



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA - UEPB
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE - CCBS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA – DEF
TRABALHO DE CONCLUSÃO DE CURSO**

DAISYELLE RODRIGUES DE ALMEIDA

**PROJETO CENTRO DE EXCELÊNCIA CAIXA - JOVEM PROMESSA
DE GINÁSTICA-ATLETA DO FUTURO - SESI NA CIDADE DE
CAMPINA GRANDE - PB**

CAMPINA GRANDE - PB

2015

DAISYELLE RODRIGUES DE ALMEIDA

**PROJETO CENTRO DE EXCELÊNCIA CAIXA - JOVEM PROMESSA
DE GINÁSTICA-ATLETA DO FUTURO - SESI NA CIDADE DE
CAMPINA GRANDE - PB**

TCC – Trabalho de Conclusão de Curso.
Relato de experiência apresentado ao
Departamento de Educação Física, como
requisito parcial para obtenção do título de
Licenciatura plena em Educação Física.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Regimênia Maria Braga de Carvalho

**CAMPINA GRANDE – PB
2015**

É expressamente proibida 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 da dissertação.

A447p Almeida, Daisielle Rodrigues de.
Projeto centro de excelência Caixa - jovem promessa de ginástica-atleta do futuro – SESI, na cidade de Campina Grande - PB [manuscrito] / Daisielle Rodrigues De Almeida. - 2015.
30 p. : il. color.

Digitado.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Educação Física) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2015.

"Orientação: Profa. Dra. Regimênia Maria Braga de Carvalho, Departamento de Educação Física".

1. Atividade Física. 2. Ginástica Artística. 3. Atleta do Futuro. I. Título.

21. ed. CDD 796.44

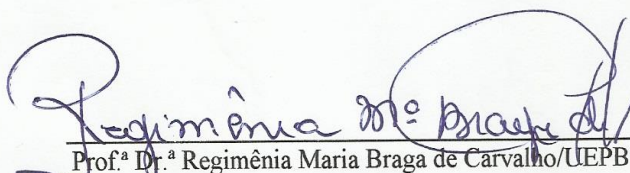
DAISYELLE RODRIGUES DE ALMEIDA

**PROJETO CENTRO DE EXCELÊNCIA CAIXA - JOVEM PROMESSA
DE GINÁSTICA-ATLETA DO FUTURO - SESI NA CIDADE DE
CAMPINA GRANDE - PB**


TCC – Trabalho de Conclusão de Curso.
Relato de experiência apresentado ao
Departamento de Educação Física, como
requisito parcial para obtenção do título de
Licenciatura plena em Educação Física.

Campina Grande, 21 de março de 2015


BANCA EXAMINADORA



Prof.^a Dr.^a Regimênia Maria Braga de Carvalho/UEPB
Orientadora



Prof.^a Dr.^a Elaine Melo de Brito Costa/UEPB



Prof. Dr. José Pereira do Nascimento Filho/UEPB

Dedico este trabalho aos meus pais e a todos os meus amigos. Emília por sua insistência e certeza de que um dia eu chegaria aqui. Elaine, sua presença significou segurança e certeza de que não estou sozinha nessa caminhada.

AGRADECIMENTOS

Primeiramente, agradeço a Deus por ter me dado saúde e força para superar as dificuldades.

A esta universidade, seu corpo docente, direção e administração por abrir portas que hoje me faz vislumbrar um horizonte.

A minha orientadora Prof.^a Dr.^a Regimênia Maria Braga de Carvalho, pelo incentivo e dedicação nas correções deste trabalho.

Aos professores que contribuíram com seus conhecimentos.

E a todos que direta ou indiretamente fizeram parte da minha formação, o meu muito obrigada.

RESUMO

O Projeto Centro de Excelência Caixa Jovem Promessa de Ginástica foi criado no início de 2008, pela Confederação Brasileira de Ginástica, e conta com o patrocínio da Caixa Econômica Federal. A ideia central desta iniciativa é oportunizar a prática esportiva da ginástica, detectar jovens promessas na área, formar novos técnicos na modalidade de Ginástica Artística e difundir ensinamentos de uma possível “Escola Brasileira de Ginástica”, se baseado nos bons resultados obtidos pelo país em eventos internacionais e na importância e necessidade de expandir a prática deste esporte no Brasil. Na Paraíba, o Projeto contou com a parceria do SESI no Programa Atleta do Futuro. Disseminado em todo o Brasil no ano de 2008, com o objetivo de fomentar as práticas esportivas para o desenvolvimento das habilidades motoras, da aptidão física e da adoção de valores positivos do esporte. Em face desse contexto, buscou-se, no referido estudo, relatar uma experiência de inserção no estágio extracurricular no Serviço Social da Indústria (SESI), Centro de Atividades Aprígio Veloso da Silveira no Projeto SESI Atleta do Futuro, minha visão enquanto acadêmica e estagiária do curso de Licenciatura Plena em Educação Física. Trata-se de um relato de experiência com uma abordagem de natureza qualitativa e de cunho crítico descritivo e reflexivo, realizado na cidade de Campina Grande – PB no período de setembro de 2012 a dezembro de 2014. O trabalho destaca a importância da Ginástica Artística para os alunos que a praticam, nas dimensões da socialização e formação do atleta. Com relação a minha formação acadêmica, considerei altamente produtivo, pois tive a possibilidade de conhecer mais um campo de trabalho na área do esporte e qualidade de vida, além da contribuição de uma prática pedagógica em Educação Física, com isso as visões para uma futura carreira se ampliam de forma que, eu tenha vivenciado estas práticas, buscando um maior comprometimento profissional posteriormente.

