

REFLEXÕES SOBRE A INCLUSÃO DE IDOSOS EM UMA TURMA DE GINÁSTICA PARA TODOS TRANSGERACIONAL

Gabrieli Mazzuco Pravato
Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
gabipravato23@gmail.com

Eduardo Lopes dos Santos
Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
eduardolopes1209@gmail.com

Gustavo de Souza Pereira
Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
gspereira.ef@gmail.com

Andrize Ramires Costa
Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
andrize.costa@ufsc.br

Patrícia Luiza Bremer Boaventura
Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, Brasil.
patricia.boaventura@ufsc.br

Resumo

O projeto de extensão "GPT-on" da UFSC busca ofertar à comunidade a prática da Ginástica Para Todos (GPT), trabalhando com a vivência de movimentos gímnicos e colocando em prática a inclusão, visto que conta com alunos(as) de idades distintas, entre 15 e 80 anos, na mesma turma. Dentre os diversos desafios de se trabalhar com a junção de diferentes faixas etárias, está a aplicabilidade para incluir a todos(as), especialmente a população idosa, dado que a GPT é uma prática gímnic que engloba manifestações da cultura corporal como as ginásticas, danças, expressões folclóricas e jogos, e busca a coletividade dos(as) praticantes e as singularidades dos corpos (PAOLIELLO, 2008). Portanto, projetos que visam pela integração são fundamentais para a qualidade de vida dessa população, seja para o bem estar físico, psicológico e/ou social, como proposto pela GPT. Diante do exposto, trazemos a seguinte problemática: Em que medida os idosos são incluídos na prática da GPT? Esse relato de experiência tem como objetivo abordar as vivências sobre a aplicabilidade da inclusão de idosos nos encontros com distintas gerações no projeto "GPT-on". Dentre as várias aulas percorridas nesse projeto de extensão universitária, foi possível perceber os seguintes pontos do processo de incorporação dos alunos idosos: a) as aulas abordavam distintas

Palavras-chave:

Ginástica Para
Todos.
Idosos.
Inclusão.
Gerações.

temáticas ginásticas (rolamentos, pivots, ondas, parada de mãos, manejo de aparelhos, composição coreográfica etc) que exigiam níveis de dificuldades técnicas diferentes. Diante disso, os exercícios físicos foram oportunizados de acordo com as condições físicas e possibilidades desses corpos, valorizando as diferenças transgeracionais e as experiências corporais individuais; b) o sentimento de estar “atrapalhando” começou a surgir conforme a gradatividade das dificuldades das aulas. Tentou-se trazer aspectos similares às habilidades motoras trabalhadas aos demais do grupo com pequenos ajustes aos idosos e incentivo verbal para que houvesse encorajamento na prática. Observou-se que as experiências das aulas do "GPT-on" envolveram a prática de diferentes corpos de diferentes gerações, trazendo desafios na perspectiva inclusiva, especialmente quando se tratava de habilidades físicas e técnicas, contudo foram pensadas possibilidades para que todos pudessem experimentar ou se aproximar dos fundamentos ginásticos. Logo, é preciso pensar em um projeto de GPT não centrado nas questões técnicas dos gestos gímnicos e nivelada pelas necessidades fisiológicas, mas trabalhar com movimentos gímnicos envolventes que considerem as experiências individuais na criação de gestos e experimentação do seu corpo e dos demais do grupo. Por fim, essa experiência de trabalhar em um projeto cuja as singularidades corporais são consideráveis, foi desafiadora e transformadora ao proporcionar um desenvolvimento pessoal e profissional, pois conforme apresenta Ayoub (2007, p. 35) “todos os seus participantes, com seus corpos singulares, deverão ser respeitados e valorizados em suas diferenças”, para que assim seja oportunizada a perspectiva inclusiva da GPT.

Referências

- AYOUB, E. **Ginástica geral e educação física escolar**. 2. ed. Campinas, SP: Unicamp, 2007.
- PAOLIELLO, E. (Org.). **Ginástica Geral: experiências e reflexões**. São Paulo: Phorte, 2008.