

**UNIVERSIDADE DO EXTREMO SUL CATARINENSE – UNESC  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**DANIMAR SCARSI**

**GINÁSTICA ESCOLAR: A PRÁTICA DA GINÁSTICA ESCOLAR NAS AULAS DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA**

**CRICIÚMA  
2012**

**DANIMAR SCARSI**

**GINÁSTICA ESCOLAR: A PRÁTICA DA GINÁSTICA ESCOLAR NAS AULAS DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso, apresentado para a obtenção de grau de Licenciatura no Curso de Educação Física da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC.

Orientador: Prof. Valter Savi

**CRICIÚMA  
2012**

**DANIMAR SCARSI**

**GINÁSTICA ESCOLAR: A PRÁTICA DA GINÁSTICA ESCOLAR NAS AULAS DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA**

Trabalho de Conclusão de Curso, aprovado pela banca examinadora para a obtenção de grau de Licenciatura no Curso de Educação Física da Universidade do Extremo Sul Catarinense, UNESC.

Criciúma, 05 de julho de 2012

**BANCA EXAMINADORA**

Prof. Valter Savi - (UNESC) - Orientador.

Prof. Ana Lucia Cardoso – Mestra – (UNESC).

Prof. Marisa Barbosa Hertel – (UNESC).

**Dedico este trabalho aos meus pais, que foram os maiores incentivadores durante toda a minha graduação e também a minha noiva que foi muito compreensiva nos momentos mais difíceis da graduação.**

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço a todos os meus colegas de graduação, por me auxiliarem na construção do conhecimento, por meio de discussões promovidas em sala de aula. Especialmente, aos professores, que ministraram disciplinas durante a graduação e demais pessoas que de forma indireta auxiliaram nesta tarefa, mantendo o ambiente limpo e organizado, fornecendo os materiais necessários para as aulas, enfim, os funcionários da instituição em geral que contribuem diariamente para que tudo esteja na ordem adequada. Agradeço também meu orientador Valter Savi, por disponibilizar seu tempo para as orientações que resultaram neste trabalho e a banca.

A todos vocês um verdadeiro muito obrigado.

**“Se a educação sozinha não pode transformar a sociedade, tão pouco sem ela a sociedade muda”.**

**Paulo Freire**

## RESUMO

O presente trabalho parte do seguinte tema, ginástica escolar: a prática da ginástica escolar nas aulas de Educação Física. Com isto, vem trazer a resolução do seguinte problema: Como ensinar a ginástica de acordo com algumas abordagens e propostas críticas da Educação Física?. tem como objetivo geral: analisar como deve ser trabalhado a ginástica, introduzindo-a nas aulas de Educação Física, de forma agradável e lúdica e objetivos específicos: relatar a evolução histórica da ginástica, pesquisar diferentes tipos de ginástica, esclarecer formas de ensinar a ginástica escolar. A metodologia utilizada corresponde a pesquisa bibliográfica. Com as pesquisas pode-se dizer que a ginástica inserida nas aulas de Educação Física trazem muitos benefícios no aprendizado dos alunos, levando em consideração o objetivo do professor e a abordagem do mesmo ao elaborar um plano de aula.

**Palavras Chaves: Ginástica, Educação Física, Escola.**

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO .....</b>	<b>9</b>
<b>2. SOCIEDADE E ESCOLA.....</b>	<b>10</b>
2.1 IGUALDADE É PARA TODOS.....	10
2.2 CONSELHO ESCOLAR .....	11
<b>3 ALGUNS TIPOS DE GINÁSTICA.....</b>	<b>12</b>
3.1 GINÁSTICA FORMATIVA .....	12
3.2 GINÁSTICA LOCALIZADA.....	13
3.3 GINÁSTICA ARTÍSTICA .....	14
3.4 GINÁSTICA RÍTMICA .....	15
3.5 GINÁSTICA AERÓBICA.....	15
<b>4 EVOLUÇÃO HISTÓRICA DA GINÁSTICA.....</b>	<b>16</b>
4.1 ESCOLAS EUROPÉIAS.....	17
4.1.1 Escola Alemã .....	17
4.1.2 Escola Dinamarquesa .....	18
4.1.3 Escola Sueca .....	18
4.1.4 Escola Francesa .....	20
4.1.5 Escola Inglesa .....	20
<b>5 EDUCAÇÃO FÍSICA E APTIDÃO FÍSICA.....</b>	<b>21</b>
5.1 QUALIDADES FÍSICAS, COGNITIVAS, PSICOLÓGICAS, AFETIVA/SOCIAL ..	22
<b>6 PROPOSTAS DE ABORDAGENS .....</b>	<b>23</b>
<b>6.1. A ABORDAGEM DESENVOLVIMENTISTA.....</b>	<b>23</b>
6.2 ABORDAGEM PSICOMOTORA .....	25
<b>7. GINÁSTICA COMO PROPOSTA CRÍTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA</b> <b>.....</b>	<b>26</b>
7.1 PROPOSTA CRÍTICO SUPERADORA.....	27
7.2 PROPOSTA CRÍTICO-EMANCIPATÓRIA.....	28
7.3 GINÁSTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA .....	29
7.4 GINÁSTICA NA EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL .....	31
7.4.1 Da 1ª a 3ª séries.....	31
7.4.2 Da 4ª a 6ª Série .....	32
7.4.3 Da 7ª a 8ª Série .....	33



7.5 GINÁSTICA NO ENSINO MÉDIO .....33

**8 CONCLUSÃO .....34**

**REFERÊNCIAS.....36**

## 1 INTRODUÇÃO

A escolha deste tema surgiu com o principal objetivo de incentivar a cultura corporal da ginástica como conteúdo aplicado nas aulas de Educação Física. Tem como proposta trazer algumas maneiras do professor criar atividades juntamente com os alunos de forma lúdica e técnica utilizando para isso as metodologias críticas.

Este trabalho tem como tema a Ginástica escolar: a prática da ginástica escolar nas aulas de Educação Física. Com isto, vem trazer a resolução do seguinte problema: Como ensinar a ginástica de acordo com diferentes abordagens e propostas críticas da Educação Física?. Sendo que para isto, tem como objetivo geral: analisar como deve ser trabalhado a ginástica, introduzindo-a nas aulas de Educação Física, de forma agradável e lúdica e objetivos específicos: relatar a evolução histórica da ginástica, pesquisar diferentes tipos de ginástica, esclarecer formas de ensinar a ginástica escolar.

É importante ressaltar, que as questões norteadoras deste trabalho são: por que a ginástica é pouco trabalhada no meio escolar? Qual a importância da ginástica para o âmbito escolar? Como ensinar a ginástica nas séries iniciais?

A metodologia utilizada para a pesquisa foi a metodologia bibliográfica. De acordo com De acordo com Gil (2002), a pesquisa bibliográfica é aquela desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos.

Está subdividido em sete capítulos, sendo que o segundo capítulo vem trazer um relato da realidade atual das escolas e como esta deveria ser para uma melhor aprendizagem. O capítulo número três, relata a corporeidade nas aulas de Educação Física, relatando alguns princípios corporais que o professor deve desenvolver nas aulas. O quarto capítulo explana um breve histórico da ginástica, o quinto vem explicitar alguns tipos de ginástica (que podem ser considerados os principais). O sexto capítulo expõe a psicomotricidade das crianças e adolescentes, levando em consideração o desenvolvimento de cada faixa etária, para o desenvolvimento de um plano de aula específico. O sétimo explana as formas de se trabalhar a ginástica no contexto escolar, dentro das propostas: crítico superadora e crítico-emancipatória.

