



## A GINÁSTICA SENDO ABORDADA COM ALUNOS DOS ANOS FINAIS DO ENSINO FUNDAMENTAL NO PERÍODO PANDÊMICO

**Gustavo Henrique Novais Nogueira** (FEF/PIBID/UFMT) - [F12gustavo@hotmail.com](mailto:F12gustavo@hotmail.com)  
**Murilo José Macedo Martins** (FEF/PIBID/UFMT) - [Murilomartins18@hotmail.com](mailto:Murilomartins18@hotmail.com)  
**Ana Carrilho Romero Grunnenvaldt** (FEF/PIBID/UFMT) - [anacarrilho12@yahoo.com.br](mailto:anacarrilho12@yahoo.com.br)  
**Edgar Soares Da Silva Prado** (FEF/PIBID/UFMT) – [edgarneto.s@hotmail.com](mailto:edgarneto.s@hotmail.com)  
GT 1: CULTURAS ESCOLARES E LINGUAGENS

**Resumo:** A ginástica faz parte do currículo escolar, temática presente na Base Nacional Comum Curricular e na referência curricular do Estado de Mato Grosso. Diante disso, o objetivo do presente trabalho, é relatar as experiências vividas em relação a ginástica durante um breve período do projeto, para alunos do 6º e 8º ano do ensino fundamental. Tendo como base, livros e artigos relacionados a essa área, sendo coordenado por um supervisor e um professor do projeto PIBID.

**Palavras-chave:** Relato de experiência. Ginástica. Educação física escolar.

### 1 Introdução

A princípio a Educação Física e Ginástica eram tratadas como uma só, pois ambas eram consideradas apenas uma prática com fins para os interesses público, privado, militar ou social, todavia, nos dias de hoje podemos ver um olhar mais crítico relacionado à Educação Física, onde podemos notar que de fato não é só praticar por praticar, mas compreender a necessidade do cunho pedagógico que esta unidade temática apresenta. Com a divisão da Educação Física e Ginástica podemos notar as suas subdivisões, onde temos ginástica laboral, de condicionamento físico, de conscientização corporal, ginástica geral, ginástica rítmica, ginástica artística, tudo está vinculado a prática e a expressão corporal.

Podemos compreender a Educação Física como uma prática pedagógica, que abordada no âmbito escolar trás atividade expressivas corporais, uma delas é a ginástica, onde com a prática e o ensino da mesma pode trazer benefícios para o corpo e a mente dos praticantes. Bom, de acordo com o que Oliveira diz, os benefícios que a prática de atividade física pode trazer para a saúde foi um elemento decisivo para a inclusão da Educação Física como disciplina escolar (OLIVEIRA, 1985 apud COSTA et al, 2016).

Assim a promoção da ginástica nas aulas de educação física traz ao aluno não só um aumento em seu repertório motor, mas também promove a saúde e conscientização corporal, tendo em vista que a mesma seja trazida como uma prática pedagógica organizada e esquematizada, não apenas aquele fazer por fazer, mas sim, entender os movimentos e seus benefícios, as etapas da história da ginástica e como chegou a ser o que é hoje.

De acordo com o Documento de Referência Curricular de Mato Grosso (2018), a ginástica é pouco disseminada no contexto escolar, por motivos de infraestrutura nas unidades de ensino e também por falta de equipamentos, todavia não são motivos para não inseri-las nas aulas de educação física escolar, tendo em vista que assim como os esportes ela pode ser adaptada, pois boa parte de seus movimentos estão presente no cotidiano dos alunos, por exemplo saltos, giros e brincadeira que exigem equilíbrio (MATO GROSSO, 2018, p.145).

