

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DO AMAZONAS – UEA  
ESCOLA SUPERIOR DE CIÊNCIAS DA SAÚDE – ESA  
LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA – OFERTA  
REGULAR**

**HANNA GRAZIELA RODRIGUES MOREIRA**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: CONTRIBUTOS DA GINÁSTICA  
PARA ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I**

**MANAUS - AM  
2024**

**HANNA GRAZIELA RODRIGUES**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: CONTRIBUTOS DA GINÁSTICA  
PARA ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Universidade do Estado do Amazonas (UEA), como requisito final da disciplina Trabalho de Conclusão de Curso para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

**Orientador(a):** Prof. Dra. Sheila Moura do Amaral

**MANAUS - AM**

**2024**

## Ficha Catalográfica

Ficha catalográfica elaborada automaticamente de acordo com os dados fornecidos pelo(a) autor(a).  
**Sistema Integrado de Bibliotecas da Universidade do Estado do Amazonas.**

M838r    Moreira, Hanna Graziela Rodrigues  
          Relato de experiência: Contributos da ginástica para  
          escolares de ensino fundamental I / Hanna Graziela  
          Rodrigues Moreira. Manaus : [s.n], 2024.  
          24 f.: color.; 30 cm.

          TCC - Graduação em Educação Física - Licenciatura -  
          Universidade do Estado do Amazonas, Manaus, 2024.  
          Inclui bibliografia  
          Orientador: Sheila Moura do Amaral

          □1. Ginástica.    2. Ensino Fundamental.    3.  
          Contributos.    4. Intervenção. I. Sheila Moura do Amaral  
          (Orient.). II. Universidade do Estado do Amazonas. III.  
          Relato de experiência: Contributos da ginástica para  
          escolares de ensino fundamental I

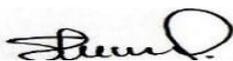
**HANNA GRAZIELA RODRIGUES**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: CONTRIBUTOS DA GINÁSTICA  
PARA ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I.**

Trabalho apresentado à Universidade do  
Estado Amazonas (UEA), como requisito  
final da disciplina Trabalho de Conclusão de  
Curso, como obtenção de título de  
Licenciado em Educação Física.

Manaus, 21 de fevereiro de 2024

**BANCA EXAMINADORA**



---

Prof (a). Orientador (a) Sheila Moura do Amaral  
Universidade do Estado do Amazonas - UEA



---

Prof (a). Avaliador (a) Vanderlan Santos Mota  
Universidade do Estado do Amazonas - UEA



---

Prof (a). Avaliador (a) Sâmia Silva Maia  
Secretaria Municipal de Educação -SEMED

## RESUMO

A ginástica é uma prática corporal que envolve aspectos físicos como flexibilidade, coordenação motora e força, podendo ser competitiva quando caracterizada como esporte, e não competitiva quando é realizada como exercício físico em favor da saúde e bem-estar e de caráter educativo e formativo, com práticas de ações competitivas e recreativas. Nas sociedades pré-históricas, a Ginástica possuía um caráter natural, utilitário, guerreiro, ritualístico e recreativo, com vistas a luta pela sobrevivência. Na contemporaneidade, diferentes sistematizações da ginástica surgiram na Europa com propostas e modelos de treinamento diferenciados. O objetivo do estudo, foi relatar a aplicabilidade de um projeto de intervenção visando demonstrar as contribuições da ginástica em uma escola de ensino fundamental I. A metodologia traçada descreve um relato de experiência pela aplicabilidade de um projeto de intervenção de Ginástica no ensino fundamental I, com turmas do 2º ao 5º ano em uma escola da rede pública de Manaus. Com aplicabilidade do projeto, foi possível atingir os objetivos propostos, onde os alunos demonstraram total interesse na prática das atividades aplicadas, interagindo e desafiando-se no decorrer das aulas. Embora apresentassem bastante dificuldades na execução dos movimentos, estes não colocavam dificuldade para aprender e executar. É possível apontar o quanto a ginástica pode contribuir para o desenvolvimento biopsicosocial de alunos do ensino fundamental, partindo de conteúdos previamente elencados e organizados pelos professores. Porém, notadamente estes precisam ter compromisso em desenvolver os conteúdos da ginástica preconizado pela BNCC, para estudantes do ensino fundamental I.