## 2. SOCIEDADE E ESCOLA

Este capítulo vai expor as características e informações pertinentes ao âmbito escolar.

### 2.1 IGUALDADE É PARA TODOS

Nos dias atuais, as pessoas estão mecanizadas a agirem todas com o mesmo comportamento, é na sociedade que as pessoas nascem, crescem, aprendem e morrem. Esta mesma sociedade que estabelece um modelo de vida aos seus membros seja no falar, no vestir, no expressar, etc. E assim gera o preconceito com aqueles que agem de forma diferente, gerando pessoas fechadas e excluídas da sociedade.

No ambiente escolar é normal a exclusão de forma direta ou indireta do que é considerado pela maioria dos alunos “diferente”, seja pela forma de se vestir, pela forma do corpo (principalmente quando se refere a obesidade) ou até mesmo pelo corte de cabelo, isso faz com que o aluno, que é considerado diferente, se afaste dos outros gerando um possível desconforto em seu aprendizado ou até mesmo uma dificuldade de aprendizagem.

Os alunos precisam respeitar as diferentes formas de se expressarem, entendendo que a padronização impede as pessoas de agirem dentro de suas possibilidades e de sua forma particular de ser. Não apenas o diretor e os professores, mas também toda comunidade escolar precisa respeitar as diferenças que há entre os alunos.

Agindo naturalmente, o aluno trará para a escola um pequeno exemplo da sua cultura e estas informações trazidas pelos alunos, podem ser expostas em sala e utilizadas pelo professor, partindo do que o aluno conhece (senso comum), para a construção do conhecimento científico. Como exemplo, pode-se citar: quando um aluno diz que em sua casa há um “pé de bergamota”, o professor pode utilizar isso para explicar as diferenças entre as regiões do Brasil, citando que em outros lugares, essa fruta tem outra denominação, como mexerica ou tangerina.

Segundo Bregolato (2006), democracia é o direito de participar das decisões e respeitar o que ficou decidido. Grande parte dos grupos organizados, (grupos de família, grupo de jovens, grupo de terceira idade etc.) passam por um processo democrático ou fingem passar por esse processo (pois muitas vezes na prática a democracia não é utilizada, nas tomadas de decisões). Entretanto, todos têm o direito de participar das decisões escolares, como na sala de aula, nas reuniões de professores, nas reuniões de pais etc. Bem como, o dever de cumprir com o que foi decidido.

Assim deveriam agir as lideranças de todos os seguimentos educacionais, políticos e econômicos, para a formação de verdadeiros cidadãos, comprometidos com a cidadania e a nação. Se quer que se ame nação, é preciso criar vínculos de afeto com ela, e a participação na sua construção é um forte vínculo (BREGOLATO, 2006, p.29).

O líder do grupo deve abrir espaço para que os demais membros possam expor a todos suas idéias, havendo assim a participação de todos, tornando um grupo democrático. De acordo com Bregolato (2006, p.29) “o líder democrático não ordena, mas como os demais membros do grupo defende seus pontos de vista. Ele pode convencer com argumentos, mas não impor suas idéias”.

## 2.2 CONSELHO ESCOLAR

Na maioria das escolas, sejam elas privadas ou públicas o conselho escolar atua com o objetivo de avaliar os alunos e é composto por professores, orientadores e em alguns casos a diretoria escolar. Porém, se o objetivo do conselho é avaliar os alunos em geral (aprendizado, comportamento e atitudes), seria mais adequado que estes participassem deste conselho. Aliás, não só os alunos, mas a comunidade escolar em geral, composta por pais e também pelos funcionários da escola.

Um exemplo que pode ser citado e ocorre geralmente em todas as escolas é o PPP (projeto político pedagógico), que se diz construído por toda comunidade, mas na realidade em muitas escolas nem os próprios professores tem conhecimento ou participaram desta construção. Este mesmo projeto que dita as

diretrizes escolares e que deveria ser atualizado com freqüência, tendo como base sugestões dos alunos, professores e demais representantes da comunidade, muitas vezes fica guardado na gaveta da diretoria por muitos anos, sem se quer ser lido.

O Conselho Escolar pode colaborar muito para que a Comunidade escolar exerça a Cidadania. Para isso, é preciso ter todos os representantes citados, pois, há escolas que ainda não os têm. Ainda os representantes não trazem as idéias das bases, decidem por si só os destinos da escola, o que não é democrático. Os representantes precisam se reunir sempre que possível com o grupo que representa para o conselho os anseios da coletividade. (BREGOLATO, 2006, p.30).

Dessa maneira, quando se pensa em uma escola democrática deve-se pensar em democracia em todos os setores, visando todos que contribuem para a formação desta. Pois, não há democracia em um local onde não há espaço para o diálogo e para as sugestões e críticas de todos os componentes do grupo escolar.

### **3 ALGUNS TIPOS DE GINÁSTICA**

A ginástica inclui diferentes tipos de movimentos e por esse motivo pode ser praticada de diferentes formas. Neste capítulo será explanado resumidamente o objetivo de algumas dessas formas.

#### **3.1 GINÁSTICA FORMATIVA**

A ginástica formativa tem como objetivo o aprimoramento das qualidades físicas, desde a infância até a pré-adolescência, visando principalmente o desenvolvimento das aptidões motoras. Segundo Bregolato (2002), a ginástica formativa engloba várias formas de realização: correr, saltar, arremessar, trepar, rolar, lutar, empurrar, defender, entre outras. Estes são movimentos que a própria natureza humana nos proporciona, sem a necessidade de serem construídos sistematicamente.

Tendo como base as idéias do autor, pode-se perceber que esse tipo de ginástica é indicado para as crianças e seria de extrema importância a prática desta nas escolas, para o desenvolvimento psicomotor. É importante ressaltar, que a ginástica formativa está presente no dia a dia das crianças, nas brincadeiras que envolvem atividades como: subir em árvores, muros, bancos, cadeiras, saltar em geral, brincar de “pega-pega”, pular corda, amarelinha, elástico, andar de bicicleta, imitar animais. Porém, atualmente os jogos eletrônicos e o computador ganharam destaque na vida das crianças, fazendo com que estas atividades saíssem do cotidiano das mesmas.

### 3.2 GINÁSTICA LOCALIZADA

Também conhecida como (G.L), a ginástica localizada se dirige ao exercício em um determinado grupo muscular.

A ginástica localizada (G.L.) se encontra mais especificamente no desenvolvimento das qualidades físicas, flexibilidade e resistência muscular (força), contudo, a aula de G.L. tem também como objetivo o desenvolvimento das qualidades motoras: a coordenação, o ritmo, o equilíbrio, e a descontração. (BREGOLATO, 2006, p. 105)

Ainda de acordo com a autora, os exercícios de força são responsáveis pelo fortalecimento dos músculos tornando-os também mais resistentes. Os aparelhos de musculação das academias quando utilizado intensamente e de forma correta, visam aumentar a massa muscular de quem os utiliza.

Como não é o objetivo da escola aumentar a massa muscular dos alunos de forma desproporcional, o professor deve propor exercícios como “cabo de guerra”, “carrinho de mão”, “cadeirinha”, entre outros.

