

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Silvia Mayeda

**Ginástica Geral:
Uma Proposta Pedagógica para
Deficientes Físicos.**

Campinas
2003



Sílvia Mayeda

Ginástica Geral:

Uma Proposta Pedagógica Para Deficientes Físicos

Monografia apresentada na disciplina
MH-800 Seminário de Monografia II
como exigência parcial para a
conclusão do curso de Educação
Física da Faculdade de Educação
Física da Universidade Estadual de
Campinas na Modalidade de
Licenciatura sob a Orientação do
Prof. Dr. Paulo Ferreira de Araújo.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Campinas
2003

Aluna: Silvia Mayeda

Título do Trabalho: Ginástica Geral: Uma Proposta Pedagógica Para Deficientes Físicos

Data apresentação: 18 de novembro de 2003

Prof. Dr. Paulo Ferreira de Araújo
Professor Orientador

Prof. Dr^a Silvana Venâncio
Professora responsável pela disciplina
MH 800 Seminário de monografia II

Prof. Ms. Eliana Toledo
Professora componente da banca
examinadora

Prof^a. Msd. Rita de Fátima da Silva
Professora componente da banca
examinadora

*Dedico este trabalho aos alunos do grupo
que participaram e acreditaram neste
sonho.*

*Aos meus pais Renato e Inês pelo carinho
constante e por acreditar sempre.*

Todo trabalho é fruto sempre de muitas mãos e esse não poderia ser diferente. Chegou a hora de agradecer todas as mãos, pés, braços e abraços, pernas, cabeças e corações que fizeram parte deste sonho.

Aos alunos do grupo que acreditaram e participaram do trabalho desenvolvido, pela força de vontade, pelos sorrisos e pela bonita amizade.

Agradeço meus pais Renato e Inês por tudo que sou, sempre acreditando nos meus sonhos e sonhando junto, por estarem presentes em todos os momentos, sem vocês não chegaria aqui.

Ao meu irmãozinho Léo, que sempre esteve disposto a me ajudar, pelo incrível bom humor, e pelo carinho de todos os dias. Te adoro!!!

Ao meu Namorado Fernando, pela paciência desses últimos momentos, por torcer sempre e por me ajudar, pelos sorrisos nas horas difíceis, pelas doces lágrimas, sem você o colorido não seria o mesmo.

A Elexina e Vicente por se tornarem amigos.

À Meg pelo incrível bom humor e brincadeiras, mesmo nas horas mais difíceis.

Ao novo amigo Luis (Lutinho) pela nova amizade, pela convivência durante o II Fórum de GG e por me convencer que tudo acontece por algo bom;

Aos monitores que passaram pelo grupo, e fizeram parte do grupo de estudos em especial a Érika com quem pude aprender muito, a Dani companheira de todas as horas e pôsteres, e a Má que sempre estiveram juntas sonhando novas possibilidades.

À Rita que tomou posse da sala do professor, pela ajuda e paciência de me agüentar!

Ao meu orientador que orientou a minha desorientação

Aos alunos de "Educafro" por dividir as boas horas da manhã de todos os sábados de 2003 com incríveis aulas de biologia.

A Galera do Rope Skipping, Ana, Dani, Ric, Marcelinho, Héber, Luis, Alan, Marcinha, Má, Diane e a todos os alunos que participaram do projeto de extensão, com os quais pude aprender muito dividindo momentos bons e não tão bons assim.

À todas as Flores da república das Flores com quem puder rir muito, por se tornarem amigas e por aturar meus dias de mau humor.

À Lu pela companhia e caronas nas idas e vindas à Campinas.

À Má pela convivência desses anos de Facu, de casa e por dividir o quarto, não foi fácil, mas a amizade será pra sempre, valeu!!!

À sempre sorridente Rê, pelos sorrisos, conversas e os cuidados de sempre.

À Suzi amiga pra balada e pra tudo, valeu por esses anos de Gata preta, Republicas das Flores e Fef.

À Panela de sempre. Pelas boas conversas recheadas de quitutes.

Aos amigos para sempre, Alan, Marcão, Mi, Nattacha, Mairinha, Lú, Rê, Dj, Suzi, Má, Kamilla, Verônica, Rachel, Kelzinha, Fer, Clods, João, Ananda, Picachu, Henrique, e todos os outros. "Sucesso" (Marques da Silva, 2000, 2001, 2002, 2003, todos os dias...)

Aos veteranos 98,99 Fabi, Dani, Mônica, Luggi da República Gata Preta.

À minha fiel torcida, Minha Família, (meus tios, tias e primos, muitos primos) que sempre acreditaram que chegaria aqui. Valeu por todos os encontros festas e pescarias. Adoro vocês!!!!

À todos os sorrisos anônimos que me perceberam neste universo.

Não chore se você não apareceu aqui, nem quem criou o universo seria capaz de falar de todas as estrelas numa página de agradecimentos.

O presente trabalho vem mostrar a relação de um grupo específico de pessoas em condição de deficiência física com a Ginástica Geral (GG). A proposta foi construída para atender uma reivindicação do próprio grupo que apresenta a característica de ser bastante entusiasmado com o desafio de novas práticas de atividades físicas. Assim a GG através de suas atividades proporcionou, a integração e funcionou como meio facilitador da inclusão, da criatividade, além de desenvolver o senso de cooperação entre seus praticantes, sem enfatizar a competição, servindo como espaço de expressão. A GG é atividade que não segrega além de não requerer um perfil pré-estabelecido de seus praticantes e, portanto, os exercícios desenvolvidos construíram-se a partir de seus referenciais. A sua prática é possível a partir da diversidade na utilização de diferentes materiais convencionais e alternativos, além da ausência do rigor da técnica, oportunizando movimentos livres de acordo com as possibilidades de cada participante. A população praticante foi composta por um grupo de pessoas com características heterogêneas quanto a idade, ao gênero e as etiologias, das quais são predominantes a lesão medular e poliomielite. O trabalho foi baseado no referencial bibliográfico da GG segundo os autores, Ayoub (2003), Souza (1997) e Santos (1999), sendo a proposta desenvolvida em três etapas durante encontros semanais com duração de duas horas utilizando-se da música e materiais alternativos. Primeiramente foi realizada a exploração das possibilidades corporais de cada participante e experimentação dos materiais propostos. Em seguida, foi realizada a escolha e a exploração do material a que melhor se adaptaram. E por último desenvolveu-se o trabalho do manuseio da cadeira de rodas em conjunto com o material escolhido. Os objetivos da proposta pedagógica para este grupo foram alcançados com sucesso e a prática da GG foi possível a todos os participantes do grupo, sendo que este propôs a apresentação em público das coreografias construídas.

Palavras Chaves: Ginástica Geral, Pessoas em Condição de Deficiência, Proposta Pedagógica.

GIMNASIA GENERAL: UNA PROPUESTA PARA DEFICIENTES FISICOS

Silvia Mayeda
Prof. Dr. Paulo Ferreira de Araújo

El presente trabajo viene a mostrar la relación de un grupo específico de personas, con condición de Deficiencia Física, con la Gimnasia General (GG). La propuesta fue construida para atender una reivindicación del propio grupo que presenta la característica de ser bastante entusiasta con el desafío de nuevas prácticas de actividades físicas. Así, la GG, a través de sus actividades proporcionó la integración y funcionó como medio facilitador de la inclusión, de la creatividad, además de desarrollar el sentido de cooperación entre sus practicantes y, por lo tanto, los ejercicios desarrollados se construyeron a partir de sus referencias. La práctica de la GG es posible a partir de la diversidad en la utilización de diferentes materiales convencionales y alternativos, además de la ausencia del rigor de la técnica, favoreciendo movimientos libres de acuerdo con las posibilidades de cada participante. La población practicante estuvo compuesta por un grupo de personas con características heterogéneas en cuanto a edad, género y las etiologías, de las cuales son predominantes la lesión medular y la poliomielitis. El trabajo tuvo como base los referenciales teóricos de la GG según los autores, Ayoub (2003), Souza (1997) y Santos (1999), siendo la propuesta desarrollada en tres etapas durante encuentros semanales con una duración de dos horas, utilizando música y materiales alternativos. Primero se realizó la exploración de las posibilidades corporales de cada participante y experimentación de los materiales propuestos. A continuación, fue realizada la elección y la exploración del material al cual se adaptaran mejor. Y por último se desarrolló el trabajo de manipulación de la silla de ruedas en conjunto con el material escogido. Los objetivos de la propuesta pedagógica para este grupo fueron alcanzados con éxito y la práctica de la GG fue realizada por todos los participantes del grupo, siendo que este propuso la presentación en público de las coreografías.