**Palavras-chave:** Ginástica; ensino fundamental; contributos; intervenção.

## **ABSTRACT**

Gymnastics is a bodily practice that involves physical aspects such as flexibility, motor coordination and strength, and can be competitive when characterized as a sport, and non-competitive when it is performed as a physical exercise in favor of health and well-being and of an educational and formative nature, with practices of competitive and recreational actions. In prehistoric societies, Gymnastics had a natural, utilitarian, warlike, ritualistic and recreational character, with a view to the struggle for survival. In contemporary times, different systematizations of gymnastics have emerged in Europe with different proposals and training models. The objective of this study was to report the applicability of an intervention project aimed at demonstrating the contributions of gymnastics in a public school in Manaus. The methodology described describes an experience report on the applicability of a gymnastics intervention project in elementary school, with classes from 2nd to 5th grade in a public school in Manaus. With the applicability of the project, it was possible to achieve the proposed objectives, where the students showed total interest in the practice of the applied activities, interacting and challenging themselves during the classes. Although they had a lot of difficulties in the execution of the movements, they did not pose any difficulty in learning and executing. It is possible to point out how much gymnastics can contribute to the biopsychosocial development of elementary school students, based on content previously listed and organized by teachers. However, they need to be committed to developing the gymnastics contents recommended by the BNCC for elementary school students.

**Keywords:** Gymnastics; Elementary School; Contributions; Intervention.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	8
METODOLOGIA.....	11
RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	12
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	21
REFERÊNCIAS.....	23

## INTRODUÇÃO

A ginástica é uma prática corporal que envolve aspectos físicos como flexibilidade, coordenação motora e força, podendo ser competitiva quando caracterizada como esporte, e não competitiva quando é realizada como exercício físico em favor da saúde e bem-estar. O seu significado vem do grego *gymnastiké*, que significa “arte ou ato de exercitar o corpo para fortificá-lo com mais agilidade” (Carvalho, 2011).

Traçando um percurso cronológico descritos por (Oliveira; Nunomura, 2012). Estes, evidenciam que nas sociedades pré-históricas, a Ginástica possuía um caráter natural, utilitário, guerreiro, ritualístico e recreativo, com objetivo de luta pela vida com ritos e cultos, preparação para a guerra, com práticas de ações competitivas e recreativas entre tribos. Na Grécia Antiga, especialmente em Atenas e Esparta, a Ginástica tinha um propósito educacional, visando formar cidadãos e guerreiros. Em Atenas, o foco era na eficiência educacional, fisiológica, terapêutica, estética e moral, sem negligenciar a preparação militar. Em Esparta, o objetivo principal era a preparação militar, disciplina cívica, fortalecimento do corpo e desenvolvimento da energia física e espiritual, o que se diferenciava dos romanos, pois visava o treinamento dos movimentos do corpo para a preparação militar. (Oliveira, Nunomura, 2012, p. 84)

Já na contemporaneidade, no século XIX, diferentes sistematizações da ginástica surgiram na Europa, com propostas e modelos de treinamento diferenciados mais notadamente na Alemanha, Suécia e França que protagonizaram intensos debates em busca de definir uma ginástica mais eficiente, adequada e com bases científicas. Tais sistematizações resultaram nos métodos ginásticos “ou escolasmínicas”, com a origem das sistematizações dos métodos Alemão, Sueco, Francês (Sarremejane, 2006; Soares, 1994; 2012)

O método Alemão, foi criado com o objetivo de preparar os corpos para defender a pátria. Johann Bernard Basedow deu início ao movimento germânico, impulsionado por seu filantropismo influenciado pelas ideias de Locke e Rousseau. Guts Muths, posteriormente, destacou-se como o pai da Ginástica pedagógica na Alemanha (Soares, 2012; Venâncio e Carreiro 2005). No entanto,

suas ideias foram suplantadas pela natureza patriótica e social da Ginástica de Friedrich Ludwig Jahn (Ramos, 1982). Importante destacar que o Método Alemão de Ginástica, foi introduzido no Brasil como o primeiro sistema de Ginástica baseado nos exercícios sistematizados de Friedrich Ludwig Jahn, (Melo, 1996; Castellani Filho, 1988; Marinho, 1982, Marinho, 1953).

A ginástica Sueca surgiu com o objetivo de eliminar os vícios da sociedade na época, o alcoolismo, seu precursor foi Pehr Henrick Ling. O método possuía um caráter pedagógico e social, que de acordo com Soares (2004), o objetivo era a formação de indivíduos fortes e que pudessem ser úteis à pátria, como soldados ou trabalhadores civis. Suas atividades eram desprovidas de equipamentos, de realização simples e visualmente atraentes. Seu desenvolvimento era realizado por exercícios de condicionamento físico para saúde e por meio de movimentos variados, rítmicos e terapêuticos, o que serviu de inspiração para a ginástica geral. De acordo com Teixeira e Andrade (2020 p. 163). “O método sueco, seria o mais apropriado nas escolas brasileiras, devido ao seu caráter educacional, porém foi o método francês o que mais se destacou nas escolas”.

