

Contribuições da ginástica para o desenvolvimento humano: experiências do Projeto Escola de Ginástica DEF/UEM

Área Temática: Educação

Beatriz J. Moreira¹, Betânia R. de Melo², Telma A. P. Martineli³

¹ Aluna do curso de Educação Física UEM, bolsista de extensão UEM, contato: bea_juliani@hotmail.com

² Aluna do curso de Educação Física UEM, bolsista PIBEX/FA-UEM, contato: bethrodriguesdemelo@gmail.com

³ Prof.^a Depto de Educação Física – DEF/UEM, contato: tapmartineli@uem.br

Resumo. *Este estudo teve como objetivo discutir as contribuições da atividade gímnica, desenvolvida no Projeto Escola de Ginástica DEF/UEM, podem promover a formação histórico-cultural, técnica e artística dos participantes do projeto. Para isso, realizamos uma pesquisa com duplo aspecto metodológico, combinando um estudo bibliográfico e experimentos didático-pedagógicos. Concluímos com esse estudo que a ginástica pode contribuir com um vasto conhecimento de cultura corporal aos praticantes, seja nos aspectos histórico-culturais, técnicos e artísticos, potencializando seu desenvolvimento.*

Palavras-chave: *Ginástica Rítmica; Cultura Corporal; Extensão Universitária*

1. Introdução

O Projeto de Extensão “Escola de Ginástica” DEF/UEM atende crianças e adolescentes (6 a 14 anos) e oferece atividades de ginástica, desde o ano 2000, em Maringá e região. Busca desenvolver atividades que estimulem o interesse, curiosidade, criatividade, criticidade em relação à ginástica e seus fundamentos, possibilitando assim uma maior apropriação da cultura corporal gímnica pelos alunos.

O projeto possui como corpo docente, professores coordenadores, graduandos e pós-graduandos do curso de Educação Física da UEM. Dessa forma, o projeto também dá a oportunidade de os graduandos experimentarem a atividade de ensino da Ginástica. São trabalhados conteúdos e técnicas de quatro modalidades gímnicas: Ginástica Rítmica; Ginástica artística; Ginástica acrobática; e Ginástica Geral, com a finalidade de contribuir com o desenvolvimento das crianças.

Analisando os benefícios que essa modalidade traz no desenvolvimento artístico, rítmico e a criatividade das crianças participantes, este trabalho objetiva discutir, por meio da literatura científica e da experiência pedagógica, as contribuições da prática da ginástica rítmica para o desenvolvimento das crianças participantes do Projeto de Extensão Escola de Ginástica da UEM.

Trata-se de um estudo subsidiado por pesquisas bibliográficas sobre a Ginástica Rítmica e experimentações pedagógicas, que se utilizou de fichas de observações e relatórios para registro, no período de segundo semestre de 2018 até o primeiro de 2019,

as quais possibilitaram aos professores avaliar a contribuição do projeto para o desenvolvimento dos alunos participantes do projeto.

2. Contextualização histórica e caracterização da Ginástica Rítmica

A ginástica rítmica (GR) é conhecida por ser uma modalidade que encanta, visto que reúne a arte de expressar movimentos por meio do corpo. Além disso, pode ou não utilizar de seus aparelhos específicos: corda, fita, arco, maçãs e bola, e suas técnicas, agregando ainda a utilização e a interpretação da música (MOLINAR, 2007).

Nasceu no começo do século XX na Europa central e teve influência de várias correntes formadoras. Suas origens foram baseadas na arte e no balé, este considerado na época como um “modelo ideal”. Entretanto, sua origem mais remota foi a partir da eclosão de ideias do século XIX, com os resultados de observações científicas do movimento, da educação musical e da dança, bem como da psicologia, sociologia, biologia e anatomia (HOLLER, 1972).

A GR é uma manifestação gímnica com possibilidades de dinâmicas, ludicidade, criatividade, pois trabalha com manipulações de aparelhos, acompanhamento musical e elementos corporais (LE CAMUS, 1982). Além disso, segundo Ilona Peuker (1973), uma importante estudiosa e professora que atuou em universidades brasileiras na formação de ginastas e técnicas, afirma que a GR pode levar o aluno a alcançar seu desenvolvimento total, encontrar seu equilíbrio e ainda melhorar sua consciência corporal.

O professor, por meio da GR, tem condições de oferecer para as crianças um desenvolvimento total de suas potencialidades. No desenvolvimento corporal de uma criança, os movimentos gímnicos permitem que ela experimente diversas sensações corporais, levando a uma sensação de prazer, alegria e diversão, que colaboram até mesmo para o seu desenvolvimento emocional. (KOREN, 2004).

3. Projeto Escola de Ginástica

Desde sua criação, nos anos 2000, o Projeto de Extensão Escola de Ginástica, desenvolvido nas instalações do Departamento de Educação Física da UEM, Campus sede Maringá, vem trabalhando formas básicas de movimentos e de elementos gímnicos, priorizando também o desenvolvimento na expressão corporal, do ritmo, da criação artística, que são mais característicos da ginástica.

