

Ginástica artística: uma proposta de aplicabilidade

Rosangela Marques Busto¹
Abdallah Achour Junior²
Rosana Sohaila Teixeira Moreira³

¹ Docente do Curso de Esporte e Educação Física da Universidade Estadual de Londrina (UEL). Doutora em Educação. busto@uel.br

RESUMO

O presente artigo tem como objetivo apresentar os resultados do projeto de extensão universitária “Ginástica Artística para todos” desenvolvido no Centro de Educação Física e Esporte da Universidade Estadual de Londrina-PR de 2009 a 2011. Participaram do projeto 28 professores da rede estadual de educação, cinco docentes da Universidade Estadual de Londrina que orientaram e supervisionaram 184 acadêmicos dos cursos de Licenciatura em Educação Física e Bacharel em Ciência do Esporte, e 28 escolas estaduais de Londrina e da Região Metropolitana. Durante as ações pedagógicas de iniciação em ginástica artística, aplicaram os conteúdos teóricos e práticos da disciplina dos cursos. Participaram 700 meninas na faixa etária de dez a 12 anos de diferentes classes socioeconômicas. Os acadêmicos concluíram o estágio com a apresentação das crianças na Copa UEL de Ginástica Artística, no Torneio Escolar Londrinense (TORNECOLON) e Festivais Recreativos de Ginástica Artística.

Palavras-chave: Ensino superior; Educação física; Extensão universitária; Esporte.

Artistic gymnastics: a proposal of application

ABSTRACT

This article aims to present the results of the extension project “Artistic Gymnastics for all” developed at the Center for Physical Education and Sport, State University of Londrina (in the state of Paraná) from 2009 to 2011. Twenty-eight teachers of public state schools participated in the project along with five professors from the State University of Londrina-PR, who guided and supervised 184 undergraduate students of Physical Education and Bachelor of Science in Sport, and 28 state schools in Londrina and the Metropolitan Region. During the pedagogical practices of initiation into artistic gymnastics, they applied the theoretical and practical courses of the discipline. 700 girls aged 10-12 years and of different socioeconomic classes participated in the project. The undergraduate students concluded their educational experience with the children’s UEL Cup of Gymnastics in the Londrinense School Tournament (TORNECOLON), Festivals and Recreational Artistic Gymnastics.

Keywords: Higher education; Physical education; University project for the community; Sport.

² Docente do Curso de Esporte e Educação Física da UEL. Doutor em Educação Física. achour-junior@hotmail.com

³ Docente do Curso de Esporte e Educação Física da UEL. Mestre em Educação Física. rosana.st.moreira@gmail.com

INTRODUÇÃO

A Ginástica Artística é uma das modalidades esportivas mais antigas e populares do programa olímpico, e teve seu início no Brasil com a colonização alemã, no Rio Grande do Sul, no ano de 1824 como forma de lazer (PUBLIO, 1998). Em 1996, foi incluída nos Parâmetros Curriculares Nacionais (BRASIL, 1996).

A cidade de Londrina e a Universidade Estadual de Londrina estão envolvidas com a Ginástica Artística desde 1980 quando iniciaram uma parceria com a então Secretaria de Cultura e Esporte do Estado do Paraná com a implantação do projeto Polos Esportivos (BUSTO, 2008).

Os cursos de Bacharel em Esporte e Licenciatura em Educação Física desenvolvidos no Centro de Educação Física e Esporte da Universidade Estadual de Londrina têm entre seus objetivos formar profissionais que deverão atuar nas dimensões (educacionais, de rendimento, de saúde e de lazer) do Esporte. No curso de Esportes, as características extensionistas, de natureza educativa, cultural, científica ou técnica, são executadas sob a forma de projetos voltados a questões relevantes da sociedade.

A ginástica artística é uma modalidade em que o ginasta se expressa com o próprio corpo e se distingue pela grande variedade de movimentos dinâmicos ou estáticos de coordenação complexa (VIEIRA; FREITAS, 2007). Nessa modalidade, os objetivos das práticas variam conforme sua classificação e contexto. A atividade ginástica artística tem caráter formativo com finalidade de desenvolver as habilidades motoras e tem caráter competitivo cuja finalidade é desenvolver as habilidades específicas com alta precisão técnica e que atenda ao grau de exigência do código de pontuação, ou seja, as regras da modalidade (NUNOMURA; CARRARA; CARBINATTO, 2010).