O método Francês, teve influência do método alemão por também enfatizar aspectos morais e patrióticos, este desenvolvido por François Delsarte, que preocupava-se com o desenvolvimento social do indivíduo, tendo como objetivo moldar um homem de forma geral, sem perder de vista o utilitarismo destacado pela ginástica científica. Isso implicava na busca pelo aprimoramento da força física, destreza, agilidade e resistência, através de exercícios que incluíam movimentos naturais e técnicas de respiração para aprimorar a saúde física e mental (Soares, 2004).

No Brasil, (Resende; Soares 2002; Moura, 2009), o método francês foi adotado em todos os estabelecimentos de ensino brasileiro em 1929, trazendo propostas pedagógicas que embasaram a Educação Física escolar brasileira, no período republicano, nesse contexto a Ginástica assumia um caráter do ensino da educação física a época no âmbito escolar, seguindo tendências europeias (Toledo, 2009 p. 128).

Já na contemporaneidade a ginástica com um novo contexto caracterizou-se por ser um conteúdo da educação física escolar adquirindo objetivos, conteúdos e métodos em suas aulas para os alunos. Nas séries iniciais do ensino fundamental, de acordo com (Martins 2009, p. 118), ginástica apresenta-se como unidade temática de ginástica geral, com vistas a busca de recuperar a amplitude do movimento humano, promovendo o desenvolvimento das capacidades físicas e habilidades motoras de cada aluno de maneira individualizada. O autor enfatiza a preservação da individualidade, ao mesmo tempo em que incentiva o trabalho em grupo, estimulando a criatividade e a socialização (Martins, 2009).

Com a prática da Ginástica Geral nas escolas, é possível o desenvolvimento dos diferentes tipos de ginásticas, entre elas a ginástica artística, que caracteriza-se pelo desenvolvimento das habilidades motoras relacionadas a vivência nos aparelhos próprios da ginástica como barra assimétricas, salto sobre a mesa, solo e trave de equilíbrio (aparelhos do feminino), argolas, barras paralelas, barra fixa, cavalo com alças e solo (aparelhos do masculino); a ginástica rítmica onde os movimentos são vivenciados manejando os aparelhos arco, bola, corda, fita e maçãs; ginástica de trampolim que caracteriza-se pelo desenvolvimento de saltos acrobáticos no trampolim, mini-trampolim e/ou tumbling; ginástica acrobática que caracteriza-se em pirâmides humanas e equilíbrio entre os participantes onde necessita de poucos materiais e permitir a participação de ginastas com diferentes estruturas físicas, mostra-se de grande valor pedagógico. E, por fim, a ginástica aeróbica que envolve movimentos de alta intensidade e coreografias que trabalham a resistência (Martins, 2009; Roveri, 1993; Souza, 1997).

De acordo com Werner, Williams, Hall (2015), a ginástica é semelhante a muitas atividades infantis, vai além do desenvolver habilidades de locomoção, equilíbrio e consciência espacial e corporal, essa atividade promove movimentos controlados, proporcionando uma experiência estética agradável. Utilizando estímulos variados, como equipamentos, trabalho em grupo e música. Por isso a sua importância nas aulas de Educação Física onde o profissional saiba lidar com cada conteúdo relacionado à faixa etária desses alunos não somente de forma individual, mas coletiva também.

O contexto introdutório, procura situar a ginástica historicamente bem como sua relevância pedagógica nas escolas partindo de seu desenvolvimento nas aulas de educação física no ensino fundamental, sendo que minha justificativa de interesse na temática, partiu inicialmente de minhas experiências como ex-atleta de ginástica artística e rítmica, e depois como acadêmica e monitora do curso de licenciatura em Educação Física, onde pude fazer uma intervenção prática de ginástica na escola onde tive mais entendimento sobre a relevância do conteúdo no auxílio de vários aspectos biopsicocial partindo de sua prática no contexto educacional.

Em vista disso, o objetivo do trabalho é relatar os contributos da ginástica nas aulas de educação física escolar do ensino fundamental I, por meio de uma intervenção acadêmica pela disciplina “ginástica: fundamentos técnicos e didáticos”, do curso de licenciatura em educação física da Universidade do Estado do Amazonas, em uma Escola da rede pública de ensino fundamental I na cidade de Manaus.

## **METODOLOGIA**

A metodologia descrita, parte de um relato de experiência sobre o desenvolvimento de intervenção da ginástica geral nas séries iniciais do ensino fundamental. Importe destacar que estudo de pesquisa através de relato de experiências, de acordo com Grollmus e Tarrés (2015), parte de uma narrativa que deve ser produzida pelo próprio autor em primeira pessoa, de forma detalhada e de modo que leve o leitor a vivenciar as experiências descritas através do relato.