Palavras chave: Atividade Física. Ginástica Artística. Atleta do Futuro.

ABSTRACT

The Centre of Excellence Project Box Youth Gymnastics Promise was created in early 2008 by the Brazilian Gymnastics Federation, and is sponsored by the Federal Savings Bank. The central idea of this initiative is to create opportunities to practice sports gymnastics, detect young prospects in the area, form new technicians in Artistic Gymnastics modalities and disseminate teachings of a possible "Brazilian School of Gymnastics", is based on the good results obtained by the country events International and the importance and necessity of extending the practice of this sport in Brazil. In Paraíba the Project had the partnership SESI in the Athlete of the Future Program, disseminated throughout Brazil in 2008, with the aim of promoting sports practices for the development of motor skills, physical fitness and the adoption of positive values the sport. Given this context, we sought to, in that study, report an insertion experience in extracurricular stage in the Industry Social Service (SESI), Activity Center Aprígio Veloso da Silveira at SESI Athlete of the Future Project, my vision as an academic and intern of course Full Degree in Physical Education. This is an experience report with a qualitative approach and descriptive and reflective critical nature, in the city of Campina Grande - PB from September 2012 to December 2014. Throughout the stage noticed the importance of Artistic Gymnastics for students who practice the same, promoting their socialization and improving the quality of life. Regarding my education, I considered highly productive, because I had the chance to know more a labor camp in the area of physical activity and quality of life, besides the contribution of a new pedagogical practice in Physical Education, with it visions for a future career are extended so that I have experienced these practices, seeking greater professional commitment later.

Keywords: Physical Activity. Artistic Gymnastics. Athlete of the Future.

SUMÁRIO

1.INTRODUÇÃO.....	08
2. OBJETIVOS	10
2.1 Objetivo Geral.....	10
2.2 Objetivos Específicos.....	10
3. REFERENCIAL TEÓRICO	11
3.1-Origem da Ginástica Artística.....	11
3.2-Confederação Brasileira de Ginástica.....	14
3.3-História da Ginástica Artística no Brasil	14
3.4 -Centro de Excelência Caixa - Jovem Promessa de Ginástica.....	15
3.5-Programa SESI Atleta do Futuro.....	18
3.6-Implantação do Centro de Excelência no SESI- Campina Grande	19
4-METODOLOGIA.....	21
4.1-Tipo de Trabalho	21
5-RELATO DA EXPERIÊNCIA	22
5.1-Formalização do Estágio.....	22
5.2-Atividades Realizadas	22
5.3-População Atendida.....	23
6-RESULTADO E DISCUSSÃO.....	24
7-CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	25
8-REFERÊNCIAS.....	26
9-ANEXOS	28

1. INTRODUÇÃO

A ginástica artística de acordo com Nunomura e Nista Piccolo (2005) pode promover o desenvolvimento físico e motor, sendo uma das modalidades que melhor contribui para as crianças em desenvolvimento. Crianças que praticam a ginástica artística obtêm um melhor conhecimento sobre os movimentos que executará, podendo assim controlar melhor seu corpo nas atividades realizadas durante as aulas. Tal modalidade se torna cada vez mais interessante para o praticante quando passa a se tornar um desafio com atividades variadas dentro da própria modalidade (ALVES, ALVES, 2009).

De acordo com Galahue (2001), na infância, as crianças desenvolvem rapidamente uma série de habilidades básicas que são fundamentais, como as habilidades locomotoras correr e saltar e as habilidades estabilizadoras equilibrar-se e rolar.

Aprender a executá-los, combinando-os em sequência de movimentos facilita o aprimoramento das capacidades físicas mais complexas e amplia as possibilidades de desempenho das habilidades motoras (Piccolo *et al*, 2005, p. 32).

Além disso, a ginástica é uma atividade corporal importante, pois contribui para o desenvolvimento nos aspectos, motor, cognitivo, força e agilidade, servindo de base para a prática de outros esportes e atividades, além de outros benefícios como coordenação, confiança, disciplina, organização e criatividade. (SOUZA, 1997).

Por todas essas razões, esta modalidade gímnica é excelente promotora do desenvolvimento físico e motor dos que a praticam. Deveria, portanto, ser muito mais utilizada nas aulas de Educação Física nas escolas e também como iniciação desportiva generalizada em clubes e centros esportivos.

Pode-se dizer, com segurança, que uma criança que praticar ginástica na infância, aprender a nadar e fizer um trabalho de habilidade com bolas estará apta a ter sucesso em qualquer modalidade esportiva quando adolescente ou adulto, mesmo que não tenha interesse, oportunidade ou condições de se especializar em alguma modalidade esportiva, será um indivíduo melhor capacitado a se integrar a sociedade e viver uma vida mais saudável.

Como esporte de competição, a ginástica artística exige muito tempo de preparação, antes que se obtenha algum resultado. Exige que o professor escolha métodos que permitam um bom aproveitamento do tempo disponível, tanto no que se refere à aquisição da condição física indispensável à sua prática. Foi pensando nisso que a Caixa Econômica Federal juntamente com a Confederação Brasileira de Ginástica criaram os Centros de Excelência

Jovem Promessa de Ginástica, dando condições materiais e técnicas suficientes, capacitando professores e monitores, retirando as barreiras que faziam com que os profissionais da área acreditassem que a ginástica artística era uma modalidade esportiva complexa para ser aplicada em lugar seguro e com a participação de um profissional de Educação Física qualificado.

Em face desse contexto, buscou-se, no referido estudo, relatar uma experiência de inserção no estágio extracurricular no Serviço Social da Indústria (SESI), Centro de Atividade Aprígio Velloso da Silveira na cidade de Campina Grande-PB, sob minha visão enquanto acadêmica e estagiária do curso de Licenciatura Plena em Educação Física.

