



A CONTRIBUIÇÃO DA GINÁSTICA E DA DANÇA NA FORMAÇÃO INTEGRAL DE INDIVÍDUOS

Brunna Thais Reis Sales
brunnasales86@hotmail.com
Samanta Garcia de Souza
samantagarciaef@yahoo.com.br

Resumo: Dentro da área da educação física sabe-se da importância dos conteúdos da ginástica e da dança para o desenvolvimento integral dos indivíduos. No entanto, pouco são trabalhados, ou são negligenciados totalmente, ou quando são explorados se limitam a técnicas e alta performance dos praticantes, desprezando o caráter artístico de ambos conteúdos, tanto no ensino formal quanto no ensino não formal. A ginástica e a dança possibilitam, de forma satisfatória, o desenvolvimento bio-psico-social e cultural dos praticantes, sem que um nível se sobreponha em relação aos demais. A partir dessas práticas educacionais o objetivo é poder contribuir na formação completa dos sujeitos, possibilitar a percepção da dança e da ginástica como conteúdos culturais, chegando a estimular a capacidade de pensar, refletir e reagir artisticamente o corpo e o movimento como arte/educação.

Palavra Chave: *Ginástica; dança; formação integral.*

Abstract: Within the area of physical education it is known the importance of gymnastics and dance content for the integral development of individuals. However, some are worked, or are overlooked entirely, or when they are exploited not limited to technical and high performance practitioners, disregarding the artistic character of both content, both in formal and in non-formal education. Gymnastics and dance enable at a satisfactory pace, the bio-psycho-social development and cultural practitioners without a level overlaps in relation to the other. From these educational practices the aim is to contribute in the complete formation of the subject, allowing the perception of dance and gymnastics as cultural contents, getting to encourage the ability to think, artistically reflect and react the body and movement as art / education.

Keywords: *Gymnastics; dance; integral development.*

Introdução

A escola é um espaço educacional onde se transitam diferentes tipos de culturas e essas se inter-relacionam na perspectiva de se comunicarem e serem vivenciadas por outros corpos, até mesmo incorporadas em outros corpos. Dentre as disciplinas escolares citamos a educação física que de acordo com vários autores é responsável pela ampliação da cultura corporal do movimento do Homem, com finalidade de desenvolver os indivíduos em sua plenitude e de forma integral. Dispensando a visão de uma educação física tecnicista onde o foco se baseia no rendimento ou na alta performance, considerando o corpo somente enquanto um conjunto de músculos, destinando pouco importância ao lado subjetivo que também compõe o indivíduo e é necessário ser tratado com o mesmo grau de importância pelos especialistas em educação.



Educação Física é uma área do conhecimento atuante na educação informal, não formal e formal. De acordo com Aranha (2006) educação informal é realizada no contexto familiar, convívio com amigos, nas atividades de trabalho e de lazer, não tem intenção clara do processo de aprendizagem; na educação não formal e formal há intenção explícita de educar, no entanto, a primeira não é tão sistematizado o ensino (exemplo: cursos extraclases) e na segunda que é oficial, deve haver um planejamento e sistematização dos conteúdos a ser ensinado aos alunos (exemplo: escola). Sendo nestes contextos que o profissional de educação física deve exercer sua profissão com finalidade de promover o desenvolvimento bio-psico-social e cultural dos indivíduos. Ciência responsável pelo pleno desenvolvimento da cultura corporal de movimento do ser humano, enquanto corporeidade (DARIDO & RANGEL, 2014).