### 3.3 GINÁSTICA ARTÍSTICA

A ginástica artística também conhecida como ginástica olímpica, é uma modalidade que requer dos atletas profissionais muita força, agilidade, equilíbrio, coordenação motora, preparo físico, entres outras habilidades para uma execução com perfeição. Bregolato (2002, p.137), destaca que:

No Egito, na Grécia e em Roma os acrobatas (saltimbancos) se exibiam nas feiras e nos circos. Na idade média o corpo foi relegado a um plano inferior, e os prazeres a ele ligado, como dançar, alimentação farta e a prática social prejudicavam a purificação da alma e foram considerados pecados. As acrobacias de destreza corporal foram colocadas nesse contexto como obra do satã.

Conforme exposto pelo autor, a ginástica artística teve uma evolução no decorrer dos anos. Na idade média onde o poder da igreja prevalecia, cuidar do bem estar do corpo era uma heresia. Contudo, esse poder imposto pelos eclesiásticos deve um período definido e quando surgiram as mudanças e idéias iluministas os pensamentos começaram a mudar, em todas as áreas de conhecimento e os esportes e a ginástica ganharam espaço no cotidiano das pessoas.

Bregolato (2002) também cita em sua obra que a ginástica artística foi inspirada nos circos, tendo como base as barras e o trapézio, que são elementos circenses, desenvolvendo aparelhos próprios para a modalidade. Porém o criador da ginástica de aparelhos de acordo com a autora foi o alemão Friedrich Ludwg Janh, pois com o seu método surgiram aparelhos como a barra fixa, barras paralelas e o cavalo.

A ginástica artística como forma de competição exige muito dos atletas, com treinos diários e muito desgaste físico. Entretanto, ela pode ser adaptada para o meio escolar como uma atividade diferente e prazerosa. Bregolato (2002) cita que o uso da roupa adequada nas aulas de educação física é de devida importância, pois facilita a amplitude dos movimentos e contribui para o bom desempenho dos alunos na execução das atividades.

Segundo Bregolato (2006), a educação escolar deve formar pessoas criativas e autoconfiantes que acreditam na sua capacidade de atuar no mundo.

Apesar de grande parte dos movimentos da ginástica artística serem padronizados, o professor deve propor ao aluno que ele crie novos saltos, quedas corridas e até mesmo um circuito, ou seja, uma série de movimento utilizando sua própria criatividade.

### 3.4 GINÁSTICA RÍTMICA

O desenvolvimento da ginástica rítmica também conhecida como GR de acordo com Bregolato (2002), se desenvolveu no século XIX, a partir das idéias do educador suíço Jacques Dalcroze (1865 – 1950). Porém, o verdadeiro criador foi seu aluno chamado Rudolf Bode (1881 – 1970) e a introdução dos aparelhos teve como responsabilidade Hienrich Medau (1890 – 1970).

Ainda de acordo com a autora, oficialmente a ginástica rítmica se desenvolve com alguns objetos, como: arcos, cordas, fitas e maçãs em exercícios realizados dentro de um ritmo musical. Os movimentos são realizados em forma natural e lúdica no andar, correr, saltar, saltitar, girar, sentar, entre outros.

Como vimos anteriormente, a ginástica rítmica engloba alguns objetos, fazendo com que aumente as possibilidade de trabalhar com a criatividade e a socialização dos alunos, fazendo vários tipos de exercícios como, por exemplo, o “espelho mágico” onde um aluno faz várias movimentações com o bastão na mão passando-o por várias partes do corpo e os demais alunos imitando-o.

Outro exercício que pode ser realizado na ginástica rítmica, é jogar a bola para cima com a mão, bater palmas e pegá-la novamente sem deixá-la cair no chão, tentando aumentar o número de palmas cada vez que lançá-la para cima.

### 3.5 GINÁSTICA AERÓBICA

De acordo com Gonçalves (2002), no século XI, as pessoas dependiam do corpo para sobreviver, plantar, colher, construir, locomover-se, etc. sendo assim todos tinham uma vida muito ativa repleta de saúde. Com o passar do tempo,



surgiram novas tecnologias e o ser humano passou a ser mais sedentário, por esse motivo o homem passou a sofrer danos físicos e mentais no seu organismo.

A ginástica aeróbica é uma atividade realizada por um longo período de tempo (superior a 20 minutos) e baixa intensidade, é feita no ritmo de músicas, onde são incluídos alguns passos de danças, juntamente com exercícios. Os principais movimentos da ginástica aeróbica constituem em andar, marchar, saltar, saltitar, girar, golpear, corridas estacionárias, integrados com movimentos integrados com os braços. Os movimentos podem ser toda a sequência ou somente no final. (OLIVEIRA, 1993, apud BREGOLATO, 2002, p. 207).

A ginástica Aeróbica é bastante utilizada como forma de aquecimento para atividades que visam mais esforços. Além disso, é muito utilizada nas academias como opção para as pessoas que buscam a prática do exercício físico, sem a utilização de aparelhos.

#### **4 EVOLUÇÃO HISTÓRICA DA GINÁSTICA**

A palavra Ginástica é de origem grega a qual significa exercícios corporais. Segundo Meuret (1985), apud Publio (1998) apud Bezerra et. al (2006), a origem da ginástica, que depois se ramificou em diversas modalidades, remete-se as mais antigas civilizações, sendo que com o decorrer da história ela foi sendo moldada. O termo Ginástica existe há milhares de anos, como uma ginástica educativa, de formação do corpo, conhecida também como Educação Física, ginástica médica ou terapêutica.

Pode-se perceber, que nos seus primórdios, a ginástica tinha como principal característica assumir um papel utilitário, seja na forma educativa, de formação corporal ou até mesmo assumindo o papel de sobrevivência do homem pré histórico. Assim também ocorre na Grécia antiga, onde a preparação dos cidadãos era voltada para guerra.

Na antiguidade clássica e ocidental, Grécia e Roma são os melhores exemplos a respeito do exercício físico, destacando em momentos pontuais várias características e manifestações, desde educação corporal, eficiência fisiológica, terapêutica, estética e moral, sem descuidar-se da preocupação militar dos seus cidadãos (Atenas) ou os exercícios físicos que assumem características guerreiras de cunho militar, em que a disciplina, o

fortalecimento do corpo e do espírito eram realizados tanto pelos homens como pelas mulheres (Esparta). (VENÂNCIO E CARREIRO 2005, P. 230).

De acordo com Venâncio e Carreiro (2005), na idade moderna (séculos XV ao XVIII), a ginástica passa a assumir um novo papel social, voltando-se para assuntos como a educação a moral e o intelecto. Pode-se perceber, que com a evolução da história (renascimento, iluminismo, entre outros acontecimentos), a ginástica passa a ter mais do que um papel utilitário na sociedade, passa a fazer parte das aulas de Educação Física como matéria que auxilia a formação física e intelectual dos alunos.

#### 4.1 ESCOLAS EUROPÉIAS

De acordo com Bregolato (2006), o movimento ginástico Europeu ocorreu inicialmente na Alemanha, Suécia, Dinamarca e França. Juntamente com o esporte da Inglaterra. Esse movimento ocorreu ao longo do século XIX, formando as bases para a Educação Física, ainda existentes no mundo.

Pode-se dizer, que estes quatro países citados formaram as quatro escolas precursoras da ginástica, como visto atualmente. Sendo que estas apresentavam suas especificidades, entretanto de acordo com Venâncio e Carreiro (2005) possuíam algumas características comuns, como objetivo de: promover a saúde; desenvolver a vontade, a coragem, a força, a energia de viver e finalmente desenvolver a moral.