Palabras Claves: Gimnasia General, Personas en Condición de Deficiencia, Propuesta Pedagógica.

Introdução.....	10
Capítulo 1	14
1. Um pouco de historia da Ginástica Geral.....	15
1.1 Algumas propostas de Ginástica Geral.....	19
1.1.1. GG na escola.....	19
1.1.2. GG e idosos.....	21
1.1.3. GG e clubes.....	22
1.1.4. GG e Universidade.....	22
Capítulo 2.....	25
2.1 Os materiais da Ginástica Geral.....	26
Capítulo 3.....	28
3.1 Metodologia.....	29
3.2 Caracterização da população estudada.....	30
3.3 Causas da deficiência.....	32
Capítulo 4	37
4.1 A proposta de Ginástica Geral e Deficientes Físicos.....	38
4.1.1 A primeira etapa "Nossas possibilidades".....	39
4.1.2 A segunda etapa " Nossos Materiais".....	40
4.1.3 A terceira etapa "Nossas composições coreográficas".....	42
Considerações Finais.....	44
Referências Bibliográficas.....	48

Introdução

Ginástica Geral (GG) é uma modalidade de ginástica que pode ser considerada segundo Souza, 1997 *“como um fenômeno cultural, por apresentar características de cada povo, respeitando suas tradições”* Possui como principal característica o caráter demonstrativo que abrange outras formas de expressão como os diversos tipos de estilos de danças, teatro, músicas, artes circenses entre outras.

Ela é orientada, e difundida pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), que possui abrangência internacional e é responsável por todas as outras modalidades de ginásticas de competição. É destinado desde de 1984, conforme Souza (1997) um comitê exclusivo a GG reforçando assim a sua representatividade mundial.

Nos países europeus a prática da GG é bastante representativa dadas a quantidade de clubes e pessoas que a praticam .

O Brasil tem participado de festivais Internacionais como a *Gymnaestrada* que será apresentada no Capitulo Um, desde 1957, sendo que a cada ano o número de participantes aumenta como por exemplo em 1999 na 11ª *Gymnaestrada* realizada em Gotemburgo, Suécia, participaram 19 grupos que compuseram a delegação com 404 ginastas e apresentaram 32 coreografias. Santos e Santos (1999).

A GG contemplada neste trabalho pôde proporcionar além de divertimento, a satisfação provocadas pelas atividades, o desenvolvimento pessoal e social tendo em vista possibilitarem o exercício da autonomia e liberdade dentro de um espaço de expressão construído numa dinâmica inclusiva.

A proposta surgiu da reivindicação do próprio grupo com o qual desenvolvemos as atividades e que participa do projeto de extensão de atividade física para deficientes físicos da Faculdade de Educação Física de Campinas. O grupo sentiu necessidade de atividades novas que pudessem proporcionar sensações diferentes às da modalidade de handebol adaptado desenvolvido por Itani (2002) especificamente para o grupo em questão. A qual foi desenvolvido paralelamente a proposta de GG.

A GG foi proposta oficialmente numa das reuniões do Grupo de Estudos de Atividade Motora Adaptada para Deficientes Físicos (GEAMA-DF) que eram realizadas a cada quinze dias, com o intuito de discutir temas acerca de pessoas em condição de deficiência física, além de realizados estudos sobre as etiologias e conseqüências dos participantes do grupo em questão.

Segundo Itani (2002), na maioria dos casos, as atividades oferecidas às pessoas em condição de deficiência possuem o caráter de reabilitação, e nem sempre buscam despertar o prazer pela atividade como forma de lazer ou como meio de auto-conhecimento e superação.

Sendo assim percebemos a necessidade de proporcionar atividades que fossem voltadas para o prazer da atividade esportiva sem o caráter competitivo como principal característica.

A GG foi proposta devido às suas inúmeras possibilidades que podem ser desenvolvidas num grupo que possui como característica marcante a heterogeneidade quanto à idade, gênero e as etiologias.

Esta proposta pedagógica acerca da GG não apresenta padrões rígidos ou preestabelecidos. É uma atividade que possibilita um leque de bastante grande de atividades que podem variar de acordo com as características do grupo, ou seja, deve ser proposta de acordo com as possibilidades e características dos participantes. Podemos assim considerar que não se trata de uma atividade adaptada, uma vez que, entendemos atividade adaptada aquela que pode ser remodelada, já que, apresenta um padrão pré-estabelecido.

O trabalho está estruturado em cinco capítulos organizados de seguinte forma:

No **Capítulo Um** pode-se encontrar um breve histórico sobre a historia da Ginástica, apresentado de forma bastante sucinta, pois busca apenas contextualizar a ginástica geral no universo da ginástica. Encontra-se também algumas sugestões de proposta de GG para grupos específicos como escolas, idosos, clubes e universidades, os quais foram eleitos os grupos mais representativos encontrados no levantamento bibliográfico.

No **Capítulo Dois**, é abordada a utilização dos materiais da GG, os quais, são empregados e criados pelos diversos grupos de que praticam esta modalidade tornando-se parte importante na composição das coreografias.

No **Capítulo Três** reservamos para abordar as questões metodológicas que foram utilizadas como base na elaboração deste trabalho.

No **Capítulo Quatro** é apresentada a proposta pedagógica, assim como a constituição de cada etapa do projeto desenvolvida para o grupo em questão.

E por último reservamos um espaço para algumas reflexões e considerações finais.

Capítulo 1

1. Um pouco de História da Ginástica Geral

Inicialmente realizamos um breve passeio pelo universo da ginástica, principalmente a partir do século XIX, para podermos situar a Ginástica geral nos dias de hoje.

Os métodos ginásticos, representados principalmente pelas escolas de ginásticas alemã, sueca e francesa, são sistematizados a partir do início do século XIX, o que faz este período ser considerado de muita importância para os autores Langlade e Langlade, 1986 apud Ayoub (2003 p.30).

O movimento ginástico europeu, especialmente da Alemanha, Suécia, Inglaterra e França, como expressão da cultura, segundo Soares (1998 p.21) *“(...) se constrói partir das relações cotidianas, dos divertimentos e festa populares, dos espetáculos de rua, do circo, dos exercícios militares, bem como dos passatempos da aristocracia”* e ressalta ainda que tem seus conteúdos básicos organizados a partir de parâmetros formulados pela cultura grega que compreendida a ginástica relacionada à idéia de saúde, beleza e força.

No entanto a abordagem puramente científica, com bases fortificadas no século XIX, fez com que formasse um abismo cada vez maior entre as características lúdicas e artísticas e as explicações dadas pelas ciências física, biológicas. É nesse período, com o apoio das ciências que ela passa a ser vista como instrumento para uma educação do movimento, assim a ginástica ao longo do tempo passa a ser responsável pelo *“corpo educado”* Soares, (1998 p. 88).

A influência das ciências no Séc. XIX é tão forte que a Ginástica perde a característica de relacionamento com o campo dos divertimentos. E tudo que é relativo aos espetáculos do mundo do circo e das festas populares passa a ser recusado, pois segundo Soares, 1998 *“a ginástica científica passa a ser reconhecida como pratica corporal capaz de contribuir na formação de um corpo civilizado”*.

Dois séculos se passaram e a ginástica vem sendo codificada, *“sistematizada e construída de acordo com diferentes contextos históricos-culturais (...) Não podemos negar que ela vem ganhando novos contornos na atualidade. No entanto a herança das”* imagens da educação no corpo *“(Soares, 1998)”*

continua viva. (...) A ginástica contemporânea ainda permanece fortemente vinculada à conquista da saúde, orientando-se por uma visão limitada que restringe a compreensão de saúde a um corpo estritamente biológico, individual, a um ser humano descontextualizado da sociedade na qual está inserido". Ayoub, (2003).