2. OBJETIVO

2.1 Objetivo Geral

- Apresentar o trato do ensino da ginástica artística numa perspectiva de formação de atleta a partir da experiência de estágio no Projeto Centro de Excelência Caixa-Jovem Promessa de Ginástica-SESI Atleta do Futuro.

2.2 Objetivos Específicos

- Apresentar alguns indicadores pedagógicos no ensino da ginástica artística para crianças de 05 a 09 anos;
- Relatar a minha experiência vivida como estagiária no Projeto Centro de Excelência Caixa – Jovem Promessa de Ginástica - SESI Atleta do Futuro, no período de setembro de 2012 a setembro de 2014.

3. REFERENCIAL TEÓRICO

3.1-Origem da Ginástica Artística

No início do século XVIII ocorreu um grande impulso no sentido de valorizar e incentivar a prática da ginástica, com a criação de programas e escolas, principalmente na Europa. Muitas foram as pessoas que contribuíram para o desenvolvimento da ginástica, como: Basedov, Gustsmuts, Ling, Spiess e Eiselen. A prática da ginástica, no entanto, era limitada às escolas privadas e a fins militares.

Ludwig Friedrich Jahn foi o primeiro a tirar a ginástica das instituições privadas de ensino e levá-la para o povo. Fundou em Berlim, na Alemanha, o primeiro clube voltado apenas à prática da ginástica. Jahn, considerado o “*pai da ginástica artística*”, era professor em Berlim em duas diferentes instituições, Berlinisch-köllnisches Gymnasium e Plamanns Anstalt. Os alunos de Plamanns que estavam sob a responsabilidade de Jahn, faziam excursões com seu professor nos dias livres, saindo dos portões da cidade para se exercitar e jogar nos campos e nadar no canal. Essa atividade de lazer se tornou um hábito. Outros interessados aderiram às atividades físicas de Jahn, que aconteciam regularmente as quartas e sábados, à tarde, na Hasenheide (campo dos coelhos), um parque que existe até hoje.

Em 1811, os primeiros aparelhos de ginástica foram montados em um local cercado dentro da Hasenheide. Os mesmos eram feitos com recurso do próprio Jahn e pelas mãos dos próprios ginastas. O interessante da ginástica é que ela era praticada ao ar livre e oferecia a possibilidade de atividade física a qualquer pessoa.

Em 1813, a ginástica artística sofreu bastante, porque diversos ginastas participaram na guerra pela libertação contra a dominação Francesa, e o campo de ginástica foi destruído por vandalismo.

Em 1814, iniciou-se a reconstrução e a ampliação, com grande energia. Em 1817, o campo estava tão ampliado, que acomodava de 1.400 a 1.600 ginastas, com condições de praticar atividades simultaneamente. O campo, segundo relato de Bornemann (Steins, 1986) continham os seguintes implementos para a prática de diferentes atividades físicas:

- Uma depressão no terreno, em forma de cunha, mais profunda do lado mais largo, que deveria ser ultrapassada com ajuda de varas ou sem elas;
- Pares de postes para saltos em altura, com furos para graduação de altura das hastes metálicas que sustentavam as cordas a serem ultrapassadas. Faziam-se saltos com impulso em um dos pés;

- Carneiros ou cavalos de voltear (os precursores dos atuais cavalos com alça), de diferentes alturas, onde eram executados exercícios de impulsos de pernas em cima e ultrapassando o cavalo;
- Barras paralelas que tinham a função de preparar os ginastas para os exercícios no cavalo, desenvolvendo a força de apoio necessária.
- Um tronco de árvore, apoiado horizontalmente sobre suportes a 152 cm do chão, com a extremidade mais fina em balanço, para exercícios de equilíbrio, o precursor da atual trave de equilíbrio. Dois ginastas podiam se colocar simultaneamente sobre o aparelho e tentar desequilibrar um ao outro, através de movimentos do tronco em balanço ou com leves toques no companheiro;
- Um mastro de navio com 15 m de altura, com barras horizontais no alto, das quais pendiam cordas. Apoiada no mastro, uma escada. Ali eram executados exercícios de escalar, as barras horizontais serviam para passar do mastro à corda, à escada, ou ao contrário, em posição cavalgada. Os garotos mais jovens de 08 a 10 anos não tinham permissão de atravessar a trave horizontal. Muitas vezes um segundo ginasta subia pela corda, enquanto o outro descia o que exigia que um escalasse por cima do outro, demonstrando grande habilidade;
- Três mastros para escalada muito lisos, que exigiam muita força de preensão de mãos e pés;
- O mastro triplo, composto por mastros ligados por traves horizontais, com cordas por uma escada inclinada, que possibilitava diversos tipos de atividades: subir ou descer a escada sem auxílio das mãos; subir a escada, suspenso pelas mãos pelo lado de trás, sem apoio dos pés; balançando nas cordas, procurar chegar à posição sentada sobre as traves horizontais, etc;
- Diversas barras horizontais, diferentes alturas, para exercícios de suspensão. Os mais habilidosos faziam diversos tipos de giros com muita segurança e beleza.
- Pistas para corridas, em linha reta e em círculos, onde eram feitas corridas de velocidade e de resistência, ou de perseguição individualmente ou em grupos.
- Local para arremesso de dardos, com dois troncos de carvalho como alvos. Os troncos tinham uma cabeça reforçada com ferro; estavam colocados sobre um rolo e tombavam quando atingidos. Os lançamentos eram feitos em linha reta ou em parábola;
- Áreas para lutas livres. Por maior que fosse a ambição ou o esforço dos lutadores, as lutas começavam e terminavam sempre com alegria e pacificamente. Havia lutas com a

participação de duas, três ou mais pessoas, ou um lutador grande enfrentava dois ou três menores, por exemplo.

