

SEVEN

PUBLICAÇÕES ACADÊMICAS
2023

A GINÁSTICA NO CONTEXTO ESCOLAR



Ana Carla Barbosa Canuto,
Tiago de Melo Ramos
Robélius De Bortoli

SEVEN

PUBLICAÇÕES ACADÊMICAS
2023

A GINÁSTICA NO CONTEXTO ESCOLAR



Ana Carla Barbosa Canuto,
Tiago de Melo Ramos
Robélius De Bortoli

EDITORA CHEFE

Prof^o Me. Isabele de Souza Carvalho

EDITOR EXECUTIVO

Nathan Albano Valente

ORGANIZADORES DO LIVRO

Ana Carla Barbosa Canuto

Tiago de Melo Ramos

Robélius De Bortoli

PRODUÇÃO EDITORIAL

Seven Publicações Ltda

EDIÇÃO DE ARTE

Alan Ferreira de Moraes

EDIÇÃO DE TEXTO

Natan Bones Petitemberte

BIBLIOTECÁRIA

Aline Graziele Benitez

IMAGENS DE CAPA

Os Autores

ÁREA DO CONHECIMENTO

Ciências Humanas e Aplicadas

2023 by Seven Editora

Copyright © Seven Editora

Copyright do Texto © 2023 Os Autores

Copyright da Edição © 2023 Seven Editora

O conteúdo do texto e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores, inclusive não representam necessariamente a posição oficial da Seven Publicações Ltda. Permitido o download da obra e o compartilhamento desde que sejam atribuídos créditos aos autores, mas sem a possibilidade de alterá-la de nenhuma forma ou utilizá-la para fins comerciais.

Todos os manuscritos foram previamente submetidos à avaliação cega pelos pares, membros do Conselho Editorial desta Editora, tendo sido aprovados para a publicação com base em critérios de neutralidade e imparcialidade acadêmica.

A Seven Publicações Ltda é comprometida em garantir a integridade editorial em todas as etapas do processo de publicação, evitando plágio, dados ou resultados fraudulentos e impedindo que interesses financeiros comprometam os padrões éticos da publicação.

Situações suspeitas de má conduta científica serão investigadas sob o mais alto padrão de rigor acadêmico e ético.



O conteúdo deste Livro foi enviado pelos autores para publicação de acesso aberto, sob os termos e condições da Licença de Atribuição Creative Commons 4.0 Internacional

CORPO EDITORIAL

EDITORA-CHEFE

Profº Me. Isabele de Souza Carvalho

CORPO EDITORIAL

Pedro Henrique Ferreira Marçal. Vale do Rio Doce University

Adriana Barni Truccolo- State University of Rio Grande do Sul

Marcos Garcia Costa Morais- State University of Paraíba

Mônica Maria de Almeida Brainer - Federal Institute of Goiás Campus Ceres

Caio Vinicius Efigenio Formiga - Pontifical Catholic University of Goiás

Egas José Armando - Eduardo Mondlane University of Mozambique.

Ariane Fernandes da Conceição- Federal University of Triângulo Mineiro

Wanderson Santos de Farias - Universidad de Desarrollo Sustentable

Maria Gorete Valus -University of Campinas

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

A ginástica no contexto escolar [livro eletrônico] /
organizadores Ana Carla Barbosa Canuto, Tiago
de Melo Ramos, Robélius De Bortoli. -- São
José dos Pinhais, PR : Seven Editora, 2023.
PDF

Bibliografia.
ISBN 978-65-981429-5-7

1. Educação 2. Esportes 3. Ginástica - Estudo
e ensino I. Canuto, Ana Carla Barbosa. II. Ramos,
Tiago de Melo. III. Bortoli, Robélius De.

23-177536

CDD-796.44

Índices para catálogo sistemático:

1. Ginástica : Esporte 796.44

Tábata Alves da Silva - Bibliotecária - CRB-8/9253

DOI: 10.56238/ginastesco-001

Seven Publicações Ltda
CNPJ: 43.789.355/0001-14
editora@sevenevents.com.br
São José dos Pinhais/PR

DECLARAÇÃO DO AUTOR

O autor deste trabalho DECLARA, para os seguintes fins, que:

Não possui nenhum interesse comercial que gere conflito de interesse em relação ao conteúdo publicado;

Declara ter participado ativamente da construção dos respectivos manuscritos, preferencialmente nas seguintes condições: "a) Desenho do estudo, e/ou aquisição de dados, e/ou análise e interpretação dos dados; b) Elaboração do artigo ou revisão para tornar o material intelectualmente relevante; c) Aprovação final do manuscrito para submissão";

Certifica que o texto publicado está completamente livre de dados e/ou resultados fraudulentos e defeitos de autoria;

Confirma a citação correta e referência de todos os dados e interpretações de dados de outras pesquisas;

Reconhece ter informado todas as fontes de financiamento recebidas para realizar a pesquisa; Autoriza a edição do trabalho, incluindo registros de catálogo, ISBN, DOI e outros indexadores, design visual e criação de capa, layout interno, bem como seu lançamento e divulgação de acordo com os critérios da Seven Eventos Acadêmicos e Editora.

DECLARAÇÃO DA EDITORA

A Seven Publicações DECLARA, para fins de direitos, deveres e quaisquer significados metodológicos ou legais, que:

Esta publicação constitui apenas uma transferência temporária de direitos autorais, constituindo um direito à publicação e reprodução dos materiais. A Editora não é co-responsável pela criação dos manuscritos publicados, nos termos estabelecidos na Lei de Direitos Autorais (Lei 9610/98), no art. 184 do Código Penal e no art. 927 do Código Civil; O(s) autor(es) é(são) exclusivamente responsável(eis) por verificar tais questões de direitos autorais e outros, isentando a Editora de quaisquer danos civis, administrativos e criminais que possam surgir.

Autoriza a DIVULGAÇÃO DO TRABALHO pelo(s) autor(es) em palestras, cursos, eventos, shows, mídia e televisão, desde que haja o devido reconhecimento da autoria e edição e sem qualquer finalidade comercial, com a apresentação dos devidos CRÉDITOS à SEVEN PUBLICAÇÕES, sendo o(s) autor(es) e editora(es) responsáveis pela omissão/exclusão dessas informações;

Todos os e-books são de acesso aberto, portanto, não os venda em seu site, sites parceiros, plataformas de comércio eletrônico ou qualquer outro meio virtual ou físico. Portanto, está isento de transferências de direitos autorais para autores, uma vez que o formato não gera outros direitos além dos fins didáticos e publicitários da obra, que pode ser consultada a qualquer momento.

Todos os membros do conselho editorial são doutores e vinculados a instituições públicas de ensino superior, conforme recomendado pela CAPES para obtenção do Qualis livro;

A Seven Eventos Acadêmicos não atribui, vende ou autoriza o uso dos nomes e e-mails dos autores, bem como de quaisquer outros dados deles, para qualquer finalidade que não seja a divulgação desta obra, de acordo com o Marco Civil da Internet, a Lei Geral de Proteção de Dados e a Constituição da República Federativa.

ORGANIZADORES DO EBOOK



Ana Carla Barbosa Canuto

Professora de Letras Português/Espanhol
Graduada em Arquitetura e Urbanismo



Tiago de Melo Ramos

Doutorando em Ciências da propriedade Intelectual
Mestre em Ciências da propriedade Intelectual
Especialista em rendimento e treinamento esportivo
Especialista em ciências da Educação
Professor Efetivo da rede estadual de Alagoas
Professor da rede estadual de Sergipe
Professor Universitário



Robélius De Bortoli

Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (1985), Especialista em Futebol, Administração e Marketing pela Universidade Gama Filho (1995) e Doutor em Ciências de La Actividad Física y Del Deporte pela Universidad de León (2000) Pós-Doutorado no LACIMOV da Universidad da Costa Rica (UCR). Atualmente participa do Conselho Editorial da Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte e da Revista Brasileira de Futebol, professor efetivo da Universidade Federal de Sergipe (UFS). Tem experiência na área de Educação Física, com ênfase Psicologia do Esporte, atuando principalmente nos seguintes temas: Futsal, Futebol, Educação Física e Capacidades Cognitivas. Linhas de pesquisa: Gestão de Ativos Intangíveis e Gestão Universitária; Indicação Geográfica; Gamification e Bioprocessos na fabricação do vinho.

AUTORES

Helder Tulio Rodrigues de Souza

Formado em Engenharia Elétrica, Eletrotécnica e Matemática Licenciatura, com especialização em Metodologia do Ensino da Matemática e Gestão Educacional Profissional e Tecnológica. Professor efetivo da Rede Estadual no Governo de Alagoas, além de atuar como engenheiro eletricista, responsável técnico em empresa provedora de internet. Professor em curso técnico na área de Eletricidade e Circuitos Elétricos.

Wendel Fren Costa Dos Anjos

Diretor do departamento de ensino e da aprendizagem da SEMED do município de Lagarto/SE, mestre em Ciências da Educação; Especialista em Educação Física Escolar; Especialista em urgência e emergência; Profissional de Educação Física; Bacharel em Enfermagem; Professor da rede estadual de ensino no estado de Sergipe atuando nos anos iniciais e finais do ensino fundamental.

Thayslane de Melo Costa

Licenciada em Educação Física;
Pós graduada em Fisiologia do Exercício;
e Ciências da Educação;
Coordenadora Pedagógica da Rede Estadual de Sergipe;
Professora da Rede de Sergipe e Alagoas;
Arbitra CBF.