##### 4.1.1 Escola Alemã

Segundo Bregolato (2006), a ginástica alemã originou-se nas escolas. Em 1793, acreditava-se seguramente que o corpo influi sobre a mente e o caráter e que a saúde deveria ser a meta prioritária da educação, ainda na mesma época os exercícios ginásticos desenvolvidos eram considerados um processo educativo.

Ainda de acordo com a autora, um pouco mais tarde, em 1805 quando Napoleão derrotou os alemães, as ideias de ginásticas educativas ficaram em segundo plano, sendo que o primeiro era de um modelo de ginástica militar com o objetivo de preparar os homens para a guerra por meio da Educação Física.

De acordo com Venâncio e Carreiro (2005), as principais características da escola Alemã eram: corridas, saltos, e lutas semelhantes a Grécia antiga (1723-1790); exercícios ginásticos, trabalhos manuais e movimentos rítmicos (1759-1839; jogos e exercícios, utilizando aparatos, como a barra de suspensão (1810-1858); exercícios militares com fins pedagógicos integrados ao currículo escolar (1810-1858).

Como pode-se observar, as características da escola Alemã de ginástica tinham muitas semelhanças com a ginástica praticada nas antigas civilizações, visto que os exercícios militares ainda são muito empregados neste período, bem como as lutas. Entretanto, os exercícios militares praticados nesta escola não tinham somente o objetivo de preparar os homens para guerra (como ocorria na Grécia antiga), mas também de formar cidadãos atuantes na sociedade, ensinando valores e interferindo pedagogicamente por meio das atividades físicas.

#### **4.1.2 Escola Dinamarquesa**

Segundo Venâncio e Carreiro (2005), na Dinamarca a Educação Física foi fundada por Franz Natchegal, que influenciado pelas ideias naturalistas teve como principal característica os exercícios militares. Natchegal fez com que a Dinamarca fosse o primeiro país a considerar a Educação Física como matéria escolar.

#### **4.1.3 Escola Sueca**

A Suécia, juntamente com os outros quatro países citados, desenvolveu uma nova forma de trabalhar a Educação Física. De acordo com Soares (1994, p.57):

A sistematização da ginástica na Suécia ocorre no início do século XIX. Voltado para extirpar os vícios da sociedade, entre os quais o alcoolismo, o método sueco de ginástica se colocava como o instrumento capaz de criar indivíduos fortes, saudáveis e livres de vícios, porque preocupados com a saúde física e moral. Esses eram os indivíduos necessários, já que seriam úteis a produção e a pátria. Bons operários, uma vez que por esta época a Suécia dá início ao seu processo de industrialização, e bons soldados, uma vez que a ameaça de guerras estava sempre presente.

Pode-se perceber que o surgimento da ginástica na Suécia veio para suprir uma necessidade existente no país, visto que durante este período (século XIX) o país estava passando por uma fase de industrialização e com ameaças constantes de guerra, sendo assim, era preciso soldados saudáveis para desempenhar estes papéis na sociedade (trabalhadores e soldados). Dessa maneira, o principal objetivo da ginástica Sueca era atuar como meio de prevenção dos vícios existentes na sociedade.

Ling apud Soares (1994), considerava que a ginástica no país era trabalhada de quatro maneiras diferentes:

- **Ginástica pedagógica ou educativa:** que tinha como objetivo a promoção da saúde e prevenção de doenças e vícios na sociedade. Sendo que todos os cidadãos, independente da idade, sexo ou classe social poderiam participar dessas atividades;
- **Ginástica Militar:** incluía as práticas pedagógicas, entretanto eram acrescidas algumas atividades de cunho militar (tiro, esgrima, entre outros), com o objetivo de preparar os soldados para enfrentar seus oponentes na guerra;
- **Ginástica Médica e Ortopédica:** também incluí a ginástica pedagógica e tem como objetivo, além de prevenir as doenças e vícios da sociedade, curar certas enfermidades, atuando com movimentos especiais para cada caso encontrado;
- **Ginástica estética:** assim como as demais, também incluí as práticas pedagógicas aliadas a dança e outros movimentos que buscam trazer ao corpo graça e beleza.

#### 4.1.4 Escola Francesa

Na França a ginástica foi introduzida nas aulas de Educação Física de forma pedagógica baseada em exercícios naturais. “Nos exercícios estão a natação, a marcha, a corrida, o salto o quadrupedismo, o equilibrismo, o trepar, o levantar, e o defender; atividades de utilidade como o hipismo e o ciclismo e as de cunho recreativo como os jogos, as danças, os esportes e outros”. (BREGOLATO, 2006, p. 92).

Na França, a ginástica Integra a ideia de uma educação voltada para o desenvolvimento social, para o qual são necessários homens completos: todo cidadão tem "direito a educação". É nesta perspectiva que a ginástica será organizada não somente para militares, mas também para toda a população, colocando-se como uma prática capaz de contribuir para a formação do homem "completo e universal".(SOARES, 1994, p.61)

Com a escola Francesa surgiu a ideia de uma ginástica diferenciada, sendo que o principal objetivo desta escola era atuar na formação de cidadãos, contribuindo de forma significativa no campo da educação como um todo.

#### 4.1.5 Escola Inglesa

Bregolato (2006) ressalta que, o esporte moderno nasce na Inglaterra por volta do século XIX Foi institucionalizado com regras precisas e formas definidas. A ginástica era pouco difundida, o esporte foi considerado o grande meio para promover a educação, por meio de jogos esportivos: organização, regras, técnicas e padrões de conduta.

Ainda de acordo com o autor, os ingleses integraram técnicas antigas do esporte oferecendo ao mundo vários esportes como: atletismo, futebol, rúgbi, tênis, boxe, natação, patinagem desportiva. Thomas Arnold criou o esporte propriamente dito e o introduziu nas escolas. Estabelece regras e formas precisas de organização para as associações desportivas, os clubes universitários, e confia a sua organização aos alunos. O esporte tinha características educacionais e socializantes

como à cooperação, a perseverança, a tomada de iniciativa, o respeito às regras e ao adversário.

## 5 EDUCAÇÃO FÍSICA E APTIDÃO FÍSICA

Este capítulo trará algumas qualidades que as aulas de Educação Física podem desenvolver e/ou aprimorar aos alunos. Sendo importante ressaltar, que essas qualidades não são somente físicas, mas também psicológicas, cognitivas e a construção da cidadania.

Os esportes incluindo a ginástica, nas aulas de Educação Física trazem diferentes formas de comportamentos entre as crianças. Sendo que a criança deve se sentir bem ao participar de atividades com outras crianças. Segundo Diem (1981), a criança com três anos de idade, já é capaz de observar criticamente a forma de comportamento de seus colegas.

O corpo manifesta a totalidade da pessoa, ou seja, nas suas expressões corporais coloca sua interioridade ou espiritualidade, que abrange sentimentos (plano afetivo) e pensamentos (plano cognitivo). Corpo e interioridade é CORPOREIDADE. Este estudo explica como a espiritualidade atua com a sexualidade do ser humano. (BREGOLATO, 2006, p.37).

O professor de Educação Física deve aplicar atividades em que ambos os sexos possam interagir sem terem preconceitos um com o outro e valorizando as diferenças que há entre os dois. É importante ressaltar, que existem inúmeras práticas de aproximação corporal que incentivam a extinção da malícia, a troca de afeto e carinho entre eles, valorizando a correta aprendizagem sobre a sexualidade deixando de lado os tabus impostos pela sociedade.

