

## COMO A GINÁSTICA PARA TODOS CONTRIBUI PARA A FORMAÇÃO INICIAL E A PRÁTICA CORPORAL AMPLIADA NO ENSINO SUPERIOR

Arthur Viçosi Bourguignon

Núcleo de Pesquisa em Ginástica, UFES, Vitória, Brasil.

[arthurvicosi29@gmail.com](mailto:arthurvicosi29@gmail.com)

Mauricio Santos Oliveira

Núcleo de Pesquisa em Ginástica, UFES, Vitória, Brasil.

[mauricio.s.oliveira@ufes.br](mailto:mauricio.s.oliveira@ufes.br)

### Resumo

O ambiente universitário representa um campo fecundo para a descoberta de novas práticas e para a ampliação do repertório motor dos estudantes de Educação Física, que chegam à graduação com vivências corporais prévias, muitas vezes restritas às modalidades de condicionamento físico. Ao analisarmos os membros do Grupo Ginástico Meraki, vinculado ao Centro de Educação Física e Desportos da Universidade Federal do Espírito Santo, observamos que, antes do ingresso na universidade, o contato com a ginástica foi limitado, reflexo da carência de conhecimentos gímnicos na formação escolar básica (Nista-Piccolo, 1988; Barbosa, 1999; Paoliello, 2001; Piccolo, 2006). Nesse cenário, a Ginástica para Todos (GPT), fundamentada nos cinco Fs — *Fun, Friendship, Fitness, Fundamentals* e *Forever* — conforme proposto pela Fédération Internationale de Gymnastique (FIG, 2023), destaca-se como uma proposta formativa ampla e acessível, que transcende o viés competitivo. Seus fundamentos se articulam com os padrões de movimento descritos por Keith Russell (2010), como posições estacionárias, movimentos não estacionários e aterrissagens, os quais constituem a base técnica das modalidades gímnicas. O presente trabalho tem como objetivo analisar, por meio de um relato de experiência no período de 2023 a 2025, de que forma a GPT, desenvolvida no Grupo Ginástico Meraki, contribui para a formação inicial dos estudantes dos cursos de Licenciatura e Bacharelado em Educação Física. Busca-se compreender como essa prática amplia o repertório corporal, fortalece aspectos psicossociais e proporciona uma imersão significativa no universo da ginástica. Segundo a FIG (2023), a GPT contempla uma variedade de atividades adaptáveis a diferentes faixas etárias, gêneros, níveis de habilidade e contextos socioculturais, promovendo o bem-estar integral dos participantes. Suas manifestações podem ocorrer em forma de apresentações artísticas (como a World Gymnaestrada) ou em eventos competitivos (como o World Gym for Life Challenge), possibilitando experiências estéticas do movimento e a valorização de temáticas culturais. Alinhada a essa proposta, a experiência no Grupo Meraki revelou-se um espaço potente de formação, no qual o trabalho coletivo, a criatividade, a expressividade e o diálogo com outras linguagens corporais — como dança, jogos e mímica — enriqueceram o processo formativo. Conforme destacam Barbosa-Rinaldi e Paoliello (2008), o domínio dos saberes gímnicos deve ser construído durante a formação acadêmica, sendo essencial que os futuros professores tenham acesso a essas vivências. Fiorin-Fulgsang e Paoliello (2008) acrescentam que o caráter colaborativo e expressivo da GPT a diferencia das demais formas de ginástica. No Grupo Meraki, essa perspectiva foi concretizada em experiências desenvolvidas *para e por todos* (Oliveira; Silva; Silva, 2018), enfatizando o protagonismo discente e a diversidade de saberes corporais. Assim, concluímos que a GPT, quando inserida de forma intencional no contexto universitário, configura-se como uma ferramenta pedagógica potente,

### Palavras-chave:

Ginástica para todos.  
Fundamentos.  
Formação inicial.  
Repertório motor.

capaz de transformar a compreensão dos estudantes sobre a ginástica, ao favorecer a formação de profissionais mais críticos, criativos e sensíveis às múltiplas expressões corporais que compõem o campo da Educação Física.

## Referências

BARBOSA, I. P. **A Ginástica nos cursos de licenciatura em Educação Física do Estado do Paraná.** Campinas, 1999, Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, SP, 1999.

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE. **Gymnastics for All Manual** – 2023 Edition. [S.l.]: FIG, 2023. Disponível em: [https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en\\_Gymnastics%20for%20All%20Manual,%20Edition%202023.pdf](https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_Gymnastics%20for%20All%20Manual,%20Edition%202023.pdf).

FIORIN-FUGLSANG, C. M.; PAOLIELLO, E. Possíveis relações entre ginástica geral e o lazer. In: PAOLIELLO, E. (Org). **Ginástica geral: experiências e reflexões.** São Paulo: Phorte, 2008, p. 97-119.

NISTA-PICCOLO, V. L. **Atividades físicas como proposta educacional para 1ª. Fase do 1º. Grau.** Campinas, 1988, Dissertação (Mestrado em Educação Física). Faculdade de Educação, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, SP, 1988.

OLIVEIRA, S. R. G.; SILVA, F. G. Vamos brincar? As possibilidades das atividades lúdicas como estratégia inclusiva na formação de professores de Educação Física. **Pesquisa e Prática em Educação Inclusiva**, Manaus, v. 1, n. 2, p. 312–327, 2018.

PAOLIELLO, E. A Ginástica Geral e a formação universitária. In: Fórum Internacional De Ginástica Geral, 1., 2001, Campinas, SP: **Anais.** Campinas, SP: SESC: Faculdade de Educação Física, UNICAMP, 2001.

RUSSELL, Keith. **Gymnastics Foundation.** 1. ed. [S.l.]: Ruschkin Publishing, 2008.

SCHIAVON, L. M., NISTA-PICCOLO, V. L. Desafios da Ginástica na escola In: MOREIRA, E. C. (Org.) **Educação física escolar: desafios e propostas II.** 1 ed. Jundiaí : Editora Fontoura, 2006.