

COMPREENDENDO A GINÁSTICA PARA TODOS: EXPERIÊNCIAS E PERCEPÇÕES DE UNIVERSITÁRIOS/AS NA DESCOBERTA DA PRÁTICA

Guilherme Pires da Silva
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, Brasil.
guilherme.pires-silva@unesp.br

Gabriela Dantes
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, Brasil.
gabriela.dantas09@unesp.br

Barbara Laize Pinha
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, Brasil.
barbara.pinha@unesp.br

Daniela Bento-Soares
Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro, Brasil.
daniela.bento-soares@unesp.br

Resumo

Neste relato de experiência, discutimos a Ginástica para Todos (GPT) com base em nossas experiências corporais prévias, de forma a realizar aproximações e distanciamentos. O intuito dessa reflexão é estabelecer conexões com ballet, pole dance, calistenia e karatê, a fim de discutir características da GPT e compreendê-la como uma manifestação corporal. Um primeiro ponto de reflexão sobre a GPT é justamente sua característica inclusiva: experienciá-la proporcionou envolvimento coletivo; esta vivência é um contraponto a práticas como o ballet, em que um certo biotipo corporal é requerido, assim como muitas vezes há, culturalmente, limites de idade para sua prática. O ballet é constantemente um trabalho individual, em que a competição entre bailarinas/os e entre academias é constantemente incentivada. Ao contrário, na prática da GPT, podemos observar o incentivo para que pessoas com diferentes experiências com a Ginástica integrem os grupos; da mesma forma, nos festivais que participamos, tais grupos tendem a ser receptivos uns com os outros e apoiar as apresentações, de forma amigável. Ao mesmo tempo, estas práticas aproximam-se, bem como o pole dance, por serem manifestações corporais estéticas e expressivas e, portanto, envolverem apresentações e espaços para manifestações artísticas, assim como movimentos similares (saltos, rotações, equilíbrios

Palavras-chave:

Experiências.
Ginástica.
Práticas corporais.
Extensão universitária.

etc.). Outra forma de comparação entre as práticas é o olhar para as capacidades físicas envolvidas. Ao destacarmos a calistenia, podemos considerar que há grande foco no treinamento físico, especialmente no desenvolvimento de flexibilidade e mobilidade, força, resistência muscular e equilíbrio. Essas capacidades são essenciais para que as habilidades básicas da prática sejam realizadas, em uma relação que também pode aproximar-se da GPT. Nesse caso, assim como os princípios de “fitness” e “fundamentos” estão presentes no entendimento geral da GPT, também estão presentes na calistenia. Apesar disso, discutimos que os propósitos para o desenvolvimento dessas habilidades e capacidades são diferentes, uma vez que na calistenia temos uma natureza especialmente competitiva e, na GPT, esta é demonstrativa. Este também é o elo para comparação da GPT com o karatê, prática que busca a performance em competições extremamente rígidas, de forma individual e com foco em superar tecnicamente os/as adversários/as. Ao mesmo tempo, destacamos que o karatê desenvolve diversas técnicas que podem auxiliar a prática da GPT, especialmente aquelas incluídas nos “katas” (registros de lutas), os quais envolvem tempo de reação, acrobacias, equilíbrios e desenvolvem a consciência corporal. Ainda, o karatê também possui foco no desenvolvimento pessoal dos/as praticantes, fator que se alinha à perspectiva de GPT que realizamos no Grupo Ginástico Unesp. Dessa forma, observamos que as práticas corporais analisadas, mesmo distintas da GPT, colaboram para sua prática, ao passo que promovem a experiência de diferentes habilidades. Ao mesmo tempo, ao analisar suas finalidades e contextos, conseguimos destacar da GPT sua característica inclusiva, seu objetivo de congraçamento e sua finalidade agregadora, nem sempre presente em outras práticas corporais, mesmo que artísticas. Assim, finalizamos compreendendo princípios pedagógicos que devem permear a prática da GPT, como ginastas e como profissionais de Educação Física.