Diante do momento em que vivemos, as metodologias usadas para apresentação desta temática são limitadas, e às vezes, conteúdos que precisam da prática, são apresentados somente teoricamente. Em vista disso, passando para uma parte mais específica, e retratando essa parte como exemplo. A ginástica de condicionamento corporal, no qual engloba aspectos físicos de uma pessoa, acarretando no bem-estar, são apresentados para os alunos de forma que sejam compreensíveis, para que eles possam e se quiserem reproduzir em casa, da melhor maneira/forma possível. Por fim, iremos disseminar em relação à temática, os contextos que são apresentados no ensino fundamental 2, e como esses contextos de ginásticas são apresentados.

No ensino fundamental é importante a diversidade de conteúdo e modalidades a serem passadas, pois é notório que essa diversidade de conteúdo faz com que o aluno possa se encontrar naquele conteúdo que melhor se encaixa, assim eliminando possíveis exclusões e discriminações. E se tratando de ginásticas, não há só aquele foco em competições, pois dentro das modalidades de ginástica há diversas possibilidades de prática, cooperativa, para melhora no condicionamento físico, esportiva, entre outras. Assim fugindo daquele estereótipo relacionado à educação física escolar e o “quarteto” (Futsal, basquetebol, Voleibol e handebol), promovendo aos alunos aulas diversificadas que trazem conteúdo que se encontram ausentes das aulas.

Frente aos novos meios de ensino/aprendizagem foram necessárias novas metodologias de ensino para serem utilizadas por nós integrantes do PIBID (Projeto Institucional de Bolsa a Iniciação a Docência), um dos temas abordados nas aulas que ministramos foi a Ginástica, em

especial às Ginástica de conscientização corporal e condicionamento Físico, apesar de seu contexto histórico, para o ensino da mesma exige que haja a experimentação/vivência da mesma, assim para que os alunos compreendam o conteúdo a metodologia foi adaptada para a inserção da ginástica, logo o objetivo do presente trabalho relatar os caminhos de planejamento e metodologias utilizadas nas aulas ministradas no PIBID, que abordavam o conteúdo de ginástica.

## **2 Desenvolvimento**

Para a elaboração e construção do presente trabalho, foram analisados os vídeos das aulas remotas gravadas ministrados pela dupla “Gustavo e Murilo”, onde foi observado os meios que foram usados para conseguir que os alunos compreendessem o conteúdo. Também foi relatado os encontros realizados pela dupla para construção e planejamento das aulas, onde foram utilizados livros dos autores Darido (2019) e Oliveira; Palma; Palma (2015), vídeos, a Base Nacional Comum Curricular - BNCC e os Documentos de Referência Curricular do Estado de Mato Grosso - DRC-MT.

Ao visualizarmos os documentos curriculares percebemos que o conteúdo chamado de unidade temática, ginástica, é subdividido em todos os anos letivos, para uma melhor inserção do aluno em relação à temática. Portanto, as diversidades e características são apresentadas para os alunos de forma compreensível, buscando aprimorar o conhecimento dos mesmos, fomentando e disseminando os conteúdos pouco pautados na sociedade.

Em um primeiro momento, aconteceu o planejamento de todo o conteúdo que iremos apresentar, no qual, fosse da melhor maneira possível a compreensão de todos os alunos. Em vista disso, o professor supervisor do PIBID Educação Física, ajudou na estrutura e na formatação da temática especificando os assuntos relacionados à ginástica.

Seguindo os aspectos retratados no parágrafo anterior, passando para a próxima etapa, em relação ao contexto geral, apresentamos e interagimos com os alunos. No qual, fazendo a aula um pouco mais diversificada, tendo contribuições, sendo elas dúvidas ou vivências dos alunos em relação à temática. Propriamente, conhecimentos que poderão ser disseminados futuramente, benefícios que os ajudam a melhorar aspectos físicos e mentais em relação à sociedade, seguindo perspectivas de embasamentos filosóficos.

Diante disso, as interações e conteúdos apresentados foram bastante ricos relacionados à ginástica como um todo. As propostas aplicadas foram bastante interativas e possibilitaram um olhar diferente do conteúdo para os alunos.

