

## Open Access

### OS BENEFÍCIOS DA PRÁTICA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA COMO ATIVIDADE EXTRACURRICULAR NA PERSPECTIVA DOS(AS) PROFESSORES(AS) DA CIDADE DE VITÓRIA/ES

Tharik Arnous Alves<sup>1</sup> Letícia Nascimento Santos Neves<sup>1</sup> Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima<sup>2</sup> Myrian Nunomura<sup>3</sup> Maurício Santos Oliveira<sup>1</sup>

**Resumo:** A partir da premissa de que há necessidade de promover a formação integral dos discentes na escola, a qual ultrapassa as fronteiras dos currículos, as atividades extracurriculares apresentam um potencial proeminente para contribuir com essa missão. Essas podem ser consideradas complementares ao processo de formação do estudante, pois colaboram significativamente para o desenvolvimento de habilidades cognitivas, motoras e socioafetivas que catalisam o desempenho acadêmico e a formação integral dos indivíduos. Dentre as atividades extracurriculares oferecidas em instituições de ensino, públicas e privadas, verificamos que o esporte apresenta grande popularidade. No Brasil, devido ao sucesso dos atletas no alto rendimento, a Ginástica Artística (GA) ganhou espaço nesse setor e permite aos seus praticantes estímulos que vão além do aspecto físico-motor, ao propiciar o desenvolvimento cognitivo e socioafetivo dos ginastas. O presente estudo investigou quais benefícios a GA proporciona aos seus praticantes, na perspectiva dos professores, em atividades extracurriculares em instituições de ensino da cidade de Vitória, no Espírito Santo (ES). Metodologicamente, um estudo descritivo foi realizado cuja coleta de dados ocorreu por meio de entrevista semiestruturada. Para identificar as instituições que ofertam a modalidade no contraturno escolar, foram consultados a Federação do Espírito Santo de Ginástica e sites institucionais. Diante dessa consulta, o universo da pesquisa foi constituído por quatro instituições com seus respectivos professores que foram selecionados pelo método de amostragem por intencionalidade. Sobre a organização e análise dos dados, recorremos à Análise de Conteúdo. As entrevistas revelaram que os benefícios para os praticantes da GA em atividades extracurriculares são abrangentes, pois contemplam desde as habilidades físicas e motoras até os domínios cognitivo, afetivo e psicossocial. Ademais, observou-se que o esporte extracurricular tem o potencial de promover um estilo de vida ativo que incide no bem-estar e na saúde geral das crianças, sendo um importante aliado no desenvolvimento integral dos jovens ginastas.

**Palavras-chave:** Ginástica artística; Atividade extracurricular; Esporte escolar.

Afiliação

<sup>1</sup> Universidade Federal do Espírito Santo, Vitória, Espírito Santo, Brasil; <sup>2</sup> Universidade Federal do Paraná, Curitiba, Paraná, Brasil; <sup>3</sup> Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil.

## THE BENEFITS OF PRACTICING ARTISTIC GYMNASTICS AS AN EXTRACURRICULAR ACTIVITY FROM THE TEACHERS' PERSPECTIVES IN THE CITY OF VITÓRIA/ES

**Abstract:** Based on the premise that there is a need to promote the comprehensive education of students at school, which goes beyond the boundaries of the curriculum, extracurricular activities have a prominent potential to contribute to this mission. These activities can be considered complementary to the student educational process, as they significantly contribute to the development of cognitive, motor, and socio-affective skills that catalyze academic performance and the comprehensive education of individuals. Sports are extremely popular among the extracurricular activities offered in public and private educational institutions. In Brazil, due to the success of high-performance athletes, Artistic Gymnastics (AG) has gained ground in this segment and provides its practitioners with stimuli that go beyond the physical-motor aspect, by fostering the cognitive and socio-affective development of gymnasts. Aware of this conjuncture, this study investigated from the teachers' perspective what benefits gymnastics provides to its practitioners in extracurricular activities in educational institutions in Vitória, Espírito Santo (ES). Methodologically, a descriptive study was conducted in which data was collected through semi-structured interviews. In order to identify the institutions that offer the sport during the school day, the Espírito Santo Gymnastics Federation and school websites were consulted. The research universe consisted of four institutions with their respective teachers, who were selected using the purposive sampling method. Regarding the data organization and analysis, Content Analysis was used. The interviews revealed that the benefits for AG practitioners in extracurricular activities are wide-ranging, covering physical and motor skills to cognitive, affective, and psychosocial domains. Furthermore, it was observed that extracurricular sport has the potential to promote an active lifestyle that affects children's well-being and their general health, and it is an important ally in the integral development of young gymnasts.

**Key words:** Artistic gymnastics; Extracurricular activity; School sport

## Introdução

Na organização escolar, o currículo é um elemento constitutivo importante. Assim, ao percorrermos a literatura da área da educação, observamos em Saviani<sup>1</sup> que esse documento norteador está relacionado “à seleção, à sequenciação e à dosagem de conteúdos da cultura a serem desenvolvidos em situações de ensino-aprendizagem” (p. 2). E, de acordo com a Base Nacional Comum Curricular (BNCC)<sup>2, 3</sup>, o currículo escolar prima por oferecer aos alunos um corpo de conhecimentos, competências e habilidades que são consideradas importantes para a formação de todos os estudantes.

