



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA  
COORDENADORIA INSTITUCIONAL DE PROGRAMAS ESPECIAIS - CIPE  
PLANO NACIONAL DE FORMAÇÃO DE PROFESSORES DA EDUCAÇÃO  
BÁSICA – PARFOR  
CURSO DE LICENCIATURA EM EDUCAÇÃO FÍSICA**

**ANA PAULA NEVES SILVA DE MEDEIROS**

**A ELABORAÇÃO NA PRÁTICA DA GINÁSTICA RÍTMICA EM SALA DE AULA**

**PATOS - PB  
2019**

ANA PAULA NEVES SILVA DE MEDEIROS

**A ELABORAÇÃO NA PRÁTICA DA GINÁSTICA RÍTMICA EM SALA DE AULA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentada ao Programa Plano Nacional de Formação de Professores da Educação Básica – PARFOR da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito para a obtenção do título de Licenciado em Educação Física.

**Área de concentração:** Educação.

**Orientador:** Prof. Dr Odilon Avelino da Cunha

**PATOS - PB  
2019**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma 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.

M488e Medeiros, Ana Paula Neves Silva de.  
A elaboração na prática da ginástica rítmica em sala de aula [manuscrito] / Ana Paula Neves Silva de Medeiros. - 2019.  
21 p. : il. colorido.  
Digitado.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação EAD em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, EAD - Patos , 2019.  
"Orientação : Prof. Dr. Odilon Avelino da Cunha , UFPB - Universidade Federal da Paraíba ."  
1. Ginástica rítmica. 2. Educação física. 3. Ginástica. I.  
Título

21. ed. CDD 796.44

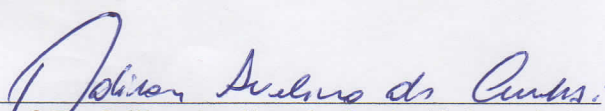
ANA PAULA NEVES SILVA MEDEIROS

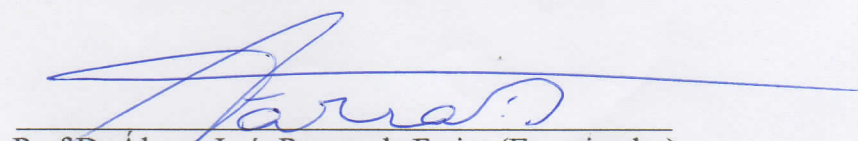
A ELABORAÇÃO NA PRÁTICA DA GINÁSTICA RÍTMICA EM SALA DE AULA

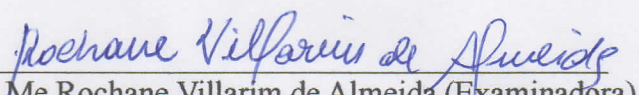
Trabalho de Conclusão de Curso (Artigo) apresentado à Coordenação do Curso de Licenciatura em Educação Física da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Licenciada em Educação Física.

Aprovado em: 26 de outubro de 2019.

**BANCA EXAMINADORA**

  
Prof. Dr Odilon Avelino da Cunha (Orientador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
Prof Dr Álvaro Luís Pessoa de Farias (Examinador)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

  
Profª Me Rochane Villarim de Almeida (Examinadora)  
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Esse trabalho é dedicado aos meus filhos Mateus e Lucas, que compreenderam os momentos de ausência. Também dedico ao meu marido Leudo, que contribuiu com a realização desse sonho.

“Feliz aquele que transfere o que sabe e aprende o que ensina.”

Cora Coralina

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	7
<b>2 UM BREVE PERCURSO SOBRE A HISTÓRIA DA GINÁSTICA RÍTMICA</b> .....	7
<b>2.1 A importância da ginástica rítmica</b> .....	8
<b>2.2 A prática da ginástica rítmica nas aulas de educação física</b> .....	9
<b>3 RELATO DE EXPERIÊNCIA</b> .....	10
<b>3.1 Caracterização do campo de estágio</b> .....	10
<b>3.2 Cenário</b> .....	11
<b>3.3 Estrutura Organizacional</b> .....	11
<b>3.4 Público</b> .....	12
<b>4 ATIVIDADES DESENVOLVIDAS</b> .....	13
<b>5 RESULTADOS E DISCUSSÃO</b> .....	13
<b>6 CONCLUSÃO</b> .....	14
<b>REFERÊNCIAS</b> .....	14
<b>ANEXO A: Fotos das Ações desenvolvidas</b> .....	15