Tiago de Melo Ramos

Doutorando em Ciências da Propriedade Intelectual;
Mestre em Ciências da Propriedade Intelectual;
Especialista em rendimento e treinamento esportivo;
Especialista em ciências da Educação;
Professor Efetivo da Rede Estadual de Alagoas;
Professor da Rede Estadual de Sergipe;
Professor Universitário.

Ramiro Wesley Fontes Santos

Graduado em Licenciatura Educação Física, foi membro do programa de monitoria do Centro Universitário AGES enquadrado no Projeto Integrador como monitor do projeto no Colegiado de Educação Física, atuou como monitor da disciplina Metodologia da Pesquisa, bem como membro do GPEF - Grupo de Pesquisa em Educação Física. Recebedor do Mérito AGES por carga horária complementar, atendendo às Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso com excelência. Graduação em Educação Física Bacharelado pelo Centro Universitário Leonardo Da Vinci e Especialização em Medicina do Esporte e da Atividade Física pela Faculdade São Vicente.

Robélius De Bortoli

É Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal do Rio Grande do Sul (1985), Especialista em Futebol, Administração e Marketing pela Universidade Gama Filho (1995) e Doutor em Ciências de La Actividad Física y Del Deporte pela Universidad de León (2000) Pós-Doutorado no LACIMOV da Universidad da Costa Rica (UCR). Atualmente participa do Conselho Editorial da Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte e da Revista Brasileira de Futebol, professor efetivo da Universidade Federal de Sergipe (UFS). Tem experiência na área de Educação Física, com ênfase Psicologia do Esporte, atuando principalmente nos seguintes temas: Futsal, Futebol, Educação Física e Capacidades Cognitivas. Linhas de pesquisa: Gestão de Ativos Intangíveis e Gestão Universitária; Indicação Geográfica; Gamification e Bioprocessos na fabricação do vinho.

APRESENTAÇÃO

Prezados leitores!

Esta obra é destinada para aqueles que pretendem inserir a unidade temática ginástica em suas aulas. Aqui o leitor poderá conhecer um pouco mais sobre o que, como e quando ensinar. A ginástica é unidade temática da Educação Física, sua prática é fundamental para a formação integral dos alunos da educação básica no Brasil. Na contemporaneidade a ginástica é prática corporal que deve ser evidenciada e trabalha em todas as etapas da educação, ou seja, educação infantil, ensino fundamental e ensino médio.

Aqui, o intuito foi apresentar conceitos e exemplos sobre como propor a ginástica em todas as etapas, tomando como fundamentação a Base Nacional Comum Curricular e experiências profissionais dos autores desta obra.

No primeiro capítulo é abordado como se entende e compreende o processo de ensino e aprendizagem, buscando apresentar e justificar as estratégias utilizadas no processo de ensino. No segundo, é elucidado de maneira objetiva e direto o marco histórico da ginástica, apresentando o grande movimento ginástico europeu e suas escolas.

No terceiro capítulo é apresentado propostas pedagógicas sobre a ginástica no ensino fundamental, buscando evidenciar como propor os saberes da ginástica nesta etapa. Já no quarto capítulo é elucidado como tematizar a ginástica no ensino médio, quais estratégias podem ser utilizadas e como pensar as competências e habilidades, destacando os fundamentos e modalidades gímnicas, finalizando com as conclusões do estudo.

Em cada unidade de ensino, o foco foi possibilitar que o leitor possa visualizar um caminho para o ensino da ginástica, a ideia é trabalhar dentro do campo real de possibilidade, fomentar esse saber dentro de todos os desafios que a etapa básica nos proporciona.

Ao final da leitura, espera-se que os leitores possam ampliar seu repertório metodológico no processo de ensino da unidade temática ginástica no contexto da educação.

Bons estudos!

Os Organizadores

Lista de Figuras e Tabelas:

Tabela 1: Ginástica para o ensino fundamental maior

Figura 1: Ginástica na escola

Figura 2: Fundamentos e modalidades da ginástica geral

Figura 3: Fundamentos e modalidades da ginástica de condicionamento físico

Figura 4: Fundamentos e tipos de ginástica de conscientização corpo

SUMÁRIO

1 O PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM.....	10
1.1 BREVE HISTÓRICO DO PROCESSO EDUCACIONAL.....	10
1.2 A IMPORTÂNCIA DA DIDÁTICA: O PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM.....	12
1.3 O PROCESSO DO ENSINO E APRENDIZAGEM.....	13
REFERÊNCIAS.....	17
2 GINÁSTICA: UM POUCO DE HISTÓRIA.....	18
2.1 A GINÁSTICA EM AMBIENTES ESCOLARES.....	19
REFERÊNCIAS.....	22
3 GINÁSTICA NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO ENSINO FUNDAMENTAL MAIOR: SABERES NECESSÁRIOS.....	24
REFERÊNCIAS.....	28
4 A GINÁSTICA NO ENSINO MÉDIO.....	29
4.1 GINÁSTICA GERAL.....	29
4.1.1 Dimensão conceitual.....	31
4.1.2 Dimensão procedimental.....	31
4.1.3 Dimensão atitudinal.....	32
4.2 GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO.....	32
4.3 TEMATIZANDO A GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO (GINÁSTICA AERÓBICA).....	33
4.3.1 Dimensão conceitual.....	33
4.3.2 Dimensão procedimental.....	33
4.3.3 Dimensões atitudinais.....	34
4.4 GINÁSTICA DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL.....	34
4.5 TEMATIZANDO A GINÁSTICA DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL (PILATES).....	35
4.5.1 Dimensão conceitual.....	35
4.5.2 Dimensão procedimental.....	35
4.5.3 Dimensão atitudinal.....	36
5 CONCLUSÕES.....	37
REFERÊNCIAS.....	38

Helder Túlio Rodrigues de Souza

DOI: 10.53660/CLM-2132-23P57

Pós-graduado, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: heldertulio@gmail.com

Robélius de Bortoli

ORCID: 0000-0003-1231-6451

Pós-Doutor, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: robelius@academico.ufs.br

O presente capítulo disserta sobre a prática docente do professor no processo de ensino e aprendizagem dos alunos, uma vez que, falar sobre a importância da didática no ensino e aprendizagem tem uma grande relação com os conceitos que se empregam para os termos “ensinar” e “aprender”.

Ser professor ao contrário do que muitos pregam levando em conta o senso comum, não tem haver meramente com uma vocação, mas passa por todo um processo onde aquele que deseja ser educador precisa compreender cada situação da qual ele irá se deparar durante seu trabalho. O ato de ensinar não pode ser percebido como algo mecânico e, portanto, que não necessita de reajustes constantes, a forma de ensinar, os meios utilizados, e a forma de avaliação devem passar por um processo que permita que a aprendizagem seja realmente alcançada (Freitas, 2021).

Para isso, esse deve ter plena noção de seu papel como mediador dos alunos. Assim, este trabalho se justifica por ter a finalidade de colocar os questionamentos de Libâneo (1994) em contraponto com a atual realidade vivenciada pelos educadores, mostrando o significado de alguns conceitos e o grande papel que o professor tem em todo processo.

1.1 BREVE HISTÓRICO DO PROCESSO EDUCACIONAL

Segundo Brandão (1988) a educação está presente em todos os grupos que aprenderam a lidar com a educação do mesmo modo como qualquer outro grupo humano em qualquer outro tempo, a educação atual tem muitas características da educação grega e ateniense.

Ainda conforme Brandão (1998) a educação grega é considerada dupla, tendo questões que a nossa educação atual ainda não conseguiu resolver. Ela é mais caracterizada por ter normas de trabalho que ao ser reproduzido como o saber que se ensina para que se faça, ou seja, a técnica.

De acordo com Silva (2018) há também as normas de vida, que ao serem reproduzidas é um saber que ensina para que se viva. Para a educação grega, a obra de arte mais perfeita é o homem educado. Os gregos tinham a ideia de que todo o saber se transfere pela educação, por meio de trocas interpessoais. A partir da educação grega surge a Paidéia, que significa formação completa do

homem, no sentido de educá-lo para a vida em sociedade.

Entender a educação e o processo de ensino e aprendizagem é procurar entender o que as pessoas, como legisladores, pedagogos, professores, estudantes dizem sobre ela.

Diante do exposto, ao falarmos em história da educação, precisamos entender que quem detém a forma organizacional é a figura do estado, pois mesmo que surjam tendências de cunho popular, o estado sempre traz para si essa organização. Quando nos referimos a estado, precisamos para melhor compreensão retornamos aos primórdios da nossa história, no surgimento das comunidades gentílicas, até as organizações de estados como podemos destacar os Sumérios, os Persas, Babilônicos, e sobretudo os Judeus, Gregos e Romanos entre tantos outros. Podemos ainda, compreender que essa estrutura organizativa e de governo vai surgir da necessidade humana de organização.

Cada uma dessas civilizações se organizou com a finalidade de enfrentamento dentro das disputas, disputas principalmente por dominação que seja de território ou de comércio. Nesses estados primórdios, muitas vezes o Rei acumulava a autoridade administrativa, militar e religiosa. Os sacerdotes ou outras figuras da religião era o interlocutor entre o deus e os homens, e em muitas dessas civilizações cabia também a eles à educação que estava voltada para os princípios religiosos.