No entanto, devemos ter a premissa de que a formação geral dos discentes ultrapassa as fronteiras dos currículos nas escolas. Nesse sentido, Holland e André<sup>4</sup> e Almeida<sup>5</sup> destacam o potencial das atividades extracurriculares, as quais podem ser consideradas complementares ao processo de desenvolvimento do estudante. Isso se deve, principalmente, porque contribuem significativamente para o aprimoramento de habilidades cognitivas, motoras e socioafetivas que podem catalisar o desempenho acadêmico e a formação ampliada dos indivíduos<sup>5</sup>, bem como proporcionam um espaço de aprofundamento das experiências corporais das aulas de Educação Física curricular.

Ao percorrermos as origens das atividades extracurriculares, Mahoney, Parente e Zigler<sup>6</sup> destacam que a luta pelo fim do trabalho infantil e o advento da educação obrigatória, já no século XIX, consistiram em mudanças históricas importantes para a gênese dessas atividades. Nessa conjuntura, houve a necessidade de preencher o tempo ocioso, principalmente, para apoiar as famílias de trabalhadores.

No contexto atual, Cunha<sup>7</sup> cita a necessidade de oferecer alternativas para preencher o tempo livre das crianças e dos adolescentes após o término do horário letivo. Assim, ao analisarmos a conjuntura do mundo do trabalho, observamos que os pais têm uma jornada laboral cada vez maior e/ou até horários mais tarde do dia. Segundo esse autor, houve a necessidade de se pensar em alternativas para ocupar o tempo livre e com supervisão das crianças e dos jovens. Isso propiciou o crescimento de atividades ofertadas no contraturno escolar que, segundo Cunha<sup>7</sup>, complementam o currículo, servem de hobby, proporcionam o desenvolvimento saudável nos aspectos cognitivos, motores e sociais, além da educação desses indivíduos. A escolha para a prática dessas atividades, pode advir tanto das crianças ou jovens quanto de seus familiares, com o intuito de incentivá-los a prática esportiva ou por questões de saúde<sup>6,7</sup> e/ou demandas familiares.

Em complementação, Mahoney *et al.*<sup>8</sup> refletem sobre o interesse em utilizar o tempo

fora da escola como uma oportunidade para o aprendizado e o desenvolvimento de habilidades e competências que não são contempladas na sala de aula. De tal modo, os autores destacam que pesquisadores começaram a reconhecer, junto com a família, colegas e a própria instituição de ensino, que as atividades fora do horário escolar propiciam contextos importantes para o desenvolvimento emocional e social. Nesse sentido, ponderamos que as atividades organizadas para esse tempo fora da escola ou da sala de aula podem potencializar o uso do tempo de forma construtiva<sup>9</sup>.

Em busca de compreender este universo das atividades que são ministradas fora do horário escolar para crianças e jovens, Eccles e Gootman<sup>10</sup> citam Benson e Saito<sup>11</sup>, os quais esclarecem que, em síntese, as atividades extracurriculares:

[...] são processos semiestruturados, na maioria das vezes conduzidos por adultos, concebidos para atender objetivos específicos e promover resultados para os jovens. Essa categoria incorpora uma variedade de programas, desde aqueles que são altamente estruturados, muitas vezes na forma de currículo com diretrizes passo a passo, até aqueles que podem ter uma estrutura mais flexível (p. 126).

Nas instituições de ensino, tanto públicas quanto privadas, as atividades extracurriculares têm o potencial de acrescentar, combinar e transformar os conteúdos escolares ao estabelecer uma ideia de complementaridade, geralmente, dando sequência ao processo de ensino<sup>12</sup>. Atualmente, essas ações implementadas nas escolas de ensino formal crescem em escala progressiva, principalmente, devido aos interesses econômicos das instituições e dos familiares. Carbinatto *et al.*<sup>13</sup> explicam que no caso dos pais, esses encontram nas atividades extracurriculares um espaço onde os filhos permanecem inseridos em um ambiente que favorece o cultivo de valores educativos, morais e de cidadania para além das atividades em sala de aula.

Além do potencial formativo supracitado, Zagury<sup>14</sup> pondera que as atividades extracurriculares catalisam o interesse dos alunos pelo ambiente escolar, ou seja, despertam a motivação pela escola e viabilizam que os conteúdos abstratos, tratados em sala de aula, possam ser materializados em muitas dessas atividades, o que facilita o processo de aprendizado. A autora disserta que não é incomum a perda do interesse pelas aulas e, porque não dizer, pela escola<sup>14</sup>. Isso ocorre, muitas vezes, devido aos problemas gerados por situações nas quais os conteúdos se tornam desinteressantes, seja pela metodologia do professor ou do próprio currículo da instituição. Desse modo, Fredricks e Eccles<sup>15</sup> corroboram que a frequência constante nas atividades extracurriculares promove notas e expectativas educacionais mais altas em comparação aos não participantes. Os autores acreditam que isso pode ser fruto de um maior compromisso com a escola e a associação com colegas que

valorizam os estudos no âmbito dessas atividades.

