



UEPB

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I – CAMPINA GRANDE
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA
CURSO DE GRADUAÇÃO EM BACHARELADO EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

IARA FERREIRA DOS SANTOS

IMITANDO E APRENDENDO: A GINÁSTICA RÍTMICA NA INFÂNCIA

**CAMPINA GRANDE - PB
2024**

IARA FERREIRA DOS SANTOS

IMITANDO E APRENDENDO: A GINÁSTICA RÍTMICA NA INFÂNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Orientador: Prof^a. Ma. Morgana Guedes Bezerra.

**CAMPINA GRANDE - PB
2024**

É expressamente proibida a comercialização deste documento, tanto em versão impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que, na reprodução, figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237i Santos, Iara Ferreira dos.
Imitando e aprendendo [manuscrito] : a ginástica rítmica na infância / Iara Ferreira dos Santos. - 2024.
25 f. : il. color.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2024.

"Orientação : Prof. Ma. Morgana Guedes Bezerra, Departamento de Educação Física - CCBS".

1. Ginástica rítmica. 2. Desenvolvimento infantil. 3. Ensino-aprendizagem lúdico. I. Título

21. ed. CDD 796.44

IARA FERREIRA DOS SANTOS

IMITANDO E APRENDENDO: A GINÁSTICA RÍTMICA NA INFÂNCIA

Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado ao Departamento do Curso de Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

Aprovada em: 19/11/2024.

BANCA EXAMINADORA

Documento assinado eletronicamente por:

- **Morgana Guedes Bezerra** (***.758.794-**), em **28/11/2024 09:23:46** com chave **9d25974cad8311ef97ea1a1c3150b54b**.
- **Diego Vinicius Duarte Cavalcante** (***.591.754-**), em **28/11/2024 15:01:44** com chave **d3d51130adb211efa6051a1c3150b54b**.
- **Tais Feitosa da Silva** (***.114.624-**), em **28/11/2024 10:00:46** com chave **c85aeef8ad8811ef81242618257239a1**.

Documento emitido pelo SUAP. Para comprovar sua autenticidade, faça a leitura do QrCode ao lado ou acesse https://suap.uepb.edu.br/comum/autenticar_documento/ e informe os dados a seguir.

Tipo de Documento: Termo de Aprovação de Projeto Final

Data da Emissão: 28/11/2024

Código de Autenticação: 11e917



Aos meus pais, pilares da minha vida, que me proporcionaram todas as condições para alcançar meus sonhos, DEDICO.

“A arte começa onde a criança começa a jogar.” (Friedrich Froebel)

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 –	Classificação das turmas e metodologia adotada durante as aulas	15
Figura 2 –	Crianças realizando o exercício "caminhada do caranguejo" na ginástica rítmica	17
Figura 3 –	Exercícios de flexibilidade feitos por crianças durante a aula de ginástica rítmica	18
Figura 4 –	Criança completando o movimento da ponte frontal, posição em que apoia as mãos e os pés no chão, elevando o tronco e criando um arco com o corpo	19
Figura 5 –	Tentativas de crianças em realizar o salto do sapo, fortalecendo as pernas e melhorando a progressão	19

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

CBG Confederação Brasileira de Ginástica

FIG Federação Internacional de Ginástica

GR Ginástica Rítmica

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	10
2 REFERENCIAL TEÓRICO	10
3 MÉTODOS.....	13
3.1 Caracterização do cenário de estágio	14
4 ALÉM DO MOVIMENTO: A GINÁSTICA RÍTMICA E O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DA CRIANÇA	15
4.1 Dominando a Ginástica Rítmica passo a passo	15
4.2 Sobre o desenvolvimento das aulas.....	20
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS	21
REFERÊNCIAS	23

IMITANDO E APRENDENDO: A GINÁSTICA RÍTMICA NA INFÂNCIA IMITATING AND LEARNING: RHYTHMIC GYMNASTICS IN CHILDHOOD

Iara Ferreira dos Santos^{1*}

RESUMO

A Ginástica Rítmica (GR), uma modalidade que harmoniosamente conjuga elementos da dança, da música e da manipulação de aparelhos, apresenta um vasto potencial pedagógico para o desenvolvimento integral da criança. A prática tradicional, no entanto, é caracterizada frequentemente por métodos repetitivos e pouco atrativos, tem limitado seu apelo para as crianças. Diante desse cenário, a presente pesquisa busca relatar a prática pedagógica da Ginástica Rítmica, propondo a implementação da ludicidade como eixo central do processo de ensino-aprendizagem. A literatura sobre o desenvolvimento infantil destaca a importância do brincar como ferramenta pedagógica, capaz de favorecer a aquisição de habilidades motoras, cognitivas e sociais. Com base nessa premissa, este estudo descritivo detalha uma vivência prática realizada durante um estágio curricular em um clube de ginástica rítmica com o objetivo de relatar a experiência com crianças de 6 a 11 anos. A partir do aprendizado experimental, a pesquisa explorou o potencial da brincadeira como ferramenta pedagógica no ensino dessa prática esportiva para os pequenos. Os resultados obtidos demonstram que a utilização de elementos lúdicos no processo de ensino-aprendizagem facilita significativamente a aquisição de habilidades motoras básicas e a manipulação de aparelhos característicos da modalidade. Ademais, a brincadeira proporcionou um ambiente de aprendizagem mais prazeroso e estimulante, contribuindo para o desenvolvimento integral das crianças.

Palavras-Chave: ginástica rítmica; desenvolvimento infantil; lúdico.