- A luta em grupos exigia muita habilidade e produzia grupos muito interessantes. Todas as ações deveriam ser leais, encarando o oponente de frente sem ataques pelas costas.

A partir de 1814, o ponto alto das atividades ginásticas passou a ser o Festival de Ginástica realizado em comemoração a Batalha de Leipzig. O campo de ginástica tornou-se uma grande atração da cidade de Berlim e milhares de pessoas compareciam para ver as apresentações. Ludwig Friedrich Jahn, excelente orador, começou, em 1817, a fazer discursos nacionalistas, condenado a presença francesa na Prússia, chegando a ser vítima de investigação policial, em função da linguagem ofensiva que utilizava.

Em 1819, Jahn, assim como outros ginastas, foi considerado revolucionário, acusado de conspiração e posteriormente preso. As atividades na Hasenheide foram proibidas como muitos jovens queriam continuar praticando a ginástica, passaram a se reunir em lugares fechados, particulares. Para que isso fosse possível, Jahn modificou aparelhos que eram usados em campo aberto e criou outros que pudessem ser utilizados em locais pequenos, fechados, muitas vezes até em porões. A Federação Internacional de Ginástica (FIG) situa nesta época, por volta de 1820, à origem da ginástica artística (GA) como esporte de rendimento. Jahn foi reabilitado em 1825, porém proibido de fazer contato com a juventude estudantil.

Em 1842, foi definitivamente liberado e honrado com a cruz de ferro, alta distinção alemã. Nessa época, também, Frederico Guilherme IV aprovou a seguinte proposta dos ministros da Guerra, do Interior e de Instrução: *“...que os exercícios corporais sejam reconhecidos como partes indispensáveis da educação dos jovens e que sejam adotados no programa de educação popular”*.

A partir de então a GA de Jahn se propagou rapidamente pela Alemanha. Os ginastas criavam sociedades ginásticas, que existem em grande parte até hoje. Na maioria dos lugares não havia professores pagos. Os ginastas mais experientes ensinavam aos menos experientes, mas todos participavam e criavam novos elementos. Paralelamente, desenvolviam-se habilidades gímnicas nas escolas e universidades. Na Suíça, os primeiros treinadores das sociedades ginásticas eram os professores de ginástica das escolas, assim como foi Jahn, em Berlim.

No século XIX a GA e a educação física estavam muito ligadas. Segundo Huguenin (FIG,1991), sem a longa tradição da educação física não haveria ginástica de competição. A diferenciação entre as duas atividades, que veio a se tornar quase um abismo, começou no

início do século XX com o surgimento do esporte e as tendências divergentes das diversas nações.

3.2-Confederação Brasileira de Ginástica

A Ginástica Artística foi oficializada somente em 1951. Nesse ano, as Federações do Rio de Janeiro, São Paulo e Rio Grande do Sul se filiaram à Confederação Brasileira de Desporto (CBD), que através do Conselho de Assessoria de Ginástica, passou a dirigir o esporte no Brasil. Também em 1951, foram realizados os primeiros Campeonatos Brasileiros e o Brasil se filiou à Federação Internacional de Ginástica, adquirindo assim o direito de participar em eventos internacionais (Públio, 1998).

Em 1978, a Ginástica se desmembrou da CBD, sendo então criada a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG). O primeiro presidente eleito foi o Sr. Siegfried Fischer, do Rio Grande do Sul, grande entusiasta da ginástica brasileira e maior responsável pela sua inserção no cenário internacional. O Sr Fischer foi eleito para uma segunda gestão, permanecendo na presidência da CBG até 1984. Em 1980, foi eleito para integrar o conselho executivo da Federação Internacional de Ginástica. Em 1988, foi eleito vice-presidente da Federação Internacional de Ginástica, cargo que ocupou até sua morte em 2003.

Os demais presidentes da CBG foram:

1985 a 1987- Fernando Augusto Brochado

1988 a 1990- Mário Cheberle Pardini

1991 a 2008- Vicélia Angela Florenzano

2009 até os dias de hoje – Maria Luciene Cacho Rezende

Atualmente a CBG conta com 24 Estados Filiados.

3.3-História da Ginástica Artística no Brasil

No Brasil, a ginástica chegou através dos imigrantes alemães, no século XIX, instalados no Rio Grande do Sul. Trouxeram em suas bagagens os ensinamentos de Friedrich Ludwig Christoph Jahn, considerado o pai da ginástica por sistematizar a prática da ginástica e a transformar em modalidade esportiva. Os aparelhos, gradativamente, eram introduzidos entre os brasileiros.

Com isso, a prática da ginástica artística surgiu no Brasil, primeiramente, entre os gaúchos, porém, foram os catarinenses os primeiros a formalizarem o esporte no Brasil por intermédio da Sociedade de Ginástica de Joinville, fundada em 1858.

Em 1867, uma organização semelhante surgia em Porto Alegre, o que deu origem a atual SOGIPA (Sociedade de Ginástica de Porto Alegre). Em 1895, também em Porto Alegre, foi criada a primeira Liga de Ginástica do estado.

No início do século XX, São Paulo e Rio de Janeiro também começaram a praticar ginástica por meio de clubes.

Em 1950, é realizado o primeiro torneio nacional, reunindo atletas gaúchos, cariocas e paulistas.