Desses povos antes citados, os Gregos e os Romanos deram mais liberdade para a educação, onde vão surgir os filósofos, que passaram a ensinar e debater com seus discípulos desde astronomia, medicina, história, matemática até a noção de estado e de governo, sendo o exemplo de professores que não estavam ligados à religião nem ao governo.

Essa forma de educação foi à base para a educação moderna dos dias de hoje. Muito embora, ao longo da nossa história essa sofreu as mais diversas mudanças, surgindo com a educação do núcleo familiar até ao sistema moderno que temos hoje. No entanto, vale salientar que todas foram importantes em seu tempo, mesmo nas comunidades primitivas sem letramento nem códigos escritos, onde se dava a continuidade de conhecimento através dos relatos da vida do grupo de forma apenas oral até os novos meios de educação, pelo sistema de tecnologia sem o contato físico com os professores, apenas na forma virtual como funciona a educação à distância.

As modalidades de ensino têm surgido da necessidade humana, pois é para esses que existe educação, para os seres irracionais, existem apenas adestramento. Então, como ser pensante e protagonista da história nós seres humanos, temos evoluído em todos os ramos do saber e com a educação não tem sido diferente, e dessa evolução, surge às necessidades.

A nossa educação, no entanto, passou por várias reformas, porém como bem cita Borges (2003 p.130):

Reformas da organização e da administração dos serviços educacionais também se tornaram um foco de atenção antes a necessidade de dar conta dos custos sociais do ajuste econômico em um contexto de severas restrições orçamentárias na maioria dos países em desenvolvimento.

Borges (2003) nos afirma que as reformas na educação não visavam à melhoria no atendimento aos alunos, mas na contenção de despesas, fruto dos ajustes econômicos que o Brasil passava como um dos países em desenvolvimento.

Porém, não podemos esquecer-nos da luta de cientistas da pedagogia da década de 20 que contribuíram para o aprimoramento da nossa educação, que são destacados por Bomony (1993, p.24): “Anísio Teixeira, Lourenço Filho, Fernando de Azevedo, Francisco Campos "cientistas da pedagogia".

Segundo Bomony (1993) esses saíram em caravanas pelo Brasil, buscando soluções para os problemas da educação Brasileira na década de 20, no entanto as poucas reformas que o governo passa a fazer são de cunho autoritário, não atendendo as expectativas desses desbravadores do saber educacional Brasileiro. Sendo assim, surgem os questionamentos quanto às novas tendências da nossa educação, porém tudo que é novo, digo novo para o nosso sistema de ensino, dessa forma, merece ser mais bem analisado para se ter uma compreensão aprofundada dessa abordagem.

1.2 A IMPORTÂNCIA DA DIDÁTICA: O PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM

Aprender é o processo de assimilação de qualquer forma de conhecimento, desde o mais simples onde a criança aprende a manipular os brinquedos, aprende a fazer contas, lidar com as coisas, nadar, andar de bicicleta, até processos mais complexos onde uma pessoa aprende a escolher uma profissão, lidar com as outras. Dessa forma, as pessoas estão sempre aprendendo (LIBÂNEO, 1994).

Para que se possa haver aprendizagem é necessário que haja todo um processo de assimilação onde o aluno com a orientação do professor passa a compreender, refletir e aplicar os conhecimentos que foram obtidos, assim a aprendizagem é observada com a colocação em prática por parte do aluno dos conhecimentos que foram transmitidos durante uma aula ou atividade. Para que se possa haver a aprendizagem é preciso um processo de assimilação ativa, que para ser efetivo necessita de atividades práticas em várias modalidades e exercícios, nos quais se pode verificar a consolidação e aplicação prática de conhecimentos e habilidades (LIBÂNEO, 1994).

É de conhecimento, entretanto, que tal prática não anula as outras, mas que o processo de assimilação ativo é composto de diversos componentes como os objetivos, conteúdos, métodos e formas organizativas. Outro fator de suma importância é a motivação que pode acontecer de duas formas distintas, intrínseca e extrínseca, ela é um fator muito importante para que aconteça a

aprendizagem.

A motivação é intrínseca quando se trata de objetivos internos, como a satisfação de necessidades orgânicas ou sociais, a curiosidade, a aspiração pelo conhecimento; é extrínseca, quando a ação da criança é estimulada de fora, como as exigências da escola, a expectativa de benefícios sociais que o estudo pode trazer, a estimulação da família, do professor ou dos demais colegas. (LIBÂNEO, 1994, p. 88)

De acordo com Freitas (2021) para que a aprendizagem seja efetivada é preciso que o professor organize o conteúdo de uma maneira a atender as necessidades do aluno para que o aluno descubra suas possibilidades. Aprender de forma alguma pode ser comparado ou relacionado com a memorização de conteúdos que em nada acrescenta nos pensamentos e habilidades do estudante. A aprendizagem é algo que modifica o pensamento, não se trata de uma estagnação onde os conteúdos em nada influenciam na forma do indivíduo agir. Para que se possa haver a aprendizagem o aluno necessita ser estimulado com conteúdo de seu alcance, textos que tratem de sua realidade. Somente quando o aluno demonstra através de ações alguma forma de mudança crítica podemos dizer que realmente existiu a aprendizagem.

1.3 O PROCESSO DO ENSINO E APRENDIZAGEM

Ensinar é a atividade que tem por finalidade a obtenção de conhecimento do outro. Para que se tenha um ensino de forma que realmente agregue valor é preciso que o professor como sendo um transmissor de conhecimentos, se utilize de métodos e técnicas adequadas que tenham base não apenas no contexto geral, mas também local, assim a necessidade básica do aluno será encarada como uma ponte para o ensino e não como um obstáculo (Freitas, 2021).

O processo de ensino e aprendizagem ocorre de diferentes formas. A função da educação é transformar sujeitos e mundo em algo melhor. O homem só entende o processo de construção do saber quando aprende a problematizar suas práticas. Nesse sentido, o objetivo do processo de ensino é aprendido e a formação do aluno, como ele vai ser capacitado, de quais formas a escola pode ajudar em seu processo de desenvolvimento.

O papel da escola é proporcionar, não somente que o aluno aprenda a ler e a escrever, mas formar o aluno para o convívio, por meio da educação, mudar o rumo da sociedade, pois a finalidade da escola é proporcionar e desenvolver o aluno de forma integral. Sabemos que o professor é a peça chave nesse processo, claro que os alunos adquirem conhecimentos de diversas formas e em diversos lugares. É necessário que a prática leve o aluno a refletir, a alcançar uma nova visão de mundo, que ele possa, por meio da educação, mudar a sua condição. Já o papel do professor é fazer com que o aluno adquira esses conhecimentos, mediar esse processo para que o aluno aprenda com objetividade.

Para Piaget (1975) a criança expõe seus aprendizados por meio da linguagem. Dessa forma, é que podemos ter a certeza sobre o desenvolvimento cognitivo do aluno. Piaget se inspirava na teoria kantiana, que dizia que:

O processo de conhecimento implica, de um lado, a existência de um objeto a ser conhecido, que suscita a ação do pensamento humano e, de outro, a participação de um sujeito ativo capaz de pensar, de estabelecer relações entre os conteúdos captados pelas impressões sensíveis, a partir das suas próprias condições para conhecer, ou seja, a partir da razão (Vigotski, 2010).

Isso significa que o professor deve estabelecer uma ligação entre o que será ensinado ao aluno e relacionar com o conhecimento que o aluno já possui, para que o aluno possa ter interesse no que será estudado e, assim, criar uma conexão com a sala de aula e o seu dia a dia.

Segundo Piaget, o desenvolvimento e aprendizagem surgem a partir de dois principais princípios: o sujeito que busca o conhecimento de determinado assunto e o objeto a ser conhecido pelo sujeito. Para ele, o conhecimento parte da organização e sistematização das informações; estruturar e explicar os fatos a partir das experiências vivenciadas.

O conhecimento acontece a partir da exploração de determinado assunto, ou seja, o objeto a ser estudado pelo aluno. Nesse sentido, o processo de entender o objeto será a essência do conhecimento produzida pelo aluno. Dessa forma, ele saberá organizar as informações, problematizar o que está sendo abordado e, por meio do levantamento das hipóteses, aprender sobre o assunto abordado.

De acordo com Vygotsky (1998) o aprendizado acontece a partir de duas variáveis: o processo e o produto. O processo se trata daquilo que o aluno já conhece, e o produto é o que o aluno já possui, mais os conteúdos ensinados pelo professor que se transformam em novos conceitos. Ainda segundo Vygotsky (1998) o aluno passa por dois tipos de desenvolvimento: o primeiro trata-se do nível de desenvolvimento real ou afetivo, que são as informações que a criança já tem em seu poder. E o nível de desenvolvimento iminente, que se trata dos problemas que a criança consegue resolver com o auxílio de pessoas mais experientes.

O ensino não pode se tratar de práticas mecanizadas, o segredo de ser um bom professor é a competência, é entender que ao longo de sua jornada será necessário enfrentar muitos desafios e barreiras; que o professor não é o único que possui conhecimentos, mas que ele está ali para mediar o processo do conhecimento e por meio de seu trabalho o aluno evoluir.

O professor deve ser o facilitador do processo de aprendizagem. Por meio do que será ensinado em sala de aula, o professor também desenvolverá novos saberes, novas habilidades. Para ser professor nos dias atuais é necessário se reinventar, se adaptar as inúmeras mudanças tecnológicas

que surgem diariamente. Estar atento a isso fará com que o professor inove sua forma de ensinar. É importante relacionar os conteúdos ensinados aos alunos com a vida fora do ambiente escolar.