Para o ensino da ginástica artística, independente do contexto, utiliza-se inicialmente, da familiarização e iniciação. A familiarização constitui todo o trabalho de aproximação, contato, ambientação e experimentação dos aparelhos oficiais ou alternativos. Nessa fase de familiarização, não se exige a perfeição dos exercícios, solicita-se a movimentação para que se tenha conhecimento do corpo no espaço, bem como, suas posições nos mais variados movimentos. Após esse conhecimento, iniciamos a aprendizagem das posições básicas, manipulação e repetições dos exercícios para que haja melhoria das sensações, fixação e automatização dos movimentos básicos (ARAÚJO, 2003; NUNOMURA; TSUKAMOTO, 2006).

Neste sentido, compreende-se que a ginástica artística pode proporcionar aos alunos a possibilidade de escolha de movimentos de acordo com as suas capacidades, podendo obter um maior rendimento pessoal.

Essa modalidade esportiva, por sua característica e riqueza de movimentos, ensina a enfrentar progressivamente, a partir de situações seguras, situações mais perigosas, a lutar para vencer as dificuldades dos problemas propostos, a superar e a sentir o prazer de superação, contribuir ainda com o desenvolvimento das capacidades físicas e motoras, com a coragem e a participação em grupos, pois embora seja um esporte individual, as crianças necessitam de ajuda mútua para a aprendizagem dos movimentos (TEIXEIRA, 2005, LOPES; NUNOMURA, 2007).

Destarte e visando atender os objetivos do Projeto Político Pedagógico dos Cursos oferecidos pela instituição e privilegiando a participação dos alunos em projetos de extensão e monitorias para contribuir na formação acadêmica é que foi proposto o projeto de extensão “Ginástica Artística Para Todos”, vinculado ao Departamento de Ciências do Esporte do Centro de Educação Física e Esporte da Universidade Estadual de Londrina, cujos resultados serão apresentados.

ENCAMINHAMENTO METODOLÓGICO

O projeto de extensão foi concebido tendo como objetivos principais: estimular o desenvolvimento da prática de Ginástica Artística em Londrina e região; proporcionar aos acadêmicos uma experiência no campo prático em ginástica artística, contribuindo para a sua formação profissional; desenvolver no acadêmico o interesse para a pesquisa científica, utilizando o projeto como trabalho de conclusão de curso; contribuir na integração social das meninas de escolas e instituições; oportunizar a participação de meninas em atividades que propiciam o desenvolvimento físico, psíquico e social; encaminhar as meninas talentosas ao centro de treinamento da “ALGA”⁴; realizar eventos, campeonatos e festivais de Ginástica Artística.

⁴ Associação Londrinense de Ginástica Artística.

Após as definições dos objetivos e procedimentos do projeto de extensão entre os docentes envolvidos, houve encaminhamento para a aprovação interna. O projeto de extensão foi aprovado por todas as instâncias da Universidade Estadual de Londrina, com a organização apresentada abaixo:

Plano de Trabalho Individual do Coordenador

- Seleção de estagiários;
- Reuniões com colaboradores e estagiários;
- Planejamento das ações;
- Aplicação de testes morfofuncionais;
- Elaboração do material de disseminação e divulgação;
- Acompanhamento de trabalhos e pesquisas realizadas no projeto;
- Elaboração de artigos e relatórios parciais;
- Elaboração de relatório final.

Plano de Trabalho Individual do Colaborador

- Auxiliar na seleção de estagiários;
- Participar do planejamento das ações;
- Participar das reuniões com estagiários;
- Auxiliar na aplicação de testes morfofuncionais;
- Auxiliar na elaboração do material de disseminação e divulgação;
- Auxiliar na elaboração de trabalhos e pesquisas realizadas no projeto;
- Colaborar na elaboração de artigos e relatórios parciais;
- Colaborar na elaboração de relatório final.

Avaliação do Projeto

- Análise das avaliações morfofuncionais realizadas nas atletas;
- Publicações nos meios de comunicação.