ABSTRACT

Rhythmic Gymnastics (GR), a modality that harmoniously combines elements of dance, music and the manipulation of apparatus, has a vast pedagogical potential for the integral development of children. Traditional practice, however, is often characterized by repetitive and unattractive methods, which has limited its appeal to children. Given this scenario, this research seeks to reporter the pedagogical practice of Rhythmic Gymnastics, proposing the implementation of playfulness as the central axis of the teaching-learning process. The literature on child development highlights the importance of play as a pedagogical tool, capable of favoring the acquisition of motor, cognitive and social skills. Based on this premise, this

^{1*} Graduanda em Educação Física pela Universidade Estadual da Paraíba, iarafsanos15@gmail.com.

descriptive study details a practical experience carried out during a curricular internship at a rhythmic gymnastics club with the objective of reporting the experience with children aged 6 to 11. Based on experimental learning, the research explored the potential imitation as a pedagogical tool in teaching this sports practice to children. The results obtained demonstrate that the use of playful elements in the teaching-learning process significantly facilitates the acquisition of basic motor skills and the manipulation of equipment characteristic of the sport. Furthermore, play provided a more enjoyable and stimulating learning environment, contributing to the children's comprehensive development.

Keywords: rhythmic gymnastics; child development; playful.

1 INTRODUÇÃO

No cenário nacional da Ginástica Rítmica (GR), o Campeonato Brasileiro destaca-se como o ápice das disputas, reunindo ginastas desde os nove anos em um festival de alto nível técnico (CBG, 2019). A GR, reconhecida como modalidade oficial pela Federação Internacional de Ginástica (FIG) e presente no programa olímpico, caracteriza-se pela correlação harmoniosa entre corpo, música e aparelhos (FIG, 2024). Dessarte, um esporte que vai além da simples execução de movimentos técnicos e específicos.

Conforme dados da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), observa-se um crescimento expressivo no número de praticantes de Ginástica Rítmica no Brasil nos últimos anos. Entre 2010 e 2020, este crescimento foi de 30% no número de filiados à entidade, demonstrando um aumento significativo na ingressão da modalidade.

Segundo a Federação Internacional de Ginástica (2009), a Ginástica Rítmica envolve movimentos do corpo e da dança, realizados com música e combinadas com o manejo de aparelhos próprios como corda, arco, bola, maçãs e fita. Os elementos corporais são a base indispensável dos exercícios individuais e de conjuntos. A Ginástica Rítmica caracteriza-se pela exigência motora e um nível de técnica elevada decorrente da própria evolução do esporte.

Com sua peculiar combinação de dança, ginástica e música, a Ginástica Rítmica emerge como uma prática fundamental para o desenvolvimento holístico da criança. Essa modalidade esportiva, além de ser uma atividade física prazerosa, proporciona inúmeros benefícios, contribuindo de forma significativa para o aprimoramento das capacidades físicas, cognitivas, sociais e emocionais. Ao aliar movimento, ritmo e expressividade, a ginástica rítmica estimula o desenvolvimento motor, a coordenação, a flexibilidade e a força muscular, ao mesmo tempo em que favorece a concentração, a memória, a criatividade e a autoestima.

Diante do apresentado, o presente trabalho visa relatar uma experiência pedagógica com crianças em idade escolar envolvidas em um programa de ginástica rítmica. A pesquisa tem como objetivo específico demonstrar como a adoção de uma abordagem lúdica, enquanto metodologia pedagógica, pode contribuir significativamente para a formação integral das crianças, aprofundando a compreensão sobre o papel do lúdico nesse objetivo.

A utilização de jogos e brincadeiras, ou seja, a adoção de uma abordagem lúdica, tem se mostrado um recurso pedagógico de grande valia no desenvolvimento das habilidades motoras básicas na ginástica rítmica. Essa prática reforça a necessidade de transcender os modelos tradicionais de ensino e evidencia a eficácia da ludicidade como ferramenta pedagógica, especialmente na fase de iniciação esportiva de crianças.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A Ginástica Rítmica, como aponta Caçola (2007), é um veículo poderoso para o desenvolvimento integral, uma vez que, ao exigir a combinação de habilidades físicas e expressivas, promove o aprimoramento de competências como coordenação, força, flexibilidade e criatividade.

De acordo com a Federação Internacional de Ginástica (FIG), a ginástica rítmica (GR) é uma modalidade presente no programa olímpico, que trabalha com a interação entre a música, o corpo e os aparelhos manuais como: a corda, arco, bola,

maças e fita. Palmer (2003) complementa, afirmando que pode ser praticada a prova de maneira individual ou em conjunto. As possibilidades são vastas e as crianças, utilizando sua criatividade inata e poder de imaginação, manipulam os dispositivos de diversas maneiras, explorando formas inovadoras e divertidas.

Para Alonso (2004), a Ginástica Rítmica é uma das modalidades privilegiadas que beneficia habilidades motoras bem próximas da cultura corporal, encontradas nas brincadeiras e nos jogos infantis, favorecendo desde os cinco anos de idade a possibilidade de vivências motoras na GR sem que estejam iniciando precocemente na habilidade.

No que se concerne a esse tipo de ginástica, a própria se destaca como um esporte completo, ocasionando aos seus praticantes um amplo leque de benefícios que excedem o aspecto físico. A GR oferece uma área rica em oportunidades de movimento, contribuindo para o desenvolvimento integral e absoluto do indivíduo. Além disso, a sua combinação única do corpo e materiais permite a execução de coreografias expressivas, tanto individualmente quanto em equipe.

A Ginástica Rítmica (GR) oferece um ambiente propício para o desenvolvimento integral da criança, especialmente na primeira infância. A manipulação livre dos aparelhos estimula a criatividade e a exploração corporal, favorecendo o desenvolvimento natural das capacidades motoras e a coordenação. Dessa forma, ao proporcionar uma experiência lúdica e livre de pressões, a GR contribui para o crescimento saudável e harmônico da criança, sem a imposição de habilidades específicas desde o início.

Em concordância com Greco e Benda (2001), os métodos de aprendizagem tradicionais limitam a aquisição de conhecimento completo pelos alunos. A apresentação prática do professor, com ações padronizadas e sem liberdade para adaptar as técnicas à realidade, impede a absorção da teoria de maneira prazerosa e espontânea. Considerando que para Caçola (2007), ao iniciar uma atividade de aprendizagem na ginástica rítmica deve-se atentar aos seus objetivos de uma preparação a longo prazo para que se possa regular a prática de aprendizagem a eles.

