



Projeto de Extensão “Elementos Artísticos e Corporais da Ginástica Rítmica”

Extension Project “Artistic and Corporal Elements of Rhythmic Gymnastics”

Diogo Antonio Seron Junqueira Amorim¹, Sônia Maria Rodrigues²

RESUMO

A ginástica rítmica é uma modalidade desportiva que combina elementos de dança, música e habilidades acrobáticas com o manuseio de aparelhos como arco, bola, maçãs, corda e fita. Esta atividade demanda e, portanto, desenvolve habilidades técnicas, mas também expressão artística. O projeto oferta aulas de ginástica rítmica para crianças e adolescentes na faixa etária de 5 à 17 anos de idade do município de Cornélio Procópio, utilizando a modalidade com fins de complementar o desenvolvimento artístico e corporal dos participantes. As atividades são desenvolvidas e aplicadas por alunos dos cursos de graduação em engenharia da UTFPR-CP, que atuam como monitores voluntários. Assim, por meio de atividades semanais baseadas em necessidades elementais da ginástica, tivemos a oportunidade de aprimoramento das habilidades cognitivas, motoras e sociais. Os alunos foram expostos a práticas que desafiassem sua consciência corporal, flexibilidade, força, criatividade, expressão, foco e trabalho em grupo. Os resultados obtidos em oito meses de atividades mostram não só uma incrível evolução nas habilidades competentes a GR, dos participantes, como também uma melhora na desenvoltura social e comunicativa dos mesmos.

PALAVRAS-CHAVE: Artísticos. Atividades. Corporais.

ABSTRACT

Rhythmic gymnastics is a sport that combines elements of dance, music and acrobatic skills with the use of equipment such as a bow, ball, clubs, rope and ribbon. This activity demands and therefore develops technical skills, but also artistic expression. The project offers rhythmic gymnastics classes for children and adolescents aged 5 to 17 years old in the municipality of Cornélio Procópio, using the modality to complement the artistic and physical development of the participants. The activities are developed and implemented by students from undergraduate engineering courses at UTFPR-CP, who act as volunteer monitors. Thus, through weekly activities based on elementary gymnastics needs, we had the opportunity to improve cognitive, motor and social skills. Students were exposed to practices that challenged their body awareness, flexibility, strength, creativity, expression, focus and group work. The results obtained in eight months of activities show not only an incredible evolution in the participants' GR competent skills, but also an improvement in their social and communicative resourcefulness.

KEYWORDS: Artistic. Activities. Corporals.

INTRODUÇÃO

A Ginástica Rítmica mais conhecida como GR, é uma modalidade esportiva que demanda não apenas habilidades técnicas, mas também uma expressão artística única por parte das ginastas. Para Palmer (2003), a Ginástica Rítmica, além de contribuir com o desenvolvimento das habilidades motoras e capacidades físicas exigidas pela modalidade, estimula o ritmo, a criatividade e a expressão corporal.

¹ Bolsista do(a) PIBEX. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Cornélio Procópio, Paraná, Brasil. E-mail: diogoamorim@alunos.utfpr.edu.br. ID Lattes: não se aplica.

² Docente no Departamento Acadêmico de Ciências Humanas e Sociais. Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Cornélio Procópio, Paraná, Brasil. E-mail: soniamaria@utfpr.edu.br. ID Lattes: 0427580723751043.



A Ginástica Rítmica envolve movimentos do corpo e de dança, realizados com música e combinadas com o manejo de aparelhos próprios, corda, arco, bola, maçãs e fita (FIG, 2009).

No cenário atual, a execução de movimentos de alta qualidade nesse esporte está intrinsecamente ligada a uma série de fatores, que impactam o desempenho das atletas, o rigoroso treinamento, a alimentação adequada e até o descanso proporcional.

Segundo Oliveira e Porpino (2010), a Ginástica Rítmica, ao longo do tempo, evoluiu para se tornar um fenômeno cultural multifacetado, mas é crucial refletir sobre seu papel educacional, especialmente no contexto da Educação Física Escolar. O autor também afirma que, ao alcançar os objetivos dessa atividade esportiva, encontra-se a exploração aprofundada do aspecto rítmico, e suas implicações na formação completa do ser humano (aspectos motores, físicos, emocionais e cognitivos), chegando a um resultado natural. É importante que os praticantes da modalidade reconheçam esse esporte, como um fenômeno sociocultural que vai além dos movimentos rítmicos, contribuindo para uma compreensão mais profunda do ritmo em contextos mais amplos.

O ensino da Ginástica Rítmica deve ir além da busca por talentos esportivos para a competição, deve também refletir sobre o seu papel para o desenvolvimento pessoal de quem a pratica. No entanto, é importante adaptar abordagens pedagógicas para integrar esse esporte como uma ferramenta de ensino, sem desconsiderar a sua essência técnica na execução dos movimentos. Nesse contexto, a GR desempenha um papel de empoderamento, transformando os corpos das ginastas e conferindo-lhes autoridade na instituição de novos conhecimentos.

A Ginástica Rítmica dentro da Universidade Tecnológica Federal do Paraná Campus Cornélio Procópio (UTFPR-CP), traz um olhar para os Elementos Artísticos e Corporais da modalidade, contribuindo assim com o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) onde diz que:

“[...] é dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária” (ECA, Artigo 4º, Lei nº 8.069, 1990).