Mahoney<sup>16</sup> complementa que, além de promover o sucesso educacional supracitado, a participação em atividades extracurriculares proporciona situações que favorecem a melhora na competência interpessoal, principalmente, pela experiência de relacionamentos positivos com adultos e pares fora da sala de aula. Fredricks e Eccles<sup>15</sup> acrescentam que o envolvimento em atividades estruturadas fora do horário de aulas favoreceu positivamente no engajamento escolar, assim como propiciou benefícios psicológicos, visto que a participação em atividades extracurriculares oportuniza o desenvolvimento das relações sociais e o senso de pertencimento. Em síntese, de acordo com Almeida<sup>5</sup>, as atividades extracurriculares oferecidas pelas instituições de ensino são utilizadas para vários motivos que, segundo Quézia Bombonato, presidente da Associação Brasileira de Psicopedagogia, citada pelo autor, “complementam e enriquecem a vivência acadêmica e favorecem o processo de formação”<sup>5</sup>.

Dentre as possibilidades de atividades extracurriculares, o esporte emerge com grande popularidade. Segundo Johnson Dye<sup>17</sup>, ao analisar as atividades extracurriculares mais populares entre crianças e jovens (6 até 17 anos) nos Estados Unidos, o esporte ocupava a primeira posição de escolha nesse público. No Brasil, Lovisolo<sup>18</sup> já sinalizava na década de 1990 que o número de crianças e adolescentes que participavam de atividades extracurriculares, dentro das escolas, era de 86%. O Guia Escola de São Paulo<sup>19</sup> do ano de 2008, menciona que 68% das escolas paulistas, dentre 168 instituições, possuíam atividades relacionadas ao esporte no contexto extracurricular.

Lopes e Nunomura<sup>20</sup>, Lopes, Oliveira e Nunomura<sup>21</sup> e Lopes *et al.*<sup>22</sup> discutem que no universo de atividades extracurriculares, o conteúdo gímnico é abordado em muitas escolas. E, dentre as diferentes modalidades desse conteúdo da Educação Física, a Ginástica Artística (GA) ganhou visibilidade e, conseqüentemente, popularidade no Brasil. Principalmente, em virtude dos resultados dos atletas em competições nacionais e internacionais, no final do século XX e início do século XXI. Na Ginástica Artística Feminina (GAF), as ginastas Daniele Hypólito, Daiane dos Santos, Flávia Saraiva, Jade Barbosa e Rebeca Andrade são ícones nacionais da modalidade<sup>23,24,25,26</sup>. No masculino, Arthur Zanetti, Diego Hypólito e Arthur Nory são figuras notórias na mídia esportiva nacional e fizeram história no âmbito da GA brasileira<sup>23, 24, 25,26,27</sup>.

Além do apreço do público infantil e jovem, o potencial formativo da GA motiva os pais a inserirem seus filhos no contexto dessa modalidade em atividades extracurriculares. Nista-Piccolo<sup>28</sup> afirma que o estímulo de desenvolvimento na GA, por meio do ensino dos

elementos, enriquece o repertório motor e aumenta o rol de ações motoras. É importante salientar que a GA explora um dos princípios fundamentais da motricidade humana: a capacidade mutável de adaptação do comportamento motor<sup>27</sup>. Mas, segundo Teixeira<sup>29</sup>, isso só ocorrerá se os estímulos desafiarem as capacidades já adquiridas, de modo que novas estruturas de ações se formem a fim de atender as demandas impostas pelo ambiente.

Assim, esse esporte tem a capacidade de favorecer o processo de crescimento e desenvolvimento de seus alunos devido à natureza de suas atividades, as quais solicitam uma série de capacidades condicionais e coordenativas, advindas das habilidades motoras, que muitas vezes não são estimuladas nas demais atividades esportivas<sup>23</sup>. Os professores têm a oportunidade de propiciar um espaço, no qual é possível estimular o potencial de seus alunos a partir das experiências motoras da modalidade<sup>23</sup>.

Talvez, por isso, torna-se comum o discurso de que a GA serviria de base para outras modalidades esportivas, visto que os ginastas dominam seus corpos e muitos migram com sucesso para outros esportes na adolescência e na fase adulta. Nunomura<sup>30</sup> afirma que “quem treina GA, costuma se destacar em outros esportes - e na vida cotidiana” (p. 26). E, de acordo com Nunomura *et al.*<sup>23</sup>, a ginástica tem como principal objetivo a promoção da consciência corporal e a eficiência no controle do corpo e no seu domínio, tanto em situações cotidianas como em atividades físicas e esportivas.

No entanto, apesar do potencial formativo, muitas pessoas percebem a GA como uma modalidade de difícil acesso e que exige especialização precoce, assim como demanda habilidades motoras específicas e um biótipo próprio para a sua prática. Essa visão é norteadas pelas competições e imagens do alto rendimento veiculadas na mídia, por isso, Nunomura *et al.*<sup>23</sup> alertam que poucos sabem que a modalidade pode ser praticada por qualquer pessoa, de qualquer faixa etária, peso, sexo e que tudo depende do contexto e do objetivo que se deseja alcançar.