A educação física recorre as mais diversas manifestações corporais como forma de transmitir seus conhecimentos e ampliar o ensino-aprendizagem dos alunos. Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCN's) organizam seus conteúdos em três blocos: Conhecimento sobre o corpo; Atividades Rítmicas e Expressivas; e Esportes, Jogos, Lutas, Dança e Ginásticas (DUPRAT & GALLARDO, 2010). Delimitando nosso campo de estudo à educação formal e não formal, percebemos os conteúdos de ginástica e dança tão importante quanto os demais conteúdos da educação física. No entanto, poucos são requisitados pelos profissionais da área chegando muitas vezes a serem negligenciados e pouco valorizados para a real contribuição no desenvolvimento do ser humano. Quando se trata de escolas especializadas em ginástica e dança verifica se, em muitos casos, a especialização precoce ou movimentos rígidos, controlados e pré-estabelecidos que limitam a capacidade expressiva que o corpo/sujeito pode apreender. Leva-se em consideração o domínio da técnica em busca da performance perfeita, mas coloca o lado artístico e a expressão da subjetividade em menor grau de importância, desconsiderando o indivíduo na sua totalidade. Assim, temos como finalidade perceber a ginástica e a dança como conteúdo cultural do ser humano, na busca de desenvolver os sujeitos em sua totalidade, estimulando a capacidade de pensar, refletir e reagir artisticamente percebendo o corpo e os movimentos como arte/educação.



Ginástica e Dança

A palavra ginástica pertence ao gênero feminino, mas está sempre relacionada ao gênero masculino devido a sua afinidade com a força, velocidade, agilidade entre outros, capacidades historicamente designadas aos homens (DARIDO & RANGEL, 2014). Na Grécia, civilização antiga, a palavra ginástica significava a *arte* de exercitar o corpo, nascendo o ideal de beleza humana, onde a prática do exercício físico era valorizada como educação corporal (PAOLIELLO, 2011).

É a partir do século XVI, que a manifestação corporal começa a se fundamentar e sistematizar em cinco diferentes campos de atuação: *Ginásticas de condicionamento físico*, tem como objetivo a aquisição ou manutenção da condição física do indivíduo; *Ginásticas de competição*, reúnem todas as modalidades competitivas; *Ginásticas fisioterápicas*, responsáveis pela utilização do exercício físico na prevenção ou tratamento de doenças; *Ginásticas de consciência corporal*, tem origem na busca de solução de problemas físicos e posturais; e *Ginásticas de demonstração*, cuja principal característica é a não competitividade (PAOLIELLO, 2011).

O século XIX é marcado pela elaboração de um novo corpo necessário ao capital, com interesse da classe burguesa na construção de um novo homem produtivo, forte e resistente. Utiliza-se, então os métodos tradicionais de ginástica para domesticar e disciplinar o corpo dominado pela burguesia, com intuito de manter a ordem social e obter homens “saudáveis” e “fortes” capazes de suportar as intensas cargas de trabalho que esses corpos enfrentariam nas indústrias. Também, neste mesmo período surgem outras vertentes da ginástica tendo como base a calistenia, que procurava desenvolver o organismo de forma harmoniosa e seria completada com a dança, proporcionando beleza e graça ao corpo (SOARES, 2012).

O presente estudo baseia-se em dois dos cinco campos de atuação da ginástica: ginástica de competição e ginástica de demonstração, por estar relacionadas diretamente com as composições coreográficas e a dança. Com relação a ginástica de competição, deve ser levando em consideração o lado artístico das modalidades de igual proporção ao lado técnico. São exemplos: ginástica artística feminina (GAF) e masculina (GAM), ginástica rítmica (GR), ginástica acrobática (GAc); e na ginástica de demonstração temos a ginástica para todos (GPT)



como representante. Sendo que a ginástica para todos tem a liberdade de reunir as demais dentro de um só contexto, sem fins competitivos, e sua maior forma de expressão se dá através da composição coreográfica (SCARABELIM & TOLEDO, 2015).

Scarabelim & Toledo (2015) destacam a composição coreográfica como além de um fundamento da ginástica para todos, em seu processo de elaboração é capaz de proporcionar e estimular a criatividade, participação, formação humana, valorização de outros elementos da cultura corporal, etc. Outra modalidade gímnica que possibilita as composições coreográficas é a ginástica rítmica que recebeu influências de grandes nomes das artes cênicas, da música, da pedagogia e da dança, que segundo Hernández e Bouza (1982) *apud* Santos, Lourenço e Gaio (2010) a dança é muito significativa para o surgimento da atividade gímnica por ter absorvido a influência de revolucionários do movimento humano em uma época em que o clássico predominava, nomes como: Isadora Duncan, Rudolf Van Laban, Mary Wigmann etc. .