As escolas alemã, francesa, sueca e inglesa que inicialmente foram trazidas para o Brasil, com o objetivo de suprir algumas necessidades de treinamento para militares a fim de aprimorar o treinamento físico, disciplinar o corpo assim como torná-los forte.

Segundo Santos e Santos (1999) todas estas "escolas" ofereciam oportunidades de grandes apresentações em massa, praticadas pelos militares e também pelos estudantes de escolas públicas, contagiando não só os praticantes, mas também o público assistente com a beleza dos espetáculos fundamentados em movimentos sincronizados.

A Ginástica Geral então, sofreu grandes influências das ginásticas de grandes áreas. Sua principal característica é o caráter demonstrativo, sendo assim, não competitiva.

Apresentamos aqui algumas definições de Ginástica Geral, que foram encontradas na pesquisa bibliográfica.

A FIG (Federação Internacional de Ginástica) é a organização mais antiga e com abrangência internacional, é responsável pelas modalidades gimnicas que são competitivas nos jogos olímpicos, ou seja, é a federação com maior poder de influência na ginástica mundial. Ela destina um comitê exclusivo para a Ginástica Geral que tem caráter demonstrativo. E define GG como:

"... é a parte da Ginástica que está orientada para o lazer, na qual pessoas de todas as idades participam, principalmente pelo prazer que sua prática proporciona. Desenvolve a saúde, a condição física e a interação social, contribuindo, desta forma, para o bem estar físico e psicológico de seus participantes. ...para a prática sem fins competitivos e/ou demonstração..."
(General Gymnastics Manual – FIG – 1993)

Sendo assim a GG, de acordo com o General Gymnastic Manual FIG, 1993 apud Souza (1999, p.34) compreende nas seguintes atividades Ginástica, Dança, Exercícios com aparelhos e Jogos.

O grupo de pesquisa de GGU (Grupo de Pesquisa em Ginástica Geral da Faculdade de Educação Física da UNICAMP) usa a seguinte definição de Perez Gallardo e Souza (1995):

“É uma manifestação da Cultura Corporal que reúne as diferentes interpretações da Ginástica (Natural, Construída, Artística, Rítmica Desportiva, Aeróbica, etc.) integrando-as com outras formas de expressão corporal (Dança, Folclore, Jogos, Teatro, Mímica, etc.) de forma livre e criativa, de acordo com as características do grupo social, e contribuindo para o aumento da interação social entre os participantes” (Pérez Gallardo e Souza, 1995 apud Souza, 1997)

O Grupo Ginástico da Unicamp (Grupo de Pesquisa em Ginástica Geral da Faculdade de Educação Física da Unicamp), tem seu enfoque nas relações pedagógicas que foram desenvolvidas em diversas experiências que obtiveram êxito desde seu início em 1989. Os princípios norteadores da proposta são a Formação Humana e Capacitação, como objetivo de estudo da cultura corporal e como paradigma de orientação a sociabilização/socialização.

O importante *“nessa perspectiva é o ser e não o fazer”* Souza, (1997 p. 81), já que ele está sujeito a todas as variáveis tanto do meio social como físico. Ainda segundo a autora, o objeto de estudo passa a ser a cultural corporal, entendida como todos os produtos culturais que fazem parte do cotidiano dos indivíduos e tenham relação com a educação física, cuja manifestação ocorra por meio da expressão corporal.

Santos e Santos (1999) definem Ginástica Geral da seguinte forma:

“A Ginástica Geral compreende um vasto leque de atividades físicas orientadas para o lazer, fundamentadas nas atividades gímnicas, assim como em manifestações corporais com particular interesse no contexto cultural nacional.

A Ginástica Geral engloba as modalidades competitivas de ginástica reconhecidas pela Federação Internacional de Ginástica (Ginástica Olímpica, Ginástica Rítmica, Ginástica Aeróbica Esportiva, Esportes Acrobáticos e Trampolim), a Dança, as

atividades acrobáticas com e sem aparelhos, além das expressões folclóricas nacionais, destinadas a todas as faixas etárias e para ambos os sexos, sem limitações para a participação e, fundamentalmente, sem fins competitivos.

A Ginástica Geral desenvolve a saúde, a condição física e a integração social. Além disso, contribui para o bem-estar físico e psíquico, sendo um fator cultural e social."

Pode-se notar alguns pontos em comum, como prática não competitiva, manifestação da cultura corporal ou cultural nacional, propicia a interação social e criativa, sem limite de participantes."

Em todas as citações acima, a Ginástica Geral é descrita como forma de expressar-se corporalmente integrando as com demais formas de expressões como danças, outras modalidades da ginástica, teatro, mímica, folclore, entre outras. Sendo assim considerada conteúdo da cultura corporal, uma vez que, entendemos por cultura corporal, *"conjunto de práticas corporais que se tornam patrimônio da humanidade, as quais foram sendo construídas pelo ser humano com determinados significados conferidos por diferentes contextos históricos culturais". Ayoub, (2001 p.30).*

A popularidade da GG pode ser ilustrada pelo grande número de festivais promovidos todos os anos, em vários países e com significativo número de participantes.

Além de disso, ela funciona numa dinâmica inclusiva, ou seja, não há limites de participantes, de idade, gênero e não requer altos níveis de habilidades gímnicas de seus participantes, nem de condições físicas, não obstante, com sua prática o indivíduo pode desenvolver melhoras nas condições físicas, senso da criatividade, convívio social, auto-estima, entre outros benefícios.

A GG não se preocupa em produzir corpos esculturais, mas sim corpos culturais, não se sintoniza com os estereótipos de corpos presentes na atualidade, e não possui interesse nenhum de alimentar a *"ditadura do corpo ideal"* (Ayoub,2003).

Quando consideramos a GG conteúdo da cultura corporal não é difícil justificá-la como conteúdo da Educação Física na perspectiva sociocultural a qual

os estudos apontam para a preocupação com a facilitação da apropriação das formas de produção cultural, nas diferentes regiões e culturas.

“O homem se apropria da cultura corporal dispondo sua intencionalidade para o lúdico, o artístico, o agonístico, o estético ou outro que são representações, idéias, conceitos produzidos pela consciência social e que chamaremos de significações objetivas. Em face delas, ele desenvolve um ‘sentido pessoal’ que exprime sua subjetividade e relaciona as significações objetivas com a realidade da sua própria vida, do seu mundo, das suas motivações”. Coletivo de Autores, (1992, p.62).

Sendo assim, partindo desses entendimentos de cultura corporal e ginástica geral, demonstrados serão destacadas algumas metodologias do desenvolvimento da Ginástica Geral.

1.1-Algumas propostas de desenvolvimento da Ginástica Geral

Serão destacadas aqui, algumas metodologias, mais relevantes, encontradas no levantamento bibliográfico, acerca do tema Ginástica Geral.

Foram eleitas algumas propostas que relacionam a GG e grupos específicos como escola, idosos, instituições (universidade) e clubes.

A primeira proposta que será apresentada apenas por um fator arbitrário é a Ginástica Geral na escola

1.1.1-GG na escola

A GG na escola é desenvolvida como um meio de recolocar a ginástica na escola, devido as suas características já citadas.

Pode-se afirmar sem receio que por muito tempo as aulas de educação física na escola foram sinônimos de aula de ginástica. Somente a partir de 1940 é que chega ao Brasil a educação física desportiva generalizada e

progressivamente o esporte passa a ser o principal representante da educação física no universo escolar.

Atualmente é fácil notar a influência e predominância do esporte nas aulas de educação física escolar, não tecemos aqui uma negação de sua importância e relevância na escola, mas sim uma crítica a sua presença hegemônica nas aulas de Educação Física, uma vez que, estas devem oportunizar a vivência de todos os conhecimentos da Cultura Corporal, (esporte, jogo, lutas, ginástica e dança, entre outros).

A Ginástica no âmbito escolar está praticamente extinta, devido a uma série de fatores que dificultam o desenvolvimento desta, entre os quais a ausência de conhecimento do professor sobre esse tema. Sendo assim, é necessário buscar saídas para reverter esse processo, já que, como parte integrante do conjunto de conteúdos, caracteriza-se como um conhecimento de importância indiscutível e que não pode ser simplesmente abandonado na instituição escolar segundo Ayoub, (2003).