Resultados e Contribuições esperadas

- Aprimoramento motor e cognitivo das crianças envolvidas;
- Campo de Estágio aos acadêmicos do curso de Licenciatura e Bacharel em Esporte;
- Desenvolvimento de pesquisas;
- Apresentação de trabalho em eventos e congressos.

Disseminação dos Resultados

- Apresentação de publicações em eventos;
- Recortes de jornais referentes ao projeto;
- Realização de eventos.

Após receber a aprovação formal do projeto, foi realizada uma reunião com o coordenador de Educação Física do Núcleo Regional de Educação, o qual convidou os professores de Educação Física. A partir disso, manifestaram interesse em participar 25 professores da rede estadual de educação da cidade de Londrina e três professores de cidades da região (Cambé, Rolândia e Araçongas).

Concomitante às definições junto ao Núcleo Regional, foram convidados os discentes matriculados nas disciplinas de Ginástica Artística, dos Cursos de Bacharel em Ciências do Esporte e de Licenciatura em Educação Física, para participar. Os interessados preencheram a ficha de atividade acadêmica complementar, exigência da PROGRAD⁵ para a contagem da carga horária desenvolvida em projetos.

⁵ Pró-Reitoria de Graduação.

A distribuição dos acadêmicos pelas escolas cadastradas foi de acordo com seu interesse e facilidade de acesso. Os mesmos dirigiram-se às escolas onde foram abertas as inscrições sendo preenchida uma ficha de cadastro das meninas por estabelecimento de ensino.

RESULTADOS

Os acadêmicos, durante o primeiro semestre de cada ano letivo, participaram de aulas práticas e realizaram o planejamento das atividades a ser aplicadas junto às crianças das escolas participantes.

No segundo semestre de cada ano, ocorreu a intervenção com duração de duas horas semanais, preparando as crianças para participarem dos eventos de ginástica aos quais foram realizados no Ginásio Municipal de Londrina/Moringão e nas dependências do Centro de Educação Física e Esportes.

Durante o desenvolvimento do projeto, para preparação das meninas foram realizadas inúmeras adaptações para aplicação das atividades considerando as particularidades das escolas, que nos permitem a indicação de propostas mostrando as possibilidades de práticas em ambientes variados, externos (Quadro 1) e ambientes internos alternativos (Quadro 2).

O cenário encontrado condizia com o relatado na pesquisa de Luguetti, Dantas, Nunomura e Bohme (2013), nas quais indicam que os professores/técnico das escolas públicas relataram condições inadequadas das instalações e dos materiais.

Descrição do Espaço	Imagens	Descrição da ação
<p>Crianças utilizaram espaços com gramado, aonde foram realizadas as atividades de primeiro contato com a modalidade.</p>	 <p data-bbox="619 958 823 981" style="text-align: center;">Gramado da Escola</p>	<p>O acadêmico demonstra a atividade sugerida e todas as crianças podem visualizar o que está sendo proposto e assim realizar a tarefa.</p>
	 <p data-bbox="627 1281 815 1308" style="text-align: center;">Campo de Futebol</p>	<p>Os acadêmicos ajudam as crianças na realização do movimento parada de cabeça enquanto as demais crianças realizam sozinha a atividade.</p>

Quadro 1: Algumas atividades desenvolvidas em ambiente externo.

Descrição do Espaço	Imagens	Descrição da ação
<p>Crianças utilizaram espaços de laboratórios de ensino, salas de aula e corredores de entrada da escola no desenvolvimento das atividades propostas.</p>	 <p style="text-align: center;">Laboratório</p>	<p>As atividades eram iniciadas com um aquecimento dirigido a fim de prepará-las para o início das sessões.</p>
	 <p style="text-align: center;">Sala de Aula</p>	<p>O Acadêmico passa instruções sobre os cuidados necessários para a realização do rolamento para frente grupado.</p>
	 <p style="text-align: center;">Entrada da escola</p>	<p>As acadêmicas utilizam de procedimentos pedagógicos para ensinar a roda.</p>
	 <p style="text-align: center;">Refeitório</p>	<p>Acadêmicos desenvolviam o trabalho em duplas.</p>

Quadro 2: Algumas atividades desenvolvidas em ambientes internos alternativos.