É necessário avaliarmos a prática realizada em sala de aula a todo tempo. A forma de ensinar traz consequências aos nossos alunos, que muitas vezes serão refletidas apenas ao ir avançando as séries.

Ensinar envolve toda uma estrutura que tem por finalidade alcançar a aprendizagem do aluno através de conteúdo. A relação de ensino e aprendizagem não deve ter como base a memorização, por outro lado os alunos também não devem ser deixados de lado sozinhos procurando uma forma de aprender o assunto, o professor nesse caso sendo apenas um facilitador (LIBÂNEO, 1994).

Segundo Libâneo (1994, p. 91) “O processo de ensino, ao contrário, deve estabelecer exigências e expectativas que os alunos possam cumprir e, com isso, mobilizem suas energias. Tem, pois o papel de impulsionar a aprendizagem e, muitas vezes, a precede.”

Para que os alunos possuam um ponto de vista que fuja do empírico e do senso comum é preciso conteúdos com caráter científico e sistemático, dentre os diversos pontos que o autor cita, vale destacar que o aluno precisa ter assimilado o conteúdo anterior antes que um novo seja transmitido. E o professor, anos após anos, necessita de um aprimoramento e atualização da matéria que leciona. Outro fator problema na relação ensino-aprendizagem é a falta de conhecimento por parte dos alunos com relação ao que está lhe sendo exigido naquela matéria, por isso é de fundamental importância que o professor deixar claro o que pretende que os alunos absorvam com o conteúdo que está sendo passado. Somente assim, o estudante poderá ser estimulado ao conteúdo.

O ensino torna-se efetivado quando existe a assimilação de conhecimento, por isso Libâneo (1994, p. 159) deixa claro com relação à assimilação de conhecimento, “a assimilação de conhecimentos não é conseguida se os alunos não demonstram resultados sólidos e estáveis por um período mais ou menos longo.”

Portanto, o ensino é uma relação em que o professor põe em prática o tripé objetivo, conteúdo e método e dessa forma obtém a aprendizagem do aluno como resultado.

Nos dias atuais, é necessário que ensinemos de forma a causar um impacto na vida do aluno, que o desperte para mudar a sua realidade tanto no modo de vida social quanto epistemológica. O professor precisa inovar no ato de ensinar, claro que são envolvidos muitos aspectos durante o processo, mas se enquanto professor a prática não é modificada, tampouco a sociedade será.

Sendo assim, é necessário refletir, repensar a forma como a educação vem sendo desenvolvida no âmbito das escolas do Brasil. É necessário mudar o modo como ensinamos e como pensamos sobre a educação. Nossa relação com o meio educacional deve pensar numa educação plural, uma educação que valorize os conhecimentos dos alunos, que favoreça e foque no seu aprendizado, pois, lembremos

que, cada aluno é único, cada um tem sua forma de aprender, cabe ao professor ter um bom planejamento. Ensinar não é uma tarefa fácil, é um desafio a ser enfrentado constantemente.

Não há uma forma única de realizar explicações sobre os conteúdos, deve-se estar sempre se reinventando, buscando soluções inovadoras e relacionando com o cotidiano dos alunos. Modificar o ensino tradicional é uma barreira que precisa ser rompida com urgência em nossas escolas. É necessário recriar o modelo de ensino. Devemos pensar na educação que queremos ter no futuro e executá-la o quanto antes, a começar pelos dias atuais. Para isso, devemos investir na qualificação e formação de professores, para que eduquem para a formação de uma nova sociedade.

Para garantir o sucesso da aprendizagem é necessário o rompimento das fronteiras, sem diferenciar o ensino para cada aluno. O que garantirá o bom desempenho será a exploração dos conhecimentos de cada aluno. Nesse sentido, o professor deve estar preparado para uma nova forma de ensino, que vise a aprendizagem dos alunos.

REFERÊNCIAS

- BOMENY, Helena. Estudos Históricos. Rio de Janeiro, vol.6, nº 11, 1993, p.24 - 39.
- FREITAS, S.R.C. O Processo de Ensino e Aprendizagem: A Importância da Didática. VIII FIPED. VIII Fórum Internacional de Pedagogia. Universidade Federal do Maranhão. 2021.
- LIBÂNEO, J. C. Os métodos de ensino. São Paulo: Cortez, 1994. p. 149-176.
- LIBÂNEO, J. C. O processo de ensino na escola. São Paulo: Cortez, 1994. P. 77-118.
- LIBÂNEO, J. C. Didática. São Paulo: Cortez, 1994.
- PIAGET, Jean. A Construção do Real na Criança. Rio de Janeiro: Zahar, 1975.
- VIGOTSKI, Lev Semenovich; LURIA, Alexander Romanovich; LEONTIEV, Alex N. Linguagem, Desenvolvimento e Aprendizagem. 11. Ed. São Paulo: Ícone, 2010.

Robélius de Bortoli

ORCID: 0000-0003-1231-6451

Pós-Doutor, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: robelius@academico.ufs.br

Tiago de Melo Ramos

ORCID: 0000-0002-3158-2299

Mestre, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: tiagoed.f@hotmail.com

Thayslane de Melo Costa

ORCID: 0009-0006-4060-1048

Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: thayslanemelo@hotmail.com

A história da ginástica já foi registrada e apresentada em diversos meios de divulgação científica, autores como Castellani Filho, Carmem Lúcia Soares nos estudos Educação Física no Brasil: histórias que não se conta; e Educação Física: Raízes Europeias, que trazem como foi o surgimento e a evolução da educação física e ginástica até a contemporaneidade. Para tanto, aqui será apresentando um breve discurso sobre a ginástica e sua evolução.

Existem registros da ginástica desde IV a.C., na Grécia e Roma o homem dava seus primeiros passos em busca da melhora do físico, e com isso realizavam gestos corporais, atividades físicas que desenvolvessem a melhora do seu estado físico. E esse foi o elemento básico que proporcionou o desenvolvimento da ginástica, a busca do homem pelo melhor desempenho do corpo, tornando a ginástica um mecanismo de transformação corporal (Dos Costa et al, 2016).

Desde seu surgimento a ginástica figura enquanto princípios políticos, sociais, culturais, saúde e educacionais. Ela foi historicamente utilizada para preparar corpos para guerra, com viés de militarista, para segregação da “melhora das raças” pelo eugenismo, para educação do corpo com uma pedagoga e ainda preparação para esportes com a perspectiva esportivista. É fato que a ginástica acompanha a evolução humana e sua prática permanece presente na contemporaneidade, com outras roupagens, porém, sem perder sua identidade.

Em seu marco histórico é necessário falar sobre o movimento ginástico europeu, dando destaque a quatro escolas e seus métodos. O método da ginástica a Alemanha que teve caráter principalmente nacionalista, disciplinador e patriótico, visto que foi pensado para construção de força e defesa territorial. Onde, seus exercícios e gestos corporais eram focados no preparo da população para a guerra e defesa do território de possíveis invasores. Além do desenvolvimento do espírito nacionalista e disciplinador (Quitau, 2023).

Em seguida o método Sueco, que foi fundamentado no cientificismo, buscando explicar os exercícios com base nos estudos, voltado ao desenvolvimento biológico e higienista. Possuindo também características pedagogistas, onde o lema ou o propósito era o eugenismo que buscava formar uma população forte, livres de doenças, que pudessem ter proles fortes e aptos a defender sua pátria. Outra intenção era eliminar os vícios da sociedade como o álcool e regenerar o corpo das mazelas da época (Baía e Moreno, 2020).

O próximo grande método foi o Francês, que é e foi responsável pela polarização da ginástica no Brasil, contendo grandes influências na ginástica brasileira, sendo ainda determinante para a inserção da ginástica nas escolas. Esse método possui enquanto filosofia, a formação de homem combatente e cidadão, disposto a cuidar da sua sociedade e trabalhar em benefício e crescimento da nação. Tendo como grande destaque sua inclusão nas escolas militares, pois, visava o fortalecimento das forças físicas, psíquicas e morais (Lopes, 2021).

Por fim, o método Inglês possuindo maior distanciamento dos métodos já citados, porque, sua principal característica é no desenvolvimento do espírito esportivo. Esse método é focado na ginástica competitiva, pautado na correção e aperfeiçoamento dos gestos corporais, tendo o alcance de recordes como premissa básica. Buscava ainda desenvolver atletas jovens, o mais cedo possível, para ganhar títulos e estéticas, atraindo a atenção dos públicos nos grandes eventos esportivos (Clarkson, 2021). No Brasil, esse método ganhou força como método tecnicista e associado a cultura de “pão e circo”.

Na atualidade, a ginástica continua figurando em diversos cenários e espaços da sociedade, desde militares, saúde, esporte e até educação. A ginástica ganhou novos entornos e mantém seu perfil, sendo prática corporal disseminada em escolas, clubes e praças. Vale destacar que na escola a ginástica é unidade temática da Educação Física, componente curricular obrigatório, sendo evidenciada desde a educação infantil ao ensino médio, se tornando parte da formação e cultura de toda a sociedade.

Agora é momento de falar sobre a ginástica dentro do contexto escolar, pois esse é o intuito da presente obra.