Dessa forma a GG tem-se mostrado como um efetivo convite para resgatar alguns princípios das diversas modalidades de ginástica sem regras rígidas e preestabelecidas, abrindo um leque imenso de possibilidades para a prática da ginástica favorecendo a participação e proporcionando uma ampla criatividade.

Na bibliografia pesquisada, os resultados são positivos, e pode-se ler:

“ penso que a GG pode ser reconhecida como o caminho mais apropriado e, talvez, o mais ousado, para reconstruirmos, para recriarmos a ginástica na escola” AYOUB (2001 p.30)

“ ...acreditamos que a GG é uma atividade onde toda criança tem a oportunidade de descobrir seu corpo, tomar consciência do que ele faz e principalmente do que ele é capaz” GLOMB e FUGGI (2001)

“A GG quando trabalhada com o objetivo de formação humana antecedendo à capacitação (...), respeita a individualidade de criança em relação aos seus valores pessoais e a sua bagagem motriz e cultural (...) encontra diferentes possibilidades de interagir com suas respectivas capacidades, poderá facilmente superar suas dificuldades. Aprimorando-se”. KOREN E NISTA-PICCOLO (2001)

Além da atuação do professor direto com os alunos há propostas de capacitação para professores de educação física inserirem a GG no contexto de suas aulas de acordo com o trabalho de doutorado de Ayoub, desenvolvido com professores da rede pública de ensino da região de Campinas. Segundo a autora a maioria dos professores nunca tinha ouvido falar em GG e raramente abordavam o conteúdo de ginástica em suas aulas. Relata ainda que aqueles que utilizaram estes conteúdos o faziam como sinônimos de exercícios preparatórios, pondo-se como modelos para seus alunos.

Ao final do estudo dessa proposta os resultados foram positivos, e os professores afirmaram continuar com o trabalho de desenvolvimento da GG em suas aulas.

. 1.1.2-GG e idosos

A proposta da GG com idosos parece mostrar-se bastante satisfatória, uma vez que, é imensa a possibilidades de movimentos, de acordo com que já foi discutido e os trabalhos apresentam também uma série de cuidados com a população idosa.

Os trabalhos desenvolvem-se com a utilização de música, e segundo Viana (2003) *“eles gostam de musicas animadas como forró, axé ou samba”*. A maior preocupação é com a execução dos movimentos e nota-se que houve melhoras nas capacidades físicas como coordenação motora geral e fina, resistência aeróbia, resistência muscular, força, flexibilidade, ou seja, melhoria da disposição geral , proporcionando sensações corporais agradáveis podendo assim ter maior facilidade para a execução das tarefas da vida diária. Além de possibilitar a renovação de papéis sociais para o idoso possibilitando a socialização e realização de atividades significativas.

1.1.3-A GG e clubes

Um outro movimento importante da GG que contribuiu para a sua divulgação é a presença, às vezes, tímida desta em clubes de ginásticas de modalidades competitivas.

Segundo Toledo (2001) A GG vem sendo inserida em outras modalidades gimnicas como Ginástica Acrobática, Rítmica, e Artística que adaptam as coreografias e as apresentam como Ginástica Geral, dessa forma pode-se afirmar que a GG é gradativamente inserida em grupos ou instituições que praticam outras modalidades, principalmente clubes.

Um dos motivos que pode justificar essa integração da GG e outras modalidades, na região de Campinas, é que o Grupo Ginástico da Unicamp (GGU) existente desde 1989 tem realizado muitas apresentações em escolas e clubes, e grande parte dos integrantes atuam como professores de Ginástica Rítmica e Ginástica Artística.

Pode-se abordar alguns pontos no processo de inclusão como: o acesso a informações acerca da GG, coreografias de encerramentos de festivais de ginásticas, proporcionar trabalho diferenciado que quebrasse a rotina dos treinos, favorecer o processo criativo e a integração entre as ginastas.

Parte do sucesso da GG nesses clubes aconteceu com a aplicação dessa proposta para ex-ginastas que não competiam mais ou com ginastas que não obtinham resultados satisfatórios em competições oficiais. Toledo (2001).

1.1.4-A GG e as Universidades

Uma outra proposta importante que aborda a GG são as universidades. O papel das instituições de ensino é de fundamental importância no processo de formação dos profissionais que devem possuir conhecimentos para atuarem na escola, clube ou instituições, além das oportunidades de poder oferecer projetos de extensão a comunidade a respeito da GG.

Cabe aqui citar o GGU Grupo Ginástico da Unicamp, que além de manter um grupo de alunos, ex-alunos, Ginastas e ex-ginastas que praticam a GG semanalmente, desenvolvem projetos de extensão atendendo a comunidade, estudam e discutem temas que abordam a GG no mundo desde 1989.

Este grupo participa de festivais internacionais como a Gymnaestrada¹ que acontece a cada 4 anos e chega a reunir duas vezes mais participantes que as Olimpíadas e o *Deutsche Turnfest* (Festival Alemão de Ginástica), entre outros. Além disso o grupo também participou de festivais nacionais como o Gymbrasil, Ginpa entre muitos outros.

A primeira participação deste grupo foi na IX Gymnaestrada em *Amsterdam* – Holanda em 1991. A delegação brasileira foi composta por 143 ginastas e o GGU com 16.

Segundo Souza (1997, p.73) o GGU define sua tendência pedagógica tendo como principal objetivo o de levar aos alunos, professores e o público em geral o produto das pesquisas sobre as tendências da educação física escolar, oferecendo um “banco de idéias” aos profissionais interessados em modificar e experimentar novas formas de atuação na área escolar e comunitária.

Para finalizar, a GG é uma modalidade ginástica que privilegia todas as possibilidades e formas de trabalho, estilos e tendências, influenciadas por uma variedade enorme de tradições, simbolismos e valores culturais de cada povo (Souza, 1997). Não segrega e não requer um perfil de seus participantes. Não exclui, ao contrário, possibilita a inclusão de todos os que desejam participar independente de sua condição física ou social, proporcionando ao participante inúmeras possibilidades de utilização de movimentos e formas estéticas independente da cultura.

¹ A Gymnaestrada mundial é o maior evento oficial da GG organizado pela FIG. Compreende todas as atividades de ginástica não competitiva, onde cada grupo de ginastas de todas as idades e condição física, mostra em forma de coreografias sua maneira de pratica-la

O grande benefício da GG é sua forma não competitiva e seus valores estarem atrelados ao prazer da prática desta modalidade de ginástica.

Capítulo 2

1- Os Materiais da Ginástica Geral

A Ginástica Geral (GG) proporciona o uso de uma infinidade de materiais, sejam eles, convencionais da Ginástica Artística como barras paralelas ou assimétricas, trampolim, tumbling ou da Ginástica Rítmica, como bolas, fitas, arcos, cordas, entre outros. Além desses é possível a utilização de materiais de fabricação artesanal como pára-quedas, construído especialmente para a prática da GG, ou um tubo de tecido no qual encontram-se aberturas para que os ginastas possam colocar os pés, as mãos ou a cabeça, bambus gigantes, tapete de jornal composto de muitas folhas de jornais coladas, tecidos coloridos pintados de acordo com o propósito da coreografia, entre muitos outros.

A Utilização de materiais alternativos ou de fabricação artesanal é bastante comum por diversos grupos que praticam a GG, criando assim diferentes visuais de cores, expressões e formas às coreografias, que em suas apresentações coreográficas confundem os olhos da platéia com a beleza que podem proporcionar a associação dos movimentos com o material.

O Grupo Ginástica da UNICAMP-GGU é o nosso referencial: uma pela proximidade do grupo, por apresentar uma metodologia de desenvolvimento bastante flexível onde permite a construção de propostas inovadoras e por termos assistido diversas apresentações onde pudemos assimilar a sua metodologia. Este grupo apresenta uma forma peculiar de exploração de materiais, segundo Souza (1997), podendo ser individualmente ou em grupo. Isto varia de acordo com a expectativa, característica e necessidades do grupo, sendo assim, utilizam as variáveis do movimento, os mais variados ritmos musicais, exploram as possibilidades de amplitude de movimento, deslocamentos em diferentes direções, diferentes posições do corpo, variações do centro de gravidade, variáveis da expressão corporal, imitações ou teatralizações de personagens, diferentes expressões culturais e movimentos das diferentes modalidades ginásticas.