Como já mencionado anteriormente, o método tradicional de ensino, muitas vezes caracterizado por aulas repetitivas e focadas em técnicas mecânicas, apresenta diversas falhas que impedem o desenvolvimento integral dos alunos. Essa estratégia ultrapassada limita a criatividade, a autonomia e o prazer pela prática esportiva, criando um ambiente de aprendizado monótono e desmotivador.

As aulas de ginástica rítmica tradicionais, por vezes engessadas em métodos repetitivos e pouco atrativos, deixam de explorar o potencial completo da disciplina e despertam o desinteresse dos alunos. É preciso romper com essa constância e buscar novas abordagens que tornem as aulas mais dinâmicas, engajadoras e significativas.

A iniciação em diferentes esportes tem sido um tema amplamente discutido dentro da Educação Física, não diferente para Ginástica Rítmica (GT). Segundo as ideias de Greco e Benda (2001), os educandos não conseguem compor as estratégias de aprendizado clássicas com o conhecimento propriamente teórico. Além disso, uma parcela significativa do tempo é alocada ao ensino da técnica, deixando as aulas monótonas e repetitivas. Conseqüentemente, todos estes aspectos levam a repensar a prática da iniciação nas modalidades, visando estimular nas crianças o interesse pela prática desportiva e pela atividade física.

Conforme pesquisa de Sampaio e Valentine (2015), o ensino da Ginástica Rítmica acompanha metodologias tradicionalmente conhecidas na iniciação

esportiva. Procedimentos convencionais de ensino são centrados na figura do professor que direciona instruções sobre as atividades motoras; estabelece as metas a serem alcançadas pelo grupo e as regras de convivência durante a prática motora. Embora as abordagens clássicas ainda dominem a iniciação esportiva, métodos inovadores que valorizam a independência e impulsionam o entusiasmo pela aprendizagem têm ganhado relevância nos últimos anos.

Em diversos setores da atuação humana, persistem costumes passados que, mesmo diante de constantes questionamentos, demonstram resistência às transformações. No que se diz respeito ao ensino da ginástica, mais especificamente da Ginástica Rítmica, a busca por práticas pedagógicas mais eficazes ainda representa um grande obstáculo, principalmente devido à consolidação de algumas metodologias provenientes do treinamento de alto rendimento (Schiavon, 2003).

A principal causa apontada é a falta de conhecimento sobre como implementar a ginástica rítmica, constatando as dificuldades em notar essa modalidade esportiva além da sua perspectiva competitiva. Em outros termos, são desconhecidas as contribuições da aprendizagem desse esporte para o desenvolvimento motor dos alunos (Schiavon *et al.*, 2007).

Jeronimo, Frutuoso e Duek (2019) realizaram um estudo com crianças de 4 a 5 anos em uma escola pública de Florianópolis, explorando a inserção da ginástica na Educação Física Infantil sob a perspectiva da teoria histórico-cultural. A pesquisa demonstrou que a utilização da brincadeira como ferramenta pedagógica, aliada a elementos da ginástica como saltos, rolamentos e manipulação de materiais, favorece a aprendizagem e o desenvolvimento infantil. Ao imitarem movimentos de animais, as crianças atribuem novos significados aos movimentos gímnicos, tornando a experiência mais lúdica e significativa. Assim, a pesquisa sugere que a incorporação de nomes de animais pode enriquecer ainda mais o processo de aprendizagem, estimulando a imaginação, a criatividade e a coordenação motora.

Para Vigotsky (2001), a imitação é um processo fundamental no desenvolvimento infantil, com papel central na influência do ensino sobre a criança. Ao contrário de teorias contemporâneas que viam a imitação como um ato mecânico sem impacto no desenvolvimento cognitivo, Vigotsky argumenta que a imitação, quando direcionada por adultos, possibilita à criança o desenvolvimento de comportamentos complexos que seriam inacessíveis por meio de sua experiência individual. Assim, a atividade mimética, sob a orientação adulta, torna-se um motor para o desenvolvimento psíquico infantil.

A exemplo do relato descrito por Goulart (2011), a utilização da imitação de movimentos animais como estratégia pedagógica na introdução de técnicas mais complexas da ginástica demonstra-se eficaz para promover a inclusão e o desenvolvimento motor de crianças com diferentes habilidades. Ao associar a execução da roda de ginástica, um movimento que exige coordenação e força, à imitação de animais como o sapo, a atividade torna-se mais lúdica e acessível a todos os participantes. Essa abordagem permite que cada criança explore o movimento em seu próprio ritmo, contribuindo para um aprendizado mais significativo e prazeroso.

Winnicott (1995) define o lúdico como uma experiência marcada por uma intensa absorção do indivíduo, que culmina em um estado de prazer e euforia. Essa vivência emocional profunda e envolvente confere à atividade lúdica um alto poder motivacional, tornando-a uma fonte de intensa vitalidade.

Conforme Negrine (1994), o lúdico constitui uma poderosa ferramenta pedagógica, capaz de promover o desenvolvimento integral da criança de forma prazerosa e significativa. Através do jogo, a criança explora o mundo, constrói conhecimentos, desenvolve habilidades sociais e afetivas, e expressa sua criatividade. A afetividade, nesse contexto, atua como um motivador intrínseco, impulsionando a criança a buscar novos desafios e a expandir seus horizontes.

A criança, como agente ativo em seu próprio desenvolvimento, utiliza a brincadeira como ferramenta para interagir com o mundo e construir significados, conforme postulado por Vygotsky (2008). Nessa perspectiva, a brincadeira é um processo construtivo no qual a criança, movida por suas necessidades e impulsos, interage ativamente com o mundo, apropriando-se de seus significados e construindo sua própria compreensão da realidade.

