica e ensaio. Essa dinâmica agradou muito os mais novos (1º a 3º anos), pois foram os primeiros que abraçaram a proposta da ginástica e aceitaram tranquilamente, porém para os mais velhos (4º e 5º anos) houve uma resistência para as aulas de preparação física pois uma grande maioria das crianças eram sedentárias e a cima do peso. Porém mesmo com essa resistência as aulas aconteceram de maneira efetiva concluindo o último mês com coreografia e com as crianças aprendendo os fundamentos de maneira efetiva e satisfatória.

Considerações Finais

Diante deste relato de experiência podemos dizer que o ensino da ginástica aconteceu de maneira efetiva na EETI Presidente Dutra na oficina de Educação Física, de maneira esperada e com saltos positivos no desenvolvimento motor das crianças participantes.

Como ponto positivo podemos dizer ainda que houve um suporte importante da coordenação para a implantação da oficina no colégio e um suporte maior ainda dos alunos menores durante os intervalos onde os mesmos faziam os movimentos como parte do processo



VI Congresso de Ginástica para Todos

CORPO, EXPRESSÃO, MOVIMENTO E ARTE
DIÁLOGOS ENTRE A GPT E A DANÇA POPULAR

22 a 24 de outubro de 2015
Goiânia - Goiás

de aprendizagem dos fundamentos, ajudando a mostrar para as demais crianças a facilidade dos movimentos.

Como ponto negativo das intervenções podemos destacar a falta de materiais adequados para a prática segura da ginástica, levando em consideração que só tínhamos 45 colchonetes e um espaço coberto sem tatame. Ainda como ponto negativo podemos citar o desinteresse no começo pelos alunos mais velhos, por virem de uma cultura de que as aulas de educação física deveriam ser destinadas somente ao ensino dos esportes, podendo destacar que essa mudança de opinião só aconteceu depois das primeiras aulas onde os professores faziam a aula completa com os alunos executando cada movimento com o máximo de técnica possível, despertando o interesse dos alunos maiores.

Diante destas limitações físicas e ainda por ser o primeiro ano de escola em tempo integral do colégio isto não foi empecilho para ser realizado um trabalho efetivo e de qualidade mostrando ainda para os alunos que mesmo por parecer ser um esporte elitizado a prática da ginástica pode ser realizada em vários ambientes.

Além disto, fica como dica para os profissionais da área que a ginástica pode acontecer de maneira efetiva com crianças do Fundamental I (6 a 10 anos) mesmo com limitações de espaço e materiais adequados.

Referências

- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.
- DALLO, Alberto R. **A Ginástica como Ferramenta Pedagógica**. Edição Revista Corrigida. Ed. USP. São Paulo. p.25 - 50. 2007.
- GALLARDO, J.S.P Proposta de uma linha de Ginástica para Educação Física Escolar. In: PICCOLO, V.L.N (org.) **Educação Física Escolar: ser ... ou não ter?** Campinas, S. P: Editora da UNICAMP, 1993.
- STRAUSS, C. **Ginástica: a arte do movimento**. São Paulo: Hemus-livraria Editora, 1977.
- SOARES, C. L. **Imagens da educação no corpo; estudo a partir da ginástica francesa no século XIX**. Campinas: autores associados, 2001.
- SOUZA, S.G. e VILARINHO NETO, S. Festival de Ginástica na Universo: o movimento da práxis na formação acadêmica. **Revista Digital**. Buenos Aires, Año 15, Nº 149, Outubro de 2010. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/>

CURRÍCULO DOS AUTORES

Alciléa Sousa Silveira – Graduada em Educação Física pela UFG – UNIVERSIDADE FEDERAL DE GOIÁS; Pós Graduada em Psicopedagogia pela FABEC BRASIL e professora efetiva pela rede Estadual de Educação

César Augusto Pereira Felipe – Graduado em Educação Física pela UEG – ESEFFEGO e professor pela rede Estadual de Educação.

Samanta Garcia de Souza – Graduada em Educação Física pela UEG – ESEFFEGO; Professora efetiva da UEG – ESEFFEGO e da UNIVERSO.