Para o trabalho de composições de coreografias os alunos foram orientados para que escolhessem aquilo que fosse mais significativo, sempre com o auxílio do professor que pode intervir para enriquecer ou facilitar a execução da composição.

Souza(1997) ressalta ainda que é importante a fase de demonstração da composição coreográfica, mesmo que seja apenas para os integrantes do grupo.

“A demonstração é uma das características fundamentais da Ginástica Geral, pois consolida o trabalho grupal refletindo o esforço coletivo, e reforçando a sensação de pertencer a um grupo que, ao mostrar-se, busca o reconhecimento de seus pares. Este trabalho conjunto expressa as expectativas, a percepção de mundo e os valores de seus integrantes e ao ser apresentado transforma-se numa ótima oportunidade de avaliação, transformação e superação.” SOUZA, (1997, p.95).

Como se pode notar o uso de materiais na GG é muito freqüente, no entanto, não é obrigatória. Há composições coreográficas que não utilizam materiais. Portanto, fica a critério do grupo a utilização ou não do material.



A proposta a seguir foi desenvolvida com auxílio de materiais portáteis como cordas grandes, fitas de Ginástica Rítmica, tecidos como lenços e lençóis, arcos, bastões, bambus gigantes, bolas de diferentes tamanhos, cores e pesos, tecido leve de dimensão 3m x 3m e tiras de tecido de dimensões 15cm x 1,40m. Além dos materiais não portáteis como o tablado e o trampolim.

No Capítulo seguinte será apresentada a possibilidade do desenvolvimento da Ginástica Geral com pessoas em condição de deficiência física no projeto de extensão da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas.

Capítulo 3

3.1- Metodologia

O presente estudo concretizou-se a partir do levantamento bibliográfico a cerca dos temas Ginástica Geral e pessoas em condição de deficiência física. Foram empregadas as seguintes fontes de consulta: artigos especializados, periódicos, livros, anais de congressos nacionais e internacionais, dissertações e teses relacionadas direta ou indiretamente ao tema desta monografia.

Segundo Lakatos & Marconi (1991), as etapas de pesquisa bibliográfica, são:

1. Escolha do tema, delimitando o assunto a ser desenvolvido;
2. Elaboração do plano de trabalho: Introdução, Desenvolvimento, (explicação, discussão e demonstração) e Conclusão;
3. Identificação: busca dos catálogos de livros, revistas e bibliotecas;
4. Localização: das fichas bibliográficas;
5. Compilação: reunião sistemática do material;
6. Fichamento: ordenação dos assuntos e seleção constante;
7. Análise e interpretação: crítica do texto e da autenticidade;
8. Redação: desenvolvimento do assunto de interesse.

Outro recurso utilizado foi a observação assistemática nas atividades práticas que foram realizadas nos encontros semanais, nos auxiliaram consideravelmente para a realização dos relatórios das aulas e observações sobre o desenvolvimento do grupo, pois conseguíamos verificar se as atividades propostas foram eficazes para o objetivo da aula ou não, podendo assim posteriormente analisar e estudar possíveis alterações caso necessário.

Entendemos observação assistemática segundo Lakatos & Marconi como o conhecimento que é adquirido por uma experiência causal, ou seja, são os registros de casos e fatos de maneira não técnica, sem um planejamento ou roteiro e ser seguido para descrever os fatos.

Outro recurso utilizado foi à pesquisa ação que constituiu na proposição de uma metodologia de desenvolvimento da ginástica geral para pessoas em condição de deficiência física com intervenções compostas de tarefas orientadas.

A revisão bibliográfica, a pesquisa ação e a observação assistemática que foram realizadas durante este trabalho científico serviram de auxílio para a construção da proposta pedagógica em questão.

A proposta foi construída em etapas para um melhor desenvolvimento. Embora o grupo já possuísse experiências com atividades físicas e esportivas, este foi o primeiro contato com vivências relacionadas aos temas da expressão corporal e composições coreográficas.

A estrutura física utilizada (quodras, banheiros e rampas), bem como os materiais pedagógicos (fitas, bolas, cordas, maças, bastões, bambus e arcos) e equipamentos (cadeiras esportivas, aparelho de som e maquina fotográfica) tornaram possível o desenvolvimento da proposta pedagógica.

3.2 Caracterização da população estudada

O grupo em questão participa do “Projeto de Extensão Atividade Física e Esporte Para Pessoa Portadora de Deficiência” que teve início em 1988, na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas com o objetivo principal de desenvolver e vivenciar novas atividades físicas e desportivas que possibilitem melhoras na qualidade de vida dos participantes, respeitando as necessidades e as potencialidades remanescentes, independente dos limites do grupo envolvido, assim como possibilitar uma melhor formação de seus discentes.

O grupo teve início com a prática do basquetebol sobre rodas, no entanto, foi necessário oportunizar outras atividades, uma vez que a prática desta modalidade da forma como é estruturada não possibilitava a participação de todos devido ao grau de comprometimento dos integrantes do grupo.

Em 1993, parte do grupo optou pela formação da equipe masculina de basquetebol sobre rodas. A outra parte optou pela prática do handebol adaptado, o qual existe até os dias de hoje.

Além destas práticas o grupo já participou de diversas atividades esportivas como: natação, arco e flecha, vôlei sentado, ginástica geral e tai chi chuan. (documentos do LAMA/FEF - Unicamp).

Desde 2002, é realizada a atualização anual dos dados cadastrais dos alunos envolvidos, o que possibilita o acesso a informações relacionadas às etiologias da deficiência, causas, tempo, se o aluno está em tratamento médico e/ou fisioterápico além de termos os registros dos alunos que participaram do projeto.

O grupo é formado por dez pessoas, com características heterogêneas quanto à idade, gênero e etiologias das quais são predominantes a lesão medular e poliomielite.

1- Perfil do grupo.

PARTICIPANTES	IDADE	GÊNERO	CAUSA DA INCAPACIDADE	CONSEQUÊNCIAS FUNCIONAIS
1	30	F	Osteomelite+ mielomeningocele	Incontinência Urinária,
2	37	F	Poliomielite	Hipertensão Arterial
3	36	F	Poliomielite + atrodese do ombro D	
4	60	F	poliomielite	Doença Cardíaca
5	22	F	mielomeningocele	Incontinência Urinária
6	32	F	Lesão medular - serigomielia	Incontinência Urinária
7	43	F	Lesão medular incompleta 6 e 7 vértebra	Incontinência Urinária, Hipoglicemia.
8	27	M	Lesão medular - traumática	Incontinência Urinária
9	37	F	hidrocefalia	
10	29	M	Lesão medular - T12	Incontinência Urinária

Tabela com o perfil dos alunos participantes do projeto durante o desenvolvimento da proposta.

3.3 Causas das deficiências

Podemos classificar as causas e distúrbios motores quanto a natureza que podem ser:

- Ortopédica fazem parte deste grupo problemas relacionados aos músculos, ossos e articulações;
- Neurológicos referentes As deteriorações ou lesões do sistema nervoso central.

Também quanto ao momento que ele ocorre.

- Congênito: distúrbios que ocorrem durante a gravidez (pré-natal) ou durante o nascimento (peri-natal), ou após o nascimento (pós-natal) até os três meses de idade em alguns casos.

- Adquiridos: Após os três meses de idade e/ou depois de se tornar adulto.

Quanto a evolução podem ser do distúrbio motor podem ser considerados: progressivos, permanentes ou crônicos.

No grupo encontramos causas de origem neurológica como poliomielite e lesão medular, e algumas de origem ortopédica: amputação e espinha bífida.

Poliomielite

A poliomielite é muito conhecida como paralisia infantil, é causada por infecção viral que apresenta afinidade pelas células do corno anterior da medula espinhal. *“Em 1 a 2% dos casos a doença progride e leva a paresia² ou paralisia³ permanente nas regiões motoras correspondentes”*. Steinberg, 1994.

O período de manifestação varia de 3 a 35 dias e pode assumir algumas formas como:

- Infecção inaparente: não existe sintoma, o vírus se localiza na faringe, no intestino e provavelmente no sangue;

² Paresia: perda parcial de movimento.

