

GINÁSTICA PARA TODOS NO SESC AVENIDA PAULISTA: EXPERIÊNCIA VIRTUAL

GYMNASTICS FOR ALL AT SESC PAULISTA AVENUE: VIRTUAL EXPERIENCE

Grace Kelly Lobo Teixeira
Serviço Social do Comércio - São Paulo (SESCSP)

A Ginástica para Todos (GPT) é uma modalidade esportiva não-competitiva que abrange atividades ginásticas e outros tipos de manifestações corporais. O Serviço Social do Comércio (Sesc) é uma instituição privada, mantida e administrada pelo setor do comércio, serviços e turismo e desenvolve ações de educação não-formal, através das áreas da Educação, Saúde, Cultura, Lazer e Ação Comunitária. No âmbito do Lazer, dentre outras ações, realiza o Desenvolvimento Físico-Esportivo, que abrange, entre outros, o Programa Sesc de Esportes. Neste programa, as atividades baseiam-se no movimento mundial do Esporte para Todos, que visa difundir princípios como integração, respeito à diversidade e inclusão social. Nesse contexto, está incluída a GPT, uma vez que essa faz parte do movimento Esporte Para Todos e o Sesc adota tais valores como componentes da essência da área físico-esportiva. O Sesc Avenida Paulista foi inaugurado em abril de 2018, inicialmente oferecendo aulas abertas de GPT no período da manhã. No final de 2018, foi proposto um projeto de aulas de GPT no período da tarde que teve seu início como aulas abertas no Programa Sesc Verão 2019, tornando-se um curso regular ao final desse mesmo ano. Em 2020 devido a pandemia do coronavírus o curso continuou em formato on-line via grupo já existente no WhatsApp, com videoaulas e aulas ao vivo. O uso desse aplicativo foi considerado desde o início dessas aulas pela facilidade de uso relatada pelos alunos, que são todos idosos. Ao longo das aulas iniciou-se as tentativas de criação de uma coreografia virtual, o que ganhou mais força e motivação com a possibilidade de apresentação no IX Festival GYMNUSP, I Festival on-line de Ginástica para Todos. O objetivo deste trabalho é relatar a experiência desse grupo na construção dessa coreografia virtual. O processo de construção dessa coreografia começou com a escolha da música já feita coletivamente antes do início da pandemia, após isso foi enviado aos alunos uma videoaula com o passo a passo da coreografia apenas do refrão da música. Ao longo das aulas foram feitos ensaios dessa sequência coreográfica e paralelamente os alunos foram incentivados a enviarem seus vídeos que podiam ser individuais ou construídos em conjunto (de forma online) em pequenos grupos de duas a três pessoas. Os alunos foram orientados a criarem uma sequência coreográfica utilizando qualquer parte da música escolhida, que poderia ser uma movimentação livre, baseada em movimentos ginásticos ou outros movimentos aprendidos ao longo do curso. Nesse processo surgiram dificuldades dos alunos relacionadas a tecnologia, como gravar os vídeos, conseguir enquadrar o posicionamento da câmera, entre outros. Devido a essas dificuldades os educadores adotaram a estratégia de fazer videochamadas individuais e coletivas via WhatsApp com os alunos que estavam com maiores dificuldades para orienta-los em tempo real quanto ao posicionamento de câmera, iluminação, ajuda-los com a execução dos movimentos que queriam fazer e gravar a tela da chamada com o auxílio do aplicativo Screen Recorder. Os educadores reuniram esses vídeos utilizando os aplicativos YouCut e Movavi para formar a coreografia que foi nomeada “Viva a Vida!” com a música “O que é, o que é” de Gonzaguinha que foi apresentada no IX Festival GYMNUSP. Foi observado ao longo de todo esse processo que a construção dessa coreografia virtual motivou todos os envolvidos a continuarem participando das aulas mesmo em formato online e a continuarem construindo e criando coletivamente mesmo distantes fisicamente, o processo também gerou novos aprendizados, desafios e superação dos mesmos, trazendo a sensação de

autossuperação. Também contribuiu para a manutenção da interação social desse grupo, que é de extrema importância principalmente nesse contexto de isolamento social.

Palavras-Chave: Ginástica para Todos; Sesc; Experiência remota

Gymnastics for All (GfA) is a non-competitive sport that includes gymnastic activities and other types of bodily manifestations. The Social Service of Commerce (Sesc) is a private institution, maintained and managed by the commerce, services and tourism sector and develops non-formal education activities through the areas of Education, Health, Culture, Leisure and Community Action. In the Leisure area, among other actions, it carries out the Physical-Sports Development, which includes, among others, the Sesc Esporte Program. In this program, the activities are based on the worldwide Sport for All movement, which aims to disseminate principles such as integration, respect for diversity and social inclusion. In this context, the GPT is inserted, since it is part of the Sports for All movement and the Sesc adopts such values as components of the essence of the physical-sports area. Sesc Paulista Avenue opened in April 2018, initially offering open GfA classes in the morning. At the end of 2018, a project of GfA classes in the afternoon was proposed, which began as open classes in the Sesc Summer 2019 Program, becoming a regular course at the end of that same year. In 2020, due to the coronavirus pandemic, the course continued in an online format via an existing group on WhatsApp, with video classes and live classes. The use of this application was considered since the beginning of these classes due to the ease of use reported by the students, who are all elderly. During the classes, attempts were made to create a virtual choreography, which gained more strength and motivation with the possibility of being presented at the IX Festival GYMNUSP, I Online Festival of Gymnastics for All. The objective of this work is to report the experience of this group in the construction of this virtual choreography. The process of building this choreography began with the choice of music that had already been collectively made before the start of the pandemic, after which a video lesson was sent to the students with step-by-step choreography of the song's chorus. During the classes, rehearsals were made of this choreographic sequence and, in parallel, students were encouraged to send their videos, which could be individual or built together (online) in small groups of two to three people. Students were instructed to create a choreographic sequence using any part of the chosen music, which could be a free movement, based on gymnastic movements or other movements learned throughout the course. In this process, difficulties for students related to technology arose, such as recording videos, managing to frame the positioning of the camera, among others. Due to these difficulties, educators adopted the strategy of making individual and collective video calls via WhatsApp with students who were having greater difficulties to guide them in real time regarding camera positioning, lighting, help them with the execution of the movements they wanted make and record the call screen with the help of Screen Recorder application. The educators put these videos together using YouCut and Movavi apps to form the choreography that was named “Viva a Vida!” with the song “O que é, que é” by Gonzaguinha that was presented at the IX Festival GYMNUSP. It was observed throughout this process that the construction of this virtual choreography motivated everyone involved to continue participating in the classes even in online format and to continue collectively building and creating even physically distant, the process also generated new learning, challenges and overcoming them, bringing the feeling of self-overcoming. It also contributed to the maintenance of social interaction in this group, which is extremely important especially in this context of social isolation.

Keywords: Gymnastics for all; SESC; Remote Experience