Assim, de acordo com o exposto e na perspectiva do cotidiano escolar, Russell e Nunomura<sup>31</sup> citam que a ginástica na escola não deve enfatizar a técnica, mas estimular na criança e no jovem a exploração e a criatividade pelos movimentos, sempre com atenção para a segurança. A partir dessa compreensão, torna-se necessário que os professores busquem progressões pedagógicas que objetivem proporcionar a vivência dos movimentos característicos da GA por etapas, com vista a desenvolver os elementos do mais simples para o mais complexo, o que garante assim a segurança e facilita o aprendizado, bem como proporciona o sentimento de realização e sucesso<sup>23</sup>.

A partir dos pressupostos apresentados, surgiu a inquietação em se averiguar: quais as percepções dos professores sobre os benefícios que essa modalidade gímnica proporciona nos projetos extracurriculares da cidade de Vitória no Estado do Espírito Santo? Werner, Williams e Hall<sup>32</sup> ponderam que a ginástica está em um momento de reflexão e decisão no ambiente escolar, pois, mesmo cientes de todos os benefícios oriundos de sua prática, que contemplam o incentivo a um estilo de vida mais saudável e das contribuições nas áreas cognitiva, afetiva e psicomotora, muitas vezes esse conteúdo da Educação Física não tem figurado nas aulas de Educação Física Escolar.

Ademais, Nista-Piccolo<sup>28</sup> acrescenta que o custo dos aparelhos, a falta de espaço e de qualificação profissional também impedem o desenvolvimento adequado da ginástica no ambiente escolar, o que restringe o acesso a esse conteúdo da cultura corporal de movimento a um número maior de pessoas. A autora cita, também, que a GA não é muito visada pelos professores, principalmente, por causa do medo de acidentes e de não saberem ensinar e corrigir, além da falta de conhecimento dos procedimentos pedagógicos de ensino dos elementos<sup>28</sup>.

Isso apoia a necessidade de se compreender a GA, uma modalidade gímnica do campo competitivo<sup>32,33</sup>, inserida no ambiente escolar. Dessa maneira, esperamos contribuir com o tema abordado, visando ajudar outros professores que trabalham na área ou que pretendem atuar nesse âmbito. Refletimos que estudos e evidências empíricas podem contribuir com a percepção dos professores e das instituições de ensino sobre o potencial da GA no apoio à formação integral de crianças e de jovens.

Nesse sentido, o presente estudo tem o objetivo de compreender os benefícios da GA, enquanto atividade extracurricular, na perspectiva dos professores responsáveis pelos projetos na cidade de Vitória/ES.

## **Materiais e Métodos**

Para o desenvolvimento do estudo, optou-se pelo método da pesquisa descritiva qualitativa. Segundo Fonseca<sup>34</sup> “a pesquisa descritiva, conforme o próprio nome, descreve uma realidade tal como esta se apresenta, conhecendo-a e interpretando-a por meio da observação, do registro e da análise dos fatos ou fenômenos (variáveis)” (p. 22).

Esse tipo de abordagem metodológica permite familiarizar-se com determinado fenômeno ou, também, descobrir uma nova percepção do mesmo. Ademais, ainda na perspectiva de Fonseca<sup>34</sup>, possibilita que o pesquisador possa “saber atitudes, pontos de vista

e preferências das pessoas” (p. 22). Por fim, destaca-se que essa abordagem admite conhecer a motivação dos indivíduos do estudo sobre determinadas ações, aspectos que auxiliam no cumprimento dos objetivos dessa pesquisa.

Para a coleta de dados, foi utilizada a entrevista semiestruturada. Triviños<sup>35</sup> explica que essa técnica de coleta de dados privilegia a presença do investigador e, ao mesmo tempo, oferece ao informante a liberdade e a espontaneidade no processo, fatores necessários que enriquecem a investigação. Gil<sup>36</sup> complementa que a entrevista semiestruturada apresenta flexibilidade, pois permite que ajustes sejam feitos no decorrer do seu desenvolvimento. Assim, o roteiro pré-estabelecido é utilizado apenas para garantir observância à temática da pesquisa, visto que novos questionamentos podem ser incluídos no decorrer da abordagem.

Com relação às questões do roteiro, foram relacionadas 15 perguntas. Na parte inicial da entrevista, abordamos o tempo de trabalho do professor com a modalidade e a sua formação. Na sequência, realizamos perguntas sobre a atividade extracurricular contemplando desde a quantidade de turmas e de alunos até os objetivos e a sua relação com o projeto pedagógico da instituição. Em seguida, foram questionados os desafios da GA no ambiente escolar, os relacionamentos interpessoais, o sucesso acadêmico dos participantes e o que a modalidade proporciona enquanto atividade extracurricular na formação dos alunos.