2.1 A GINÁSTICA EM AMBIENTES ESCOLARES

A ginástica na escola é componente curricular da Educação Física, sua presença é tida enquanto unidade temática, devendo ser evidenciada em todo o ensino básico. Hoje, é essencial ao se pensar na ginástica em ambientes escolares, pensar em sua oferta tomando como referência a Base Nacional Comum Curricular (BNCC,), documento que normatiza a educação básica no Brasil. Porém, é necessário entender que a BNCC é um documento base, sua aplicabilidade precisa refletir as especificidades regionais, deve partir da cultura do estudante.

Na BNCC a ginástica está estruturada enquanto unidade temática, e fragmentada em três categorias, (a) ginástica geral; (b) ginásticas de condicionamento físico; e (c) ginásticas de conscientização corporal. De maneira geral é complexo enquadrar os diferentes tipos de ginástica em categorias, pois, suas variações se complementam, e seus objetivos e finalidades estão conectados (Oliveira et al. 2021). Na BNCC a ideia foi de agrupar as especificidades de cada prática corporal, buscando facilitar sua compreensão e ensino. Desta forma, as categorias estão organizadas da seguinte forma.

A ginástica geral, também conhecida como GG ou ginástica para todos, pode ser compreendida como a ginástica que permite maior flexibilidade em sua prática, trazendo todos os movimentos corporais ao seu fazer. Nela os praticantes podem executar movimentos como giros, saltos, rolamentos, arremessos e pegadas de objetivos, exercícios no solo, ar, e ainda ser praticada individualmente ou coletivamente. Tendo em sua culminância quase sempre coreografias (Santos et al. 2020). A GG possibilita que seus praticantes possam se expressar explorando todo o vasto acervo corporal da ginástica, sua prática viabiliza que os discentes possam expor toda sua criatividade livre dos padrões corporais, pautada no “se movimentar”.

Na ginástica de condicionamento físico temos a ginástica em sua perspectiva a predominância maior do eixo saúde, onde sua prática está relacionada a manutenção e promoção de saúde, essa proposta de ginástica se aproxima bastante de sua origem, sendo realizada através de movimentos sistematizados objetivando ganhos físicos, mentais e normalmente atendendo as especificidades dos praticantes, como ginástica aeróbica, ginástica para gestante e a ginástica laboral (Flores et al. 2021).

A última categoria, a ginástica de conscientização corporal, abrange as ginásticas que fomentam a saúde mental, com exercícios que promovem a conscientização corporal, atividades que melhorem a respiração, equilíbrio e motricidade, seu intuito é promover a correção postural, como a Yoga e ginástica chinesa (Telessio, 2022).

Essa estrutura que a BNCC traz sobre a ginástica permite que o professor possa utilizar a ginástica em todas as suas dimensões, oportunizando que os alunos vivenciem todos os componentes corporais da ginástica. Contudo, como propor a ginástica na escola? Como ensinar esse componente. Essa obra, possui o intuito de responder a esses questionamentos, tentará apresentar uma possibilidade no fazer do professor de Educação Física, contará com o olhar de professores que já vivenciaram o “chão da escola”, trazendo aqui não um método de ensino, e sim caminhos para a ginástica em ambientes escolares.

A ginástica enquanto componente curricular deveria ser prática frequente nas aulas de Educação Física, no entanto, não é isso que apontam os estudos, pois muitos professores alegam que por falta de espaços e materiais é inviável para a vivência da ginástica. De certa forma, essa é uma

realidade das escolas, a falta de espaço e material são constantes, professores precisando adaptar material e “criar” espaços. No entanto, a pergunta é como fugir destes obstáculos? (Darido e Rangel, 2000) traz na obra Educação Física Na Escola: Implicações para a prática pedagógica, que no momento que o professor esportivizar a sua aula, ele terá grandes dificuldades para ensinar”. Tal pensamento nos leva a seguinte premissa: Quais são os componentes corporais das ginásticas? Como esses componentes podem ser inseridos em minhas aulas? Este pode ser um pensamento que libertará os professores do olhar de esporte ‘na” escola conceito proposto por Valter Brachet na obra Esporte na escola e esporte de rendimento. Logo, o passo inicial para se trabalhar com a ginástica no contexto escolar é a reflexão sobre os componentes corporais e culturais, pensar na ginástica como unidade temática e cultura corporal do movimento. Em seguida, será apresentado propostas pedagógicas sobre como a ginástica pode ser ofertada, por meio de posicionamentos de professores que atuam com a ginástica no ensino básico.

REFERÊNCIAS

BAÍIA, A. C.; MORENO, A. 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. Disponível em < http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1982-78062020000300686&script=sci_arttext> Acesso em 14 Ago 2023.

BRACHT, V. Esporte na escola e esporte de rendimento. Movimento, v. 6, n. 12, p. XIV-XXIV, 2000. Disponível em https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:In0LLuDcY9UJ:scholar.google.com/+esporte+na+escola&hl=pt-BR&as_sdt=0,5 Acesso em 15 Jul 2023.

CASTELLANI FILHO, L. Educação Física no Brasil: a história que não se conta. Papirus Editora, 1988.

CLARKSON, D. S.; D REIS, E. G; MOREIRA, M. C. A GINÁSTICA ESCOLAR NA UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE E A SUA APLICABILIDADE PELOS DISCENTES. Licenciatura em Educação Física, 2021. Disponível em < <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=rH49EAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT68&dq=m%C3%A9todo+ingles+de+ginastica&ots=moPRSLie0C&sig=RWkKq1lDoln-lKb-qAxj51eisuM#v=onepage&q=m%C3%A9todo%20ingles%20de%20ginastica&f=false>> Acesso em 14 Ago 2023.

DARIDO, S. C.; RANGEL, I. C.A. Educação Física Na Escola: Implicações Para a Prática Pedagógica. Grupo Gen-Guanabara Koogan, 2000.

DOS COSTA, L. José Ma.; DA COSTA, M. G.; PERELLI, J. M. História da ginástica no Brasil. Navigator, v. 12, n. 23, p. 63-75, 2016. Disponível em< <http://187.29.162.44/index.php/navigator/article/view/589>> Acesso em 12 Ago 2023.

FLORES, A. A.; DOS SANTOS, J. B.; ANTUALPA, KIZZY Fe. GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO (GC): PERSPECTIVAS NO CONTEXTO DO LAZER. In: XXII Congresso Brasileiro de Ciências do Esporte e IX Congresso Internacional de Ciências do Esporte. 2021. Disponível em <http://congressos.cbce.org.br/index.php/conbrace2021/9conice/paper/view/16199> Acesso em 3 Jul 2023.

LOPES, B. D S. Proposições pedagógicas no ensino da ginástica na escola: uma análise nas produções científicas do repositório da UNIMAM. 2021. Disponível em < <http://131.0.244.66:8082/jspui/handle/123456789/2441>> Acesso em 15 Ago 2023.

OLIVEIRA, N. D. et al. Linguagens e Educação Física na BNCC: uma análise a partir das habilidades prescritas. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 43, 2021. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rbce/a/cz8LJKcKzRr7yQzSjpQNCsH/> Acesso em 2 Jul 2023.

QUITZAU, E. A. “A ginástica alemã”: aspectos da obra de Friedrich Ludwig Jahn. Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 36, 2016. Disponível em <http://oldarchive.rbceonline.org.br/index.php/RBCE/article/view/2149> Acesso em 14 Ago 2023.

SANTOS, J. M. et al. A IMPORTÂNCIA DA GINÁSTICA GERAL À FORMAÇÃO HUMANA: REVISÃO DE LITERATURA. Revista CPAQV-Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida-CPAQV Journal, v. 12, n. 1, 2020. Disponível em <https://www.cpaqv.org/revista/CPAQV/ojs-2.3.7/index.php?journal=CPAQV&page=article&op=view&path%5B%5D=412> Acesso em 2 Jul 2023.

SOARES, C. L. Educação Física: raízes europeias. Autores Associados, 2017.

TELESSIO, M. G. Práticas corporais alternativas ou ginásticas de conscientização corporal? Uma análise deste conteúdo da BNCC. 2022. Disponível em <https://repositorio.bc.ufg.br/handle/ri/20678> Acesso em 10 Ag 2023.

Wendel Fren Costa Dos Anjos

LATTES: 2434079786092810

Mestre, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: wendel_ef@hotmail.com

Ramiro Wesley Fontes Santos

ORCID: 0000-0002-6454-5064

Pós-graduado, Centro Universitário AGES

E-mail: ramirowesley@icloud.com

Que a educação física é um objeto de estudo atrelado diretamente ao movimento e este movimento gera diversas adaptações e progressões na vida do ser humano, isso é evidente. Mas, no seu pensar e no seu saber enquanto leitor, já se foi questionado nos dois vieses, o do professor e do público alvo, como a ginástica irá entregar essas contribuições para ambos os públicos?

Antes de nos aprofundarmos de maneira mais técnica e conteudista, precisaremos fazer uma breve explanação do que é a educação física nesta fase de ensino, bem como entender os objetivos desta unidade temática para esta mesma fase de ensino. Desde a vigência e direcionamento da construção de aulas tendo como alicerce a Base Nacional Comum Curricular - BNCC, muitos saberes foram repensados.

Sabe-se que desde então a educação física é um componente curricular obrigatório na educação básica, a mesma traz como tematização de aulas práticas corporais e seus mecanismos de codificação e importância social (BRASIL, 2017). Ou seja, antes era vista e avaliada apenas ao movimento como fim e aspectos motores, atualmente conseguimos formar um quarteto muito relevante para a formação do sujeito, que está diretamente ligada a aspectos de saúde, sociais, motores e culturais, assim trazendo à tona a formação integral do sujeito para a sociedade.