A aplicabilidade da intervenção proposta na disciplina citada, foi sobre a aplicação de um projeto de intervenção em uma escola pública Municipal de Manaus, cujo objetivo foi “Incentivar os alunos a vivenciarem a prática da ginástica nas aulas de educação física” a fim de aplicar conteúdos de ginástica na escola.

A intervenção foi aplicada na Escola Municipal Imaculada Conceição em dois horários, no primeiro momento apliquei as atividades com as turmas do 2º e

3º ano, onde haviam 24 alunos. E no segundo horário, a participação foi das turmas do 4º e 5º ano, que também haviam 24 alunos. O quantitativo total de alunos foi de 48. A aplicação da metodologia foi dividida em 5 etapas: roda de conversa; pique-prancha; posições básicas da ginástica artística; exercícios importantes da ginástica artística e a estrela que serão relatadas detalhadamente a seguir.

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Na disciplina ginástica: fundamentos técnicos didáticos, foi instruído pela professora uma aplicação de um projeto de intervenção. Para iniciarmos a elaboração, eu e a minha equipe utilizamos alguns dos problemas relatados nas aulas teóricas citados pela professora onde, estudamos artigos científicos que mostravam os pontos de dificuldade que os profissionais de Educação Física tinham em ministrar a ginástica nas aulas de educação física, tais como: Falta de materiais oficiais, estrutura, falta de conhecimento e a insegurança.

Nesta perspectiva Moreira (2011) ao dissertar sobre essas dificuldades de se desenvolver a ginástica na escola, destacou que há falta de interesse dos professores em entender o assunto explicando que para ensinarmos um conteúdo é domínio e entendimento sobre tal temática. Destacou a necessidade de criarmos alternativas, “adaptando materiais e os próprios elementos acrobáticos a serem ensinados, o profissional deve conhecer os fundamentos básicos da modalidade e saber como ensiná-los”. (Moreira, 2011 p. 39)

Pelas leituras pude entender que a prática amplamente reconhecida como ginástica geral, não estava sendo integrada nas aulas de educação física escolar. Outro texto de estudo, (Piccolo,1988) corroborou com meu entendimento pelo fato de a autora apontar para a falta de abordagem na ginástica em ambiente escolar, especialmente no que dizia respeito à ginástica artística (GA) e à ginástica rítmica desportiva (GRD), agora denominada ginástica rítmica (GR), gerando impactos nas crianças não só como o déficit no desenvolvimento das habilidades motoras delas, mas também ao conhecimento

do seu corpo, ao cuidado da sua saúde e a sua rotina de exercícios físicos

Bandura (1997), destaca que quando proporcionado experiências prévias de movimentos ao indivíduo, essas atividades podem influenciar sua escolha futura de praticar ou não de algum tipo de exercício físico. Deixando claro que se essas lacunas de movimentos não forem trabalhadas nessa fase da vida da criança, estas não terão vivenciadas experiências de movimentos para fazerem escolhas através das aulas de ginástica na escola. As informações desses e outros autores trouxeram embasamentos para a tecitura e desenvolvimento do projeto de intervenção supracitado com informes em artigos, normas da BNCC, vídeos, redes sociais, cursos e contei com minhas vivências e experiências com ginástica artística e rítmica que me auxiliou bastante para o desenvolvimento e aplicabilidade do projeto com segurança.

Na escolha de conteúdos optamos por trabalhar com a ginástica artística, rolamentos, acrobacias, equilíbrio e postura, traçando uma escolha metodológica com uso de materiais de implementos alternativos e não os oficiais. Utilizamos essa mesma linha de raciocínio para a escolha de utilização de espaços físicos da escola, buscou-se uma abordagem que pudesse ocorrer em diferentes ambientes, como sala de aula, campo, quadra ou pátio. Já com conteúdo, objetivos, metodologias definidas, dividimos a aplicabilidade do projeto com as seguintes etapas:

### **Primeira etapa**

Inicialmente, propõe-se uma roda de conversa na sala de aula para a uma compreensão mais detalhada do conteúdo aos alunos envolvida no projeto da seguinte forma:

1. Com as turmas do 2º e 3º ano, expliquei a eles que a aula daquele dia seria sobre ginástica, em seguida perguntei se sabiam o que era ginástica geral, poucos chegaram na definição. Posteriormente, expliquei brevemente por meio de imagens impressas e verbalmente a origem da ginástica, quais os tipos de ginástica existentes e quais eram os atletas olímpicos em destaque na ginástica artística e rítmica naquele ano. Durante a explicação ficaram bem atentos e

demonstraram entusiasmo pela atividade daquele dia.