Além disso, pode-se dizer que o professor de Educação Física pode utilizar a ginástica como instrumento para trabalhar a corporeidade com os alunos, envolvendo nessa atividade um conjunto de expressões corporais, que exercitem corpo; mente e todas as relações interpessoais existentes entre os alunos.

No ambiente escolar, principalmente nas salas de aulas, é normal encontrarmos alunos que passam várias horas sentados de maneira incorreta, isso

ocorre, pois as carteiras não atendem as diferentes necessidades de cada aluno, sendo que estas cadeiras foram feitas de uma forma padrão como se todos os alunos fossem do mesmo tamanho. Outro quesito que pode ser evidenciado na formação de uma postura inadequada são os “vícios” que os alunos adquirem (sentar sem encostar totalmente a coluna no encosto da cadeira, curvar a coluna ao copiar algo do quadro, escorar-se sobre a mesa).

A postura inadequada pode ser decorrente da aquisição de posições “viciosas” que colocam a postura em desequilíbrio, causando desgastes nas vértebras, disco e articulações da coluna. Os músculos, junto com a coluna, são responsáveis pela postura, e os desvios da coluna podem resultar em desarranjos musculares difíceis de corrigir. (BREGOLATO, 2006, P.47)

Observando as conseqüências de uma postura inadequada em sala de aula, é de fundamental importância que os professores ministradores das aulas corrijam e orientem os alunos adequadamente neste sentido. Nas aulas de Educação Física em especial, o professor deve desenvolver algumas atividades voltadas a este tema (mostrando como deve-se andar corretamente, sentar, pegar um objeto que está no chão, levantar peso, dormir...).

## 5.1 QUALIDADES FÍSICAS, COGNITIVAS, PSICOLÓGICAS, AFETIVA/SOCIAL

Segundo Bregolato (2006), a Educação Física tem o papel de desenvolver as seguintes qualidades físicas:

- **Coordenação**, é a associação de reflexo e ação, a coordenação está relacionada aos movimentos mais simples, como o andar, até os mais complexos, como os movimentos da ginástica.
- **Flexibilidade**, é a amplitude angular máxima por uma articulação ou por um conjunto de articulações, dentro dos limites morfológicos.
- **Força**, é a habilidade de um grupamento muscular de vencer uma determinada resistência, produzindo tensão na ação de empurrar, tracionar ou elevar.

- **Velocidade**, “qualidade particular do músculo e das coordenações musculares, que permite uma sucessão rápida de gestos”. (TUBINO, 1979, p.30, apud BREGOLATO 2006, p.70)
- **Agilidade**, é o ato de saber agir com perfeição a velocidade.
- **Equilíbrio**, é o ato de manter-se de pé, posteriormente pode-se considerar algumas atividades mais complexas como equilibrar-se em cima de uma base.
- **Resistência**, é qualidade que permite por muito tempo manter uma atividade de intensidade média ou fraca.
- **Ritmo**, é o tempo que se tem disponível para realizar um determinado movimento, sendo que este determina a velocidade de realização do movimento, duração deste e a pausa entre um movimento e outro.
- **Descontração**, é a capacidade que o indivíduo tem de relaxar, seja mental ou muscular, após a execução de um exercício. Sendo que esta descontração pode ser treinada.

## 6 PROPOSTAS DE ABORDAGENS

### 6.1. A ABORDAGEM DESENVOLVIMENTISTA

É no período da infância que se desenvolve a psicomotricidade do indivíduo. Por esse motivo, é de extrema importância a realização de atividades que estimulem esse desenvolvimento. Esta estimulação deve ocorrer principalmente nas escolas, visto que no período em que a criança está em casa à maioria delas utiliza seu tempo em atividades como: jogos eletrônicos, internet, assistindo televisão entre outras que nada contribuem para o desenvolvimento saudável.

De acordo com Lagrange (1997) apud Bezerra; Ferreira Filho; Feliciano (2006, p.130)

O desenvolvimento na primeira fase escolar da criança é de extrema importância para as fases posteriores de suas atividades físicas. A fase mais importante do desenvolvimento motor se encontra na infância na qual é denominada fase das habilidades fundamentais, e é quando os



profissionais de Educação Física têm maior chance de trabalhar com as crianças.

Já no livro Coletivo de Autores (1992), é apresentado quatro ciclos, chamados de ciclos de escolarização, que organizam o pensamento dos alunos, sobre o conhecimento:

O primeiro ciclo encontra-se entre a pré-escola e a 3ª série, chama-se ciclo de *organização da identidade dos dados da realidade*. Nele os alunos têm uma visão confusa dos dados da realidade. Cabe ao professor identificar e organizar esses dados para que os alunos possam encontrar as relações entre as coisas.

Já o segundo ciclo vai da 4ª a 6ª série, chamado de *ciclo de iniciação à sistematização do conhecimento*, nele o aluno começa a adquirir a consciência de sua atividade mental, o aluno começa a associar os dados da realidade com o seu pensamento sobre eles.

O terceiro ciclo vai da 7ª a 8ª série. É o *ciclo de ampliação da sistematização do conhecimento*, neste ciclo ocorre uma ampliação nas referências conceituais do pensamento do aluno. Ele reorganiza a identificação dos dados da realidade, através do pensamento teórico.

O quarto ciclo, chamado de *ciclo de aprofundamento da sistematização do conhecimento*. Nele o aluno adquire uma relação especial sobre o objeto, esta relação permite que o aluno perceba, compreenda, explique e reflita sobre o objeto. Esse ciclo ocorre na 1ª, 2ª e 3ª séries do ensino médio e nesta fase o aluno adquire algumas condições objetivas para ser produtor de conhecimento científico quando submetido a atividade de pesquisa e por esse motivo não cabe a escola básica formar cientistas, mas sim formar cidadãos críticos da realidade em que estão inseridos.

É importante ressaltar, que pode ser trabalhado com o aluno vários ciclos ao mesmo tempo, sendo que o professor deve levar em consideração o conhecimento prévio do aluno. Entretanto, a proposta dos ciclos é a construção de condições para superar o atual modelo de seriação.

## 6.2 ABORDAGEM PSICOMOTORA

Le Boulch (1983) apud Castro (2009), afirma que a educação psicomotora surgiu na França, com o objetivo de desenvolver nas aulas de Educação Física, uma educação integral do corpo. Essa necessidade surgiu, pois a maioria dos professores da área, centravam sua prática escolar na execução dos movimentos, buscando a perfeição de uma forma mecânica.

Soares (1996) apud Castro (2009), afirma que a psicomotricidade na Educação Física das escolas brasileiras surgiu a partir da década de setenta, sendo que as diretrizes desse movimento eram buscar o desenvolvimento da criança junto com o ato de aprender.

Tendo como base, as ideias dos autores, pode-se dizer que a psicomotricidade na Educação Física surge como forma de humanizar o processo de educar na escola, pois considera os alunos como seres individuais que aprendem de maneira diferente, vem como processo de romper com a mecanicidade e visar o desenvolvimento do aluno como um todo.

De acordo com Le Boulch (1983) apud Castro (2009), a psicomotricidade justifica sua ação pedagógica colocando em evidência a prevenção das dificuldades pedagógicas.

Pode-se dizer, que a ideia central da psicomotricidade é atuar na escola de forma a auxiliar não somente nas aulas de Educação Física, mas na obtenção do conhecimento como um todo, prevenindo as dificuldades de aprendizagem, que são muito comuns atualmente, pode-se citar algumas como exemplo: dificuldades na leitura, escrita, matemática e outras diversas áreas, que também são de suma importância para o aprendizado.

