

CAMINHANDO CONTRA O VENTO: A GINÁSTICA PARA TODOS COMO PRÁTICA DE INTERVENÇÃO NA ÁREA DA SAÚDE.

Amanda Azevedo Flores
Instituto Federal do Rio Grande do Sul, Bento Gonçalves, RS, Brasil.
professoraamandaazevedo@gmail.com

Franciny Dos Santos Dias
Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, Brasil.
francinydias@gmail.com

Resumo

As diversas práticas corporais vêm em grande desenvolvimento na sociedade nas últimas décadas. A presença dessas atividades ligadas às ações no sistema de saúde é ainda incipiente, podendo se ampliar significativamente, tanto em relação à prevenção, como à recuperação e à promoção da saúde. No olhar dos benefícios das práticas corporais, podemos caracterizar a Ginástica para Todos (GPT) como uma atividade adequada para todas as idades, níveis de aptidão física, gêneros e suas diversas manifestações sociais e culturais, assim, podendo contribuir para a melhora da saúde, condição física e sua qualidade de vida (FIG, 2016). A GPT tem como característica a possibilidade da participação indiscriminada, respeitando potencialidades, limitações individuais, o favorecimento da inclusão, formação humana e do prazer pela prática. Seguindo os preceitos da democracia, a GPT é a ginástica mais acessível a todas as classes e populações, pois seu caráter não competitivo e a participação de todos sem distinção. Dessa forma, o objetivo do estudo é evidenciar a experiência formativa da oficina da GPT para profissionais da saúde. Essa pesquisa traz o relato de experiência a respeito da ação de “Ginástica para Todos: uma prática democrática”, realizada no evento científico o IV Seminário de Educação Física: interfaces e intervenções na saúde coletiva (SEFIS), pela Universidade Federal da Bahia (UFBA). Essa experiência foi oriunda da oportunidade concedida pela Prof^a. Cláudia Miranda (coordenadora do Grupo de Estudos e Pesquisa em Educação Física e Saúde/GEFIS), fez o convite à Prof^a. Amanda Flores, para ministrar uma oficina de ginástica, que expande o convite à Prof^a. Franciny Dias e a Prof^a. Lizandra Pires. A oficina teve como intuito promover a experimentação da GPT em suas diversas possibilidades nos contextos de trabalho e desenvolver competências e habilidades na formação dos profissionais e acadêmicos da área da saúde. O IV SEFIS ocorreu de forma remota, em razão do período pandêmico. A oficina

Palavras-chave:

Formação;
Ginástica Para
Todos;
Saúde.

com duração de duas horas e ações teórico práticas, iniciou com coreografias da ginástica de condicionamento físico, buscando preparar o corpo para a seqüência prática. Na vivência com as técnicas do ballet, foram realizados movimentos básicos (passé, arabesque, cambrê, e movimentos de giros), movimentos realizados, utilizamos a cadeira como um dos materiais alternativos associados à prática, reafirmando a ideia da inclusão. A construção e adaptação de materiais não-oficiais realizaram-se com uma bola de meia, confeccionada e manuseada na proposta de equilíbrios, saltos, rolamentos, pequenos lançamentos e recuperações. Assim, mais do que trabalhar com a Ginástica no contexto da saúde, destacamos a importância das discussões acerca do desenvolvimento e constituição de novos olhares formativos voltados para esse público, no que diz respeito a uma abordagem profissional, que priorize a democratização, inclusão e acessibilidade de diferentes públicos nessa prática. A proposta neste ensaio vem justamente fomentar a união de novos horizontes teóricos alinhados às realidades no campo da saúde, unindo esforços, que sejam a favor do vento. Afinal “Eu quero seguir vivendo. Eu vou. Por que não?”.

Referências

- AYOUB, E. **Ginástica Geral e Educação Física escolar**. Campinas: Editora Unicamp, 2003.
- CARBINATTO, Michele Viviene; FURTADO, Lorena Nabanete Reis. Choreographic process in gymnastics for all. **Science of Gymnastics Journal**, Ljubljana, v. 11, n. 3, p. 343-354, 2019.
- FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE (FIG). **Disciplines**. Disponível em: <<https://www.gymnastics.sport/site/>>. Acesso em: 06 abril. 2022.
- FRAGA, A. B. Fraga e WACHS, F. **Educação física e saúde coletiva: políticas de formação e perspectivas de intervenção**. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2007.
- RIBEIRO, S. G. A importância do Ballet Clássico na formação e no desenvolvimento da Ginástica Rítmica. In: PAOLIELLO, E. TOLEDO, E. (org.). **Possibilidades da Ginástica Rítmica**. São Paulo: Phorte, 2010. p. 143-184.
- SOARES, D. B; ALMEIDA, T. L; BORTOLETO, M. A. C. Autonomia, criatividade e o processo de construção coletiva na ginástica para todos. In: MIRANDA, R. de CF; EHRENBURG, MC; BRATIFISCHE, SA (org.). **Temas emergentes da ginástica para todos**. Várzea Paulista: Fontoura, p. 123-152, 2016.
- TOLEDO, E; TSUKAMOTO, M; CARBINATTO, M (org.). **Fundamentos da ginástica para todos**. 2 ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016.
- TOLEDO, E; SCHIAVON, L.M. Ginástica Geral: diversidade e identidade. In. PAOLIELLO, E. (org). **Ginástica geral: experiências e reflexões**. São Paulo: Phorte, 2008.