2. Nas turmas do 4º e 5º ano utilizei a mesma dinâmica, comecei explicando uma pequena história e origem sobre a ginástica, e quais atletas do Brasil estavam se destacando na época, realizei perguntas para saber se eles conheciam o esporte, e poucos responderam que sim. Posteriormente expliquei quais os tipos de ginástica e o que se fazia. Por conseguinte, perguntei se eles conheciam alguma atleta de ginástica e se podiam me dizer o nome e uns citaram a Daiane dos Santos. Por fim, questionei se eles já tinham feito uma aula de ginástica artística ou rítmica nas aulas de Educação Física e responderam que não lembravam ou não sabia.



**Imagem 1, a própria autora: Roda de conversa com os alunos do 4º e 5º anos**

Então o objetivo do projeto nesta etapa, foi identificar quais conhecimentos prévios que eles tinham sobre a temática e possíveis vivências na ginástica em teoria nas aulas de Educação Física, onde contei com auxílio de outros colegas de turma para me auxiliar no desenvolvimento prático do projeto.

### **Segunda etapa**

Na sequência partimos para a etapa prática onde iniciei com a explicação sobre o aquecimento para preparar o corpo as atividades que iríamos realizar e que o aquecimento diminuía a probabilidade de lesões e dores musculares. Em

seguida, iniciamos o conteúdo propriamente dito, sobre as posições de ginástica uma brincadeira lúdica denominada pique-prancha, uma evolução de manja pega onde os colegas 'colados', teria que fazer a posição de prancha (posição de quatro apoios com mãos e pés e corpo alinhado sem o quadril tocar no chão). E, para voltar a brincadeira, um dos seus colegas não capturados deveriam passar por debaixo da posição prancha para ser descolado e voltar a brincadeira.



**Imagem 2, a própria autora: Pique-prancha alunos 2° e 3° anos.**

Importante ressaltar que por questões de segurança, tanto na primeira turma como na segunda, os alunos foram divididos em duas em números iguais de alunos, visto que o local utilizado naquele momento foi um pátio pequeno, pois a escola não tinha quadra e essa foi a proposta metodológica de utilização dos espaços.

Observei que os alunos do 2° e 3° ano tiveram dificuldades em compreender a atividade, enquanto eles brincavam íamos auxiliando a fazer a posição de prancha sem muita interferência, pois o intuito era que vivenciassem o movimento sem exigência de correções e sim, como conseguissem fazer. Já com a turma do 4° e 5° pela maturidade da faixa etária não houve muita dificuldade na compreensão e se interessaram bastante pela atividade, e foram super participativos pedindo que fosse realizado várias vezes.

### Terceira etapa

Nessa etapa desenvolvemos o conteúdo que tratava das posições básicas da ginástica artística para as turmas do 2º ao 5º ano, da seguinte forma:

- | Postura de apresentação: Corpo estendido, dois pés de base com calcanhar juntos, e braços estendido para cima ao lado da orelha;
- | Postura de terminação: Uma perna estendida e uma perna a frente dobrada formando 90° com o pé alinhado ao joelho e braços acima ao lado da orelha;
- | Postura de preparação: Uma perna estendida alinhada com o quadril e a outra perna estendida com ponta de pé e braços estendido para cima no lado da orelha;
- | Postura de aterrissagem: Dois pés ao chão com calcanhar próximo, joelhos dobrados em 90° e braços estendidos para frente.



*Imagem 3, a própria autora: posições básicas da ginástica alunos do 4º e 5º anos.*

As aulas foram conduzidas em três corredores, essa atividade estava focada no desenvolvimento do equilíbrio e postura. Os alunos do 2º e 3º ano apresentaram um desempenho bom para o estágio de maturação deles, enquanto as turmas do 4º e 5º ano apresentaram com pouca destreza nos exercícios, o que considero um problema, pois esperava-se maturidade nesses aspectos por considerar que eles tenham tido experiência com a ginástica,

conteúdo deles desde o 1º ano do ensino fundamental I de acordo com a Base Nacional Curricular Comum (BNCC). No geral, esses alunos aprenderam a execução desses movimentos rapidamente e se divertiam aos comandos ágeis que a minha equipe realizava.

#### **Quarta etapa**

Foi trabalhado exercícios importantes da ginástica artística com o objetivo de ajudar na coordenação, equilíbrio, flexibilidade, melhorar a consciência corporal e confiança nos exercícios gímnicos. Levando em consideração o que Stanquevisch e Martins (2010) afirmam que a ginástica é uma prática prazerosa e que proporciona superação dos alunos. A dinâmica das atividades propostas ocorreu por meio de conteúdos básicos da ginástica como posições do corpo:

- | Estendido: O corpo fica totalmente estendido no chão;
- | Grupado: Sentado, o corpo fica em posição de bolinha, abraça-se os joelhos que estão dobrados;
- | Carpado: Sentado com as pernas estendidas para a frente, as mãos tocam nos pés;
- | Afastado: Sentado as pernas ficam afastadas e os braços estendidos para cima;
- | Avião: Se equilibrando somente com um dos pés e os braços afastados para o lado.