De acordo com Le Boulch (1983) apud Castro (2009), pode-se utilizar inúmeras atividades tendo como base a psicomotricidade nas aulas de Educação Física no ensino fundamental. Entretanto, o autor expõe que deve-se levar em consideração a idade do aluno para se elaborar um plano de aula.

De 3 aos 6 anos a criança começa a ter controle dos movimentos e pode-se trabalhar o desenvolvimento da interiorização. Sendo que crianças de 6 à 12 anos, já possuem a reversibilidade e com isso pode-se ser trabalhado a abstração.

Pensando em todas as fases do desenvolvimento infantil, uma das práticas que podem ser instauradas na escola é a ginástica como proposta pedagógica nas aulas de Educação Física. Esta ginástica que inicialmente traz exercícios lúdicos para crianças de 3 á 6 anos de idade e posteriormente pode buscar reforçar certos fatores de execução, como a força muscular, a flexibilidade articular, velocidade, resistência e tolerância e ainda procura melhorar as soluções posturais e gestuais; utilizando também os jogos com regras e jogos esportivos, e por último as atividades de expressão rítmica, como a ginástica.

É importante ressaltar que a maioria das escolas ainda não leva em consideração essa prática pedagógica, ainda utilizando métodos tradicionais em seu quadro de ensino, principalmente na Educação Física.

As normas de pensamento da escola tradicional possuem estruturas inadequadas e nocivas, a saber: as estruturas institucionais da escola são obstáculos para uma educação de base psicomotora, pois são estruturas segregativas e elitistas, as quais limitam toda evolução psicopedagógica profunda; outro obstáculo à educação de base psicomotora são as resistências encontradas na criança diante de toda pedagogia normativa de base racionalizada que pretende submeter a criança ao desejo e ao julgamento constante do adulto. (LAPIERRE e AUCOUTURIER apud CASTRO et al. 2009, p.10)

Outro fato importante que pode ser evidenciado nas escolas brasileiras é a associação da ginástica escolar com a ginástica olímpica e de aparelhos, o que nem sempre é correto. Segundo Coletivo de Autores (1992, p.77), “Até hoje, nos programas brasileiros, se evidencia a influência da calistenia e do esportivismo, ginástica artística ou olímpica, o que pode explicar o fato de a ginástica ser cada vez menos praticada nas escolas. A falta de instalações e aparelhos no estilo “olímpico” desestimula o professor a ensinar ginástica.

## 7. GINÁSTICA COMO PROPOSTA CRÍTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Neste tópico, iremos falar sobre duas propostas teóricas para o professor ter como base, o desenvolvimento de seu plano de ensino tendo como objetivo a prática da ginástica na escola. Concomitantemente a isso, exemplos de como se trabalhar essas propostas.

## 7.1 PROPOSTA CRÍTICO SUPERADORA

A abordagem da concepção Crítico-Superadora foi construída perante o livro “Metodologia do Ensino de Educação Física”, produção coletiva dos autores: Carmen Lúcia Soares, Celi Nelza Zülke Taffarel, Elizabeth Varjal, Lino Castellani Filho, Micheli Ortega Escobar e Valter Bracht e pode ser utilizada como base teórica para a proposta da inserção da ginástica no âmbito escolar.

A concepção Crítico-Superadora trata-se de uma pedagogia emergente, ou seja, busca responder determinados interesses de classe. Sua reflexão pedagógica é diagnóstica, judicativa e teleológica. (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Diagnóstica, porque remete à constatação e leitura dos dados da realidade. Esses dados carecem de interpretação, ou seja, de um julgamento sobre eles. Para interpretá-los, o sujeito pensante emite um juízo de valor que depende da perspectiva de classe de quem julga, porque os valores, nos contornos de uma sociedade capitalista, são de classe.

Judicativa, porque julga a partir de uma ética que representa os interesses de determinada classe social que se encontra o indivíduo.

Teleológica, porque determina um alvo onde se quer chegar, busca uma direção. Essa direção, dependendo da perspectiva de classe de quem reflete, poderá ser conservadora ou transformadora dos dados da realidade diagnosticados e julgados. (COLETIVO DE AUTORES, 1992).

Segundo o Coletivo de Autores (1992), o educador deve ter definido o seu projeto político-pedagógico. Pois esta definição que orienta a sua prática no nível da sala de aula: a relação que estabelece com os seus alunos, o conteúdo que seleciona para ensinar e como o trata científica e metodologicamente, bem como os valores e a lógica que desenvolve nos alunos.

É necessário que todo educador saiba claramente quais os interesses, os valores, a ética e a moral que esta relacionada à comunidade, para que assim ele possa articular em suas aulas. Ainda de acordo com os autores, pode-se dizer que o eixo curricular delimita o que a escola pretende explicar aos alunos e até onde a reflexão pedagógica se realiza. A partir dele se delinea o quadro curricular, ou seja, a lista de disciplinas, matérias ou atividades curriculares.

## 7.2 PROPOSTA CRÍTICO-EMANCIPATÓRIA

De acordo com (HABERMAS 1987 apud PIRES 2002, p. 123),

Para a pretendida apresentação da concepção crítico emancipatória da Educação Física, o primeiro aporte teórico a ser considerado é recolhido da teoria da ação comunicativa, que se refere a identificação de duas esferas que compõe as sociedades contemporâneas, os conceitos-chaves de sistema e mundo vivido.

Pires (2002) distingue essas duas esferas, afirmando que a primeira se reporta ao campo da reprodução material ou do trabalho, que são as estruturas sociais, econômicas e do estado/poder, onde predomina o discurso técnico e o agir estratégico. O segundo se refere a interação simbólica por meio da experiência comum de todos os atores sociais, isto é a cultura compartilhada, onde são privilegiados a razão comunicativa e o discurso normativo.

Kunz (2001) afirma que a Educação sempre desenvolve ações comunicativas, ou seja, o aluno deve aprender a participar da vida social, cultural e esportiva, através da capacidade de ação funcional como também da capacidade do conhecimento, sendo que a capacidade comunicativa deve ser desenvolvida pelo aluno.

Como pode-se perceber, os dois autores citam a questão da educação desenvolvendo ações comunicativas e o que deve-se ressaltar é que a proposta crítico emancipatória propõe que o aluno exerça essa comunicação por meio da interação com a comunidade em geral, entretanto essa comunicação deve ser feita de maneira individual.

Para Kunz (2001) os jovens de hoje em dia só são mais independentes em relação aos seus pais, ao plano físico, porque se tratando do intelecto sofrem grandes influências destes para tomar qualquer decisão. Portanto os jovens têm que ser emancipados, ou seja, ser livre para usar suas razões e agir de forma social, cultural e esportiva, que se desenvolve pela Educação.

Pode-se afirmar que essa proposta incentiva os alunos a serem independentes, construindo um conhecimento por meio da auto-reflexão, onde a repressão e a falta de conhecimento são excluídos do contexto escolar.

### 7.3 GINÁSTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

A Ginástica quando incluída nas aulas de Educação Física escolar, possibilitar trabalhar uma variedade de habilidades motoras. Fazendo com que o aluno descubra nele mesmo, novas capacidades. Sendo assim, o aluno passa a entender que existem conteúdos muito importantes para serem descobertos em uma aula de ginástica.