A dança primitiva era um sinal de tentativa de comunicação (SANTOS, LOURENÇO & GAIO, 2010). Através da história obedece a padrões sociais e econômicos ou a necessidade do homem de expressar seus sentimentos, emoções, desejos, sonhos, entre outros. Dançar para as civilizações antigas referia-se às lendas e mitos religiosos de cada cultura, desenvolvendo o caráter religioso da expressão corporal. A dança/arte surge na idade da razão, permitindo que o homem pudesse fugir da realidade (NANNI, 2008).

Da mesma forma, Achcar (1980) considera a dança como uma necessidade do ser humano de exaurir, externar suas emoções. Sendo a mais antiga das artes criada pelo homem, como forma de expressão humana e expressão da vida. Da desordem até formas e técnicas disciplinares e aperfeiçoadas a dança acompanha o homem, em toda sua história, evoluindo à medida que o homem cada vez mais se civiliza (ACHCAR, 1980).

Gaio e colaboradores (2010) citam três pressupostos às vezes esquecidos pelos profissionais que trabalham com ginástica e dança, são eles: esforço, motivação e significado. O professor deve estar ciente do *esforço* que os alunos despenderá para aprender os movimentos gímnicos e as coreografias, por isso é necessário que parta das propostas mais simples para as mais complexas, do conhecido para o desconhecido; O aluno ciente do seu esforço deve ser *motivado* a aprender ginástica e dança através da curiosidade, fonte que leva o ser humano à



novas descobertas, desenvolvendo a criatividade e imaginação; e o último pressuposto é o *significado*, para se ensinar e aprender ginástica e dança requer saber por que, para que e qual o sentido disto. A incorporação do aprendido exige um significado para a vida e não um aprendizado abstrato, sem sentido.

O ensino da ginástica e dança na educação deve considerar o aluno enquanto corpo-sujeito e corporeidade, por não se tratar apenas de músculos a serem adestrados, mas de um corpo humano com desejos, raciocínio, sentimentos, etc. Ao se ensinar ginástica e dança é necessário um ensino crítico, onde os educandos poderão refletir, raciocinar, resolver problemas, criar, não se preocupando, unicamente, com a alta performance em nome somente da perfeição estética (GAIO, ALMEIDA, SIMÕES, BELO, PACOAL & MOREIRA, 2010).

Scarabelim e Toledo (2015) propõem fichas analíticas relacionando aspectos gerais das composições coreográficas de GPT, com objetivo de organizar, analisar e potencializar as coreografias, utilizando elementos da dança, mais especificamente, de um dos maiores estudiosos do movimento expressivo humano, Rudolf Van Laban e suas figuras geométricas (octaedro, icosaedro e cubo):

[...] a distribuição dos movimentos durante a coreografia deve prever a ocupação do espaço tridimensional (altura, largura e profundidade), utilizando os vários níveis (alto, médio e baixo), em todas as direções (frente, trás e diagonais), se possível combinando e alternando estas variáveis espaciais durante todo o trabalho (SANTOS & SANTOS, 2009).

Laban escolhe figuras geométricas para estruturar princípios de movimento do corpo no espaço. Uma é o octaedro, que parte das três *dimensões* do corpo vertical (alto e baixo), horizontal (esquerda e direita), e sagital (frente e trás); outra figura geométrica é o cubo que resulta na combinação de três dimensões do octaedro, formando as *diagonais*; e o icosaedro é formado a partir de duas dimensões do octaedro, resultando nos *planos* do corpo (vertical, horizontal e sagital) (FERNANDES, 2006).