## A ELABORAÇÃO NA PRÁTICA DA GINÁSTICA RÍTMICA EM SALA DE AULA

Ana Paula Neves Silva de Medeiros<sup>1</sup>

### RESUMO

Este relato de experiência teve como propósito realizar uma discussão no tocante a prática da ginástica rítmica no ambiente escolar, tendo em vista, que tal esporte não é bastante praticado e desenvolvido nas aulas de Educação Física. Diante disso, é necessário que o professor se encoraja para realizar algumas atividades típicas da ginástica rítmica. De fato, esse esporte pode transformar a vida da qualquer pessoa, inclusive, de um futuro praticante. Não há como negar que tal modalidade colabora significativamente para a saúde dos alunos, desenvolvendo assim muitos aspectos, como por exemplo, a força física, os movimentos corporais e, especificamente, o equilíbrio do corpo. Enfim, a ginástica rítmica se confirma como uma atividade física elegante e com movimentos fantásticos

**Palavras-Chave:** Ginástica Rítmica. Contexto Escolar.

### ABSTRACT

This experience report aimed to conduct a discussion regarding the practice of rhythmic gymnastics in the school, considering that such sport is not quite practiced and developed in physical education classes. Given this, it is necessary that the teacher encourages to perform some typical activities of rhythmic gymnastics. In fact, this sport can transform anyone's life, including a future practitioner. There is no denying that this modality contributes significantly to the health of students, thus developing many aspects, such as physical strength, body movements and, specifically, body balance. Finally, rhythmic gymnastics is confirmed as an elegant physical activity with fantastic movements.

**Keywords:** Rhythmic Gymnastics. School Context.

---

<sup>1</sup> Graduada em Educação Física. E-mail: anapaula.paula76@gmail.com



## **1 INTRODUÇÃO**

O presente relato de experiência tem como propósito apresentar a importância da ginástica como uma prática possível nas aulas de Educação Física, que pretendendo colaborar para que os alunos possam desenvolver algumas habilidades motoras e corporais.

Neste contexto, a ginástica, mais especificamente a rítmica, que é uma modalidade bastante nova, no que diz respeito a prática dentro da sala de aula, muitos professores de Educação Física jamais desenvolveram suas aulas com inclusão da ginástica. Por isso, sentimos a necessidade de introduzi-la no estágio para que os alunos tivessem o privilégio de conhece-la, tanto a sua história como seu crescimento no esporte.

No primeiro momento, discorreremos sobre a história da ginástica rítmica, isto é, o início de tudo.

Num segundo momento, mostramos a importância da ginástica rítmica, uma vez que se trata de um esporte elegante, que mexe com os movimentos mais belos de uma mulher.

Em outro momento, enfatizamos sobre a questão da prática da ginástica rítmica na sala de aula.

No tocante ao relato propriamente dito, mostramos a funcionalidade da escola campo, de modo bem minucioso apresentamos o cenário, a estrutura organizacional, o público envolvido. Mais adiante, expomos como as atividades foram desenvolvidas.

A grosso modo, buscamos nesse relato mostrar a importância da ginástica rítmica, como também, incentivar os professores de Educação Física a trabalhar com esse esporte pouco praticado nas escolas.

## **2 UM BREVE PERCURSO SOBRE A HISTÓRIA DA GINÁSTICA RÍTMICA**

Essa modalidade esportiva sempre foi bem mais praticada pelas mulheres, trata-se assim de uma atividade física que se destaca pela plasticidade dos movimentos e pela elegância dos atletas que a realizam.

No que diz respeito à sua história propriamente dita, a ginástica rítmica teve início no final da Primeira Guerra Mundial, porém naquela época o esporte não tinha

um nome específico e, também, não havia regras específicas para praticá-la. Ao longo dos anos, muitas escolas foram fazendo algumas inovações necessárias, ou seja, perceberam que a ginástica rítmica deveria ser acompanhada de um fundo musical.

No ano de 1946, a Rússia, cria o termo “Rítmica”, em função do uso da música e da dança utilizada para que os atletas executassem os movimentos característicos da mesma.

Mais adiante, alguns países europeus começaram a organizar eventos esportivos dando elegância a ginástica rítmica, onde na ocasião em 1961, foi possível organizar um campeonato internacional da modalidade. Dois anos depois, a Federação Internacional de Ginástica (FIG), a reconheceu como um esporte olímpico.

Sendo assim, surgiram alguns aparelhos que foram introduzidos no esporte, como por exemplo, a fita e outros.