Ao atribuir à imaginação um papel central no desenvolvimento infantil, Vygotsky (2008) destaca que, ao brincar, a criança experimenta uma liberdade única, transcendendo as limitações do mundo real e explorando potencialidades ainda não realizadas. A brincadeira é como um espaço onde a criança é livre para expressar seus desejos. No entanto, essa liberdade não é absoluta, pois a brincadeira é influenciada pelas regras e valores da sociedade em que a criança vive. Ou seja, mesmo na brincadeira, a criança está aprendendo e internalizando as normas culturais.

Vygotsky (1995) destaca o papel fundamental do lúdico no desenvolvimento infantil. Ao brincar, a criança cria um espaço de experimentação e aprendizado, onde ela pode explorar e transformar a realidade de acordo com sua imaginação. Através do faz de conta, a criança combina experiências passadas com novas possibilidades, desenvolvendo sua capacidade de pensar de forma criativa e abstrata.

A brincadeira, na perspectiva vygotskyana, é fundamental para o ensino da ginástica na Educação Infantil. Ao organizar suas práticas pedagógicas em torno da brincadeira, o professor possibilita que as crianças construam conhecimentos sobre o corpo e o movimento de forma lúdica e significativa, considerando as demandas e particularidades do contexto sociocultural.

Diante do exposto, torna-se imprescindível repensar a prática da iniciação esportiva infantil, com o objetivo de despertar nas crianças o interesse pela prática desportiva, especialmente pela Ginástica Rítmica. Além disso, a adoção de uma metodologia que enxergue o esporte em sua totalidade, promovendo a autonomia do aluno em suas ações e decisões, é fundamental. Ressalta-se que o desenvolvimento integral e simultâneo das diversas capacidades coordenativas, técnicas, físicas, sociais e psicológicas é essencial para o processo de iniciação esportiva infantil, confirmado por Greco e Benda (2001).

3 MÉTODOS

A presente pesquisa, de caráter descritivo, tem como base um relato de experiência. Seguindo a perspectiva de Grollmus e Tarrés (2015), o relato, redigido em primeira pessoa, configura-se como uma narrativa subjetiva e detalhada que permite ao leitor compreender as experiências do autor a partir de sua própria perspectiva.

O relato de experiência, enquanto estratégia metodológica, oferece uma ampla gama de possibilidades para a descrição, interpretação e compreensão de fenômenos. Conforme destacado por Cavalcanti e Lima (2012), esse recurso

metodológico estimula a reflexão sobre as ações e experiências vivenciadas no contexto profissional, contribuindo para o desenvolvimento de conhecimentos e a construção de novas perspectivas.

Como parte das exigências do curso de Educação Física, foi realizado um estágio curricular em um clube que oferecia aulas de ginástica rítmica. Durante esse período, foi proposta uma abordagem pedagógica para a modalidade, com o intuito de atender às necessidades e características das crianças em idade escolar. As atividades observadas, por sua vez, consistiram em aulas de ginástica destinadas ao público feminino infantil, com turmas divididas em duas faixas etárias: 6-7 anos e 9-11 anos

Gil (2008) afirma que este tipo de pesquisa busca, primordialmente, explorar e descrever as características de um fenômeno ainda pouco conhecido. A opção pelo relato de experiência teve o intuito de relatar a oportunidade de acompanhar de perto as práticas utilizadas no ensino da ginástica rítmica. A pesquisa foi conduzida mediante a observação participante de treinadores e uma extensa revisão bibliográfica, embasada em artigos de diversos autores.

3.1 Caracterização do cenário de estágio

A experiência do estágio relatado foi exigida como componente curricular obrigatório do curso de Educação Física, bacharelado, evidenciando a relevância desse conhecimento prático para a formação integral do profissional. Ao vivenciar a prática pedagógica em contextos reais, o futuro professor desenvolve habilidades e competências indispensáveis para atuar de forma eficaz em sua área de atuação.

O estágio deve ser concebido como um momento que propicia o contato do graduando com profissionais em exercício, com uma experiência acumulada, o que torna possível a aprendizagem de conhecimentos relevantes para a futura intervenção profissional. (Freire, 2007; Verenguer, 2007).

Seguindo as perspectivas de Freire (2007) e Verenguer (2007), o estágio curricular supervisionado emerge como um momento crucial na formação profissional, propiciando ao estudante a oportunidade de colocar em prática os conhecimentos teóricos, confrontando-os com as demandas e desafios do mundo do trabalho. Dessa forma, o estágio contribui para o desenvolvimento de habilidades e competências essenciais para o exercício profissional.

O estágio IV, requisito curricular obrigatório, tem como objetivo primordial proporcionar ao futuro profissional de Educação Física uma imersão completa no processo de planejamento, implementação e avaliação de programas de atividades físicas. A atividade visa desenvolver as competências imprescindíveis para atuação ética e qualificada nos diversos campos da Educação Física, tais como centros esportivos, de lazer e de treinamento.

A imersão em diversos contextos da prática docente possibilita ao estagiário consolidar os conhecimentos teóricos adquiridos durante a graduação, desenvolvendo habilidades essenciais para a atuação profissional, tais como observação, análise e comunicação. O estágio contribui, ainda, para que o estudante compreenda as especificidades de cada ambiente de trabalho do profissional de Educação Física, participando ativamente da organização e gestão das atividades. No entanto, é importante reconhecer que estágio curricular supervisionado, embora seja um requisito fundamental para a conclusão do curso,

não garante por si só a formação integral do profissional. Para que seja efetivo, é crucial que seja integrado ao projeto pedagógico do curso e que estimule o desenvolvimento da capacidade de pesquisa e inovação. Ao contrário do estágio não obrigatório, que é opcional e geralmente incentivado pelas instituições, o estágio curricular é um pré-requisito para a obtenção do diploma e, portanto, possui um papel mais formal no processo de formação.