Segundo Gonçalves (2002), o principal objetivo da ginástica escolar é proporcionar ao aluno um conhecimento do seu próprio corpo e seus limites e a utilização da imaginação para isto é de extrema importância, criando novos movimentos ao invés de movimentos mecanizados e repetitivos.

É necessário compreender que o nosso corpo recebe influências do nosso dia-a-dia, essas influências acontecem quando estamos sentados de forma inadequada, quando levantamos peso, carregamos a mochila nas costas, entre outros. É necessário evitar um vício postural inadequado, corrigindo nossa própria postura. Tomar cuidado em carregar peso sempre com a mesma mão.

Segundo Bregolato (2002), o professor de Educação Física deve ficar atento, corrigindo os maus hábitos posturais dos alunos. A corporeidade segundo Gonçalves esta relacionada á infinidade de gestos, movimentos que nós seres humanos somos capazes de realizar, desde a infância até a vida adulta, portanto cabe a Educação Física escolar, um desafio que é proporcionar ao educando um conhecimento do seu próprio corpo.

Quanto o alongamento Bregolato (2002), cita que, é necessário utilizá-lo antes e depois das atividades físicas, principalmente quando a atividade requer um grande esforço muscular, pois o alongamento tem a função de preparar o músculo e as articulações, aquecendo, evitando lesões e proporcionando um melhor desempenho. Ainda de acordo com a autora, após a atividade o alongamento serve como relaxamento.

O alongamento beneficia o indivíduo como um todo, pois não apenas tonifica os músculos, também torna a coluna ereta e aumenta a flexibilidade, como também beneficia a mente e as emoções, acalmando os nervos, relaxando o cérebro, reabastecendo base para a saúde física total. (TOBIAS, 1998, p.9).

O professor de Educação Física tem o dever de explicar os benefícios do alongamento, para que o aluno concretize essas necessidades, e possa continuar fazendo exercícios e alongamentos por toda a sua vida, mantendo e aperfeiçoando sua flexibilidade.

Soares (1994: p. 111), ainda acrescenta que a ginástica deve ser considerada

Como elemento capaz de promover a saúde através do 'saudável' exercitar dos músculos (...). Portanto a ginástica não deveria ficar fora da escola (...). Uma educação popular que não contemplasse a ginástica seria considerada indigna desse nome, porque esta deveria acompanhar todo o ensino e plantar no homem o sentimento de sua necessidade" (...)

Pode-se perceber que o autor explana claramente a importância da ginástica no meio escolar, como uma prática que promove a saúde. Porém, é evidente também que essa proposta pedagógica ainda não é utilizada na maioria das escolas brasileiras.

A educação física escolar é responsável por proporcionar aos alunos o universo da cultura corporal dos movimentos da ginástica, o que parece não acontecer. Isto pode ser constatado quando se verifica que mesmo os alunos que vivenciaram este conteúdo em suas vidas escolares não puderam construir uma visão ampla do que compõem o universo da ginástica, principalmente no que diz respeito ao papel social atribuído à educação física quanto ao conhecimento buscado para sua fundamentação Bracht, (1997) apud Rinaldi (2003).

Como todo esporte, a ginástica também tem seus fundamentos que segundo o Coletivo de Autores (1992) são, "saltar", "equilibrar", "rolar/girar" e "balançar/embalar" e "trepas". O autor explica o significado desses fundamentos, sendo que *saltar* é desprender-se da ação da gravidade, se manter no ar e cair sem se machucar, o *equilibrar* é permanecer ou deslocar-se numa superfície limitada, vencendo a ação da gravidade, *rolar e girar* é dar voltas sobre o eixo do próprio corpo, já o *trepas* é subir em suspensão, pelos braços com ou sem a ajuda das pernas, em superfícies verticais ou inclinadas e o *balançar ou embalar*, significa impulsionar-se o corpo em um movimento de vaivém.

No desenvolvimento de um projeto para aulas de ginástica, exige do professor, pensar na evolução de que se deve ter desde as séries iniciais até as finais do ensino fundamental e também no ensino médio, aonde segundo Coletivo de Autores (1992), exige uma forma mais esportiva com ou sem a ajuda de

aparelhos. Segundo o mesmo autor o aluno tem que ser submetido a exercitações de pequenos movimentos isolados de algum segmento do corpo.

Por esse motivo, desenvolver um programa de ginástica que promove no aluno atitudes de "curiosidade", "interesse", "criatividade" e "criticidade" exige necessariamente uma nova abordagem, na qual "saltar" seja um desafio para "descobrir" uma solução ao problema de desprender-se da ação da gravidade, que nos mantém presos no chão. (COLETIVO DE AUTORES, p.78, 1992)

Dessa maneira, pode-se perceber que a ginástica pode ser utilizada nas escolas de inúmeras maneiras, proporcionando aos alunos uma diversidade de atividades, tanto físicas, quando de resoluções de problemas, que posteriormente podem contribuir para as atividades no cotidiano escolar. Melhorando o desempenho dos alunos, a criatividade, concentração, relação de grupo, relação aluno-professor e outros itens de acordo com o plano de ensino abordado.

## 7.4 GINÁSTICA NA EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL

Explicaremos neste capítulo, maneiras de se trabalhar a ginástica escolar no ensino fundamental dividindo-as, de acordo com as séries, para que o professor exerça um trabalho de qualidade, de acordo com cada especificidade.

### 7.4.1 Da 1ª a 3ª séries

Na fase da educação infantil e fundamental os alunos pouco conhecem as dificuldades encontradas. Por exemplo, no próprio pátio da escola onde podemos encontrar buracos, valas, declives entre outras situações que para os alunos possam ser considerados grandes desafios, cabe ao professor de Educação Física incentivar os alunos, para que estes possam superar essas dificuldades encontradas no próprio cotidiano escolar.



Coletivo de autores (1992) afirma que os alunos devem ser submetidos a situações que resultem no problema do equilibrar, saltar, trepar, rolar/girar, balançar/embar, pois são situações que a princípio trazem tensão, medo, desagrado. Sendo que a cada obstáculo superado, a criança se sente mais motivada a continuar os exercícios/atividades, que passam a fazer por prazer, dando chance para o professor evoluir para técnicas mais aprimoradas.

Um exemplo de atividade: o professor leva os alunos no pátio da escola e pede para que eles explorem todo o espaço encontrado no ambiente escolar, na sequência o professor pede aos alunos que façam uma fila, para que de forma organizada os alunos terão que seguir o professor que se encontrará no início da fila, este passará por várias situações que obrigatoriamente exigirá dos alunos atenção, equilíbrio, saltos entre outros quesitos, que para o aluno possa ser um desafio. Após os alunos entenderem a atividade, o professor poderá colocar um aluno no comando da fila e aos poucos ir trocando de aluno, deixando os que estão “puxando a fila”, descobrirem novos caminhos e novos obstáculos.

#### **7.4.2 Da 4ª a 6ª Série**

Segundo Coletivo de autores (1992), o aluno começa a compreender melhor os dados da realidade fazendo associação com o seu próprio pensamento, esta é a hora em que o professor deve exigir um pouco mais da agilidade, equilíbrio e a coordenação motora do aluno, fazendo projetos individuais e coletivos, se possível utilizar a ginástica (rítmica, olímpica, artística), para exibi-la na escola e na comunidade, utilizando desse instrumento para auxiliar o aluno a se tornar mais comunicativo, fazendo apresentações em público e despertar a confiança e segurança em si mesmo.