Em 1951, com a formação das Federações Gaúcha, Paulista e Carioca, o esporte filiou-se à Confederação Brasileira de Desportos (CBD).

Em 1978, foi criada a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) que logo se filiou a Federação Internacional de Ginástica (FIG).

As competições oficiais de ginástica olímpica são reguladas pela FIG, que estabelece normas e calendários para todos os eventos internacionais. Já as competições nacionais são regulamentadas pelas diversas federações locais. Cabe também à FIG a responsabilidade sobre o Código de Pontuação, a publicação que orienta os ginastas, técnicos e árbitros na elaboração, composição e avaliação das séries em todas as provas.

Em 1979, o Brasil, com seu grupo de ginástica, conquistava a medalha de bronze nos Jogos Pan-americanos de San Juan, em Porto Rico.

Mais tarde, com o esporte já bastante estruturado no país, o Brasil fez a estreia nos Jogos Olímpicos de Moscou, na Rússia, em 1980. De lá pra cá, o Brasil sempre veio se destacando nas competições internacionais, com grandes atletas se destacando pelo mundo como a ginasta Daiane dos Santos e o ginasta Diego Hypólito, ambos campeões mundiais.

3.4 -Centro de Excelência Caixa - Jovem Promessa de Ginástica

Inspirados em programas de países que estão entre as grandes potências da ginástica no cenário mundial como Rússia e a Ucrânia, o Banco Caixa Econômica Federal (patrocinador oficial da ginástica brasileira) e a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) investem em novos talentos, criando os Centros de Excelência CAIXA – Jovem Promessa de Ginástica, gerenciados pelas Federações filiadas a CBG, visando inicialmente beneficiar 2,7 mil

crianças. As unidades das modalidades de Ginástica Artística e de Ginástica Rítmica foram implantadas em Alagoas, Amazonas, Goiás, Minas Gerais, Rio Grande do Norte, Santa Catarina, Sergipe, Distrito Federal, Espírito Santo, Mato Grosso do Sul, Paraíba, Paraná, Rio de Janeiro e Pará. O lançamento oficial aconteceu em Curitiba (PR), no dia 16 de maio de 2008, com a inauguração do primeiro Centro de Excelência, na sede esportiva do Paraná Esportes, no Tarumã.

Cada centro tem capacidade para atender 150 crianças entre 05 e 09 anos providas de comunidades carentes. O investimento foi destinado a:

- a) Aquisição de equipamentos apropriados a faixa etária;
- b) Aquisição de uniformes para 2.700 crianças;
- c) Contratação de monitores pelo CIEE e IEL;
- d) Contratação de um coordenador local;
- e) Criação, confecção, distribuição de um Manual;
- f) Reuniões de orientação (Curso de capacitação) com o objetivo de padronizar o método de ensino em todos os centros de excelência implantados nas cinco regiões do Brasil e avaliação;
- g) Realização de um torneio estadual.

A Caixa Econômica e a CBG acreditam que ampliando a prática do esporte por todo o território nacional, descobrirá um maior número de valores e evitará que futuros campeões tenham seus potenciais desperdiçados por falta de oportunidade e incentivará os monitores (acadêmicos de Educação Física) a se tornarem técnicos fazendo surgir, para o nosso orgulho, um dos mais importantes celeiros de ginastas do cenário mundial.

As turmas de iniciação poderão ter até 15 crianças por professor/monitor. A divisão das crianças poderá ser em função da idade, em um primeiro momento, posteriormente por nível técnico.

É aconselhável a divisão por idade nas seguintes faixas etárias:

- 5 a 6/7 anos;
- 7/8 a 9 anos.

A frequência das aulas para quem está começando, é de duas vezes por semana com duração de 1 hora até 1 hora e 30 minutos cada.

A aula deverá ser dividida basicamente em parte inicial, parte principal e parte final, podendo alguns exercícios entrar em uma parte ou outra.

Parte inicial

A parte inicial servirá para preparar o corpo para a atividade que virá na parte principal e poderá ser composto por atividades que elevem os batimentos cardíacos como os deslocamentos em geral, entre eles as caminhadas, as corridas e os saltitos. Além disso, devem ser executados o aquecimento articular e o trabalho inicial de flexibilidade.

Parte principal

Na parte principal serão realizados exercícios nos aparelhos e preparação física.

Parte final

Na parte final é importante trabalhar alongamento e relaxamento, de forma recreativa e lúdica.

MODELO DE PLANO DE AULA

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	
<ul style="list-style-type: none"> - Corridas e saltitos - Aquecimento articular - Preparação física(pernas) - Exercícios no solo (rolamentos e paradas) - Alongamento 	<ul style="list-style-type: none"> - Corridas e saltos de dança - Aquecimento articular - Preparação física (pernas) - Exercícios no solo (roda e arcos) - Alongamento 	<ul style="list-style-type: none"> - Saltitos no tumble track - Flexibilidade - Preparação física (braços e abdominal) - Exercícios na paralela e espaldar - Brincadeiras 	<ul style="list-style-type: none"> - Corridas e caminhadas - Flexibilidade - Preparação física (braços e abdominal) - Exercícios na trave - Pular corda 	

3.5-Programa SESI Atleta do Futuro

Com longa experiência no desenvolvimento de ações esportivas, o SESI está consciente da importância e da necessidade do comprometimento com a formação educacional e a qualidade de vida de crianças e jovens.

O SESI ATLETA DO FUTURO foi criado pelo SESI São Paulo em 1991. Em 2002, passou por remodelações metodológicas, contando para isso com a parceria científica dos acadêmicos da Universidade Estadual Paulista- UNESP, campus de Rio Claro.