³ Paralisia: perda total de movimento.

- Doença branda: infecção sem evidencia clínica ou laboratorial de invasão do SNC. Observa-se desconforto faríngeo, distúrbios gastrintestinais, náuseas, vômito e gripe;
- Poliomielite não paralítica: consiste em sinais de irritação do liquor (líquido cefalorraquidiano), rigidez na nuca e costas. A evolução dessa forma de pólio é benigna.
- Poliomielite paralítica: apresenta-se todos os sintomas acima citados, além de acometimento das células nervosas motoras na medula, cérebro, com paralisia em vários músculos. (Costa, 2001)

De acordo com Werner (1994) dentre as pessoas infectadas, 30% recuperam-se completamente, 30% tem paralisia leve, 30% tem paralisia moderada ou severa e 10% morrem.

A descoberta da vacina Sabin em 1961, que é administrada oralmente com vírus vivo atenuado erradicou a doença. No Brasil doença encontra-se erradicada desde 1982 e o programa de vacinação se mantém em todas as crianças de modo eficaz desde então.

Lesão Medular

A medula espinhal possui aproximadamente 45cm de comprimento e 1 cm de diâmetro e é composta por 31 pares de nervos espinhais (divididos em 8 cervicais, 12 torácicas, 5 lombares, 5 sacrais e 1 coccígea) que saem do canal vertebral através dos forames e se dirigem para as diferentes regiões do corpo.

A medula tem as seguintes principais funções: promover um centro para ações reflexas e um canal para onde os impulsos transitam para o cérebro ou dele provêm.

Após a medula ter sido lesada, não se regenera mais, e suas funções motora e sensitiva permanecem comprometidas abaixo do nível da lesão, ou seja, os movimentos e sensações são perdidos ou reduzidos.

Existem dois tipos de lesão:

- Lesão completa: quando não existe nenhuma função motora ou sensitiva abaixo do nível da lesão, ou seja, quando a lesão atinge a medula

espinhal tão completamente que nenhuma mensagem passa pelos nervos, tendo suas sensações e movimento perdidos. Afirmam Adams (1985) e Werner (1994)

- Lesão incompleta: quando existe alguma função residual motora ou sensitiva abaixo do nível da lesão, ou seja, alguma sensação ou movimento pode persistir, ou as sensações e movimentos controlados podem retornar (parcial ou totalmente) pouco a pouco durante um período de vários meses. Neste tipo de lesão um lado pode Ter menos sensações e movimentos do que o outro. Segundo Adams (1984) e Werner(1994).

De acordo com o segmento da medula lesado, teremos quadros diferenciados. Lesões acima do segmento cervical 4 (C4) podem levar ao óbito por dificuldade respiratória (diafragma sem impulso nervoso). Pessoas com lesão na altura do segmento cervical 5 (C5), apresentarão quadro de tetraplegia, podendo Ter perda motora total ou parcial dos membros afetados. O quadro de tetraplegia ou quadriplegia se refere as lesões em qualquer nível cervical até torácica 1 (T1), nessa região, as extremidades superiores estão normais, o tronco possui pouca estabilidade e os membros inferiores ainda se encontram totalmente comprometidos. A partir desse segmento pode-se denominar paraplegia, pois somente os membros inferiores estão comprometidos. A pessoa com lesões torácica 6 (T6) tem a estabilidade do tronco e com a ajuda de órteses (aparelho de sustentação) e suporte externo pode ficar de pé, porém não tem condições para caminhar devido a grandes gastos energéticos. Nas lesões de torácica 12 (T12), o indivíduo terá o domínio da região abdominal totalmente, porém encontrará dificuldades para deambular mesmo com a utilização de órteses e suportes externos. A pessoa conseguirá ficar de pé sem as órteses e sem suportes externos, e caminhar com dificuldades com o auxílio de órteses no tornozelo e muletas quando apresentar lesão na região lombar 4 (L4) ou abaixo.

Além da paraplegia ou tetraplegia, o lesado medular tem outras complicações como: disfunção vesical podendo levar ao quadro clínico de bexiga neurogênica; disfunção intestinal; disfunção respiratória; disfunção sexual; disfunção do sistema

de regulação térmica; alterações metabólicas (osteoporose, hiperglicemia, disreflexia autonômica, etc.).

Espinha Bífida

“ É uma anomalia congênita, caracterizada por defeito no desenvolvimento de um ou mais arcos vertebrais, através dos quais o conteúdo do canal espinhal (medula espinhal) pode projetar-se. Geralmente acomete a região lombar, mas outras regiões podem se comprometidas”. (Adams 1985)

Segundo esse mesmo autor, existem quatro tipos de espinha bífida.

1. Espinha bífida oculta: não necessita de tratamento porque a pele e a medula espinhal ficam em perfeitas condições, mas há uma deformidade no arco neural posterior, geralmente é assintomática.
2. Meningocele: é quando o processo espinhoso de uma ou mais vértebras não se unem, e a meninge que recobre a medula espinhal (que é constituído pela pia-máter, duramater e aracnóide, e do líquido cefalorraquidiano) passa pelo local que está com defeito, mas é raro haver déficit neurológico. É necessário a intervenção cirúrgica adequada.
3. Mielomeningocele: é associada a déficit neurológico, podendo causar quadros de paralisia (dependendo do local da lesão), pois no local onde as vértebras não se uniram, passa a meninge e o tecido nervoso da medula espinhal. Requer correção cirúrgica precoce.
4. Hidrocefalia: está relacionada freqüentemente à espinha bífida, e sua característica principal é o desenvolvimento excessivo do crânio, devido a absorção inadequada do líquido cefalorraquidiano que se concentra na cabeça, fazendo pressão sobre o cérebro e os ossos do crânio. Pode manifestar-se ao nascer ou até as seis primeiras semanas de vida.

Os casos de espinha bífida podem acompanhar alguns quadros como: fraqueza muscular e perda de sensibilidade, os quadris podem deslocar-se, os pés podem virar(para cima, para baixo, para dentro, etc.) –pés tortos, podem ocorrer espasmos musculares (espasticidades) nas pernas e nos pés, dependendo do

local afetado na medula, falte ou controle precário da bexiga e do intestino e pode ocorrer outra deficiência – deficiência múltipla.

Capítulo 4

4.1- A proposta de Ginástica Geral e Pessoas em Condição de Deficiência Física

Neste capítulo serão apresentadas as características da proposta pedagógica que foram desenvolvidas com o grupo de pessoas em condição de deficiência física, descrito no Capítulo Três.

A proposta foi construída para atender uma reivindicação do próprio grupo que apresenta a característica de ser bastante entusiasmado com o desafio de novas práticas de atividades físicas. A GG foi proposta e rapidamente a maioria do grupo aceitou.

A Ginástica Geral possibilita através de suas atividades, a integração e funciona como meio facilitador da inclusão, além de propiciar o exercício da criatividade, desenvolver o senso de cooperação entre seus praticantes, sem enfatizar a competição, servindo como espaço de expressão, ou seja, uma atividade que não segrega além de não requerer um perfil de seus praticantes e sim construída a partir de seus referenciais.

Escolhemos a GG para aplicar ao grupo devido às inúmeras possibilidades que podem ser desenvolvidas com um grupo de característica marcante como a “multideficiência” Rodrigues (1985 p 77), ou seja, o grupo é constituído por pessoas com diferentes perfis comportamentais, áreas sensíveis de aprendizagem e condições de aprendizagem.

(...) a multideficiência realça ainda mais a necessidade da existência de programas individualizados. Esta pesquisa constante de métodos, estratégias e matérias, é a razão pela qual a Educação Especial tem sido um verdadeiro “laboratório” da pedagogia. RODRIGUES, (1985 p.77)

Sendo assim, acreditamos que a proposta de GG desenvolvida para o grupo pode atender o caráter da aprendizagem individualizada, além de favorecer a soabilização/socialização temas norteadores da proposta de GG do GGU descrita no Capítulo 1, a qual foi tomada como principal referência para a construção da proposta pedagógica.