Exemplo de atividade: o professor pode juntamente com os alunos desenvolvem algumas apresentações de ginástica artística, sendo que o professor e os alunos tenham que entrar em um acordo para o desenvolvimento da coreografia com movimentos lúdicos e com a presença de materiais.

### 7.4.3 Da 7ª a 8ª Série

De acordo com Coletivo de autores (1992), é importante nesse ciclo considerar os interesses dos próprios alunos, ressaltando que estes já estão conscientes da atividade teórica. Além disso, o autor explicita que o professor deve estimular a formação de grupos de ginástica para posteriormente exibição para comunidade.

O professor deve incentivar o aluno a criar novos tipos de movimentos ginásticos, sendo eles rítmicos, artísticos ou olímpicos, o professor deve deixar com que o aluno utilize sua própria imaginação, criando uma coreografia. Se possível apresentá-la para a comunidade para que aos poucos os alunos passam a ter mais relação com as famílias que estão inseridas no contexto escolar.

## 7.5 GINÁSTICA NO ENSINO MÉDIO

Nesta fase o aluno já está apto para produção do conhecimento científico e é dever da escola a formação de cidadãos críticos, levando em consideração que o aluno é capaz de trabalhar com vários ciclos ao mesmo tempo (capítulo seis deste trabalho).

Baseando-se nisso, Coletivo de autores (1992), expõe que nesse ciclo o professor pode trabalhar formas de ginástica que impliquem conhecimento científico para permitir o planejamento e treinamento numa perspectiva crítica atribuído a ele socialmente. Além disso, o conhecimento técnico/artístico, utilizando-se da ginástica artística ou olímpica, da ginástica rítmica desportiva ou de outras ginásticas.

Nesta fase o professor deve inserir em seu plano de ensino, atividades que contemplem as ginásticas desportivas, sendo que o objetivo destas atividades pode ser a prática, visando a parte técnica da ginástica. Sendo que com isso, também há possibilidades de utilizar pesquisas do histórico e fundamentos da ginástica como aprimoramento do conhecimento científico.

## 8 CONCLUSÃO

Com este trabalho, pode-se perceber que a ginástica como material obrigatório nas aulas de Educação Física é uma prática que pode ir além do que as maiorias das pessoas imaginam (que seria a prática de atividades, que buscam o desenvolvimento físico dos alunos). Com as leituras e pesquisas desenvolvidas, pode-se dizer que esta disciplina pode trazer, dependendo dos objetivos do professor ao elaborar o plano de ensino, benefícios psicológicos, motores e cognitivos.

A Educação Física na escola além do que foi explanado, é um espaço de aprendizagem e ensino, em que o aluno aprende com o professor, mas também ensina. Pois, os alunos estão inseridos em um meio e aprendem com estes, por este motivo a metodologia de ensino utilizada pelo professor também é de extrema importância para a construção do conhecimento, ressaltando que a metodologia extremamente tradicional, dificulta a liberdade de expressão e a criatividade dos alunos. Dessa maneira foi citada a abordagem desenvolvimentista que segundo as pesquisas nos mostra que se faz muito importante nas series iniciais para o desenvolvimento da criança, e também a abordagem psicomotora que segundo alguns autores, a psicomotricidade na Educação Física surge como forma de humanizar o processo de educar na escola, pois considera os alunos como seres individuais que aprendem de maneira diferente, vem como processo de romper com a mecanicidade e visar o desenvolvimento do aluno como um todo.

Foi citado também duas propostas, a proposta crítico-superadora que segundo autores trata-se de uma pedagogia emergente, ou seja, busca responder determinados interesses de classe. Sua reflexão pedagógica é diagnóstica, judicativa e teleológica, e a crítico-emancipatória que para a sua pretendida apresentação, o autor citado relata que o primeiro aporte teórico a ser considerado é recolhido da teoria da ação comunicativa, que se refere a identificação de duas esferas que compõe as sociedades contemporâneas, os conceitos-chaves de sistema e mundo vivido. Portanto vimos que são duas propostas que levam em consideração a realidade do aluno ao se elaborar uma atividade educativa.

Pode-se perceber também, que a ginástica não é muito utilizada nas escolas atualmente, entretanto há várias maneiras de se trabalhar com crianças e

adolescentes, desde atividades lúdicas até fundamentos técnicos que podem ser desenvolvidos e que, conforme foi explanado, são atividades que desenvolvem o aluno culturalmente, fisicamente e até mesmo na questão afetiva e de relação com os demais alunos.

Dessa maneira, para o professor exercer um bom trabalho, é necessário além do conhecimento teórico, conhecer o corpo docente e demais funcionários da escola, buscar conhecer também o PPP (projeto político pedagógico) de onde ele está trabalhando. Pois, este conhecimento também é de fundamental importância, pois para evitar a exclusão escolar todos que trabalham neste ambiente devem estar em plena comunicação.

## REFERÊNCIAS

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**, São Paulo, n. , p.127-134, 13 jun. 2006.

BREGOLATO, Roseli Aparecida. **Cultura corporal da ginástica**. Coleção Educação Física escolar: no princípio da totalidade e na concepção histórico-crítico-social São Paulo: Ícone, 2006.

BREGOLATO, Roseli Aparecida. **A cultura corporal da ginástica**: Coleção Educação Física escolar: no princípio da totalidade e na concepção histórico-crítico-social. São Paulo: Ícone, 2002.

CASTRO, Jeimis Nogueira de et al. A aplicação das teorias da psicomotricidade no ensino fundamental. **Efdeportes**, Buenos Aires, n. , p.1-15, 13 jan. 2009.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do ensino de educação física**. São Paulo: Cortez, 1992.

DIEM, Lisellott. **Brincadeiras e Esporte no Jardim de Infância**. Rio de Janeiro: Ao Livro Técnico, 1981.

GIL, Antônio Carlos. Como elaborar projetos de pesquisa.4 ed. São Paulo: Atlas, 2002.

GONÇALVES, Cristina Maria; ALVES, Costacurta Pinto; TEUBER, Silvia Pessoa. **Aprendendo Educação Física**: Da técnica ao movimento livre, Educação infantil e 1ª a 8ª série do ensino fundamental. Curitiba bolsa Nacional do Livro, vol. 1. 2. 3. 4, 2002.

KUNZ, Elenor. **Transformação Didático-pedagógico do Esporte**. 4ª ed. Ijuí: Unijui,2001.

PIRES, Giovani De Lorenzi. **Educação Física e o discurso midiático**: abordagem crítico emancipatória. Rio Grande do Sul: Unijuí, 2002.

RINALDI, Ieda Parra Barbosa; SOUZA, Elizabeth Paoliello Machado De. A GINÁSTICA NO PERCURSO ESCOLAR DOS INGRESSANTES DOS CURSOS DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE MARINGÁ E DA UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, n. , p.159-173, maio 2003. Disponível em: <<http://www.rbceonline.org.br/revista/index.php/RBCE/article/view/769/443>>. Acesso em: 15 jun. 2012.

SOARES, Carmen Lúcia. **Educação Física**: Raízes Européias e Brasil. 3ª São Paulo: Autores Associados Ltda, 1994.

TOBIAS, Maxine; SULLIVAN, John Patrick. **O Livro Completo de Alongamentos:** Um novo programa de exercícios Físicos e mentais para todos os níveis de condicionamento físico. Tradução: Maria de Lurdes Giannini. São Paulo: Manolle Ltda, 1998.

VENÂNCIO, L.; CARREIRO, E. A. **Ginástica:** Educação Física na escola. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.