

GINÁSTICA PARA TODOS - GPT 2021 (código 44765)

Autores: Amanda Kohler Santana e Bruno Diniz Lenuzza Souza

Coautores: Amanda Sgarioni, Emerson Adamski Moreira e Mariane Bernardi Scheeren

Coordenador: João Carlos Oliva

A ginástica para todos é uma modalidade ampla, constituída pelas ginásticas artística, rítmica, acrobática, aeróbica e de trampolim, incluindo também manifestações corporais livres e criativas, danças, jogos e expressões folclóricas. Objetivando promover a prática de atividade física, bem-estar físico, psíquico e social através da ginástica, em todo seu espectro, favorecer as performances coletivas e incentivar o respeito às individualidades em busca do autoconhecimento, propriocepção e auto superação. Dividimos as turmas por faixa etária, para oportunizar as vivências motoras adequadas para cada etapa de desenvolvimento e incentivamos a prática para todas as idades, independente do sexo ou nível de habilidade. Com a vinda do covid-19 adaptações se tornaram necessárias em diversos aspectos e as aulas passaram a ser online, na plataforma Zoom Meetings. As aulas, em tempos pré pandêmicos, tinham duração de 60 minutos e eram realizadas no ginásio 2 da ESEFID. No entanto, ao passarmos da experiência presencial para online, foram vivenciados diversos desafios como segurança, atenção e qualidade das aulas. Ainda assim, as crianças sofrem com as distrações do ambiente, falta de equipamentos e de espaço para a prática. Então, com o intuito de manter a GPT para todos, adaptamos brincadeiras, movimentos e até mesmo criamos histórias e contextos diferentes para que a atenção e o interesse pela prática não fossem perdidos. Comparando com anos anteriores, nos quais foram proporcionados pela Federação de Ginástica Do Rio Grande do Sul festivais de ginástica, apresentações e avaliações, algumas vivências foram perdidas. Porém, considerando que o contexto foi modificado, pensamos no gosto pela prática e pelo movimento como prioridade das aulas, com a proposta de oportunizar um impacto social, os benefícios que o exercício físico traz e gerar aprendizado tanto para aqueles que, dentro da atividade de extensão estão como professores, quanto para aqueles que estão como alunos.