Dentro desta concepção, o ser humano e seus movimentos integram também o âmbito cultural, não tendo se limitado a um segmento corporal. Neste viés faz todo o sentido a menção do pensamento de Daolio (1995), ao entender que corpo não está desassociado de mente e que este mesmo corpo não é escravizado por regras sociais.

Assim, percebemos a importância da cultura como dosador e limitador dos excessos, ou seja, nem tanto, nem tão pouco, a cultura é presente no contexto, mas não deve ser vista como unanimidade, trazendo a importância de outros elementos para a construção e elaboração de aulas, e é isso que iremos discutir e aprofundar neste momento. Que as aulas podem e devem ser multiculturais, conter diversidades e serem dinâmicas já ficou muito bem explicado, mas também devem ser pensativas e reflexivas.

Desta maneira, é possível garantir ao público alvo uma construção e reconstrução de um grupamento de saberes e conhecimentos que possibilitam expandir posicionamentos e conhecimentos dos movimentos, ou seja, seu posicionamento frente a sociedade, por meio da Educação Física.

Voltando o nosso pensamento para a ginástica e aqui cabendo o questionamento, o que a BNCC nos propõem dentro dessa unidade temática? De acordo com a base, as ginásticas são sugestões com organização e significância que necessitam entender as suas subdivisões previstas para esta etapa de ensino, sendo elas: ginástica geral; ginástica de condicionamento; ginástica de conscientização corporal.

A ginástica geral, também mencionada e conhecida como ginástica para todos, consegue reunir as práticas corporais como um componente de organização para explorar as acrobacias, a interação, a compartilhar aprendizagem e a não competitividade. Seus movimentos podem ser compostos pelo ar, solo e aparelhos, e executados de maneira individual e coletiva.

As ginásticas de condicionamento por sua vez tem como característica a predominância do exercício físico o que diverge de atividade física, pois na concepção de Scott e Powers (2006), atividade física é todo movimento corporal que gere dispêndio energético, já exercício físico é toda uma prática de atividade física sistematizada com metas e objetivos traçados e que devem ser alcançados, ou seja, a ginástica de condicionamento está diretamente ligada a manutenção de condicionamento físico, a mudança de composição corporal e também à melhoria de rendimento. Dentro do campo de periodização, tem-se sessões planejadas e dosadas com base em volume e intensidades que devem atender os níveis dos seus praticantes, indo ao encontro ao pensamento de Tubino (1984), quando trouxe o conceito dos princípios do treinamento.

Ou seja, para além do aspecto educacional ela consegue transcender ao competitivo abrangendo a integralidade da Educação Física no contexto da licenciatura e do bacharelado.

Por sua vez, as ginásticas de conscientização corporal, sendo voltada para o campo do bem-estar, tendo seu eixo de trabalho visando o melhoramento da condição postural, posições que facilitarão a respiração e também uma melhor percepção e conhecimento sobre seu próprio corpo. Ou seja, diz muito sobre o seu “eu” e a percepção deste mesmo “eu”.

Entendendo estes elementos curriculares, precisaremos nos aprofundar nos elementos didáticos, pois como já se sabe a Educação Física nos oferta uma gama de variáveis e possibilidades para agregar a vivência de crianças, jovens e adultos na etapa da educação básica, nos permitindo também a pluralidade cultural e um universo de saberes corporais. Dentro desta perspectiva, teremos experiências emotivas, lúdicas, estéticas, dentre outras. Todas elas baseadas em conhecimentos científicos, que em contexto comum são vistas no processo de ensino e aprendizagem dentro da educação básica.

Trazendo o olhar para o campo didático, a BNCC nos propõem trabalhar as dimensões de conhecimentos que estão divididas ou melhor dizendo, conceituadas em sete, sendo elas uso e apropriação, fruição, reflexão sobre a ação, construção de valores, análise, compreensão e protagonismo comunitário. Para melhor entendimento vale muito a leitura na íntegra de toda essa conceituação na própria BNCC (2017).

Compreendendo estes elementos o professor estará munido para a elaboração e aplicabilidade das suas aulas e atendendo as necessidades do seu público alvo, proporcionando e preparando-o para uma vida em sociedade, seja em âmbito escolar ou fora deste âmbito.

Assimiladas todas as informações supracitadas, como devermos pensar e conduzir as aulas dentro desta etapa? O que fazer? Como fazer? E para que fazer? E a partir disso pensar a construção das nossas aulas, pois o fazer por fazer já não é mais permitido dentro da educação física. Diante da complexidade da educação no aspecto social, identifica-se a importância e relevância no ato de planejar. O planejamento no campo da educação física traz uma série de fatores que devem ser considerados, tais como faixa etária, repertório motor, contexto social e vivência nas atividades.

Entendendo as ginásticas como atividades que necessitam destreza motora e cultural, o professor no seu planejamento e posteriormente a aplicabilidade deve se atentar para construí-lo com especificidade para seu público, pois assim será possível atender as dimensões do conhecimento que são propostas pela BNCC e gerar mais ações reflexivas frente a sociedade.

Dentro desse contexto, iremos entender e compreender as ginásticas e suas vivências no ensino fundamental maior e quais as suas características para essa etapa. Sabe-se que para obter o resultado almejado inserindo a ginástica no ensino fundamental em aulas da Educação Física é necessário considerar todo o trabalho que está sendo desenvolvido de maneira periférica ao central, ou seja, a cultura.

Concordar com a importância de cada movimento aprendido pelo público alvo e conseguir extrair o máximo da realidade cultural que já é intrínseca no contexto de ambiente é determinante, tal pensamento reforça a ideia de Daolio (1995) quando menciona “no corpo estão inscritas todas as regras, todas as normas e todos os valores de uma sociedade específica, por ser ele o meio de contato primário do indivíduo com o ambiente que o cerca”. Outro pensamento que deve também ser considerado são as aulas de ginásticas, elas também possibilitam o conhecimento de novas descobertas que serão significantes, a destreza e domínio do corpo (BARCELLOS, 2008).

Entendendo os elementos culturais e didáticos, faz-se necessário expor quais são as propostas de ensino desta unidade temática. Para esta etapa, sendo assim estaremos expondo na íntegra os objetos de conhecimentos da BNCC.

Tabela 1: Ginástica para o ensino fundamental maior

OBJETOS DE CONHECIMENTO	
6º E 7º ANOS	8º E 9º ANOS
Ginástica de condicionamento físico	Ginástica de condicionamento físico Ginástica de conscientização corporal

Fonte: Base Nacional Comum Curricular, 2023.

Dessa forma, conclui-se que para além dos benefícios fisiológicos de toda a gama de atividade física, a ginástica tem particularidades nestes benefícios, melhorando aspectos cognitivos devido a racionalidade e precisão nos movimentos, socialização, pois sabe-se que aula e treinamento não acontecem com apenas um ser, sem contar no melhoramento das valências físicas como força, flexibilidade, equilíbrio e agilidade.

Figura 1: Ginástica na escola



Fonte: Autoria própria (2023)

Mesmo após esse estudo a unidade temática ginásticas em aulas de educação física vem perdendo seu espaço ao longo dos anos, havendo até uma priorização por outras modalidades. Não se sabe o motivo, seria por conveniência entregar uma bola e não planejar, ou se seria por falta de planejamento em pensar novas possibilidades para o público alvo. Mas o fato é entender que as ginásticas são movimentos básico e essenciais que devem ser presentes na vida de todo e qualquer sujeito, pois, já eram presentes em nossos antepassados e gerou evolução da nossa espécie passando por todos os períodos da idade humana.

Nós, enquanto professores e facilitadores do processo de ensino e aprendizagem, devemos pensar e aplicar tal conteúdo em nossas aulas, pois é mais do que evidente que o ser humano precisa desta vivência para evolução e progressão enquanto indivíduo.

REFERÊNCIAS

BARCELLOS, V. R. *Necessidades de formação dos professores de Educação Física do Ensino Fundamental relacionadas à ginástica como conteúdo escolar*. Dissertação de Mestrado apresentada a Faculdade Técnica de Lisboa, Faculdade de Motricidade Humana, 2008.

BRASIL, Ministério da Educação. Base Nacional Comum Curricular. 2017.

DAOLIO, J. *Da cultura do corpo*. São Paulo: Papyrus, 1995.

POWERS, Scott K; HOWLEY, Edward T. *Fisiologia do Exercício teoria e aplicação ao condicionamento e ao desempenho*. 6 ed. Barueri: Manole, 2009.

TUBINO, Manoel José Gomes. *Metodologia científica do treinamento desportivo*. 3a edição. São Paulo: Ibrasa, 1984.

Robélius de Bortoli

ORCID: 0000-0003-1231-6451

Pós-Doutor, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: robelius@academico.ufs.br

Tiago de Melo Ramos

ORCID: 0000-0002-3158-2299

Mestre, Universidade Federal de Sergipe-UFS

E-mail: tiagoed.f@hotmail.com

A BNCC apresenta uma normatização e organização curricular no novo ensino médio, fundamentada na lei federal 13.415/ 17 que alterou e regulamentou o novo ensino médio, especificamente na lei 9394/96 da LDB. Definindo que o ensino médio será organizado nas áreas do conhecimento, tendo seu eixo quatro grandes áreas de saber. Cada área abrange os componentes curriculares no processo de ensino, onde apresentam arranjo curricular específico para cada componente. Outro elemento característico é a definição de competências específicas para cada área de conhecimento (Koepsel, Garcia e Czernisz,2020). Aqui o foco será as competências direcionadas para o ensino da Educação Física. O ensino médio é etapa final do processo básico do aluno, nessa etapa existe a consolidação dos saberes trabalhados e evidenciados ao longo de toda etapa escolar, é também fase transitória entre escola, mercado de trabalho e possivelmente contexto universitário (Rodrigo, 2021). Tomando como base essas características, partindo ainda de experiência profissional serão estabelecidas aqui, possibilidades para o ensino da ginástica no ensino médio.