4 ALÉM DO MOVIMENTO: A GINÁSTICA RÍTMICA E O DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DA CRIANÇA

4.1 Dominando a Ginástica Rítmica passo a passo

Os trabalhos de ginástica já eram oferecidos no local antes do estágio. As atividades observadas incluíam aulas de ginástica direcionada ao público feminino, com turmas segmentadas por faixa etária: uma composta por meninas entre 6 e 7 anos e outra por crianças de 9 a 11 anos. Foi possível constatar que os professores responsáveis pela modalidade adotavam um modelo de treinamento específico para a ginástica, caracterizado por uma abordagem lúdica e dinâmica, especialmente adequada às particularidades do desenvolvimento infantil, como a menor capacidade de concentração e a necessidade de atividades prazerosas.

Figura 1 – Classificação das turmas e metodologia adotada durante as aulas



Fonte: Elaborada pela autora, 2024.

O cronograma semanal das aulas de ginástica, especificamente às segundas-feiras, contemplava duas turmas com diferentes perfis etários. A primeira turma, destinada a crianças na faixa etária de 9 a 11 anos, era classificada como Infantil Iniciante e tinha aula das 9h10min às 10h05min. A segunda turma, composta

por crianças de 6 a 7 anos, denominada Mirim, iniciava-se às 10h10min e tinha duração de 50 minutos. A metodologia adotada pelos professores priorizava uma seqüência específica de atividades: aquecimento, alongamento e, por fim, os exercícios específicos de ginástica (figura 1).

A ginástica exige o domínio de uma ampla gama de movimentos e posições, os quais constituem a base para a execução de elementos mais complexos. Esses elementos básicos, como posições iniciais, exercícios preparatórios e educativos, são indispensáveis para o desenvolvimento técnico da ginasta. No entanto, a repetição constante desses exercícios pode levar à monotonia, especialmente entre crianças, que tendem a se desmotivar com atividades consideradas tediosas.

Nesse contexto, a busca por alternativas lúdicas e criativas para o ensino desses elementos torna-se fundamental para garantir a adesão e o engajamento dos praticantes. A fim de tornar os exercícios mais atrativos e engajadores, os professores recorreram à estratégia de nomear os movimentos com nomes de animais. Essa abordagem lúdica, especialmente eficaz com crianças, transformava posições consideradas desafiadoras em momentos de diversão, tornando as aulas mais dinâmicas e motivacionais.

O lúdico é um poderoso aliado no processo de aprendizagem. Gaio (2007) demonstra como a associação de nomes de animais à ginástica rítmica infantil torna as aulas mais atrativas e significativas, contribuindo para o desenvolvimento integral da criança. Uma proposta divertida e eficaz para estimular a atividade física, especialmente em crianças e adolescentes, é criar uma série de exercícios que mimetizem os movimentos de diferentes animais.

Essa abordagem lúdica torna a prática mais atrativa e facilita a memorização dos movimentos. A utilização de nomes de animais nos exercícios, iniciada no aquecimento, tinha como propósito fundamental aprimorar a consciência corporal e a coordenação motora das crianças, além de proporcionar um momento lúdico e estimulante, preparando-as para as atividades subsequentes. Como, por exemplo:

- Sapo: Saltos alternados com apoio das mãos e pés, visando o desenvolvimento da força explosiva.
- Caranguejo: Locomoção em quatro apoios com elevação do quadril, buscando a estabilidade e o controle postural, como ilustra a figura 2.
- Canguru: Saltos longos e repetidos, com membros inferiores unidos, visando o desenvolvimento da potência muscular.

Figura 2 – Crianças realizando o exercício "caminhada do caranguejo" na ginástica rítmica



Fonte: Arquivo de fotos do estágio supervisionado IV, 2024.

Ao estabelecer relações entre esses movimentos e os saltos de animais como o canguru e o sapo, a atividade permitiu que os pequenos explorassem seus conhecimentos prévios sobre o ato de saltar e estabelecessem conexões com o fundamento básico da ginástica. Conforme apontam Jerônimo, Frutuoso e Duek (2019), essa abordagem, que associa movimentos a animais, torna o aprendizado mais divertido e significativo para as crianças, facilitando a compreensão e a execução dos saltos.

Após o aquecimento muscular, a rotina de treinamento das ginastas dava início à fase de alongamento, prática indispensável para prevenir lesões, otimizar o desempenho e promover a flexibilidade. Sob supervisão constante, as crianças realizavam exercícios de alongamento adaptados às suas necessidades, com o objetivo de desenvolver a consciência corporal. Na maior parte do tempo, a prática era conduzida de maneira lúdica, através da imitação de animais, objetos e personagens. Por meio dessas atividades, as crianças desenvolviam a coordenação motora e a flexibilidade, utilizando a imaginação para tornar o aprendizado mais divertido e eficaz (figura 3).

Figura 3 – Exercícios de flexibilidade feitos por crianças durante a aula de ginástica rítmica



Fonte: Arquivo de fotos do estágio supervisionado IV, 2024.

A sequência de treinamento, já em sua fase final, concentrava-se em exercícios específicos. Sendo uma escolinha e não um programa de alto rendimento, o foco era o aprimoramento de posturas e a execução de movimentos próprios da ginástica, dispensando a preparação competitiva. As aulas foram cuidadosamente planejadas para proporcionar às alunas uma sólida base na ginástica rítmica.

Através de exercícios específicos, as meninas desenvolveram habilidades como flexibilidade, força e coordenação, além de aprenderem a manusear os aparelhos característicos da modalidade, como bola, fita, maças, arco e corda. Ademais, a cada aula, eram propostas atividades diferentes, com o objetivo de trabalhar cada equipamento de forma individualizada ou em duplas. Essa dinâmica visava evitar a repetição de exercícios e tornar as aulas mais interessantes.