Em 2004, o departamento regional do Paraná foi ate São Paulo para conhecer a ação. Seis meses mais tarde. Em 2005, surgiu o primeiro núcleo do ATLETA DO FUTURO no Estado. Desde então vem se aprimorando.

Por causa do sucesso da parceria estabelecida entre São Paulo e Paraná em 2007, o Departamento Nacional promoveu duas capacitações, a fim de apresentar o SESI ATLETA DO FUTURO a todos os Departamentos Regionais do país, já com intenções de disseminá-lo em todo o Brasil, o que muito em breve foi oficializado.

Em 2008, o ano foi encerrado com cerca de 80.000 crianças e jovens participantes em 17 estados brasileiros e mais de 140 indústrias parceiras.

Entre as estratégias de boas práticas do SESI destaca-se a possibilidade de atuação mais próxima às indústrias atendendo as necessidades delas, no que se refere à responsabilidade socioambiental empresarial.

A metodologia desenvolvida no SESI ATLETA DO FUTURO apresenta-se como uma ferramenta eficaz para as empresas interessadas em realizar investimentos sociais sustentáveis, comprometidas com os resultados sólidos, oferecendo assim um conjunto de procedimentos, desde a implantação, o monitoramento sistemático até a avaliação dos resultados alcançados por suas atividades, tornando seu investimento social mais eficiente.

Também é evidenciada como uma oportunidade bem estruturada e gerida de envolver diferentes públicos de interesse - colaboradores, fornecedores, clientes, comunidade entre outros agregando qualidade aos relacionamentos, pois estimula a interatividade, a solidariedade e o trabalho voluntário, estratégicos para o fortalecimento das relações e da imagem institucional.

Neste novo século, somos convidados constantemente a unirmos forças e conhecimentos para atuarmos juntos em prol da sociedade que se volta às causas coletivas, entre as problemáticas sociais destacam-se a inatividade física e a obesidade, aspectos esses que podem ser superados com hábitos de lazer ativo e prática de esporte.

A parceria existente no ATLETA DO FUTURO entre o SESI e a Federação Paraibana de Ginástica reflete seu posicionamento responsável diante da sociedade, fortalecendo e otimizando investimentos e ampliando as oportunidades de acesso ao esporte como expressão de cidadania, afim de que a prestação do serviço de formação esportiva do SESI possa ocorrer com elevado padrão de qualidade, sempre em busca da excelência.

3.6-Implantação do Centro de Excelência no SESI- Campina Grande

O Centro de Excelência Caixa - Jovem Promessa de Ginástica foi implantado com o objetivo de proporcionar a prática da ginástica artística a crianças com faixa etária entre 5 e 9 anos, proporcionando condições básicas necessárias ao trabalho de iniciação de base com aparelhos apropriados a faixa etária proposta para o projeto, capacitando profissionais e monitores a trabalhar com a didática e metodologia de ensino e aprendizagem proposta para o projeto, padronizando a metodologia da iniciação da ginástica brasileira.

Para receber o projeto no Estado, a Federação Paraibana de Ginástica teve que atender a algumas exigências e uma delas foi a disponibilidade de um local (ginásio) que fosse cedido através de convênio (termo de parceria) por alguma entidade como Governo Federal, Estadual, Municipal ou entidades tais como SESI, SESC, SENAC e SENAI, com estrutura mínima para atender as necessidades do projeto.

Percebendo a importância da unificação da metodologia e nomenclatura para a escola de formação de ginastas e que através desse projeto novos talentos serão revelados, se fez necessária à implantação deste projeto para um melhor desenvolvimento da ginástica brasileira, destacando a importância do coletivo com a mesma abordagem pedagógica, na construção do conhecimento social.

A difusão da ginástica agregando valores fundamentais ao interesse social, levando-os aos direitos e deveres dos cidadãos de respeito ao bem comum e ordem democrática, por tanto, o projeto transcende a disseminação do conhecimento técnico, científico e pedagógico abrangendo a formação geral da criança futuro ginasta e cidadão, considerando a relevância do bem-estar integral do indivíduo. O Centro de Excelência Caixa - Jovem Promessa de Ginástica chegou a Campina Grande no dia 23 de agosto de 2011, tendo como parceiro e principal incentivador o SESI-Centro de Atividades Aprígio Velloso da Silveira. As inscrições foram abertas tendo como público alvo filhos de industriários e da comunidade, não houve seleção, teve como critério estar matriculado na escola, fosse ela pública ou

privada. As aulas deram início no dia 1 de setembro de 2011, no período manhã e tarde, com cinco turmas em cada período.

O projeto dispõe dos seguintes aparelhos:

- 01 Trampolim Track;
- 01 Paralela Assimétrica – Junior;
- 01 Barra – Junior;
- 01 Trave de Equilíbrio – Junior- alta;
- 01 Trave de Equilíbrio - Junior- baixa;
- 01 Expansor de Trave;
- 01 Mini Mesa de Salto;
- 01 Trampolim Junior;
- 08 Colchões de Aterrissagem, 300x140x18cm;
- 02 Colchões de Aterrissagem, 250x140x18cm;
- 01 Esteira de Solo-Flexfoam;
- 01 Espaldar;
- 01 Corda de 7mx35mm;
- 03 pares de Taquinhos- 30 cm;
- 01 Plinto de Madeira, Piramidal com 06 estágios;
- 01 Plinto de Espuma;
- 01 Cogumelo;
- 150 uniformes (Feminino- Collant, short e camisa, Masculino – Camiseta regata, short).