Por meio dessa proposta, a UTFPR-CP corrobora no cumprimento dos direitos da criança e do adolescente, no tocante à saúde, ao esporte e principalmente a cultura, no que diz respeito aos elementos artísticos e corporais da GR. Ressalta-se ainda a contribuição por meio das atividades do projeto quanto à educação, a dignidade, ao respeito e a liberdade, melhorando com isso o convívio familiar e no contexto ao qual os participantes estão inseridos.

MATERIAIS E MÉTODOS

Os materiais utilizados no projeto são composto de 192 placas de tatame (1x1x 0,04m), 2 colchões para amparo de quedas no giros (1x2x20cm), colchonetes, figuras recortadas em EVA para trabalhar expressões faciais e corporais, caixa de som e *pendrive*, aparelhos montados e utilizados de acordo com a necessidade da aula. Tendo como ambientes disponíveis: a quadra desportiva, a sala de dança e o centro de convivência da UTFPR-CP.

Os participantes são crianças do município de Cornélio Procópio, da rede municipal, estadual e particular de ensino. As mesmas são divididas em cinco turmas, com aulas duas



vezes por semana. Onde quatro turmas são separadas conforme faixa etária, e uma turma com diferentes faixas etárias, com atividades que possam ser aplicadas aos participantes de maneira que não exclua ninguém. As turmas foram organizadas conforme a quadro 1.

Quadro 1 - distribuição das turmas de GR.

TURMA	VAGAS	FAIXA ETÁRIA	DIAS DA SEMANA	HORÁRIO
1	30	05 a 07 anos	3ª e 5ª feiras	9h às 10h
2	30	08 a 10 anos	3ª e 5ª feiras	13h30 às 14h30
3	30	11 a 13 anos	3ª e 5ª feiras	14h30 às 15h30
4	30	14 a 17 anos	3ª e 5ª feiras	15h30 às 16h30
5	20	08 a 17 anos	2ª, 4ª e 6ª feiras	16h30h às 17h30h

FONTE: Autoria própria, 2023.

A metodologia utilizada no projeto, se dá por meio de pesquisa e preparação das atividades a serem desenvolvidas. Todas as atividades são práticas (figura 1), com explicações teóricas aplicadas.

Figura 1: Quadro de atividades desenvolvidas no projeto

Aquecimento e trabalho de solo, centro e diagonais	Atividade de Expressão Corporal	Saltitos, giros, circundações
Atividade para desenvolver habilidades artísticas por meio do teatro	Exercícios de flexibilidade, ponte, onda	Saltos, quedas
Atividade para desenvolver habilidades em elaboração de rotinas coreográficas	Atividades recreativas para trabalhar lateralidade, coordenação motora	Composição coreográfica elaborada pelos monitores e participantes do projeto

FONTE: Autoria própria, 2023.

Desde a pesquisa, até a elaboração das atividades são realizadas pelos monitores voluntários, que são alunos dos cursos de engenharia que compõem a equipe executora do projeto. Também é de responsabilidade dos monitores a elaboração de material para divulgação, fichas de inscrições, termo de uso de imagem, assim como qualquer material que auxilie no desempenho didático pedagógico dos participantes.

Apesar da evidente necessidade de flexibilidade para a execução da maioria dos movimentos da ginástica, a elaboração do planejamento de aula semanal considerou de forma congruente e equivalente as competências da área artística, consciência corporal e principalmente foco.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Como resultado, o projeto prevê que os participantes consigam ao final do mesmo a melhoria da execução e autonomia na formação de rotinas individuais e em conjunto para apresentações com excelência.



Porém, se tornou notável, que além desses fatores, as crianças e adolescentes estão atingindo uma desenvoltura artística, corporal e social muito maior do que o esperado. Integrantes com dificuldade em socialização e comunicação retraída, até o momento mostram-se mais comunicativas e integradas com os outros participantes.

CONCLUSÃO

Conclui-se que o repertório dentro do trabalho de ensino da ginástica rítmica, ainda há uma vastidão de possibilidades a serem desvendadas, principalmente no que diz respeito aos elementos artísticos e corporais da modalidade, e que se vista sob o prisma da GR como atividades de recreação e lazer há muito o que se pesquisar.

Diante disso, a importância do projeto dentro da universidade é de suma relevância para o município, gerando a integração do meio acadêmico com a comunidade à qual esta inserida.

Agradecimentos

À Deus em primeiro lugar, por proporcionar esta oportunidade, à UTFPR-CP por apoiar o projeto e garantir os meios pelos quais possa ser executado. Agradeço também à Prof^a Ma. Sônia Maria Rodrigues, coordenadora do projeto e orientadora do presente artigo.

Conflito de interesse

Não há conflito de interesse.

REFERÊNCIAS

Artigo 4 da Lei nº 8.069 de 13 de Julho de 1990. Disponível em:

<<https://www.jusbrasil.com.br/topicos/10619550/artigo-4-da-lei-n-8069-de-13-de-julho-de-1990>>. Acesso em: 31 ago 2023.

FEDERATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE. Code de pointage - gymnanstique rythmique (2009 - 2012). Paris, 2009.

OLIVEIRA, G. M.; PORPINO, K. O. **Ginástica rítmica e educação física escolar: perspectivas críticas em discussão.** *Pensar a Prática*, Goiânia, v. 13, n. 2, p. 118, maio/ago 2010.

PALMER, H. C. **Teaching Rhythmic Gymnastics: A Developmentally Appropriate Approach.** Champaign: Human Kinetics, 2003.