De fato, a ginástica olímpica é proveniente dos países do leste europeu, onde as melhores atletas eram nascidas nesses países.

Nas olimpíadas de 1988, em Seul, o esporte atribuiu o seu ápice e conquistou um espaço considerável nos jogos olímpicos. Naquela época, a primeira medalha do esporte ficou com a atleta canadense Lori Fung. A grande novidade para o esporte foi a introdução de conjuntos nos jogos.

No que diz respeito a história da ginástica no Brasil, ela se deu em diferentes momentos ao longo do tempo. Com o surgimento os ginásticas, iniciaram alguns questionamentos sobre como seria praticada nas escolas, existiam os que defendiam que a modalidade deveria ser praticada apenas pelas mulheres e outros defendiam que os homens também poderiam praticá-la.

A grosso modo, perceberam que a ginástica passou por um processo bastante complexo, sendo praticado, exclusivamente, por atletas do leste europeu, onde as regras não eram definidas, porém, com o crescimento do esporte, a Federação resolveu incluir a modalidade nos Jogos Olímpicos, e, assim, este esporte tem encantado e embelezado as Olimpíadas.

## **2.1 A importância da ginástica rítmica**

No tocante a essa modalidade esportiva, no início do século XIX, ela tinha o propósito de regeneração da raça, promover a saúde, desenvolver à vontade, a coragem, a força e a energia de viver.

É uma modalidade esportiva tipicamente feminina, onde as mulheres sempre predominavam. Trata-se de um esporte que exige muita força, equilíbrio, movimentos e expressões corporais bem definidos.

Nesta perspectiva, a prática dessa modalidade colabora para que os atletas desenvolvam alguns aspectos físicos, tais como a flexibilidade, a coordenação, o ritmo e outros. Sendo assim, esses aspectos auxiliam no processo de desenvolvimento psicomotor das crianças.

De fato, o manuseio de alguns aparelhos específicos da ginástica rítmica como a bola, a corda, o arco, a fita e outros contribui para o desenvolvimento psicomotor dos praticantes ou não da modalidade.

Outro aspecto relevante na prática da ginástica rítmica é o desenvolvimento proporcionado através da construção e execução das séries que colaboram para o desenvolvimento cognitivo das crianças.

Segundo Pereira (2002) a ginástica rítmica atua na coordenação motora das crianças, como também na consciência corporal, na postura e nas qualidades físicas, colaborando, assim, para o desenvolvimento do esquema corporal e aprimoramento do mesmo.

De posse desse conhecimento relacionados aos aspectos psicomotores, a prática da ginástica rítmica pode ser considerada como de extrema importância para o desenvolvimento psicomotor da criança.

A grosso modo, constata-se que a ginástica rítmica pode gerar muito benefícios para o praticante, principalmente, para as crianças. Tendo em vista, que através dessa prática as crianças conseguem com mais facilidade socializar-se e trabalhar em equipe. Enfim, se praticada de maneira cuidadosa, a ginástica rítmica pode melhorar significativamente a qualidade de vida de qualquer pessoa.

## **2.2 A prática da ginástica rítmica nas aulas de educação física**

Na década de 1960, a modalidade passou a ser considerado como conteúdo central da Educação Física escolar com a perspectiva de rendimento e de seleção dos mais habilidosos.

Naquela oportunidade, o professor tinha uma visão bastante centralizadora por meio da repetição mecânica dos movimentos esportivo.

Neste contexto, a Educação Física, como componente curricular na escola, passa a inteirar às manifestações da cultura corporal, tendo como base conteúdo específico, tais como jogo, esporte, ginástica, conhecimentos sobre o corpo e atividades rítmicas expressivas.

Sendo assim, surge a necessidade de a escola consolidar definitivamente as práticas educativas, que possam conduzir os alunos a pensarem sobre tais questões, fazendo assim, que os professores acreditassem que essa prática poderá contribuir com a aprendizagem dos alunos.

As aulas de Educação Física deverão ir além do movimento, ela deve contemplar sentidos particulares na vida de um aluno e, assim, que sejam capazes de problematizar com outras atitudes incorporadas socialmente.

Diante disso, acreditamos que a Educação Física é indispensável, uma vez que os conhecimentos constituídos nas aulas devem priorizar, pedagogicamente, pela visão crítica dos alunos.

No que diz respeito aos padrões de beleza e saúde exercido pela mídia e, também, pela sociedade, devem ser discutidos nas aulas, colaborando para a reflexão sobre valores.