Considerações Finais

Por séculos o conhecimento do homem dicotomizava o ser humano entre corpo/mente, corpo/espírito, denominando a razão sobre a emoção, colocando sempre uma em superioridade da outra. Civilizações antigas acreditavam que o cuidado do corpo levava a evolução da mente,



em outrora pouco se valorizava o culto ao corpo, com fundamentos em bases religiosas, e já com o início do antropocentrismo, mais uma vez a parte material do homem é colocada no plano inferior em detrimento ao pensamento racional, supervalorizando as ciências que podem ser comprovadas.

Com o passar dos tempos pouco se muda, se verificarmos a escola, iremos perceber uma priorização de disciplinas cujo foco é o desenvolvimento da capacidade intelectual dos alunos e sendo as demais disciplinas como complemento da carga curricular escolar. Os discentes são educados de forma desequilibrada nas dimensões objetiva e subjetiva do ser humano, desvalorizando os sentimentos, valores humanos, morais e sociais dos indivíduos.

É comum as pessoas se frustrarem com facilidade por não dominar suas emoções, pelo fato de não terem sido trabalhadas ou educadas. É necessário que o lado artístico do ser humano seja tão bem desenvolvido quanto as demais dimensões que o compõem. O corpo, historicamente, ainda não se encontrou devido a sua negação, minimização ou pela sua supervalorização dentro da sociedade de consumo e indústria cultural que estamos inseridos.

A dança e a ginástica possuem a capacidade de desenvolver a comunicação do ser humano através da expressão corporal, aprimorando seu lado artístico na busca de seres conscientes. Assim, o indivíduo saberá receber o contato humano, fator indispensável ao nosso crescimento interior, à sobrevivência dos seres humanos e a nossa civilização. Ajudando aos menos capazes no encontro consigo mesmos e com seus semelhantes, diminuindo solidões de muitos.

Referências

- ARANHA, M. L. A. **Filosofia da educação**. 3ª ed. São Paulo: Moderna, 2006.
- ACHCAR, D. **Ballet**: arte, técnica e interpretação. 1980.
- DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. **Educação física na escola**: implicações para a prática pedagógica. 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2014.
- DUPRAT, R. M.; GALLARDO, J. S. P. **Artes Circenses**: no âmbito escolar. Ijuí: ed. Uniu, 2010.
- FERNADES, C. **O corpo em movimento**: o sistema Laban/Bartenieff na formação e pesquisa em artes cênicas. 2ª ed. São Paulo: Annablume, 2006.
- GAIO, R.; ALMEIDA, C.; SIMÕES, R.; BELO, A. Z.; PASCOAL, M.; MOREIRA, W. **Ginástica e Dança**: no ritmo da escola. 1ª ed. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2010.
- GALLARDO, J. S. P. **Delimitado os conteúdos da cultura corporal que correspondem à área da educação física**. Disponível em: < <http://saaf.objetivosorocaba.com.br/estavel/material/sorocaba/material-4270-D.pdf>>. Acesso em: 09 jul. 2015.



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

PAOLIELLO, E. **O universo da ginástica.** 2011. Disponível em: <http://ww2.sescsp.org.br/sesc/hotsites/sesc_forum/dyn_files/O%20UNIVERSO%20DA%20GIN%C3%81STICA%20A1.pdf>. Acesso em: 09 jul.2015.

SANTOS, E. V. N.; LOURENÇO, M. R. A.; GAIO, R. **Composição coreográfica** em ginástica rítmica: do compreender ao fazer. Jundiaí, SP: Fontoura, 2010.

SANTOS, J. C. E.; SANTOS, N. G. **Ginástica Para Todos:** elaboração de coreografias e organização de festivais. Jundiaí: Fontoura, 2009.

SCARABELIM, M. L. A.; TOLEDO, E. **Proposta de criação de uma ficha analítica de composições coreográficas na ginástica para todos: primeiros ensaios.** Revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, Campinas, v. 13, n. especial, p. 181-196, maio 2015.

SOARES, C. L. **Educação física:** raízes europeias e Brasil. 5ª ed. Campinas, SP: Autores Associados, 2012.