Os exercícios influenciam para a vida futura como: o equilíbrio do corpo, fortalecimento dos músculos, coordenação, desafios, autoestima e entre diversos fatores.

Ainda influenciam em outros aspectos como: o equilíbrio do corpo, fortalecimento dos músculos, coordenação, desafios, autoestima e entre diversos fatores.



**Imagem 4, a própria autora: Exercícios básicos da ginástica, alunos do 2º e 3º anos.**

Organizamos os alunos em três corredores demarcados por tatames, estava à frente deles, demonstrando os exercícios para eles observarem e realizarem junto comigo, e um dos colegas ficou atento para corrigir a postura de alguns alunos que necessitassem. Observei novamente que as turmas do 2º e 3º ano apresentaram mais dificuldades no desenvolvimento desses exercícios propostos. Onde foi perceptível que nessas turmas, eles apresentavam pouca flexibilidade, pouca postura, pouca coordenação e equilíbrio instável.

Entendo pelos estudos pesquisados que é nessa fase da vida escolar da criança que deve ser trabalhada as competências das capacidades coordenativas, condicionais e físicas. Porém a falta de profissionalismo foi o que me preocupou pois, esses alunos não estavam fazendo a ginástica nas aulas de educação física na escola. Podendo essa ausência acarretar o desenvolvimento das capacidades coordenativas e condicionais entre outros fatores, dos alunos sem idade escolar. No entanto, a turma do 4º e 5º ano observei as mesmas dificuldades, o que me preocupou ainda mais, pois na faixa etária deles, era de se esperar mais maturidade em apresentar certos movimentos.

O descrito nas observações vai de encontro com pesquisas de Werner, et al. (2015), quando explica que nesse caso presume-se que as crianças não tenham tido experiências de qualidade com a ginástica nos anos anteriores,

demonstrado também pelos estudos de Almeida (2005) que a ginástica na escola tem sofrido um reducionismo em seus conteúdos ou até mesmo a falta do desenvolvimento do conteúdo nas escolas.

### **Quinta etapa**

Na quinta e última etapa do projeto, concentramos nossos esforços na prática da "estrelinha". No entanto, foi considerado que vários alunos nunca haviam feito a estrelinha. Além disso, muitos enfrentaram desafios como a falta de força para sustentar seus corpos, dificuldades na coordenação das mãos no posicionamento correto e na execução da passagem da perna de um lado para o outro. Por esses motivos, decidimos trocar esse elemento acrobático para o rolamento, nosso objetivo era proporcionar uma experiência inclusiva, permitindo que cada aluno vivenciasse de uma forma divertida e interessante. Para o Autor (Lagrange, 1997) nessa fase da infância é uma etapa crucial para o desenvolvimento motor, denominada habilidades fundamentais. E é nesse período que os professores de educação física escolar têm a oportunidade significativa com esses alunos.

Novamente dividimos a turma por corredores, sendo o primeiro corredor para realização de rolamentos de frente, no segundo corredor rolamento decostas e no terceiro o lateral. Porém as turmas do 2º e parte do 3º ano, relataram que estavam com receio em realizar os exercícios, diante disso conversei com eles e disse que auxiliaríamos no desenvolvimento dos exercícios com segurança e dentro do que conseguiriam desenvolver, e que certamente iriam se divertir.

No 4º e 5º ano estes executavam os exercícios, porém de forma errada podendo trazer prejuízos físicos ao corpo, como auxílios dos colegas de turma, aos poucos fomos ajustando e auxiliando na forma correta ou condizente com a execução para posição correta, principalmente em pôr o queixo próximo ao peito para não machucar o pescoço.



**Imagem 5, a própria autora: Rolamento, alunos do 2º e 3º anos**

Dentro das turmas do 4º e 5º ano, havia 24 alunos, incluindo uma aluna com Transtorno do Espectro Autista (TEA). Fiquei sabendo sobre a participação dela assim que chegamos à escola, o que despertou certa apreensão para desenvolver as atividades por falta de conhecimento de minha parte no trato com *espectro do autista* e por não saber se ela era acompanhada pelo tutor de sala de aula. Mesmo tendo experiência como atleta de ginástica em todo o meu ensino fundamental II e médio.