A aprendizagem individualizada pode ser definida como conjunto de estratégias de ensino que visa adaptar o processo de ensino aprendizagem a cada estudante de modo a proporcionar uma compatibilidade face as suas necessidades, interesses e principalmente características individuais. RODRIGUES (1985, p. 78)

O trabalho com GG com o grupo iniciou-se a partir do segundo semestre de 2001 durante encontros semanais, com duração de duas horas como uma proposta para o grupo em questão.

Para um melhor desenvolvimento dessa proposta, o projeto desenvolveu-se em etapas.

A Primeira Etapa

Explorando as possibilidades

A primeira etapa se constituiu basicamente no reconhecimento das possibilidades corporais de cada participante, das dimensões de espaço e tempo dos movimentos estimulando, sempre, a sensibilidade de cada indivíduo no que tange ao tema da expressão corporal.

Essa exploração corporal aconteceu primeiramente sem o uso de materiais. Foram exploradas formas de se movimentar na cadeira (estas são de modelo esportivo, o que possibilita deslocamentos de forma facilitada) e no tablado. Na cadeira pudemos explorar diversas maneiras de deslocamentos curtos e longos com o impulso produzido pelo próprio cadeirante⁴ ou produzido por terceiros realizado em diferentes velocidades, proporcionando, assim, diferentes sensações e impressões.

Somente em um segundo momento foram experimentados materiais como: bolas, fitas, arcos, maçãs e cordas. Estes oficiais da Ginástica Rítmica, e com padrões preestabelecidos (medidas ou pesos), nem sempre foram adequados ao grupo que apresentou algumas dificuldades para manuseá-los.

⁴ Termo usado entre o os participantes do grupo para designar pessoas em condição de deficiência física e usuária de cadeira de rodas para realizar as tarefas do dia a dia.

Com o intuito de buscar o material adequado ao grupo, outros além dos oficiais também foram explorados, como bastões, tecidos, véus, lenços entre outros da construção artesanal, de fácil acesso a todos e muito utilizados pelos diferentes grupos que praticam a Ginástica Geral, como comentado no capítulo dois.

A exploração de alguns desses materiais foi feita na cadeira de rodas, e num tablado, propiciando assim diferentes possibilidades de movimentos, deslocamentos e sensações, além de diferentes ajustes posturais.

Outro ambiente experimentado foi o trampolim acrobático, o qual possibilitou uma vivência bastante diferente para os alunos em condição de deficiência física. A vivência neste aparelho de ginástica possibilitou a liberdade de movimentos e situações inéditas que os alunos puderam explorar, como realizar rolamentos e saltos em decúbito dorsal e ventral.

Em relação à saída da cadeira de rodas sempre foi de livre vontade dos alunos e avisada com uma aula de antecedência para que dessa forma pudessem se preparar para o novo espaço, no entanto, alguns alunos não se sentiam confortáveis ao fazê-lo (colocar-se no tablado ou no trampolim) devido a desconfortos ou falta de roupas adequadas, mas, participaram das aulas realizando os movimentos e as sugestões propostas na cadeira de rodas da maneira que fosse possível.

A Segunda Etapa

Escolhendo os Materiais

Depois de experimentados e “saboreados” os movimentos e materiais, o grupo elegeu os materiais que melhor se adaptaram e que sugeriam melhor representatividade. Passando assim para a próxima etapa.

Nessa fase foi possível propor um estudo sobre algumas mudanças nos materiais eleitos, relativos ao peso e tamanho assim como propor novos materiais a fim de os deslocamentos das cadeiras e o manuseio do material ocorrerem da

forma mais harmônica possível evitando assim que os mesmos atrapalhassem os deslocamentos ou que não possibilitassem a harmonia desejada.

Os alunos, então, passaram por uma nova fase de experimentação individual. Também foram vivenciadas uma série de deslocamentos e formações coreográficas com a cadeira de rodas concomitante com o manuseio do material escolhido. Por opção dos alunos somente foi desenvolvido o trabalho de exploração na cadeira de rodas.

No decorrer da proposta ocorreram duas modificações quanto ao uso dos materiais

Uma das mudanças a qual foi realizada, relacionou-se ao uso das fitas, oficial da ginástica rítmica, material este, que agradou muito os alunos. Os mesmos propuseram que ela fosse mais curta pois assim aumentariam as possibilidades de movimentos e que também fosse mais lenta, de forma que, os movimentos pudessem ser realizados de acordo com as possibilidades, uma vez que alguns alunos conforme caracterizados no Capítulo 3, apresentam lesões medulares altas (C6 e C7) e possuem limitações quanto os movimentos de tronco e dos braços tendo, assim pouca possibilidade de abdução do ombro maior que 90°, ou mesmo a presença de alunos que possuem escoliose acentuada proveniente da deficiência, estes também propuseram a mesma mudança no material.

Assim, as fitas de GR foram substituídas por tiras de tecido leve e coloridos com medidas aproximadas de 15cm de largura X 1,40m de comprimento, o que



garantiu que o material se tornasse mais lento, mas ao mesmo tempo possuísse um volume necessário para que pudesse ter boa visibilidade nas apresentações,

além de possibilitar o manuseio deste com a cadeira de rodas sem que houvesse prejuízo para nenhuma das atividades.

A outra mudança diz respeito ao tecido. Num primeiro momento foi utilizado lençol grande, o qual foi substituído por um tecido maior de dimensões 3mX3m e mais leve chamado *voal*, muito usado para fazer forros de cortinas. Dessa forma apresentou velocidade de manuseio e volumes adequados às características do grupo.

Depois de estudados todos os movimentos individualmente, eles eram socializados com os demais colegas em conversas informais, podendo assim passar por novos estudos chegando a formas mais elaboradas e complexas.

A terceira etapa

Nossas composições coreográficas

Nesta etapa, foi proposto aos alunos que realizassem pequenas seqüências de movimentos em pequenos grupos de 3 a 4 pessoas. A principal preocupação com esta fase do projeto foi que houvesse a participação ativa dos alunos, possibilitando a livre expressão de cada um.

Nas primeiras composições notava-se uma dificuldade em compor uma seqüência de movimentos mesmo que pequena, assim foi proposto que os demais monitores se integrassem aos pequenos grupos a fim de incentivar esse processo de composição. Foi um meio facilitador a integração dos alunos com os monitores para elaboração das coreografias.

As aulas eram encerradas com as pequenas apresentações dos grupos, para os demais alunos e desta forma os estudos das seqüências realizados nos pequenos grupos foram socializados com todos, alcançando assim:

"(...) umas das características fundamentais da GG, pois consolida o trabalho grupal refletindo o esforço coletivo, e reforçando a sensação de pertencer a um grupo que, ao mostrar-se busca o reconhecimento de seus pares. (...) ao ser apresentado transforma-se numa ótima oportunidade de avaliação, transformação e superação." Souza (1999, p.95).

Concluído o desenvolvimento da proposta sugerida, foi proposto ao grupo que realizasse uma coreografia na qual todos participariam e poderia ser desenvolvida com o material que se demonstrou mais representativo.

O material escolhido foi o tecido (3m X 3m - voal) e tiras de tecido leve e colorido de medidas 15cmx140cm os quais, segundo o grupo, foram os que apresentaram maiores possibilidades de movimentos em conjunto com as cadeiras de rodas. No entanto, esta parte não pode



ser inteiramente desenvolvida devido a falta de harmonia de fatores externos.

O desenvolvimento da proposta não ocorreu de forma segmentada. Foi apresentada assim para facilitar o entendimento da mesma. Portanto é importante salientar que os estudos dos materiais e das composições coreográficas ocorreram quase que paralelos. A cada aula surgiam novas propostas dos alunos, novas idéias. As mudanças eram realizadas aos poucos de formas sutis, foram experimentas passo a passo, nas aulas seguintes, até chegarmos aos materiais descritos na segunda etapa (as tiras e o tecido)

Considerações Finais

As atividades de GG puderam proporcionar aos alunos uma nova atividade esportiva de acordo com os objetivos da proposta pedagógica, proporcionando todos os benefícios que a atividade física pode oferecer, além de ser desenvolvida com a principal característica – o prazer pela atividade física. Esta foi uma preocupação que acompanhou o desenvolvimento de todas as aulas desde sua elaboração até a execução.