Em algumas aulas, era notória a implementação de avaliações diagnósticas, nas quais os professores observavam atentamente a evolução das alunas. A partir da execução de exercícios específicos da ginástica, era possível identificar pontos a serem aprimorados para direcionar o treinamento. Alguns exercícios como:

- Estrela lateral: A estrela lateral consiste em um exercício de equilíbrio no qual a ginasta apoia uma das mãos no solo e eleva a perna oposta lateralmente, alinhando o corpo em uma posição diagonal.
- Ponte frontal: A ponte frontal é um exercício de flexibilidade e força que requer o apoio nas mãos e nos pés, com o corpo arqueado. Na figura 4 é demonstrada a realização da atividade.
- Salto Tesoura simples: O salto tesoura simples é um elemento básico da ginástica rítmica, caracterizado pela abertura das pernas em formato de tesoura durante o salto.

Figura 4 – Criança completando o movimento da ponte frontal, posição em que apoia as mãos e os pés no chão, elevando o tronco e criando um arco com o corpo.



Fonte: Arquivo de fotos do estágio supervisionado IV, 2024.

Ao simular o salto do sapo, as crianças dão os primeiros passos para dominar a roda de ginástica, desenvolvendo gradualmente a rotação lateral do corpo (Estrela lateral). Inspirada em Goulart (2011), a atividade lúdica de imitar um sapo facilita a compreensão e a execução da roda de ginástica, permitindo que crianças com diferentes níveis de habilidade participem ativamente. Conforme demonstrado na figura 5.

Figura 5 – Tentativas de crianças em realizar o salto do sapo, fortalecendo as pernas e melhorando a progressão



Fonte: Arquivo de fotos do estágio supervisionado IV, 2024.

A escolinha de ginástica rítmica oferece um ambiente seguro e divertido para que as crianças se desenvolvam de forma integral. Ao aliar movimento, música e criatividade, ela proporciona uma série de benefícios que vão além do condicionamento físico, contribuindo para a formação de indivíduos mais completos e preparados para enfrentar os desafios da vida. Explorando suas habilidades motoras, expressivas e sociais através de uma prática que combina a beleza da dança com a disciplina da ginástica.

4.2 Sobre o desenvolvimento das aulas

A organização das aulas, com duração aproximada de 50 minutos, seguia uma sequência didática composta por aquecimento, alongamento e desenvolvimento de habilidades específicas da ginástica rítmica.

Para garantir um aprendizado significativo e prazeroso, as aulas de ginástica rítmica foram adaptadas às necessidades de cada faixa etária. A turma Infantil Iniciante, por exemplo, teve como foco o aprimoramento das habilidades motoras básicas, por meio de atividades dinâmicas e divertidas que combinavam exercícios funcionais com brincadeiras. Já a turma Mirim foi apresentada à ginástica de forma lúdica e criativa, com atividades que estimulavam a imaginação e a coordenação, como a imitação de animais. Essa abordagem personalizada permitiu que cada criança desenvolvesse suas habilidades de forma gradual e desafiadora, preparando-as para os desafios da modalidade.

Durante o estágio na escolinha de ginástica, houve a oportunidade de identificação com a área, através da percepção acerca da necessidade de maior visibilidade para o esporte e, diante disso, buscou-se oferecer o máximo de orientação às alunas, através da atuação de forma proativa na correção de posturas e na execução adequada de exercícios e alongamentos, visando prevenir possíveis lesões. Além disso, houve colaboração na preparação do material, organização do espaço e acompanhamento das atletas durante as atividades.

As alunas demonstravam grande afinidade por atividades que envolviam movimentos corporais expressivos, como giros, saltos e exercícios de equilíbrio. A assiduidade e a participação ativa nas aulas eram características marcantes do grupo. Ao longo do processo, foi possível observar um desenvolvimento significativo nas habilidades motoras, com destaque para a melhora na postura, flexibilidade e coordenação. A superação do medo e o aumento da confiança na execução dos movimentos foram conquistas relevantes para as atletas.

A modalidade estimulou a criatividade, a autoconfiança e a autoestima, ao permitir que as crianças expressassem seus sentimentos e emoções através do movimento. Além disso, a interação com outras crianças durante as aulas favoreceu a socialização e o trabalho em equipe, promovendo o desenvolvimento de habilidades sociais essenciais para a vida em sociedade.

Ao vivenciar a prática da ginástica rítmica com crianças pequenas, constatou-se a relevância desta atividade para o desenvolvimento dos alunos. Ao utilizar jogos e atividades lúdicas, foi possível introduzir os fundamentos da ginástica de forma prazerosa e significativa. Em vista disso, a elaboração deste relato busca contribuir para a área da Educação Física ao demonstrar como a brincadeira pode ser um poderoso recurso para o ensino e a aprendizagem, promovendo a evolução integral dos alunos.

A observação de que as crianças incorporavam elementos lúdicos mesmo nos movimentos específicos da ginástica rítmica é um indicativo de que a ludicidade

é uma característica inerente ao movimento humano. Ao explorar essa dimensão lúdica, podemos tornar o ensino da ginástica rítmica mais significativo e prazeroso para as crianças.

Em suma, o lúdico emerge como um recurso pedagógico fundamental para a construção de um processo de ensino-aprendizagem mais eficaz e significativo. Ao longo deste trabalho, evidenciou-se que o lúdico é uma ferramenta poderosa, capaz de transformar a educação em uma experiência mais rica, significativa e prazerosa. Ao incorporar elementos lúdicos em suas práticas, educadores e treinadores podem contribuir para o desenvolvimento integral de seus alunos e atletas, preparando-os para os desafios da vida.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa apresenta uma experiência pedagógica que explorou a utilização da brincadeira como recurso pedagógico no ensino de Ginástica Rítmica para crianças pequenas. A partir da vivência prática, foi possível observar que a ludicidade favorece a compreensão e a execução de elementos básicos como a manipulação de aparelhos, a flexibilidade e a coordenação motora, contribuindo para o desenvolvimento integral dos participantes. Além disso, a brincadeira proporcionou um ambiente de aprendizagem mais motivador e significativo, estimulando a criatividade e a autonomia das crianças.

O período de estágio na escolinha de GR proporcionou uma valiosa oportunidade para acompanhar de perto os benefícios dessa modalidade esportiva para o desenvolvimento integral da criança. As atividades realizadas demonstraram como essa área pode ser um poderoso instrumento para o desenvolvimento físico, cognitivo e emocional para esse público. Ao longo dos encontros, foi possível perceber que a prática regular desta modalidade esportiva contribuiu para o seu progresso.