De início se faz necessário contextualizar os elementos históricos da ginástica, permitir e propor que os alunos de ensino médio conheçam todo processo cultural da ginástica, familiarizando e entregando-os a historicidade da ginástica. Em seguida, é momento de vivenciar os gestos corporais intrínsecos ao eixo temático ginástica viabilizando ainda reflexões sobre a necessidades da ginástica enquanto saúde, esporte, lazer e prática de atividade física. Para tanto, no ensino médio a ginástica pode ser trabalhada dentro da seguinte proposta curricular. ginástica geral, ginásticas de condicionamento físico e ginásticas de conscientização corporal. Seguindo essa lógica, foi sistematizado exemplos, temas e competências que podem ser trabalhadas no ensino médio.

4.1 GINÁSTICA GERAL

Pode-se definir a ginástica geral como uma modalidade gímnica não competitiva, que visa a integração dos fundamentos da ginástica, oportunizando que seus praticantes vivenciem e apresentem uma série de movimentos corporais, contextualizados e relacionados a cultura. A ginástica geral apresenta em sua estrutura fundamentos como saltos, giros, piruetas, mortais, passos gímnicos,

integração com a música e dança, viabiliza a participação de atletas, ex-atletas e pessoas amadoras. A ginástica geral é patrimônio cultural e sua prática favorece ao eixo educacional, pois trabalha com valores, elementos corporais, educacionais, aspectos sociais e saúde (De Souza, 1997).

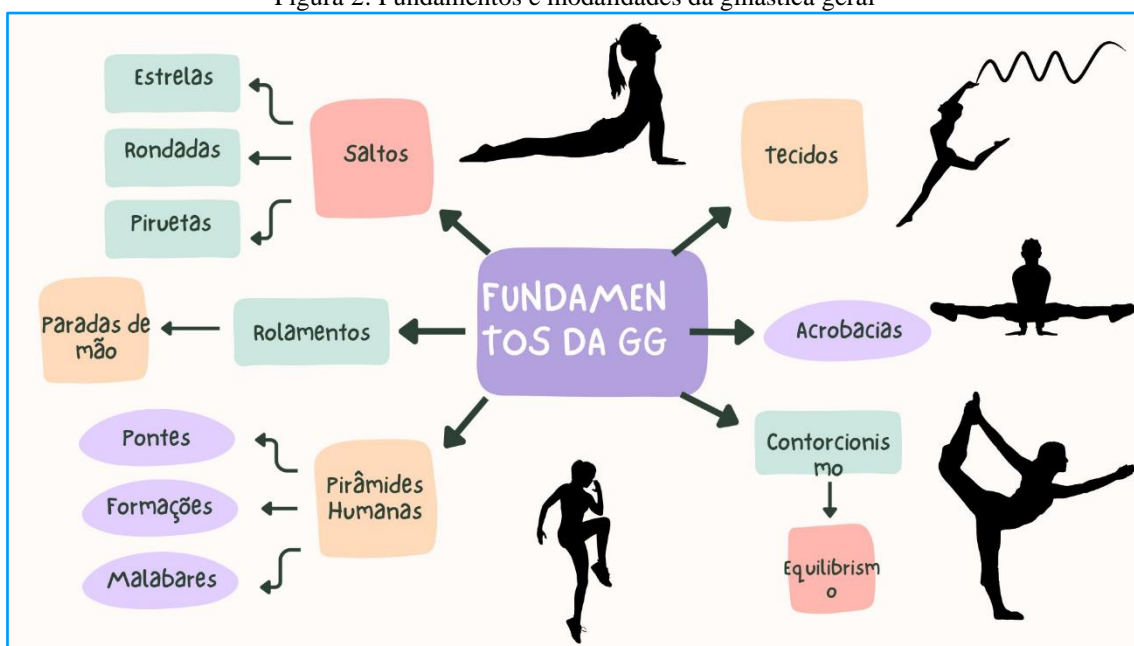
Desta forma, é notório a relevância desse saber enquanto componente da Educação Física, sugerindo aqui ser evidenciado em toda sua integralidade. Oportunizando que os alunos possam explorar a maior participação dos alunos, estimulando a liderança, criatividade e diversidade das manifestações corporais. Sensibilizar para discussões e temas como: saúde, atividade física, respeito, gênero, cultura, estética, esporte e competições. Pode-se explorar ainda, as manifestações socioculturais, a autossuperação, a valorização do trabalho em equipe além da construção de coreografias e apresentações.

A ginástica geral é composta por todas as variações da ginástica, logo é possível explorar os movimentos corporais, tomando a precaução de fomentar uma prática livre do espírito competitivo. Promovendo a integração, criatividade e liberdade dos praticantes (Costa e Gomes, 2023).

Abaixo, segue alguns fundamentos da ginástica e elementos corporais que podem ser trabalhados, em seguida é apresentado como pode ser feita a tematização e direcionamento de competências.

Na figura 2, é possível visualizar fundamentos e gestos corporais que estão presentes na prática da ginástica geral, que são frequentemente explorados nas aulas de Educação Física e que devem fazer parte da cultura corporal dos alunos. Logo cabe ao professor conhecer e propor tais elementos corporais em suas aulas.

Figura 2: Fundamentos e modalidades da ginástica geral



Fonte: Autoria própria (2023)

Os fundamentos apresentados na figura 2 precisam ser contextualizados, permitir que os alunos possam integrar a sua cultura corporal de maneira natural, ser desvinculados da mera reprodução dos movimentos. É necessário que o professor possibilite a criação, e estimule os gestos corporais presentes na realidade dos alunos, que esses possam explorar todo seu potencial cultural.

Após essa introdução sobre os fundamentos e o que pode ser trabalhado, é interessante definir o que será contextualizado, como será tematizado, possibilitando que o aluno conheça, vivencie e reflita sobre os inúmeros aspectos, potencializados e possibilidades das práticas corporais, aqui a ginástica.

Ao tematizar a ginástica geral, o professor deve possibilitar que o aluno conheça o contexto cultural ao qual a ginástica foi criada, que ele possa entender as características e necessidades da época, que ele aprenda a refletir sem tomar um pré-julgamento, o aluno deve ainda vivenciar a ginástica respeitando a si e seus companheiros, compreendendo os gestos corporais enquanto elementos de sua cultura, que foram ressignificados e explorados na sua realidade. É necessário ainda que os alunos possam refletir sobre as diferentes manifestações da ginástica, adquirindo uma visão pluridimensional e cultural.

Segue abaixo propostas sobre as competências que o professor pode desenvolver em seus alunos ao longo do trabalho com a ginástica geral.

4.1.1 Dimensão conceitual

Saber sobre a origem, cultura e especificidades da ginástica geral, seus componentes históricos, epistemológicos e culturais.

Conhecer os diferentes tipos e manifestações corporais da ginástica geral, bem como seus conceitos, fundamentos e finalidades.

Compreender a ginástica geral enquanto linguagem corporal, prática corporal e manifestação cultural de uma sociedade.

4.1.2 Dimensão procedimental

Praticar diferentes tipos de manifestações corporais da ginástica geral, e seus fundamentos como: saltos, giros, piruetas, rolamentos, estrelas e malabares.

Vivenciar e participar de práticas gímnicas, desempenhando papel de criação, integração e colaboração.

Criar e apresentar coreografias com gestos gímnicos, pirâmides humanas e acrobacias.

4.1.3 Dimensão atitudinal

Refletir e respeitar as limitações e potencialidades do seu corpo e seus colegas.

Analisar e compreender a participação de diferentes grupos e culturas nas manifestações culturais e corporais.

Estimular a cooperação e respeito entre os participantes, valorizando a integração e participação de todos.

Ao escolher e definir o que ensinar e como ensinar, o professor pode explorar a ginástica por um semestre, dois ou até toda unidade de ensino, pensando principalmente no desenvolvimento das competências e habilidades dos seus alunos.

4.2 GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO

As ginásticas de condicionamento físico são práticas gímnicas direcionadas para a manutenção e compreensão do seu estado de saúde, controle da composição corporal e melhora do condicionamento físico. É de seu objetivo e característica despertar a conscientização sobre a prática de atividade física em prol da saúde (Machado e Lemos, 2029). Essa ginástica possui enquanto estrutura a prática sistematizada, direcionada para objetivos específicos dos praticantes, com intuito da melhora e manutenção do estado de saúde.

Pensando numa sociedade inativa, condicionada as redes sociais, esse saber é fundamental para provocar os discentes a mudanças em seus estilos de vida. Por meio da ginástica de condicionamento físico o professor pode estimular a prática regular de atividade física, pois, sua prática regular pode impactar em melhora da frequência cardíaca, diminuição dos níveis de estresse, fortalecimento da musculatura, melhora no quadro de ansiedade, melhora do sistema cardiovascular, além do controle da composição corporal.

