

# GESTOS GRUPO GINÁSTICO UFJ: A IMPORTÂNCIA DE ELEMENTOS NA CRIAÇÃO DE FIGURAS NA COREOGRAFIA DA GINÁSTICA PARA TODOS

Rayane Pereira de Souza  
Universidade Federal de Jataí, Jataí Brasil.  
[rayane.souza@discente.ufj.edu.br](mailto:rayane.souza@discente.ufj.edu.br)

Andrieli Cristina Pereira Kavoqueviz  
Universidade Federal de Jataí, Jataí, Brasil.  
[cristinaandrieli46@gmail.com](mailto:cristinaandrieli46@gmail.com)

João Vitor Ribeiro de Melo Freitas  
Universidade federal de Jataí, Jataí Brasil  
[joao.melo@discente.ufj.edu.br](mailto:joao.melo@discente.ufj.edu.br)

Deivid Leônicio Gomes da Costa  
Universidade Federal de Jataí, Jataí, Brasil  
[deividleoncio@ufj.edu.br](mailto:deividleoncio@ufj.edu.br)

## Resumo

O presente relato de experiência descreve as vivências do grupo ginástico Gestos, vinculado à Universidade Federal de Jataí (UFJ), nas práticas de Ginástica para Todos (GPT), com foco na exploração das figuras acrobáticas como forma de expressão artística, técnica e inclusiva. Trata-se de uma construção coletiva que ultrapassa os limites da técnica para se consolidar como uma linguagem de criação, comunicação e transformação. A GPT, por seu caráter plural e acessível, tem se mostrado uma poderosa ferramenta de promoção da saúde, da convivência e da valorização das expressões corporais no contexto universitário. O objetivo desta experiência é investigar como as figuras acrobáticas podem ser integradas a processos criativos que valorizem a musicalidade, o ritmo e a expressividade individual e coletiva, promovendo uma prática educativa e socialmente engajada. O grupo Gestos utiliza a sonoridade como ponto de partida para o desenvolvimento das sequências corporais, aliando técnica, dança, flexibilidade, consciência corporal e equilíbrio à construção de performances artísticas. A proposta vai além da execução mecânica dos movimentos, buscando dar sentido e emoção a cada gesto, considerando as particularidades e potencialidades de cada integrante. A metodologia adotada pelo grupo é vivencial e colaborativa, pautada em encontros semanais no Núcleo de Práticas Corporais (NPC) da UFJ. Durante as atividades, os participantes, com diferentes níveis de experiência e habilidades físicas, são incentivados a explorar sua expressividade por meio do corpo em movimento, com liberdade criativa e escuta sensível. O processo de criação coreográfica parte de escolhas musicais coletivas, que orientam os estilos de dança e os elementos técnicos a serem incorporados. A construção das rotinas envolve diálogos sobre ritmo, pausas, acentuações sonoras, além da experimentação de movimentos acrobáticos como giros, saltos e rolamentos, respeitando os limites e as propostas de cada integrante. O coordenador do projeto atua como orientador do processo, estimulando o protagonismo dos participantes e a autoria corporal na construção das apresentações. A experiência no Gestos evidencia que a Ginástica para Todos pode ser uma prática educativa, artística e social. Ao integrar pessoas de diferentes idades, contextos socioculturais e condições físicas, o grupo

**Palavras-chave:**  
Ginástica para todos; habilidades; força e flexibilidade

promove uma convivência respeitosa e significativa, estimulando valores como empatia, cooperação, diversidade e pertencimento. Através da dança, da ginástica e da sonoridade, os participantes se reconhecem enquanto sujeitos criadores de sentidos e se fortalecem enquanto coletivo. As apresentações tornam-se momentos de celebração, em que o corpo comunica, emociona e transforma, não apenas quem se apresenta, mas também quem assiste. Assim, o Gestos reafirma o papel da GPT como prática corporal inclusiva, culturalmente rica e essencial à formação integral no ambiente acadêmico.