Segundo Souza (1994), o desporto procura estimular tanto as funções físicas (muscular localizada, cardiovascular, neuromotora, etc.), como as funções psíquicas (auto-estima, equilíbrio emocional, força de vontade, administração do estresse, concepção de vida positiva, etc.) e funções sociais (capacidade de trabalho em equipe, capacidade de iniciativa, responsabilidade social, liderança e comunicação, bem como de convivência harmônica, entre outras).

A nossa preocupação foi além de apenas oportunizar uma nova atividade física. Centrar-se também em oferecer atividades contextualizadas de acordo com a realidade do grupo, grau de motivação e expectativa de cada aula. Além de a prática estar relacionada ao prazer que a GG pode proporcionar.

De acordo com as características da GG, ela não foi adaptada para este grupo, uma vez que entendemos por atividade adaptada: *“Adaptação ou usando um termo mais genérico – a adaptabilidade- pode se referir a modificações numa atividade padronizada.”* Rodrigues,1996 apud Araújo(1998), ou seja, a GG não é uma atividade que segue padrões preestabelecidos como foi discutido no Capítulo Um.

Sendo assim, acreditamos que esta proposta de desenvolvimento da GG para pessoas em condição de deficiência, em etapas pode ser aplicada a quaisquer grupos de pessoas em condições ou não de deficiência.

A principal característica que norteou essa proposta foi a de que o grupo em questão não havia vivenciado atividade que envolvesse a expressão corporal e os processos de composições coreográficas.

Devem ser considerados dois fatores que estavam presentes no decorrer do percurso, uma vez que, estes interferiram no desenvolvimento da proposta.

O primeiro diz respeito às estruturas adequadas utilizadas para a realização das aulas, as quais garantiram o acesso adequado às quadras e banheiros. Os diversos materiais que foram explorados ofereceram uma gama bastante variada de vivências para o grupo. Os equipamentos, como as cadeiras de rodas de modelo esportivas adequadas para essa prática estiveram disponíveis a todos os participantes e o material fotográfico utilizado para registrar as aulas, além do som que garantiram, consecutivamente, o registro e a música.

Outro fator muito importante diz respeito ao transporte adaptado a cargo dos participantes do grupo e não dos monitores.

Quanto ao desenvolvimento do grupo, no início apresentavam movimentos de forma tímida. No decorrer da proposta os gestos mostravam-se dotados de mais intencionalidade e maior domínio, atingindo a expectativa do trabalho.

Alguns pontos devem ser ressaltados, pois foram facilitadores para o sucesso da proposta como:

- A respeito de a GG ser uma atividade sem padrões pré-estabelecidos oferecendo muitas oportunidades para o grupo em questão sem que fossem necessárias adaptações, mas sim a possibilidade de um processo de construção de uma proposta.
- Os materiais de uso da GG não seguem padrões rígidos, assim possibilitaram que os próprios participantes pudessem agir de forma ativa na elaboração do material que fosse mais representativo e possibilitasse mais e melhores formas de manuseá-lo e explorá-lo.
- A participação dos monitores foi um meio que facilitou o processo de composição coreográfica resultando numa experiência rica para ambas as partes.
- A satisfação do grupo ao participar das atividades de GG. Uma prática centrada no prazer, de forma que os alunos puderam agir e interagir de forma ativa, estudando materiais e movimentos que melhor se adaptassem às características do grupo.
- E por último, a oportunidade de um campo de atuação para os profissionais que se interessam por esta população de pessoas em

condições de deficiência física que praticam cada vez mais a atividade esportiva.

Podemos constatar que o grau de deficiência não foi questão limitadora para a prática da Ginástica Geral, pois houve sucesso em todas as atividades propostas aos alunos, no entanto, existem outros fatores que podem prejudicar ou até mesmo impedir o desenvolvimento de propostas como:, conforme

“a falta de acesso aos transportes adequados, locais adaptados, ausência da oferta de programas alternativos e carência de profissionais qualificados para o atendimento dessa população em diferentes segmentos inclusive a prática regular de atividade física”. Itani (2002).

Nota-se a importância da continuidade do desenvolvimento desta proposta para que possam ser estudados outros aspectos que permeiam o grupo e mesmo a GG.

Referências Bibliográficas

ADAMS. R.C. et all.; **Jogos Esportes e Exercícios para o Deficiente Físico**. Tradução de Ângela G.M. São Paulo: Manole, 1985.

ARAÚJO, P. F. de. **Desporto Adaptado no Brasil: Origem institucionalização e atualidade**. Ministério da Educação e do Desporto (INDESP), 1998, p. 140.

AYOUB, E. **A Ginástica Geral no Contexto Escolar**. In I fórum internacional de Ginástica Geral. 2001 p. 30-35.

_____, **Ginástica Geral e Educação Física Escolar**. Campinas: editora da Unicamp, 2003.

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992

COSTA A. M. da; **Atividade Física e Esportes para Portadores de Deficiência Física; Lazer, atividade física e esportiva para portadores de deficiência**. Brasília: SESI- DN : ministério de Esporte e Turismo, 2001.

GLOMB M. A. P. e FUGGI **A Ginástica Geral na Educação Escolar Infantil: Uma experiência com projetos**. In Anais I fórum Internacional de Ginástica Geral, 2001 p. 107-111.

ITANI, D.E. **Construindo a Partir das Possibilidades: Handebol**. Monografia de Graduação entregue à Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2002.

KOREN S.B.R. E NISTA-PICCOLO V. **Atividade de Ginástica Geral na Escola Educação Infantil- 4ª Série do Ensino Fundamental**. In Anais I Fórum Internacional de Ginástica Geral, 2001. p. 141-144.

LAKATOS, E.M. E MARCONI, M. de A.; **Fundamentos de Metodologia Científica**; 3ª Edição revisada e compilada; São Paulo: Atlas, 1991.

LOURDES, L.F.C. **A Ginástica Geral e a Pessoal Portadora de Necessidades Especiais: Um relato de experiência**. Monografia de Graduação entregue à Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 2001.

RANGEL, N.B. C. **Dança, Educação, Educação Física: Propostas de ensino da dança e o universo da Educação Física**. Jundiaí, SP: Fontana, 2002.

RODRIGUES D. **A Aprendizagem Individualizada num Grupo de Multideficientes**. In Horizonte vol I nº5, jan-fev. 1985 p.75-82.

_____. **“ Uma Reflexão Sobre as Dimensões da Motricidade na Estimulação do Desenvolvimento**. In Krebs, R. et all (org) **Desenvolvimento infantil em contexto**. Udesc 2001.

SALZER, J. **A Expressão Corporal: Uma disciplina da comunicação**. tradução de Juracy Daisy Marquese. São Paulo, SP: Difel, 1982.

SANTOS, J.C.E. , SANTOS N.G.M. **História da Ginástica Geral no Brasil**. Rio de Janeiro, 1999.

SOARES, C. L. **Imagens da Educação no Corpo: Estudo a partir da ginástica francesa no século XIX**. Campinas: Autores Associados, 1998.

SOUZA, Elizabeth P. M. **Ginástica Geral: Uma área do conhecimento da Educação Física**. Tese de doutorado entregue à Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 1997.

SOUZA, P. A.; **O Esporte na Paraplegia e Tetraplegia**. Rio de Janeiro: Guanabara, 1994.

TOLEDO E. **A Ginástica Geral em clubes: ensaios de uma proposta à partir da experiência vivida**. In I Fórum Internacional de Ginástica Geral, 2001 p. 131-135

STEINBERG. L. L; **Respostas Fisiológicas ao Exercício em Pessoas com Deficiência**; In: V Simpósio Paulista de educação Física Adaptada; Escola Educação Física, Universidade de São Paulo, São Paulo, 1994.

TOLEDO E.C.V. " **O Significado da Atividade Física para o Portador de Deficiência Física: Ouvindo os praticantes** . Monografia de especialização entregue a Universidade Estadual de Campinas, 2001.

VIANA H. B. **Ginástica Geral com Idosos: Um trabalho que deu certo**. In Anais II Fórum Internacional de Ginástica Geral, 2003. p. 182-185.

WERNER, D.; **Guia de Deficiências e Reabilitação Simplificada**; Brasília: Coordenadoria Nacional para Integração da Pessoa Portadora de Deficiência (CORDE), 1994.