Vale ressaltar que as atividades do estágio foram desenvolvidas em uma quadra poliesportiva do clube, um espaço que precisou ser adaptado para atender às demandas. A área destinada aos treinamentos era ampla e segura, com piso adequado e equipamentos específicos para a modalidade. A organização do espaço, que conciliava a prática da ginástica rítmica com outras atividades, demonstrou a versatilidade do local e a colaboração dos profissionais envolvidos.

A experiência de estágio proporcionou a oportunidade de acompanhar de perto as práticas pedagógicas utilizadas no ensino da ginástica rítmica. Através da observação dos treinadores e da realização de pesquisas, aprimorei meus conhecimentos sobre a modalidade. A elaboração e implementação de sequências de alongamento nas aulas permitiu que eu contribuísse para o desenvolvimento físico das atletas, visto que os resultados obtidos foram expressivos, com notável melhora na postura, flexibilidade, equilíbrio, força muscular e, sobretudo, na coordenação motora.

É fundamental destacar a importância da observação e do feedback no processo de planejamento e execução das atividades. A coleta de informações sobre os conhecimentos prévios das crianças, aliada ao feedback oferecido por elas, pelos estagiários e pela professora orientadora, possibilitou a construção de um processo de ensino-aprendizagem mais eficiente e crucial, permitindo ajustar as atividades às necessidades e interesses dos alunos.

Esse trajeto representou um grande desafio e uma oportunidade única para o desenvolvimento profissional. Ao atuar em uma área nova, a ginástica rítmica

infantil, obstáculos foram superados e habilidades pedagógicas aprimoradas. Através da observação das alunas e da aplicação de diferentes metodologias dos professores, compreendeu-se melhor as particularidades do desenvolvimento infantil e a importância da individualização do ensino.

O professor desempenha um papel fundamental na criação de situações imaginárias que estimulem a aprendizagem da ginástica. Ao propor atividades lúdicas e desafiadoras, o docente proporciona às crianças a oportunidade de explorar suas potencialidades corporais, desenvolvendo sua autonomia. Nessa perspectiva, a contextualização do ensino da ginástica revela-se como uma estratégia eficaz para promover uma aprendizagem duradoura.

A experiência com a ginástica rítmica na Educação Infantil revelou-se uma prática promissora para o desenvolvimento integral das crianças, uma vez que promove não apenas o aprimoramento das habilidades motoras, mas também o desenvolvimento da criatividade, da expressão corporal e das relações sociais. Essa valorização das culturas infantis e a criação de situações de aprendizagem emergem como aspectos fundamentais para tornar a experiência mais relevante e eficaz.

No entanto, os resultados obtidos reforçam a importância de oferecer às crianças em idade pré-escolar a oportunidade de praticar ginástica rítmica e na formação continuada dos professores para garantir que todas as crianças tenham acesso a essa importante ferramenta pedagógica.

A experimentação concluída demonstra a relevância da ginástica rítmica como ferramenta pedagógica na educação infantil, contribuindo significativamente para o avanço do conhecimento na área. Ao oferecer novas perspectivas sobre a prática pedagógica, valorizando as experiências e saberes das crianças, a pesquisa em questão evidencia a importância dessa modalidade para o desenvolvimento integral dos alunos, além de estimular a realização de novas investigações e a formação de professores mais qualificados.

Nesse contexto, as atividades lúdicas, inseridas no contexto da ginástica rítmica, revelaram-se como um instrumento pedagógico eficaz para o desenvolvimento integral das habilidades técnicas e motoras, indispensáveis para o progresso esportivo ou para a introdução de crianças à prática esportiva.

A interação com crianças proporcionou um aprendizado mútuo e enriquecedor, tanto no âmbito pessoal quanto no profissional. Através desta experiência, compreendi a importância do lúdico no processo de ensino-aprendizagem e a sua contribuição para o desenvolvimento integral da criança.

A experiência do estágio corroborou com os conteúdos para minha formação como profissional da Educação Física, especialmente no que se refere à importância do movimento na aprendizagem e ao desenvolvimento psicomotor da criança. No entanto, também houve divergências em relação à ênfase dada à ludicidade durante a graduação. Muitas vezes, a formação acadêmica se concentra nos aspectos técnicos e científicos do movimento, deixando em segundo plano a dimensão lúdica e afetiva da aprendizagem.

Ao concluir o estágio, ficou evidente a importância de incentivar a prática desse esporte desde a infância. Os resultados positivos observados demonstraram que a ginástica rítmica contribuiu significativamente para a formação integral dessas crianças. Mormente, a trajetória vivenciada reforça a necessidade de investir em programas que promovam o acesso das crianças a essa atividade, proporcionando-lhes uma base sólida para um desenvolvimento saudável.