A grosso modo, o ensino deve considerar o aluno como sujeito do processo educativo, de maneira que o capacite para praticar ativamente na vida social, cultural e esportiva. Enfim, espera-se que as aulas de Educação Física possam contemplar com mais intensidade tal modalidade.

### **3 RELATO DE EXPERIÊNCIA**

#### **3.1 Caracterização do campo de estágio**

O presente relato de experiência foi desenvolvido na Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Napoleão Ábdon da Nóbrega, está localizada na avenida Ministro João Agripino, 175, centro, na cidade de São Mamede-PB.

A referida escola funciona nos períodos matutino e noturno. A escola dispõe das seguintes modalidades de ensino: Ensino Fundamental anos finais e EJA (Educação de Jovens e Adultos). A mesma tem 213 alunos devidamente matriculados.

A instituição tem procurado desenvolver um ensino inovador, crítico e reflexivo, sempre pautado numa aprendizagem mais social, humana e democrática. Percebemos, assim, que a escola tem como prioridade a formação integral do aluno.

Nesta perspectiva, a instituição busca sempre promover um trabalho significativo e relevante no que diz respeito à aprendizagem dos alunos. Diante disso, constatamos que a referida escola dispõe de um corpo docente bastante qualificado, experiente e, principalmente, comprometidos com um ensino de qualidade. Portanto, a escola tem procurado ao longo dos anos alcançar uma explosão de qualidade de ensino.

### **3.2 Cenário**

As atividades desenvolvidas durante o relato de experiência ocorreram em alguns espaços, tais como: sala de aula e ginásio municipal.

No primeiro momento, desenvolvemos uma aula expositiva, mediada pelo diálogo, em seguida, utilizamos alguns aparelhos eletrônicos para a exibição de vídeos e roda de conversas. Foi necessário fazer o uso do data show e tv.

Produzimos com os alunos a confecção do aparelho fita, onde alguns recursos foram utilizados para a confecção, como por exemplo: palitos de algodão doce, TNT, fita crepe, clipes, fita isolante e barbante.

A referida escola dispõe de um ambiente favorável às práticas esportivas, porém, necessita de algumas melhorias, como a recuperação da cobertura do ginásio que se encontra em estado crítico.

### **3.3 Estrutura Organizacional**

A referida escola tem uma estrutura administrativa bem qualificada e experiente. Sendo composta por um gestor escolar e uma adjunta, dispendo, ainda, de 18 professores, 01 coordenador, 01 secretária, 02 auxiliares de secretaria, 01 bibliotecário, 02 digitadores, 02 inspetores, 02 porteiros, 02 vigilantes, 02 merendeiras e 04 auxiliares de serviços gerais.

No que se refere ao corpo docente da escola, a mesma conta com 03 professores de Língua Portuguesa, 01 de Língua Inglesa/ Espanhol, 02 de História,

01 de Educação Física, 01 de Arte, 01 de Ciências, 01 de Química, 03 de Matemática, 01 de Educação Emocional e Social/ Ciências das Religiões, 02 de Geografia, 01 de Filosofia/Sociologia e 01 professor reabilitado.

Em relação à estrutura física da escola, contamos com 08 salas de aulas, 01 biblioteca, 01 sala de informática, 01 laboratório de ciências, 01 sala dos professores, 09 banheiros, 01 quadra de esporte, 01 auditório, 01 secretaria e 01 sala de direção.

Há também, uma sala de AEE (Atendimento Educacional Especializado), dispondo de um profissional concursado e capacitado para exercer tal trabalho.

A escola tem buscado parcerias com outras instituições para desenvolver um ensino mais significativo, dinâmico e reflexivo. Dentre eles podemos mencionar a relação da comunidade com a instituição.

Percebemos assim, que a escola desenvolve uma gestão democrática bem flexível, onde se preocupa em manter uma relação amigável, pautada no diálogo para que todos possam participar das decisões e escolhas dentro do contexto escolar.

A grosso modo, constata-se que a referida escola dispõe de um quadro de excelentes profissionais, uma vez que, apresentam uma vasta experiência e amadurecimento no exercício de suas profissões. Enfim, a mesma tem atendido às exigências estabelecidas pelo Ministério da Educação, porém, faltam alguns detalhes para superar alguns problemas.

### **3.4 Público**

No que diz respeito ao público de nossas atividades desenvolvidas durante o relato de experiência trabalhamos com turmas do 6º e 7º anos, alunos na faixa etária dos 11 anos aos 12 anos.