As aulas do Projeto ocorrem duas (2) vezes na semana e são planejadas da seguinte maneira: no primeiro semestre o ensino das bases das técnicas corporais elementares para o manejo de aparelhos da Ginástica Rítmica, bem como aulas de flexibilidade, equilíbrio, coordenação e força; No segundo semestre introduzidos os aparelhos, por meio de atividades lúdicas e somente depois o treinamento de suas principais técnicas.

As aulas são compostas por: aquecimento (utilizando brincadeiras), alongamento, desenvolvimento do conteúdo proposto com ênfase na técnica da ginástica, e um alongamento final retomando o que foi aprendido em cada aula. São planejadas com um viés mais dinâmico, assim oportuniza as crianças terem experiências variadas de movimentos, estimulando a liberdade, criatividade e autoconhecimento. Objetivamos, também, promover por meio das atividades, atitudes de curiosidade, interesse e criticidade, oportunizando um maior envolvimento dos alunos e,

consequentemente, uma maior apropriação do que está sendo ensinado. Diante disso, são realizadas, ao final de cada semestre, avaliações práticas, para observarmos o desenvolvimento e a dificuldade das crianças.

Em relação ao que observamos sobre as crianças na aula é possível destacar a evolução de cada uma na melhora no desenvolvimento artístico, cultural, o ritmo e a criatividade. Além disso, percebemos que as crianças mais novas da turma, se distraem mais facilmente e acabam tendo mais dificuldade de decorar as coreografias.

A criança compreende que seu corpo é suscetível a diversas habilidades que elas nem mesmo conheciam. A partir dos aparelhos e seu conhecimento técnico durante as aulas, as crianças descobrem que a bola não serve apenas para o futebol, que a corda não serve apenas para pular. Segundo Peuker (1973), a utilização de aparelhos na ginástica rítmica serve como motivação para os integrantes, pois evita a monotonia. Além disso, auxilia na criatividade, pois os novos conhecimentos abrem um leque de possibilidades de coisas que se podem fazer com os aparelhos.

A fim de estimular ainda mais a criatividade das crianças, no projeto são desenvolvidas aulas em que os participantes criam suas próprias coreografias em conjunto, sem auxílio. Nestas aulas percebemos que as alunas criam coreografias com movimentos além dos que os que já foram ensinados por nós professoras. Segundo Trevisan (2016), a criatividade é importante para o desenvolvimento e aperfeiçoamento das habilidades motoras e técnicas, que é essencial na Ginástica Rítmica.

Outro aspecto fundamental da GR é o domínio rítmico, que também buscamos durante as aulas. Para isso, todas as aulas são acompanhadas de músicas e sequências de movimentos são passadas, a fim de associar o ritmo com elementos corporais. Em relação aos aparelhos, buscamos ensinar que é possível combiná-los com o ritmo, fazendo quicadas rítmicas com a bola ou batidas rítmicas nas massas, por exemplo.

Para explorar o artístico das crianças, ao final do ano, realizamos um festival de ginástica, onde os alunos participantes do Projeto apresentam uma série/coreografia para demonstrar e avaliarmos o seu aprendizado durante o ano letivo.

Enfim, buscamos, por meio do ensino sistematizado, favorecer o aprendizado dessa modalidade, além de procurar desenvolver as dimensões artística, rítmica e técnica das crianças participantes. Avaliamos, por meio das observações e avaliações que os participantes apresentaram um avanço na dimensão artística, identificada, na capacidade rítmica e musical dos participantes, por meio da junção da música com os movimentos e criações de coreografias; na dimensão técnica, apresentada no aprendizado dos elementos corporais e do manejo dos aparelhos, ainda que precise ser aprimorada.

4. Considerações finais:

Com o estudo na literatura científica concluímos que a ginástica proporciona experiências de movimentos, expressão corporal, ritmo, estimula o lado artístico e a criatividade nas crianças que a praticam. Com a ginástica, os alunos descobrem muitas possibilidades de movimentos técnicos corporais e com aparelhos, incorporando um vasto conhecimento sobre a cultura corporal. Diante disso, destaca-se a importância do Projeto “Escola de Ginástica” para as crianças participantes no desenvolvimento das suas dimensões artística, rítmica e técnica .

Referências

- HOLLER, Jutta. *Rythmische (Moderne) Gymnastik*. Coburg: 1972.
- KOREN, Suzana Bastos. A ginástica vivenciada na escola e analisada na perspectiva da criança. Dissertação de mestrado. FEF-UNICAP, 2004.
- MOLINARI, Angela Maria da Paz. *Ginástica Rítmica: Esporte, História e Desenvolvimento*. Site Cooperativa do Fitness. Maio. 2007.
- LE CAMUS, C. **La Gymnastique Rythmique Sportive et as valeur éducative**. Paris; J. Vrin. 1982.
- PEUKER, I. *Ginástica Rítmica sem aparelhos*. Rio de Janeiro: Fórum, 1973.
- TREVISAN, P. R. T. C.; **Criatividade motora na dança esportiva e na ginástica rítmica: percepção subjetiva de técnicos e árbitros**. 2016. 197 f. Tese (Doutorado em Ciências da Motricidade) – Programa de Pós-Graduação em Ciências da motricidade, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, Rio Claro.