No que concerne o universo da pesquisa, aplicou-se o método de amostragem por intencionalidade, no qual o pesquisador prima pela opinião de determinados elementos da população, cuja seleção é baseada no conhecimento e no propósito do estudo<sup>37</sup>. De tal modo, os entrevistados foram escolhidos intencionalmente, de acordo com o foco da pesquisa.

No caso desse estudo, foi feita uma busca pelos protagonistas da pesquisa nas escolas da cidade de Vitória, no estado do Espírito Santo, os quais consistem em profissionais que atuam com a GA no ambiente extracurricular. Salientamos que foram utilizados dois caminhos para localizar as instituições de ensino que possuíam projetos de GA extracurricular, sendo: o primeiro consistiu na consulta à Federação do Espírito Santo de Ginástica (FESG); e o segundo ocorreu por meio da busca em sites institucionais das escolas da grande Vitória. Ressaltamos também que as escolinhas de GA que não estavam vinculadas a uma dessas instituições de ensino da cidade, não foram consideradas como projetos extracurriculares.

Nesse sentido, dentre as escolas da referida cidade, encontramos apenas quatro instituições que ofertam a GA como atividade extracurricular, sendo: o Colégio Sagrado Coração de Maria, Colégio América de Vitória, Centro Educacional Leonardo Da Vinci e



Centro Educacional Primeiro Mundo. Compete mencionar que todas são escolas particulares.

Assim, a população do estudo foi constituída por quatro professores, sendo eles os responsáveis pelos respectivos projetos. As entrevistas foram realizadas por meio de plataformas *online* para preservar a saúde tanto dos colaboradores como do entrevistador, visto que o ano de 2020 foi particular devido à pandemia do vírus Covid-19. Os encontros foram gravados por meio do gravador de voz do *notebook* e, também, do celular para que não houvesse a perda de nenhum dado. Ressaltamos que como recorte metodológico, entrevistamos o profissional mais antigo de cada escola e apenas uma pessoa foi responsável pela realização de todas as entrevistas.

Para o tratamento dos dados, utilizou-se a Análise de Conteúdo de Bardin<sup>38</sup>, que consiste em:

Um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando a obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens (p. 48).

Segundo Bardin<sup>38</sup>, a utilização da Análise de Conteúdo prevê três fases fundamentais, sendo: a primeira, a pré-análise, que representa o momento em que ocorre a organização do material com o fim de sistematizar as primeiras impressões em busca de um esquema para o desenvolvimento da análise. Nessa fase realizou-se a transcrição das informações coletadas por meio do gravador de voz do celular e do *notebook*, pois a entrevista foi realizada *online*; a segunda fase foi a exploração do material e contemplou o tratamento dos resultados de forma sistematizada com a escolha de unidades de codificação que tiveram como base a pré-análise; e a terceira etapa foi voltada para a inferência e a interpretação do material coletado.

A Tabela 1 apresenta as informações detalhadas a respeito dos entrevistados e, no Quadro 1, disponibilizamos os dados da pesquisa de campo, os quais foram organizados em uma categoria temática denominada “Benefícios da Prática da GA Extracurricular” que englobou os assuntos discutidos nas entrevistas.

Dessa forma, para a categorização, realizamos uma leitura flutuante e estabelecemos as Unidades de Registro que, nesse caso, foram os temas que emergiram dos discursos dos colaboradores<sup>38</sup>, as quais denominadas: Aspectos Atitudinais, Desenvolvimento Cognitivo, Desenvolvimento Físico e Saúde. Após a definição das Unidades de Registro, realizamos a seleção das Unidades de Contexto por meio da escolha de excertos das transcrições que retratavam os significados dessas unidades.

Destacamos que, na sequência do texto, elegemos algumas Unidades de Contexto que

melhor sintetizam as Unidades de Registro para o diálogo com a literatura. Evidenciamos que para a definição das Unidades de Registro utilizamos: termos relacionados às atitudes dos alunos; expressões sobre os ganhos cognitivos; expressões relacionadas ao desenvolvimento motor, coordenativo e físico; e termos vinculados à saúde.

O projeto foi submetido à apreciação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Federal do Espírito Santo recebendo parecer favorável para a sua realização (CAAE 34676620.2.0000.5542).

## Resultados

Na Tabela 1, Apresentação dos Professores, observamos as características dos colaboradores, os quais apresentam em média aproximada  $11 \pm 5$  anos de atuação no projeto de GA extracurricular na instituição analisada.

**Tabela 1** – Apresentação dos professores

Participante	Sexo	Idade	Tempo de formação (anos)	Tempo de atuação na instituição (anos)	Vínculo na instituição	Motivação para atuar com a GA	Especialização na área
Professor 1	F	50	26	12	Aula de educação física e atividade extracurricular	Interesse na graduação	Cursos de curta duração
Professor 2	F	44	20	10	Aula de educação física e atividade extracurricular	Ex-atleta	Cursos de curta duração
Professor 3	F	43	20	4	Somente extracurricular	Ex-atleta	Cursos de curta duração
Professor 4	M	39	17	17	Aula de educação física e atividade extracurricular	Ex-atleta	Cursos de curta duração

Fonte: Elaborada pelos autores.