Os professores supervisores se deslocavam até as escolas para orientar as aulas que estavam sendo realizadas (Quadro 3).

Descrição da Ação	Imagens	Descrição da orientação
<p>Docente supervisora intervém demonstrando como deve ser realizada a atividade e a ajuda na realização da tarefa.</p>		<p>Orientação para a realização de meia lua para a realização da roda.</p>
		<p>Ajuda física para a realização da roda sobre a linha.</p>
		<p>Orientação para a realização da parada de mão.</p>

Quadro 3: Orientação dos professores supervisores nas atividades propostas.

No primeiro ano do projeto, os acadêmicos prepararam as equipes com dez meninas para participarem da Copa UEL de Ginástica Artística e do TORNESCOLON no Ginásio de Esportes Moringão (Figura 1 do Quadro 4).

Nos anos subsequentes, os discentes treinaram as crianças para participarem da Copa UEL de Ginástica Artística e do Festival Recreativo de Ginástica Artística (Figuras 2 e 3 do Quadro 4), eventos realizados nas dependências do Centro de Educação Física e Esportes. Os eventos foram promovidos pela Universidade Estadual de Londrina com o apoio da Fundação de Esportes, Núcleo Regional de Educação e Associação Londrinense de Ginástica Artística.

Quadro 4: Eventos realizados envolvendo acadêmicos e crianças do projeto.

Eventos realizados no projeto.	 <p>Abertura do TORNESCOLON e COPA UEL DE G.A. / Ginásio de Esportes Moringão.</p>
	 <p>FESTIVAL RECREATIVO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA - Área de Ginástica Artística "Elci Bittencourt Schleder Mazzio" no Centro de Educação Física e Esporte da UEL.</p>
	 <p>COPA UEL DE GINÁSTICA ARTÍSTICA - Sala de Ginástica no Centro de Educação Física e Esporte da UEL.</p>

Os eventos supracitados consistiram na competição por meio de séries de solo compostas de coreografia e elementos obrigatórios organizados de acordo com a competência individual (Figuras 4 e 5 do Quadro 5).

Quadro 5: Série de solo e premiação.

Série de solo no Ginásio de Esportes Moringão e na Sala de Ginástica do Centro de Educação Física e Esporte da Universidade Estadual de Londrina.	 <p>Realização de rolamento para frente durante a série de solo.</p>
	 <p>Realização de uma coreografia na série de solo.</p>
	 <p>Premiação de todas as crianças participantes nos eventos.</p>

Todos os participantes da Copa UEL de Ginástica Artística, do TORNESCOLON e do Festival Recreativo receberam premiação pela sua participação no evento, pois os eventos tiveram como objetivo principal a formação educacional das meninas (Figura 6 do Quadro 5).

Durante os três anos de funcionamento do projeto, houve o envolvimento de 28 professores da rede estadual de ensino, cinco docentes da UEL, 28 escolas da cidade de Londrina e Região Metropolitana, 184 acadêmicos dos cursos de Licenciatura em Educação Física e Bacharel em Ciência do Esporte (atualmente, curso de Esporte) e 700 crianças envolvidas (Gráfico 1).

