

ÁREA TEMÁTICA:

- COMUNICAÇÃO
- CULTURA
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA
- EDUCAÇÃO
- MEIO AMBIENTE
- SAÚDE
- TRABALHO
- TECNOLOGIA

Ginástica no ambiente escolar

Leticia Beatriz Santana Caparroz (lecaparroz@hotmail.com)

RESUMO

Introdução: A Ginástica Rítmica é considerada uma modalidade esportiva completa pela união de um lado arte que busca o belo, uma explosão de talento e criatividade e um lado desporto que essencialmente feminina requer um alto nível de certas qualidades físicas.

Objetivos: Incentivar o aluno a ter bom desempenho em sala de aula, pois somente assim, poderá participar da ginástica; Proporcionar o conhecimento prático da ginástica; Desenvolver as habilidades físicas, rítmicas e expressivas; Participar de apresentações em eventos.

Metodologia: Este estudo é caracterizado como descritivo e com abordagem qualitativa. O projeto constitui-se de crianças do sexo feminino, matriculadas nas seguintes series: 2º, 3º e 4º ano do ensino fundamental. A escolha dos sujeitos foi realizada intencionalmente. Inicialmente foram selecionadas dez meninas com as melhores notas, do período da manhã e dez meninas do período da tarde. O projeto é realizado uma hora semanal nos horários de aula. Sendo assim, as alunas matriculadas no período matutino, participam do projeto neste mesmo período como também ocorre com as alunas matriculadas no período vespertino.

Resultados: Após dois anos de projeto, o número de participantes aumentou de 20 alunas para 50 alunas assíduas para com o projeto.

Conclusão: O projeto continua a ser desenvolvido na escola, Com o aumento de 30 alunos, participantes do projeto Observou-se o quanto os alunos melhoraram suas notas.

PALAVRAS-CHAVE – Escola, Ginástica e Atividade Física.

Introdução

A Ginástica Rítmica é considerada uma modalidade esportiva completa pela união de um lado arte que busca o belo, uma explosão de talento e criatividade e um lado desporto que essencialmente feminina requer um alto nível de certas qualidades físicas, objetivando a perfeição técnica da execução de movimento com o corpo e com os aparelhos (LAFFRANCHI, 2001). A prática da Ginástica Rítmica desenvolve a coordenação motora, a percepção corporal, a lateralidade, a consciência corporal de movimentos físicos e estéticos e contribui para o desenvolvimento e aprimoramento do esquema corporal. A competição de Ginástica Rítmica é exclusivamente feminina de acordo com as normas oficiais da Federação Internacional de Ginástica (FIG).

Objetivos

- Incentivar o aluno a ter bom desempenho em sala de aula, pois somente assim, poderá participar da ginástica;
- Proporcionar o conhecimento prático da ginástica;
- Desenvolver as habilidades físicas, rítmicas e expressivas;
- Participar de apresentações em eventos.

Metodologia:

Este estudo é caracterizado como descritivo e com abordagem qualitativa. O projeto constitui-se de crianças do sexo feminino, matriculadas nas seguintes séries: 3º, 4º e 5º ano do ensino fundamental. A escolha dos sujeitos foi realizada intencionalmente. Inicialmente foram selecionadas dez meninas com as melhores notas, do período da manhã e dez meninas do período da tarde. O projeto é realizado uma hora semanal nos horários de aula. Permanecendo uma hora treino semanal, o grupo é dividido da seguinte forma: 2 horas treinos no período da manhã, sendo 1h para as alunas do 5º ano e 1h para as alunas do 4º ano e no período da tarde 1 hora para as alunas do 3º ano. Sendo assim, as alunas matriculadas no período matutino, participam do projeto neste mesmo período como também ocorre com as alunas matriculadas no período vespertino.

Procedimentos de aplicação do Projeto: Primeiramente, pedimos a permissão da diretora da instituição de ensino para que o projeto pudesse ser executado. Então necessitou dos seguintes materiais:

- A confecção das fitas da Ginástica Rítmica, se tratando de uma instituição pública, este material foi adaptado. O (estilete) que é a parte onde a ginasta segura à fita, foi utilizada madeira, a professora dirigiu-se para uma fabrica de cadeiras, onde conseguiu a doação de dez pequenas madeiras roliças. Após a diretora disponibilizou as fitas que foram

utilizadas 3 metros para cada fita e os ganchinhos para prendê-las a madeira. Num segundo momento foi disponibilizado oito colchonetes assim como bambolês.

Exercícios práticos da ginástica, a ser ensinados nos treinos. São os seguintes:

- Rolamentos: grupado para frente; grupado para trás, carpado para frente e carpado para trás;
- Ante-salto; Estrela; Estrela sem mãos; Rondada; Pontes; vela; aviões;
- Espacates: frontal e lateral; Panché; esquadros;
- Parada de mãos; Parada de mãos e rolamento; Oitava parada;
- Kippes; Reversão simples; Reversão com uma perna; Reversão livre;
- Mortal para frente grupado; Flic-flac; Mortal para trás grupado;

Referencial teórico-metodológico

Ginástica na Educação Física

“A Educação Física é uma disciplina que trata, pedagogicamente, na escola, do conhecimento de uma área denominada aqui de cultura corporal. Ela está configurada com temas ou formas de atividades, particularmente corporais, como as nomeadas anteriormente: jogo, esporte, ginástica, dança ou outras, que constituirão seu conteúdo.” (Coletivo de Autores, 1992: 62).