4-METODOLOGIA

4.1-Tipo de trabalho

Trata-se de um relato de experiência com uma abordagem qualitativa e de cunho crítico descritivo e reflexivo (GIL, 1999) sobre a vivência de uma acadêmica de Educação Física como estagiária do Projeto Centro de Excelência Caixa- Jovem Promessa de Ginástica- SESI Atleta do futuro, no SESI - Centro de Atividade Aprígio Velloso da Silveira na cidade de Campina Grande – PB, realizado no período de setembro de 2012 a setembro 2014.

5-RELATO DA EXPERIÊNCIA

5.1-Formalização do Estágio

O início do estágio se deu com a chegada do projeto na cidade de Campina Grande instalado no SESI Clube do Trabalhador e a necessidade de um estagiário para o turno da manhã que estivesse concluído a disciplina ginástica artística na universidade. A partir daí, fiz a minha inscrição no IEL (Instituto Euvaldo Lodi) na FIEP, onde posteriormente fui chamada para participar de uma entrevista com a coordenadora do projeto Centro de Excelência Caixa Jovem Promessa de Ginástica, Elaine Lucena Guedes.

Na entrevista, a coordenadora perguntou-me se eu tinha interesse em ser estagiária e procurou saber sobre minha experiência e conhecimento na ginástica artística. Respondi que tinha experiência e conhecimento em outras áreas, mas que nunca tinha vivenciado a ginástica artística. Ela se interessou pelo meu currículo e como resultado, fui selecionada para ser estagiária do projeto no turno da manhã. Comecei logo após voltar do curso de capacitação para monitores de ginástica artística realizada pela Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) em Aracaju- SE, o curso foi ministrado pelos professores Liziane Berg e José Luiz Luz, com um treinamento específico nas áreas de atuação do estágio, onde fiquei ciente de todas as funções e ações a serem trabalhadas no estágio.

O estágio teve início no dia 01 de setembro de 2012, reconheci o espaço físico do SESI Centro de Atividade Aprígio Veloso onde o centro de ginástica fora instalado.

Exigia-se do estagiário uma carga horária de trabalho de 10 (dez) horas semanais realizadas em um período oposto ao que se estava cursando a graduação, nesse aspecto percebe-se uma sensibilização da instituição contratante, de forma a não prejudicar a formação do aluno. O estágio era realizado de segunda a quinta das 8h00min as 11h00min.

As atividades que ficariam sobre minha responsabilidade foram estabelecidas em planos de aulas mensais, tendo como função ministrar aulas de ginástica artística.

5.2-Atividades realizadas

No plano de estágio ficaram definidas as atividades a serem realizadas: Aulas de iniciação a Ginástica Artística, as segundas, terças, quartas e quintas feiras, a sexta feira era utilizada para planejamento das atividades da semana seguinte. As turmas eram divididas por faixa

etária, com no máximo 15 alunos por turma, a aula tinha duração de 1 hora. As aulas seguiam o planejamento semanal, onde cada dia da semana tinha uma atividade específica, podendo ter os seguintes objetivos: aquecimento, preparação física, trabalho de flexibilidade, atividades lúdicas e alongamento. O planejamento ficava exposto na empresa para orientar aos colaboradores e estagiários, caso tivessem alguma dúvida sobre a realização das atividades.

5.3-População atendida

As turmas eram compostas por crianças do sexo masculino e feminino com idade entre 5 e 9 anos, filhos de industriários, colaboradores e da comunidade, divididas por faixa etária , com número máximo de 15 alunos por turma, tendo a aula duração de 1h. Todas as turmas a nível de iniciação. Ao término de todas as aulas, anotávamos no registro o total de alunos que participaram da aula.

6-RESULTADO E DISCUSSÃO

Mesmo não tendo experiência com a prática da ginástica artística, não me senti limitada a atuar na área. Conforme Gallahue (2001), o aprendizado motor pode ser um processo durante toda a vida e a aptidão para o aprendizado depende da convergência de fatores biológicos, ambientais e físicos. A implantação do projeto proporcionou a prática da ginástica artística a seiscentos e doze crianças, filhos de industriários e da comunidade.

Quando começamos as aulas, os alunos apresentavam muitas limitações e dificuldades nos movimentos mais básicos da ginástica artística como o rolar, o saltar. No decorrer das aulas, com a prática regular, com base em (Nista Piccolo 2005) notou-se um desenvolvimento crescente nas habilidades, visível na facilidade da execução e no aperfeiçoamento do movimento, facilitando o aprimoramento das capacidades físicas mais complexas e ampliando as possibilidades de desempenho das habilidades motoras.

O Serviço Social da Indústria (SESI) é um grande incentivador da prática esportiva, coordenando vários programas e ações em todo país.

O projeto é pioneiro em Campina Grande – PB, e tem uma relevância significativa do ponto de vista social, psicológico e motor de cada criança que dele participa. Os alunos que se matriculam não vêm dotados de habilidades características da ginástica artística, nesse aspecto podemos perceber que a ginástica é um esporte de base que pode ser praticado, independentemente da idade, altura ou outros fatores que poderiam ser limitadores no treinamento desportivo.

No estágio, tive a oportunidade de colocar em prática tudo aquilo que aprendi com o corpo docente da minha graduação, livros e pesquisas.

7-CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente relato mostrou a importância da ginástica artística, na melhoria da qualidade de vida dos filhos de colaboradores, industriários e da comunidade, cumprindo com o objetivo proposto.

O estágio ofereceu a oportunidade de observar uma melhora na qualidade de vida dos alunos que participaram periodicamente das aulas de ginástica artística.