Observamos assim, que muitos deles sequer conheciam a modalidade Ginástica Rítmica, outros já tinham ouvido falar sobre a mesma, porém, não conheciam a fundo tal esporte.

Quando iniciamos as aulas expositivas, rodas de conversas, exibição de vídeos que retratavam a história da ginástica rítmica, os movimentos específicos ao esporte, as competições, os alunos começaram a demonstrar interesse em conhecer melhor tal modalidade.

Noutro momento, iniciamos com os alunos a confecção do aparelho fita, onde utilizamos alguns recursos como palito de algodão doce, TNT, fita crepe, fita isolante e outros. Portanto, as aulas tiveram a duração de 90 minutos, onde tudo foi pautado no respeito, na assiduidade e responsabilidade para que caminhasse da melhor forma possível.

#### **4 ATIVIDADES DESENVOLVIDAS**

No que se refere às atividades desenvolvidas com os alunos do 6º e 7º anos da Escola Estadual de Ensino Fundamental e Médio Napoleão Ábdon da Nóbrega. Iniciamos nossas atividades, desenvolvendo uma aula expositiva sobre a história da ginástica rítmica.

Também foram apresentados vídeos que retratavam a ginástica rítmica e seus movimentos específicos. Para o desenvolvimento das atividades nas aulas de Educação Física, a escola nos disponibilizou alguns materiais; tv e data show, fita e bambolês foram adquiridos com recursos próprios.

Tivemos que utilizar alguns recursos para desenvolver as aulas, como: palitos de algodão doce, TNT, fita crepe, clipes e dentre outros.

Uma atividade proveitosa foi a confecção do aparelho fita, onde na oportunidade os alunos demonstraram bastante interesse e habilidades.

E, por fim, tivemos a apresentação de alguns movimentos específicos da ginástica rítmica executada pelos próprios alunos. Na avaliação dos alunos se deu através da observação diária da evolução dos mesmos, onde trabalhamos as regras da modalidade proposta.

Portanto, constatamos que durante à realização das atividades os alunos iam construindo uma relação mais íntima e à medida que produziam o aparelho fita se envolviam com mais afinidade para compreender a ginástica e seus benefícios.

#### **5 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

O propósito da Educação Física no contexto escolar é permitir aos alunos a possibilidade de realizarem as atividades físicas num espaço adequado, trazendo a

aprendizagem da modalidade, desenvolvimento motor, assim como desenvolverem as qualidades físicas.

Constatamos que, os resultados foram significativos e desafiadores, tendo em vista, que se tratava de um esporte pouco praticado nas escolas públicas.

À medida que fomos desenvolvendo nossas aulas, sabíamos que um novo desafio nos esperava. De modo, que os alunos seriam outros, novas pessoas, outros corpos em pleno desenvolvimento. E, assim, já não éramos mais os mesmos.

Ao término de cada etapa, as experiências já eram muitas e isso nos deu a segurança para futuras atuações como professores.

Portanto, a realização deste relato de experiência sobre a ginástica rítmica nos permitiu compreender não apenas nas regras, mas a beleza dos movimentos bem trabalhados nesta modalidade. Enfim, todos os envolvidos ficaram satisfeitos e encantados com esse esporte.

## 6 CONCLUSÃO

Este trabalho de relato de experiência foi de grande valia, pelo fato de podermos colocar em prática tudo que é aprendido, discutido no curso, além de nos permitir vivenciar e oportunizar aos alunos da escola uma nova visão de se trabalhar com a Educação Física.

## REFERÊNCIAS

GAIO, R **Ginástica Rítmica Popular: Uma proposta educacional**. 2º edição. Jundiaí: Editora Fontoura, 2007.

PEREIRA, S.A.M. **Ginástica Rítmica Desportiva**. Rio de Janeiro: Shape, 2002.

BORTOLETO, Marco A. C. **Ginástica A Arte e o Julgamento nos Desdobramentos Culturais Modernos**, *anais do I Congresso Científico Latino-Americano Fiep-Unimep*, Piracicaba – SP, 2000.

FREIRE, Paulo. **Educação como prática da liberdade**. 15. Ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 1983.



**ANEXO A: Fotos das Ações desenvolvidas**











## **AGRADECIMENTOS**

A Deus, Pai, Criador de todas as coisas visíveis e invisíveis, Mestre dos Metres e Doutor dos Doutores e a Maria, Mãe de Jesus, pela sua incessante proteção.

Ao meu orientador, pelo empenho dedicado à elaboração deste trabalho. Sou grata à minha família pelo apoio que sempre me deram durante toda a minha vida.