A ideia de conduzir uma aula de ginástica, especialmente com uma aluna com TEA, era nova para mim, inicialmente me senti insegura. Para lidar com a situação, compartilhei minhas preocupações com os colegas e decidimos nos revezar para apoiar essa aluna. Nos esforçamos para garantir que ela realizasse os exercícios sem se machucar, considerando que seus movimentos não eram tão maduros em comparação aos outros alunos.

Porém, para todos nós, era muito importante que ela participasse, pois futuramente estaremos enfrentando desafios com os PcD e suas peculiaridades nas escolas e que precisamos aprender a lidar pedagogicamente em nossas aulas. O que de acordo com os estudos de Lima et. al. (2017), a participação direta do profissional de educação física em aulas de psicomotricidade estimula alunos com TEA a se expressar por meio do próprio corpo, com brincadeiras que conduzem ao desenvolvimento motor, afetivo e linguístico daquele aluno.

Desafio vencido, juntos conseguimos proporcionar uma experiência inclusiva e segura para todos. Estávamos aprendendo juntos e adaptando a prática para atender às necessidades dos alunos, promovendo um ambiente acolhedor e solidário durante as aulas de ginástica. Percebemos como as turmas se interessaram em participar das aulas tendo oportunidades aprenderem um pouco mais sobre as possibilidades de seus corpos e o que a ginástica poderia trazer como desafio e melhoria em seu cotidiano dentro e fora da escola ou em até auxiliando em outros esportes. Concordamos com Werner et al (2012), quando adverte que “A ginástica deveria ser parte integrante de toda Educação Física no ensino fundamental (p 23)” no contexto da escolaridade já que esta é conteúdo do componente curricular da educação física

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A escola e o professor de educação física, pilares da sociedade tem seu papel fundamental no desenvolvimento gímico de seus alunos, o trabalho da ginástica escolar com os alunos do ensino fundamental I, pode contribuir tanto no desenvolvimento de habilidades motoras como no condicionamento físico, na estética, na criatividade abarcando o desenvolvimento em uma perspectiva biopsicosocial.

Pude perceber um certo desinteresse e compromisso dos profissionais sobre o conteúdo de ginástica nas aulas de educação física, já que a escola possui professor de educação física e estes devam ter vivenciado o componente curricular em sua formação inicial na área, já que esta é componente curricular nas Universidades. E, ainda que não fosse, esta compões os componentes da atual Base nacional Comum Curricular (BNCC) lei que direciona as competências e habilidades para os conteúdos e práticas na escola.

Importante destacar também, que durante esse período de intervenção com as turmas do ensino fundamental I na etapa I, pelos relatos dos alunos, estes não tiveram nenhuma vivência da ginástica nas suas aulas de educação física. Por tanto, ao iniciarmos a etapas subsequente percebemos que realmente os alunos demonstravam pouca habilidade para execução de elementos fundamentais de

capacidades coordenativas. Nesse momento minhas vivências como atleta de ginástica foram fundamentais para auxiliar os alunos na execução dos movimentos. Então percebi que a evolução de vivências motoras básicas no trato com as capacidades coordenativas e também de entendimento para execução dos movimentos simples de habilidades motoras dos alunos, das turmas do 2º e 3º ano, como também do 4º e 5º ano, pareciam não serem vivenciadas ou compatíveis com idade escolar. Isso pela dificuldade que apresentavam para o desenvolvimento das atividades básicas da ginástica que também precede outros conteúdos da educação física para uma escola do ensino fundamental I.

Com aplicabilidade do projeto de intervenção, consegui atingir os objetivos propostos no plano de ação, onde os alunos demonstraram total interesse na prática das atividades propostas, interagindo, alegrando-se e desafiando-se no decorrer da aula, embora apresentassem bastante dificuldades na hora da execução dos movimentos, não colocavam dificuldade para aprender e executar.

Portanto pelo relato aqui apresentado ficou perceptível que existe necessidade dos professores de educação física, se aproximarem dos conteúdos básicos da ginástica para escolares, na perspectiva não só de cumprir o estabelecido na BNCC, como também, precisamente, para não deixar de proporcionar o direito ao aluno do ensino fundamental I sem o desenvolvimento de competências e habilidades simples para um bom desenvolvimento dos aspectos biopsicosociais, partindo da vivência da prática da ginástica, visto a ampla gama de conteúdos corporais, que esta pode proporcionar a escolares do ensino fundamental I, e assim contribuir para uma formação de vivências motoras amplas nessa fase escolar.