Com a experiência relatada, obtive resultados que mostraram que a ginástica artística proporciona mudanças positivas na vida dos filhos dos colaboradores, sendo notória e ainda verbalizada pelos mesmos a satisfação. Pude acompanhar de perto o dia-dia dos alunos, podendo assim, com as atividades propostas e realizadas pelo Programa SESI Atleta do Futuro, ter contribuído na melhoria de fatores importantes relacionadas ao bem estar dos filhos dos colaboradores e diminuindo os riscos a que estão sujeitos.

Assim, posso chegar à conclusão que participar do estágio no Projeto caixa foi uma das experiências mais importantes que a UEPB me proporcionou, oportunizando-me novos caminhos para minha vida profissional, mostrando novas perspectivas enquanto professora. Graças ao estágio não formal do SESI, pude vivenciar uma área na qual não conhecia, atribuindo assim, conhecimento para minha formação acadêmica e de ensino da ginástica.

8-REFERÊNCIAS

- ALVES C.M.C. ; ALVES, R.C. **A Prática da Ginástica Artística: Perfil, Influências e Preferências.** Rev. Ciênc. Ext. v.5,n.1,p.43,2009.
- ARAÚJO, C.M. O treino dos jovens ginastas. **Horizonte**, Lisboa, Caderno Especial. v.15, n.85, p.1-12, 1998.
- BALYI, I. O desenvolvimento do praticante a longo prazo: sistema e soluções. **Treino Desportivo**, Lisboa, n.23, p.22-27, 2003.
- BEE, H. **A criança em desenvolvimento.** Tradução de Maria Veronese. Porto Alegre: Artmed, 2003.
- BENTO, J. O. **Planejamento e avaliação em Educação Física.** Lisboa: Livros horizonte, 1998.
- BROCHADO, Fernando Augusto; BROCHADO, Mônica Maria Viviane. **Fundamentos de ginástica artística e de trampolins.** Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
- COELHO, O. **Pedagogia do desporto:** contributos para uma compreensão do desporto juvenil. Lisboa: Livros Horizonte, 1988.
- CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA. Disponível em: <<http://www.cbginastica.com.br/web/>>. Acesso em: 27 de nov. 2014.
- FARINATTI PTV. **Criança e atividade física.** Rio de Janeiro: Sprint, 1995.
- FEDERATION INTERNACIONALE DE GYMNASTIQUE. **Objectif an 2000.** Moutier: FIG, 1991.
- FILGUEIRAS, I. P. **Movimento e Educação Infantil: um projeto de formação em contexto.** 2007. 320 f. Tese (Doutorado em Educação). Faculdade de Educação, USP, São Paulo, 2007.
- FREIRE, J. B. **Educação de corpo inteiro: teoria e prática da Educação Física.** 4. ed. São Paulo: Scipione, 1997.
- FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à Prática Educativa.** 30. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2004.
- GALAHUE, David L; OZUM, John C. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor: Bebês, Crianças, Adolescentes e Adultos.** São Paulo, Phorte Editora Ltda, 2001.
- GALLAHUE. D.L. **Compreendendo o Desenvolvimento motor: Bebês, crianças, adolescentes e adultos.** São Paulo: Phorte, 2001.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 1999.

- KORSAKAS, P. **O Esporte-infantil: as possibilidades de uma prática educativa**. In: DE KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: Ed. Unijuí, 2000.
- ROSE JR., D. **Esporte e Educação Física na infância e adolescência: uma abordagem multidisciplinar**. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- LAKATOS, E. M.; MARCONI, M. de A. **Técnicas de pesquisa**. São Paulo: Atlas, 1999.
- LEGUET, J. **As ações motoras em ginástica esportiva**. São Paulo: Manole, 1987.
- LOPES, P.; NUNOMURA, M. **Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível**. Revista Brasileira de Educação Física e Esporte, São Paulo, v. 21, n.3, p.177-87, 2007.
- NUNOMURA, M.; PIRES, F.; CARRARA, P. Análise do treinamento na ginástica artística brasileira. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Campinas, v.31, n.1, p.25-40, 2009.
- NUNOMURA, Myrian & NISTA-PICCOLO, Vilma Lení. **Compreendendo a Ginástica Artística**. Ed. Phorte. São Paulo, 2008.
- PÚBLIO. N.S. **Evolução histórica da ginástica olímpica**. Guarulhos: Phorte, 1998.
- SILVA, F.S.; FERNANDES, L.; CELANI, F.O. Desporto de crianças e jovens: um estudo sobre as idades de iniciação. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v.1, n.2, p.45-55, 2001.
- SOUZA, E. P. M. **Ginástica Geral: uma área do conhecimento da Educação Física**. 1997. Tese (Tese de Doutorado). Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, 1997.
- SOUZA, Elizabeth Paoliello Machado de. **Ginástica Geral: uma área do conhecimento da Educação Física**. Tese de Doutorado, UNICAMP, Faculdade de Educação Física, Campinas (São Paulo), 1997.
- STEINS, G. **Wo das Turnen erfunden wurde... Friedrich Ludwig Jahn und die 175jährige Geschichte der Hasenheide**. Berlin: Berliner forum, 1986.
- TOLEDO, Eliana; TSUKAMOTO, Mariana H. C.; GOUVEIA, Carlos R. **Fundamentos da Ginástica Geral**. In: NUNOMURA, M; TSUKAMOTO, M. H. C. Fundamentos das Ginásticas. Jundiaí: Fontoura, 2009, p. 23-49.
- WEINBERG, R. S.; GOULD, D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício**. São Paulo: Artmed, 2001.
- ZAKHAROV, A. **Ciência do treinamento desportivo**. Rio de Janeiro: Grupo Palestra Sport, 1992.

9 – ANEXOS