REFERÊNCIAS

- ALONSO, H. Meu corpo, minha cultura, minha Ginástica Rítmica. In: CONGRESSO CIENTÍFICO LATINO AMERICANO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA UNIMEP, 3., 2004, Piracicaba. **Anais...** Piracicaba: Editora da Unimep, 2004. p. 438-439.
- CAÇOLA, Priscila. A iniciação esportiva na Ginástica Rítmica. **Revista Brasileira de Educação Física, Esporte, Lazer e Dança**, v. 2, n. 1, p. 9-15, mar. 2007.
- CAVALCANTE, Bruna Luana de Lima; LIMA, Uirassú Tupinambá Silva de. Relato de experiência de uma estudante de Enfermagem em um consultório especializado em tratamento de feridas. **J Nurs Health**, v. 2 ano1, p. 94-103, 2012.
- CBG - CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA. **Regulamento Técnico do Campeonato Brasileiro Individual de Ginástica Rítmica - 2019**. 2019. Disponível em: https://www.cbginastica.com.br/adm/resources/download_arquivo/a6c9978f0a11ff6d5284ab3a2524b74b_5caf304f94810.pdf. Acesso em: 20 jun. 2024.
- FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE. **General Gymnastics General Gymnastics General Gymnastics: Gymnastics for All. More than just a name change**. Disponível em: www.fig-gymnastics.com. Acesso em 20 jun. 2024.
- FREIRE, Elisabete dos S.; VERENGUER, Rita de C. G.; Estágio Supervisionado: A Nova Proposta para o Curso de Bacharelado em Educação Física da Universidade Presbiteriana Mackenzie. **Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte** – v.6, n.2, 2007 – pág. 115-119.
- GAIO, Roberta. **Ginástica Rítmica popular: uma proposta educacional**. 2.ed. – Jundiaí. SP: Editora Fontoura, 2007.
- GIL, A. C. **Método e técnicas de pesquisa social**. São Paulo: Atlas, 2008.
- GOULART, M. C. Ginástica, circo e dança: um relato da Educação Física na Educação Infantil. **Cadernos de Formação RBCE**, p. 30-42, jul., 2011.
- GRECO, P.; BENDA, R. **Iniciação esportiva universal/ 1. Da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. 1. ed. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001.
- GROLLMUS, Nicholas S.TARRÈS, Joan P. Relatos metodológicos: difractado experiências narrativas de investigação. **Forum Qualitative Social Research**, v. 16, n. 2, maio 2015.

JERONIMO, P. S.; FRUTUOSO, A. S.; DUEK, V. P. A inserção da ginástica na educação física infantil: aproximações com a teoria histórico-cultural. **Revista Cocar** Florianópolis, v. 13, n. 27, p. 784-805, set./dez. 2019.

SCHIAVON, Laurita. **O projeto crescendo com a Ginástica**: uma possibilidade na escola. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2003.

SCHIAVON, Laurita; NISTA-PICCOLO, Vilma Leni. **A Ginástica vai à escola**. Movimento, Porto Alegre, v. 13, n. 03, p. 131-150, set./dez. 2007.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETTO, Marco Antonio Coelho. O ensino da ginástica rítmica: em busca de novas estratégias pedagógicas. **Motrivivência**, Florianópolis/SC, v. 29, n. 52, p. 305-318, set. 2017.

NEGRINE, Airton. **Aprendizagem e desenvolvimento infantil**. Porto Alegre: Propil, 1994.

Sampaio, Daisy Fernandes; Valentine, Nadia Cristina. Iniciação Esportiva em Ginástica Rítmica: Abordagens Tradicional e o Clima Motivacional para a Maestria. **Revista Educacional Fis/UEM**, v. 26, n. 1, p. 1-10, 2015.

VIGOTSKI, L. S. A brincadeira e o seu papel no desenvolvimento psíquico da criança. **Revista de Gestão de Iniciativas Sociais** (GIS), n. 1, p. 23-36, 2008.

VYGOTSKY, L. S. **A formação social da mente**. São Paulo: Martins Fontes, 1984. WAJSHOP, Gisela. Brincar na pré-escola. São Paulo: Cortez, 1995.

VYGOTSKY, L., LURIA, A.; LEONTIEV, A. **Linguagem, desenvolvimento e aprendizagem**.

Trad. Maria da Penha Villalobos. São Paulo: Ícone, 2001.

WINNICOTT, D. W. **O brincar e a realidade**. Rio de Janeiro: Imago, 1995.

AGRADECIMENTOS

A Deus, fonte de toda sabedoria e inspiração, por iluminar meu caminho e me fortalecer em cada etapa desta jornada.

Aos meus pais, meus maiores incentivadores, que sempre acreditaram em meu potencial e me apoiaram incondicionalmente em todas as minhas escolhas.

À minha família, o meu porto seguro em todas as tempestades da vida.

À professora Morgana Guedes Bezerra por sua orientação impecável e por ter sido uma fonte constante de inspiração. Sua paixão pelo conhecimento e sua capacidade de transmitir informações de forma clara e objetiva foram fundamentais para o desenvolvimento deste trabalho.

À banca examinadora, composta pelos professores Taís Feitosa e Diego Vinícius, por terem dedicado seu tempo e expertise à avaliação deste trabalho. Sua participação neste momento crucial da minha trajetória acadêmica foi fundamental para o aprimoramento deste estudo.

Ao meu companheiro de vida, Calebe Barbosa, por ser meu maior parceiro nesse processo. Sua presença constante, suas palavras de incentivo e seu ombro amigo fizeram toda a diferença nesta conquista. Ter você ao meu lado tornou a graduação ainda mais especial.

À minha irmã Ionara Ferreira e às minhas amigas Micaele Silva, Luciele Farias e Natália Queiroz. Nossas vidas se entrelaçam de forma única, criando uma amizade que guardo com carinho. Obrigada por todos os momentos de alegria, cumplicidade e apoio incondicional.

Às minhas amigas de jornada, Ana Clarice, Bianca Whemelly e Gizelly Xavier. A amizade que construímos ao longo desses anos foi essencial para tornar essa etapa tão excepcional. Juntas, transformamos desafios em oportunidades de aprendizado e crescimento. Obrigada por cada momento de risadas, troca de ideias e companheirismo, com vocês ao meu lado, tudo se tornou mais leve e divertido.

Aos professores Anny Sionara, Eugênio Moura, Regimênia Carvalho e Mano Freire, agradeço imensamente por terem contribuído significativamente para minha formação. Vocês foram mais do que professores, foram mentores que me guiaram nessa jornada e que fizeram toda a diferença na minha vida.

Aos meus colegas de turma, deixo meus sinceros agradecimentos pelo companheirismo durante todo o curso. A jornada acadêmica foi enriquecida pela troca de conhecimentos e pela amizade de todos vocês. Juntos, superamos desafios e construímos memórias que levarei para sempre.

A todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a minha formação, expressei minha mais profunda gratidão. Cada um teve um papel fundamental nesta jornada.