

## "FRIENDLY": UM DOS PILARES DA GPT QUE DURANTE A PANDEMIA DE COVID-19 SUSTENTOU A PRÁTICA DO GRUPO DE IDOSAS NO SESC BAURU

Adeline Borini Gargioni  
Sesc/Sp, Bauru, Brasil.  
adeline.gargioni@sescsp.org.br

### Resumo

Ayoub (2003) define Ginástica Geral (GG), como: ginástica, dança, jogos, abrindo diversas possibilidades para a prática, e proporcionando uma ampla criatividade. Atualmente a GG é denominada Ginástica Para Todos (GPT), e enquanto manifestação corporal colabora para que as experiências no campo do Lazer promovam bem-estar físico e psicológico (SOUZA, 1997). Com base nos princípios fundamentais da GPT, a Federação Internacional de Ginástica (FIG, 2020), define os pilares: Fun (alegria), Fitness (Aptidão), Fundamentals (Fundamentos) e Friendly (amizade). Este último engloba a ideia de companheirismo, interação e colaboração entre os praticantes com o objetivo de fomentar o espírito de equipe, solidariedade, respeito e valorização do outro. Assim, o objetivo deste trabalho é descrever e refletir sobre a importância e motivação gerada a partir do pilar "Friendly" para a continuidade de ações em GPT de forma online. Para tanto, foram utilizados registros do processo didático desenvolvido no período, e na reunião pós apresentação no festival online do grupo formado por 25 mulheres entre 60 e 86 anos, do Serviço Social do Comércio (Sesc), unidade de Bauru, em 2020. Em 18 de março de 2020, em função pandemia de COVID-19, o Sesc-SP suspendeu as atividades presenciais, dando início aos atendimentos online. Com a turma de GPT de Bauru, a primeira ação foi enviar às alunas videoaulas semanais, via whatsapp, para realizarem em suas casas. Porém, as alunas relataram a necessidade do coletivo, de ver e conversar com as amigas de turma. Assim, foi desenvolvido um tutorial para inclusão digital das alunas, para participação em chamada de vídeo coletiva, que nomeamos "Café das 5", um espaço para a escuta afetiva, troca de relatos e emoções vivenciadas neste momento de reclusão. Outrora foi reivindicada a possibilidade de ter o grupo todo reunido, não somente 4 participantes. Um novo tutorial foi desenvolvido para utilizar o google meet. Com esta ferramenta foram realizadas aulas de GPT de forma online, chegando a participação máxima de 18 alunas em uma das aulas. Este novo formato de

### Palavras-chave:

Ginástica Para Todos.  
Friendly.  
Socialização.  
Idosos.

aula nos permitiu a criação de coreografias e com elas, a participação de eventos como o Festival de Ginástica e Dança da Unieduk, GINPA Virtual da Federação Paulista de GPT e Festival Virtual Sesc de Ginástica. Mobilizamos as alunas e seus familiares para que pudessemos assistir juntos à transmissão do Festival da Unieduk. Para tanto, foi criada uma sala de reunião, com link de acesso, por esta sala fiz a transmissão do festival em tempo real para que pudessemos interagir enquanto assistíamos. Depois deste evento, foi realizada uma reunião da qual foram registrados os depoimentos das alunas acerca da experiência única de terem participado de um processo de criação coreográfica, e transmissão do Festival de forma online. Nos resultados finais, todas relataram não imaginar que conseguiriam aprender tanto de “tecnologia” e participar das aulas e festival, que tudo foi possível por causa da amizade do grupo e da vontade de estarem juntas. Concluindo, como citado por Bortoleto e Menegalo (2020), na literatura há muitas citações sobre a importância da socialização e cooperação na GPT, mas poucas pesquisas se aprofundam no tema, que é citado somente no que diz respeito à construção coletiva. Portanto, faz-se necessário que mais pesquisas investiguem o real potencial da característica “friendly” da GPT como força motriz de um grupo.

## Referências

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas, SP: Unicamp, 2003.

BORTOLETO, A.C.; MENEGALO, F.R. Ginástica para todos e coletividade: nos meandros da literatura científica. **Motrivência**, (Florianópolis), v. 32, n. 61, p. 01-17, janeiro/março, 2020. Universidade Federal de Santa Catarina.

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE (FIG). **Gymnastics for all committee, regulations manual**, 2020. Disponível em: <<https://www.gymnastics.sport/site/rules/#6>>. Acesso em: 20/maio/2023.