Constatou-se que todos são formados em Educação Física com formação continuada na área da GA por meio de cursos de curta duração. Acerca da motivação para atuar com a modalidade, três indivíduos são ex-ginastas e isso incidiu no seu direcionamento profissional. E, um dos colaboradores, conheceu a GA na Universidade e optou por atuar com essa modalidade na carreira docente.

Observamos no Quadro 1, intitulada “Benefícios da Prática Extracurricular”, que algumas Unidades de Registro possuem mais Unidades de Contexto devido as respostas dadas pelos entrevistados, visto que algumas das perguntas feitas durante a entrevista não foram

direcionadas especificamente para tal. Como é o caso da Unidade de Registro denominada “Saúde”, a qual surgiu por meio das correlações das falas dos entrevistados com o que a literatura cita, e que nós determinamos como benefícios que a prática gímnica abarca.

Quadro 1 - Categoria: benefícios da prática da GA extracurricular

Unidade de registro	Unidade de contexto
<b>Aspectos atitudinais</b>	<p>(P1) “(...) então, ela [a GA] trabalha o carinho das maiores com as menores, né? A ajuda, a segurança, o apoio. Eu acho que são valores que elas podem levar para a vida toda! De torcer pelo crescimento do outro, né?”.</p> <p>(P1) “(...) e a ginástica possibilita isso! A cooperação, de carregar um colchão todo mundo junto, igual formiguinha. (...) São pequenas atitudes, mas lá na frente dá um volume e é uma coisa muito legal para elas, né?”.</p> <p>(P1) “Fica mais confiante, fica menos tímida, começa a participar mais, a se mostrar. Eu acho que são valores que elas podem levar para a vida toda!”.</p> <p>(P1) “(...) eu tenho casos de famílias falarem que a criança mudou completamente, até aquelas tímidas que entram na ginástica e se soltam né? E que se tornam outra criança depois de entrar”.</p> <p>(P2) “(...) não falo só da ginástica, mas o esporte em geral colabora muito! Comportamento, socialização, com certeza ajuda muito. Ali ela tem mais, ela cria mais autonomia, né? Tem mais segurança, supera medo, acredita mais nela, né?”.</p> <p>(P2) “(...) tem vários pais que falam, depois que os filhos entraram na ginástica, melhorou muito essa questão de disciplina (...)”.</p> <p>(P2) “(...) é um esporte desafiador e a criança acredita mais nela”.</p> <p>(P3) “(...) desenvolve [as qualidades] não só físicas quanto as psicológicas, porque a gente trabalha muito com medo e com essa questão de ultrapassar obstáculos!”.</p> <p>(P4) “Eu acho que assim, a contribuição social e da cidadania da criança, ela melhora muita coisa (...), a ginástica, ela faz com que a criança se perceba”.</p>
<b>Desenvolvimento cognitivo</b>	<p>(P1) “(...) a ginástica, ela além de ser encantadora, ela é desafiadora (...), eu acho desafiador porque você não tem isso em outra modalidade. Você não fica de cabeça pra baixo jogando, né, um vôlei né, você dominar o seu corpo, é muito desafiador”.</p> <p>(P2) “(...) é divertido a ginástica para elas, aí isso motiva muito. É uma coisa diferente, elas olham assim, vê alguém fazendo uma estrela, virando de cabeça pra baixo, é uma coisa muito difícil, né? Então, surpreende. Acho que essa motivação, fazer uma coisa que ninguém faz”.</p> <p>(P3) “(...) você precisa de muita concentração. Você tem que pensar o movimento antes de fazer, ter calma para fazer, você não pode fazer tudo com muita agitação, né? Com muita pressa. Então, isso ajuda também na escola, dentro da sala de aula”.</p> <p>(P4) “Acredito que a criança que tenha um repertório motor mais desenvolvido, ela vai ter uma resolução de problema um pouco mais eficaz (...) ela vai se concentrando mais, ela vai se organizando, ela vai se educando para essa parte”.</p>
<b>Desenvolvimento físico</b>	<p>(P1) “(...) conseguir se desenvolver e a criança estar apta depois para qualquer outra modalidade. (...) é um desenvolvimento muito grande de coordenação motora, de equilíbrio, flexibilidade, atenção, agilidade”.</p> <p>(P1) “(...) eu tenho o feedback dos outros professores [dos projetos extracurriculares da escola] de falarem: nossa peguei suas alunas, tão bombando lá no vôlei... são super coordenadas no basquete”.</p> <p>(P1) “(...) mas é a riqueza mesmo da ginástica né, não só a beleza, mas a riqueza motora. Como se fosse uma base para qualquer outro esporte depois”.</p> <p>(P2) “(...) ela, a GA, é muito completa, né? Então, ela agrega muito no desenvolvimento da criança e como ela, trabalha tanto físico quanto psicológico”.</p> <p>(P3) “(...) porque a ginástica é um excelente esporte para desenvolver a coordenação motora, desenvolver as qualidades físicas (...)”.</p> <p>(P4) “(...) a gente sentiu que tem um ganho considerável na coordenação motora, psicomotora”.</p>