## REFERÊNCIAS

- BAÍA, Anderson Cunha; MORENO, Andrea. Revista Brasileira de Educação Física: a Moderna Ginástica Sueca no Brasil (1944-1952). Cadernos de História da Educação, v. 19, n. 3, p. 686-706, 2020.
- BANDURA, Albert. Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman, 1997.
- BEZERRA, Sandra Pacheco; FERREIRA FILHO, Raul Alves; FELICIANO, Jeane Gomes. A importância da aplicação de conteúdos da Ginástica Artística nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental de 1ª a 4ª série. Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, v. 5, n. 3, 2006.
- CARVALHO, A. O. Ginástica. In: DARIDO, S. C. Educação Física Escolar Compartilhando Experiências. (Org.) São Paulo: Phorte, 2011. Cap. 3, p.51-74.
- CASTELLANI FILHO, L. Educação Física No Brasil: a História que não se conta. São Paulo: Papirus, 1988.
- COSTA, Andrize Ramires; GOMES, Catarina Polino. Ginástica geral na BNCC: Percepção de alunos de licenciatura em educação física. **Corpoconsciência**, p. 142-152, 2020.
- MARINHO, I.P. Sistemas e Métodos de Educação Física. Brasília: Cia. Brasil Editora, 1953.
- MARTINS, Maria Teresa B. A ginástica geral como conteúdo da Educação Física no ensino fundamental. In: MOREIRA, Evandro Carlos. (org.). Educação Física: desafios e propostas I. Várzea Paulista: Editora Fontoura, 2009.
- MELO, V A. Escola Nacional de Educação Física e Desportos – Uma Possível História. Campinas, SP, 1996. [Dissertação de Mestrado – Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas].
- Nista-Piccolo, V. L. Atividades físicas como proposta educacional para 1ª fase do 1º. Dissertação de mestrado, Faculdade de educação, Unicamp. Campinas, 1988.
- NOGUEIRA, Geovanna Callazans. Práticas corporais nas aulas de Educação Física e sua contribuição para a socialização e inclusão de crianças autistas no contexto escolar: uma revisão bibliográfica. 2022.
- OLIVEIRA, M. S.; BORTOLETO, M. A. C. Apontamentos sobre a evolução histórica, material e morfológica dos aparelhos da ginástica artística masculina. Revista da Educação Física/UEM, Maringá, v. 22, n. 2, p. 283-295, 2011.
- OLIVEIRA, Mauricio Santos; NUNOMURA, Myrian. A produção histórica em ginástica e a constituição desse campo de conhecimento na atualidade. Conexões, v. 10, p. 80-97, 2012.
- RAMOS, J. J. Os exercícios físicos na história e na arte. São Paulo: IBRASA, 1982
- SARREMEJANE, P. L'heritage de la méthode suédoise d'education physique em France: les conflits de méthode au sein de l'Ecole normale de gymnastique et d'escrime de Joinville audébut du XXème siècle. Revista Paedagogica Historica, v.42, n.6, 2006, p.817-837. <https://doi.org/10.1080/00309230600929559>

SOARES, C. L. Imagens da Educação no Corpo: Estudo a partir da ginástica francesa no século XIX. 2ed. Campinas: Autores Associados, 2002

\_\_\_\_\_. Educação Física: Raízes europeias e Brasil. 3 ed. Campinas: Autores Associados, 2004.

\_\_\_\_\_. Educação física raízes europeias e Brasil. – 5. Ed. Ver. – Campinas,SP: Autores Associados, 2012.

SOUZA, E. P. M. de. Ginástica geral: uma área do conhecimento da Educação Física. 1997, Tese (Doutorado)-Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997.

SCHÖNGUT GROLLMUS, N.; PUJOL TARRÉS, J. Stories about Methodology: Diffracting Narrative Research Experiences. Forum Qualitative Sozialforschung / Forum: Qualitative Social Research, v. 16, n. 2, 26 Apr.2015. Disponível em: <https://www.qualitative-research.net/index.php/fqs/article/view/2207>. Acesso em: 4fev. 2023

TOLEDO, Eliana de. A ginástica rítmica e artística no ensino fundamental: uma prática possível e enriquecedora. In: MOREIRA, Evandro Carlos. (org.). Educação Física: desafios e propostas I. Várzea Paulista: Editora Fontoura, 2009.

VENÂNCIO, L; CARREIRO, E. A. Ginástica. In: DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C. A. (Coord.). Educação Física na escola. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, p. 227-243, 2005.

WERNER, Peter H; WILLIAMS, Lori H; HALL, Tina J. Ensinando ginástica para crianças. 3. ed. Barueri – SP: Manole, 2015.

WEBSIX. **Atena Editora**. Disponível em: <<https://www.atenaeditora.com.br/catalogo/post/as-ginasticas-e-as-dimensoes-do-conteudo-no-contexto-escolar>>. Acesso em: 11 fev. 2024.