A organização e planejamento dos conteúdos foram pensadas em abordar os aspectos históricos, sociais, técnicos e sugestões de vivências que se configuraram em sugestões de práticas que os alunos poderiam realizar em casa. Para tanto, a leitura e pesquisa nos livros didáticos pedagógicos que organizam e sugerem um caminho pedagógico, não com intuito de receita, mas de orientação e proposição, foi nosso ponto de partida estruturarmos as aulas.

Como o que está explícito na BNCC, o conteúdo de ginástica para o 6º, 7º e 8º são as ginásticas de conscientização corporal e de condicionamento físico, dessa forma, como habilidade prevista buscamos desenvolver a ginástica de condicionamento físico que está correlacionada ao universo das capacidades físicas, como a flexibilidade, força, resistência cardiovascular, equilíbrio, agilidade, coordenação motora e velocidade, assim como as promover a saúde, compreender e aplicar o conceito de qualidade de vida.

A partir do objeto de conhecimento ginástica de conscientização corporal, selecionamos duas práticas sociais inseridas nesta temática, a saber o yoga e o pilates. Tais conteúdos, partiram do mesmo princípio pedagógico anterior. Desse modo, abordamos o yoga e o pilates a partir de suas caracterizações históricas-sociais, técnicas (*modus operandis*) e possibilitamos sugestões de vivências em casa (OLIVEIRA; PALMA; PALMA, 2015).

O yoga em específico trabalha a respiração, assim realizando exercícios com o controle da respiração, como por exemplo o hot yoga que promove melhoria na saúde do praticante. Ao longo das aulas passamos vídeos e fotos que demonstravam posições do yoga, e podemos ver que, não só nesse momento pandêmico, mas em todos os momentos da vida que atividades que promovem o bem estar e a saúde podem ajudar na recuperação, profilaxia e melhora na qualidade de vida. Assim as aulas eram voltadas a movimentos do yoga que buscavam o aumento da flexibilidade, técnicas de respiração e exercícios que beneficiam a saúde.

Um ponto a se refletir é que, os obstáculos em inserir a ginástica na educação física escolar mesmo com o meio de ensino virtual não foram empecilhos, pois através dos vídeos, fotos e slides foi possível trazer os movimentos práticos das ginásticas, explicar como realizá-los e seus benefícios para saúde.

### **3 Considerações Finais**

Através das aulas ministradas no projeto PIBID, com as etapas de planejamentos, com a metodologia utilizada para adaptar o conteúdo ao cenário atual, foi possível notar que os obstáculos apontados a princípio, a respeito da introdução da ginástica como conteúdo pedagógico nas aulas de educação física foram descartados, através de adaptações feitas para inserção do conteúdo, assim podemos descartar esses obstáculos, pois como foi apontado é uma prática que além de trazer benefícios à saúde promove uma diversificação no conteúdo escolar, assim acabando com possíveis discriminações nas aulas, promovendo a inclusão e aperfeiçoando do repertório dos alunos a respeito de atividades que beneficiam a saúde. Assim como eliminando aquele estereótipo sobre o “quarteto” nas aulas de educação física escolar.

### **4 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, 2018.

COSTA, Andrize Ramires; MACIAS, Céres Cemírames de Carvalho; FARO, Carmen Lilia da Cunha; MATTOS, Lucília. **Ginástica na escola: Por onde ela anda professor?**. Campinas, SP. 2016.

MATO GROSSO. Ministério da Educação. **Anos Finais - Documento de Referência Curricular de Mato Grosso**. Mato Grosso, 2018.

MATO GROSSO. **Documento de referência curricular para Mato Grosso – Ensino Fundamental Anos Finais**. Mato Grosso, 2018.

DARIDO, Suraya Cristina. **Práticas Corporais, Educação Física, 6º a 9º anos**. Manual do Professor. Editora Moderna, 2019.

OLIVEIRA, A. A. B; PALMA, J. A. V; PALMA, A. P. T. V; **Educação Física e a organização curricular: Educação Infantil, Ensino Fundamental e Ensino Médio**. Londrina: Eduel, 2015.