<b>Saúde</b>	(P1) “(...) uma criança que faz ginástica, ela vai se dar bem em qualquer outra modalidade depois. Ela desenvolve todas as capacidades dela”. (P2) “(...) ajuda muito! E você sai do sedentarismo, né? Uma criança mais ativa! Isso eu falo do esporte em geral e da ginástica”. (P2) “(...) eu sou defensora do esporte né, não só da GA (...), só da criança está participando, fazendo uma atividade física, né? Ela cria mais autonomia”. (P4) “(...), a gente mostrar que a ginastica é um esporte de referência, um esporte maravilhoso que também pode ser incluído em qualquer lugar, e de várias formas”.
--------------	---

Fonte: Elaborado pelos autores.

## Discussão

Observa-se que a GA como atividade extracurricular na cidade de Vitória/ES, propicia benefícios significativos para as crianças e os jovens na perspectiva dos professores. Verificamos que os professores elucidaram que a modalidade promove ganhos que não se restringem ao desenvolvimento motor, pois incidem no cognitivo, no atitudinal, no psicológico e no social dos alunos. E, em um escopo mais amplo:

Na GA, os praticantes também têm a oportunidade de tomar e de compartilhar decisões; de avaliar as execuções de seus pares e de se autoavaliar; de criar; de compartilhar a responsabilidade pela ajuda e segurança; de cooperar na organização do espaço e na execução dos exercícios; de solucionar problemas em grupo e individualmente; de aprender a ouvir e ser ouvido; de superar obstáculos; de enfrentar emoções como o medo; dentre outras situações de ensino importantes na formação do ser humano<sup>32</sup>.

Dessa forma, notamos que o esporte no âmbito das atividades extracurriculares é essencial para o desenvolvimento geral dos alunos, principalmente, para prover um crescimento saudável e o incentivo para uma vida fisicamente ativa. Oliveira *et al.*<sup>46</sup> afirmam que o esporte escolar extracurricular deveria ser orientado com o intuito de proporcionar o bem-estar que não se restringe ao físico, mas, também, que contempla o social, o psicológico e o cognitivo. Ainda de acordo com os autores, o professor exerce um papel protagonista na orientação e na motivação dos alunos para que atinjam o tão esperado bem-estar.

Ao analisarem a GA, Sawasato e Castro<sup>47</sup> relatam que essa manifestação gímnica pode ser entendida e subdividida em dois grupos: GA atividade física e GA esporte. Ao longo das entrevistas verificou-se que todos os colaboradores do estudo desenvolvem essa modalidade esportiva na perspectiva da atividade física que, segundo Sawasato e Castro<sup>47</sup>, está ao alcance de todos e permite uma ação formativa que favorece uma gama de experiências no domínio motor, cognitivo e psicoafetivosocial, com primazia dos aspectos educacionais. Tsukamoto e Nunomura<sup>39</sup> (p. 160) afirmam que “as contribuições proporcionadas pela prática esportiva, quando orientada adequadamente, abrangem todas as dimensões do desenvolvimento, seja social, cognitivo, afetivo, físico ou motor”. Na mesma direção, Meyer Sanchez e Rubio<sup>40</sup>

sustentam que, se a prática esportiva for orientada conforme as premissas da educação pelo esporte, ela poderá contribuir consideravelmente para a qualidade de vida do praticante:

O esporte pode e deve ser considerado como uma das ferramentas mais eficazes para trabalhar com crianças e jovens, já que, além de ser uma atividade prazerosa e que traz diversos benefícios para a saúde física do praticante, ele desenvolve diversos valores que poderão ser trasladados para outras esferas da vida dos esportistas (p. 828).

A Unidade de Registro “Aspectos Atitudinais” está relacionada aos benefícios observados pelos professores, no que se refere às atitudes e aos valores adquiridos pelas crianças que participavam dos projetos, tais como: confiança, enfrentamento do medo, cooperação, autonomia, disciplina e socialização. Nunomura *et al.*<sup>23</sup> citam esse potencial da modalidade em favorecer o aprimoramento dos aspectos atitudinais dos ginastas, conforme emergiu nos depoimentos de todos os entrevistados da pesquisa (Quadro 1).

De acordo com os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), “os conteúdos atitudinais apresentam-se como objetos de ensino e aprendizagem, e apontam para a necessidade de o aluno vivenciá-los de modo concreto no cotidiano escolar, visando a construção de valores e atitudes”<sup>48</sup> (p.19). Segundo Alves<sup>49</sup>, essa dimensão está relacionada às condutas dos alunos que estão fundamentadas em seus valores, como evidenciado nas falas do P1:

(...) então, ela [a GA] trabalha o carinho das maiores com as menores, né? A ajuda, a segurança, o apoio. Eu acho que são valores que elas podem levar para a vida toda! De torcer pelo crescimento do outro, né?”; “(...) e a ginástica possibilita isso! A cooperação, de carregar um colchão todo mundo junto, igual formiguinha. (...) São pequenas atitudes, mas lá na frente dá um volume e é uma coisa muito legal para elas, né?