São exemplos de ginástica de condicionamento físico: musculação, alongamentos, *crossfit*, ginástica aeróbica, ginástica de condicionamento físico, corridas, alongamentos, entre outros. O importante é compreender que são práticas sistematizadas, planejadas e organizadas com foco na manutenção e melhora do estado de saúde.

Na figura 3 é apresentado o que pode ser evidenciado enquanto componente corporal e os tipos de ginástica de condicionamento físico.

Figura 3: Fundamentos e modalidades da ginástica de condicionamento físico



Fonte: Autoria própria (2023)

Ela aborda as capacidades físicas e algumas modalidades de ginástica de condicionamentos, é necessário refletir que tais elementos e gestos devem estar relacionados com a cultura dos praticantes, serem desenvolvidos enquanto cultura corporal e principalmente contextualizados a realidade dos estudantes, visando a mudança no comportamento e valorização de um estilo de vida ativo e saudável.

4.3 TEMATIZANDO A GINÁSTICA DE CONDICIONAMENTO FÍSICO (GINÁSTICA AERÓBICA)

4.3.1 Dimensão conceitual

Conhecer a história, cultura e finalidade da ginástica aeróbica, pensando em suas ressignificações e variações ao longo dos tempos e contemporaneidade.

Entender os princípios, fundamentos e características da ginástica aeróbica, bem como sua relação com o condicionamento físico e melhora do quadro de saúde.

Compreender o potencial da ginástica aeróbica para a manutenção e melhora do quadro de saúde, visando um estilo de vida ativo, longo e funcional.

4.3.2 Dimensão procedimental

Praticar a ginástica aeróbica em suas variadas possibilidades, vivenciando fundamentos como: agachamento, rotações, giros, levantamento de carga, exercícios livres, coordenados e ritmados.

Executar gestos corporais inerentes a ginástica aeróbica, com saltos, coordenação motora, de média intensidade e padronizados.

Vivenciar, criar e apresentar seção de ginástica aeróbica com diferentes ritmos e intensidades, com variações de volume e intensidades.

4.3.3 Dimensões atitudinais

Analisar como a ginástica aeróbica contribui para melhora do estado de saúde e pode proporcionar a manutenção do quadro de saúde.

Refletir sobre o estilo de vida e tornar prática cotidiana a prática regular de atividade física, tomando como princípio a ginástica aeróbica.

Desenvolver criticidade sobre a necessidade de cuidar do seu corpo e sua saúde, tornando a ginástica condicionamento físico como estruturante na melhora de seu estilo de vida.

4.4 GINÁSTICA DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL

A ginástica de conscientização corporal é outra variação da ginástica, e nela é possível estimular o desenvolvimento da melhora da conscientização corporal, explorando o autocontrole e uma melhor percepção sobre nosso corpo, em dimensões físicas e mentais (Furtado, et al. 2022). Nessa ginástica, o professor pode explorar exercícios lentos, com intuito de refletir e compreender as potencialidade e dificuldades do nosso corpo.

Por meio dessa prática, os alunos aprendem a entender seus corpos, conseguem se perceber. Numa sociedade do trabalho, onde se valoriza cada vez mais o controle emocional e o cuidado com a saúde mental. A ginástica de conscientização corporal é fundamental na formação dos alunos, sendo um ótimo disparador para ações futuras.

Enquanto ginástica de conscientização corporal temos a automassagem, *yoga*, relaxamento, meditação, *tai chi chuan*, *pilates* e até a dança. O interessante e necessário é desempenhar a atividade com o objetivo e finalidade direcionada a consciência corporal.

A figura 4, elucida fundamentos e tipos de ginástica de conscientização corporal, nela é possível identificar o que pode ser trabalhado enquanto componente corporal e algumas modalidades de ginástica.

Figura 4: Fundamentos e tipos de ginástica de conscientização corporal



Fonte: Autoria Própria (2023)

Na figura 4 é possível destacar e identificar os gestos corporais e tipos de ginástica, perceber as variações corporais e modalidades que podem ser tematizadas, mostrando como a ginástica pode ser explorada e evidenciada em sala de aula.

Vale destacar que o intuito aqui é apresentar um caminho para o ensino com a ginástica, tendo como base, principalmente experiência e vivência com o ensino da Educação Física.

4.5 TEMATIZANDO A GINÁSTICA DE CONSCIENTIZAÇÃO CORPORAL (PILATES)

4.5.1 Dimensão conceitual

Conhecer e entender o *pilates* enquanto prática corporal, integrante do componente ginástica e manifestação cultural.

Saber os fundamentos, objetivos e finalidades do *pilates*, além de desenvolver conhecimento sobre a melhora da flexibilidade e consciência corporal.

Compreender como o *pilates* impacta na melhora da respiração, ajuda a correção postural, aumenta a flexibilidade e desenvolve o tônus muscular, fortalecendo e tonificando a musculatura corporal.

4.5.2 Dimensão procedimental

Praticar o controle da respiração torácica no processo de inspiração e expiração, estimulando a respiração do tórax superior, tórax inferior e expiração abdominal.

Trabalhar os fundamentos do movimento fluido, respiração, centramento, precisão, controle e concentração. Estimulando o autocontrole e desenvolvimento da percepção corporal.

Mentalizar e proporcionar o desenvolvimento da contrologia, desenvolver o corpo de maneira geral, viabilizar a correção postural, sensibilizar a vitalidade física e promover a melhora e manutenção do estado mental e espiritual.

4.5.3 Dimensão atitudinal

Refletir sobre a relevância dos cuidados como corpo e mente, tomando os princípios do pilates enquanto estilo de vida.

Mudar o comportamento e estilo de vida, adotando conduta e postura em prol da manutenção e melhora do condicionamento físico e quadro de saúde.

O ato de ensinar e aprender está intrinsecamente conectado a evolução da humanidade. Desde os primórdios busca-se encontrar os melhores caminhos para facilitar o processo de ensino e aprendizagem. Aqui aborde-se que a educação deve ser dinâmica e explorar o aluno em sua integralidade, enxerga-lo em suas multiplicidades. O professor deve pensar em como seu aluno aprende e assim, utilizar os meios e estratégias de acordo com o desenvolvimento de seus alunos. Pois, ensinar e aprender é um processo muito e contínuo exigindo de docente e discente grande harmonia.

No ensino médio a ginástica pode ser trabalhada numa série ampla, vasta e pluricultural de gestos corporais, possui em sua essência saberes que fomentam e potencializam a consciência corporal, o fortalecimento corporal, o lazer, a recreação, a educação e saúde. Aqui foram sugeridas três modalidades para o ensino médio, ginástica geral, ginástica de condicionamento físico e ginástica de conscientização corporal. Cabendo ao professor identificar os melhores mecanismos para a vivências da ginástica em seu contexto escolar.

A ginástica é unidade temática da Educação Física, que se faz presente nas escolas desde as primeiras orientações de práticas corporais no contexto escolar. Hoje, ela é cultura corporal do movimento, indispensável na formação dos alunos e devendo ser garantida pelos professores de Educação Física. Esta obra traz enquanto intenção viabilizar mais um meio de produção e trabalho com a ginástica.

REFERÊNCIAS

COSTA, A. R; GOMES, C P.. Ginástica geral na BNCC: Percepção de alunos de licenciatura em educação física. *Corpoconsciência*, p. 142-152, 2020. Disponível em <https://periodicoscientificos.ufmt.br/ojs/index.php/corpoconsciencia/article/view/9903> Acesso em 6 Jul 2023.

DE SOUZA, E. P. M. Ginástica geral: uma área do conhecimento da educação física. 1997. Tese de Doutorado. [sn]. Disponível em https://scholar.googleusercontent.com/scholar?q=cache:Kzq1LD0UrAcJ:scholar.google.com/+gin%C3%A1stica+geral&hl=pt-BR&as_sdt=0,5 Acesso em 01 Set 2023.

FURTADO, A. F. D. P. Arythuza et al. Inserção das ginásticas de conscientização CORPORAL NA ESCOLA. *Revista Mundo Acadêmico*, v. 1, n. 1, 2022. Disponível em < <https://publicacoes.uniesp.edu.br/index.php/15/article/view/62>> Acesso em 5 Jul 2023.

MACHADO, J. M. A. LEMOS, C. A. F. Ginástica de condicionamento físico na educação física escolar. Universidade Regional Integrada Do Alto Uruguai e Das Missões Departamento de Ciências da Saúde Curso de Educação Física Campus de Santo Ângelo, p. 36. 2019.

KOEPSSEL, E. C. N.; G., SANDRA R. D. O; CZERNISZ, E. C D. S.. A tríade da reforma do ensino médio brasileiro: Lei nº 13.415/2017, BNCC e DCNEM. *Educação em Revista*, v. 36, n. 1, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/edur/a/WzZ7F8ztWTshJbyS9gFdddn/?format=pdf> Acesso em 4 Jul 2023.

RODRIGO, L. M. Filosofia em sala de aula: teoria e prática para o ensino médio. Autores Associados, 2021. Disponível em https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=zghUEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT7&dq=o+ensino+m%C3%A9dio&ots=YM7e3UxNCC&sig=qmoi1Uo22xoYACs0wKNpXy81h_k#v=onepage&q=o%20ensino%20m%C3%A9dio&f=false Acesso em 4 Jul 2023.

REALIZAÇÃO:

SEVEN
publicações acadêmicas

ACESSE NOSSO CATÁLOGO!



WWW.SEVENEVENTS.COM.BR

CONECTANDO O **PESQUISADOR** E A **CIÊNCIA** EM UM SÓ CLIQUE.