A educação física escolar abrange diversos saberes, dentre os quais encontramos a ginástica, que quando desenvolvida no âmbito escolar, pode permitir a experimentação de possibilidades corporais, promovendo a autonomia motora e a formação humana quando tratada por meio de uma prática educacional que leve o aluno a uma ação crítica e significativa para seu núcleo social. Sua presença na escola pode se dar por meio de diversas manifestações Ayoub (2003).

Segundo Toledo, (2009) A aprendizagem de movimentos básicos, específicos de uma modalidade dinâmica como a GR pode contribuir para o desempenho corporal e para o desenvolvimento motor de crianças bem como ampliar o grau de flexibilidade.

Corroborando DALLO (2007), NUNOMURA e TSUKAMOTO (2009, pág. 15) afirmam que:

“A atividade ginástica pode envolver a ajuda mútua na realização da habilidade e na elaboração da composição coreográfica, a cooperação para deslocar e organizar os equipamentos, o

compartilhamento de materiais, a autoavaliação e a avaliação dos outros, a demonstração de capacidades e habilidades, a expressão de sentimentos e emoções e o exercício da criatividade.”

A Educação Física escolar deve proporcionar aos alunos um espaço pra exploração das inúmeras possibilidades de “se movimentar” no contexto complexo de movimento, desta forma a ginástica na escola deve enfatizar o “se movimentar” como proposta metodológica “... onde o aluno possa construir suas situações de movimento, tomando decisões e participando da construção da aula, ou seja, também enfatizando os aspectos pedagógicos e não somente os aspectos técnicos e desportivos do movimento humano.” (Mürmann e Baecker, 1998).

Desta forma ao atribuir um tema para ser desenvolvido em aula, o professor deve organizar um contexto “... onde os educandos possam atribuir diferentes significados, reinterpretações, através de interações sociais, e que possam perceber as diferenças e os significados...” deste tema sugerido com outras manifestações da cultura corporal de movimento.

Resultados

Constatou-se que, com a participação no projeto, as meninas tiveram melhores notas e rendimento em sala de aula, pois ambos eram critérios de permanência no grupo. Notamos também que outras meninas, que antes não tinham bom desempenho escolar, passaram a ter, para poder participar do projeto, o que justifica o aumento considerável do grupo, de 20 alunas para 50 alunas assíduas para com o projeto.

Observou-se também que o grupo avançou para com os exercícios de ginástica nos treinos, pois, exercícios com maior grau de dificuldade, como por exemplo, o espacate: as alunas já conseguem realizá-lo, assim como as parada de mãos e oitava parada. A ginástica não é um desporto fácil, e não se chega a dominar rapidamente. Exige por a prova a habilidade, força e paciência mais que em qualquer outro desporto, porém a sensação de triunfo e a emoção do êxito ao dominar um novo movimento e vencer cada um dos obstáculos, é uma recompensa que nenhum outro desporto pode oferecer.

A partir da criação do projeto, foram realizadas apresentações na escola, em datas especiais, como dia das mães, dia dos pais e natal, assim como também apresentações na Mostra Pedagógica do ano de 2012 e 2013. As alunas que se destacaram no projeto

participaram da apresentação no Festival de Talentos no ano 2013. O projeto continua a ser realizado em 2014.

O projeto se repercutiu em toda a escola, todos os alunos vêm demonstrando interesses em participar do projeto. Principalmente os meninos passaram a realizar movimentos como a estrela sem mãos, flic-flac, oitava parada. Com a intenção de participar do projeto, mas a maior dificuldade que estes alunos encontram é o de melhorar as notas que é o primeiro critério para participação do projeto.

Considerações Finais

O projeto continua a ser desenvolvido na escola, Com o aumento de 30 alunos, participantes do projeto Observou-se o quanto os alunos melhoraram suas notas. O grupo vem ganhado fama, pois, a escola está recebendo convites para apresentações em eventos realizados pela Prefeitura Municipal de Ponta Grossa- PR.

Como o projeto se repercutiu em toda a escola, todos os alunos vêm demonstrando interesses em participar do projeto. Principalmente os meninos passaram a realizar movimentos como a estrela sem mãos, flic-flac, oitava parada. Com a intenção de participar do projeto, mas a maior dificuldade que estes alunos encontram é o de melhorar as notas que é o primeiro critério para participação do projeto.

Referências

- AYOUB, Eliana. **Ginástica Geral e Educação Física escolar**. Campinas, SP: Editora da Unicamp, 2003.
- COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez: 1992.
- DALLO, Alberto R. **A Ginástica como Ferramenta Pedagógica**. Edição Revista Corrigida. Ed. USP. São Paulo. p.25 - 50. 2007.
- LAFFRANCHI, Bárbara. **Treinamento desportivo aplicado à ginástica rítmica**. Londrina: UNOPAR, 2001. 157 p. ISBN 8587686046 (broch.)
- MÜRMAN, C. V. E. BAECKER, I. M. Algumas reflexões sobre ginástica pedagógica. Revista Kenesis, Santa Maria, n. 20, 95-128, 1998.
- NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M.H.C. (Organizadoras): **Fundamentos das Ginásticas**. 1ª Ed. Jundiaí-SP: Fontoura, 2009.

- TOLEDO, E. *Fundamentos da Ginástica Rítmica*. In: NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz (Organizadoras) *Fundamentos das Ginásticas*: 1ª Ed. Jundiaí-SP: Fontoura, 2009.