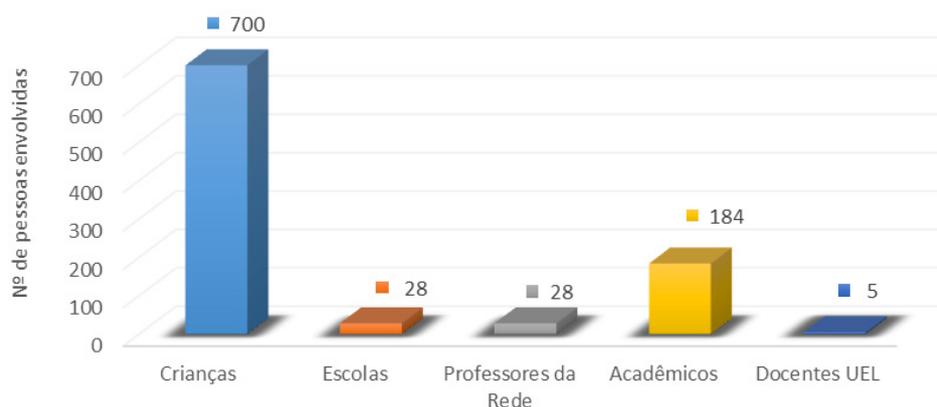


Gráfico 1: Número de pessoas e instituições envolvidas no projeto de extensão.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A ginástica artística, por sua característica e riqueza de movimentos, ensina a criança/aluno/atleta a enfrentar as dificuldades, a superar e a sentir o prazer de superação, contribuindo com o desenvolvimento das capacidades motoras, com a coragem e a participação em grupos, pois mesmo sendo um esporte individual, as crianças necessitam de ajuda mútua para a aprendizagem dos movimentos. Assim, os professores e/ou treinadores devem programar e estabelecer condições de prática que proporcionem maior probabilidade de desempenho bem-sucedido em situações que requerem as habilidades que estão sendo aprendidas.

A partir das experiências apresentadas, conclui-se que o projeto desenvolvido junto aos acadêmicos de Educação Física e Esporte do Centro de Educação Física e Esporte da Universidade Estadual de Londrina atingiu seus objetivos, pois colocou os acadêmicos para inter-relacionar o programa da disciplina do curso com a realidade do ambiente escolar e melhorar a condição das crianças com um objetivo (apresentar os conteúdos aprendidos/ensinados nos eventos realizados durante o processo).

Visto que o ensino das habilidades da ginástica artística deve estar voltado para um determinado fim, seja este uma competição ou mesmo uma apresentação, as habilidades devem ser treinadas com a finalidade de melhorar a capacidade da criança de desempenhá-las em situações futuras.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, C. **Manual de ajudas em Ginástica Artística**. Canoas: Ulbra, 2003.

BRASIL. Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional. MEC. Brasília-DF, 1996.

BUSTO, R. M. Pólo de Ginástica Olímpica já cadastrou os primeiros nomes (2008). Disponível em: <<http://www2.uel.br/cef/sgo/PROJETO/SGO10-2.htm>>. Acesso em: 15 mar. 2013.

LOPES, P; NUNOMURA, M. Motivação para prática e permanência na Ginástica Artística. **Revista Brasileira Educação Física Esporte**, São Paulo, v. 21, n. 3, p. 177-187, 2007.

LUGUETTI C. N.; DANTAS, L.; NUNOMURA, M.; BOHME, M. T. Práticas esportivas escolares na cidade de Santos-SP: o ponto de vista dos professores/treinadores. **Motriz: Revista de Educação Física**, Rio Claro-SP, v. 19, p. 10-21, 2013. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1980-65742013000100002&script=sci_arttext>. Acesso em: 12 abr. 2013.

NUNOMURA, M.; CARRARA, P. D. S.; CARBINATTO, M. Análise dos objetivos dos técnicos na Ginástica Artística. **Motriz: Revista de Educação Física**, v. 16, p. 95-102, 2010. Disponível em: <www.rbceonline.org.br/revista/index.php/RBCE/article/viewArticle/630>. Acesso em 15 abr. 2013.

NUNOMURA, M.; TSUKAMOTO, M. H. C. Análise e ensino da Ginástica Olímpica. In: TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R. D. S. **Pedagogia do desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

PUBLIO, N. S. **Evolução histórica da Ginástica Olímpica**. Guarulhos-SP: Phorte Editora, 1998.

TEXEIRA, L. A. Aprendizagem de habilidades motoras na ginástica artística. In: NUNOMURA, M.; PICCOLO, V. L. N. **Compreendendo a Ginástica Artística**. São Paulo: Phorte, 2005.

VIEIRA, N. S. **O que é Ginástica Artística - história, regras e curiosidades**. Rio de Janeiro-RJ: Casa da Palavra, 2007.

COMO CITAR ESTE ARTIGO:

BUSTO, Rosangela Marques; ACHOUR JUNIOR, Abdallah; MOREIRA, Rosana Sohaila Teixeira. Ginástica artística: uma proposta de aplicabilidade. **Extramuros**, Petrolina-PE, v. 1, n. 1, p. 124-133, jan./jul. 2013. Disponível em: <informar endereço da página eletrônica consultada>. Acesso em: informar a data do acesso.

Recebido em: 5 abr. 2013.

Aceito em: 1 jul. 2013.