Alves<sup>49</sup> exemplifica que o ato de cooperar e interagir em grupo, assim como respeitar os companheiros de equipe e os adversários fazem parte desse domínio. Werner, Williams e Hall<sup>32</sup> complementam que essa dimensão atitudinal, denominada em sua obra por afetiva, “refere-se ao desenvolvimento da atitude e de sistemas de valor nas crianças” (p. 17).

Leguet<sup>43</sup> alerta que “praticar GA não significa sempre movimentar-se sobre o aparelho (...). O progresso de cada um depende da confiança mútua, da cooperação efetiva” (p. 6). O autor complementa que na GA os alunos podem contribuir para o sucesso de seus pares, assim como aconselham, protegem e oferecem confiança e, de acordo com P1, a criança: “Fica mais confiante, fica menos tímida, começa a participar mais, a se mostrar. Eu acho que são valores que elas podem levar para a vida toda!”. Nesse sentido, compreendemos a partir de Werner<sup>50</sup> e Leguet<sup>43</sup> que essa área compreende a responsabilidade do comportamento individual e em

grupo das crianças, por meio da compreensão e do respeito entre pessoas diferentes. Dessa forma, P2 evidencia: “(...) não falo só da ginástica, mas o esporte em geral colabora muito! Comportamento, socialização, com certeza ajuda muito. Ali ela tem mais, ela cria mais autonomia, né? Tem mais segurança, supera medo, acredita mais nela, né?”.

Russell<sup>51</sup>, ao discutir os fundamentos da ginástica, cita que o contexto da prática deve propiciar um ambiente de socialização que apoie e incentive laços de amizade. P1 elucida as relações interpessoais e um espaço formativo de ajuda, apoio e zelo pela segurança do outro (Quadro 1). Salientamos que a ginástica permite que os indivíduos aprendam e utilizem comportamentos considerados aceitáveis não só no esporte, mas na vida como um todo<sup>32</sup>, conforme elencado por P1, P2, P3 e P4.

Lopes e Nunomura<sup>20</sup> consideram que no esporte os indivíduos aprendem a respeitar regras, acatar direitos e deveres, assim como se instruem a trabalhar em grupo, aspecto também discutido por Leguet<sup>43</sup> e revelado por P4: “Eu acho que assim, a contribuição social e da cidadania da criança, ela melhora muita coisa (...), a ginástica, ela faz com que a criança se perceba”. Observamos que esses comportamentos podem ser transferidos para o uso cotidiano nos demais contextos sociais, como: familiar, escolar e social. Nos resultados, em concordância com a autora, P2 fala sobre esse benefício ao citar o exemplo da percepção da família: “(...) tem vários pais que falam, depois que os filhos entraram na ginástica, melhorou muito essa questão de disciplina (...)” (P2).

Ainda no universo atitudinal, Landry<sup>52</sup> cita alguns benefícios psicossociais que emergem da prática, como a autoestima e o autoconceito, que se desenvolvem na criança quando essa compara suas habilidades e características com os outros. E, a aquisição bem-sucedida de habilidades ajuda as crianças a se sentirem orgulhosas e competentes por esse domínio. Além disso, observamos que a ginástica possibilita o sentimento de prazer que surge da participação em atividades físicas e, também, apoia o estabelecimento do senso de competência que é desenvolvido por meio da superação de desafios progressivos e o incentivo a auto expressão<sup>32</sup>. E, ainda na dimensão afetiva, os autores Werner, Williams e Hall<sup>32</sup> elencam o desenvolvimento estético, criativo e psicológico da criança.

Na instância psicológica, inserida na dimensão afetiva em Werner, Williams e Hall<sup>32</sup>, P1, P2, P3 e P4 citam a autoconfiança como benefício da prática da GA extracurricular (Quadro 1). Os autores relatam que a GA permite que jovens ginastas assimilem o que podem ou não fazer com os seus corpos em um processo que promove o gerenciamento do mesmo que, muitas vezes, envolve correr riscos, ter coragem e enfrentar desafios. Trata-se de

elementos que auxiliam no desenvolvimento da autoconfiança nas crianças, pois essas passam a se sentir mais seguras de si mesmas.

Silva e Ehrenberg<sup>55</sup> citam que há benefícios correlacionados entre a participação dos alunos nas práticas de atividades esportivas e extracurriculares e o autoconhecimento. Aspecto observado por P1: “(...) eu tenho casos de famílias falarem que a criança mudou completamente, até aquelas tímidas que entram na ginástica e se soltam né, e que se tornam outra criança depois de entrar”. Dessa maneira, Holland e Andre<sup>4</sup>, abordam que por meio do padrão oferecido nas participações em atividades extracurriculares que as escolas permitem ou proíbem, facilitam ou inibem, e do padrão de recompensas tangíveis e intangíveis, as escolas influenciam o desenvolvimento da personalidade.

Ademais, baseado nos relatos dos colaboradores (Quadro 1), a GA apresenta oportunidades de enfrentamento do medo e a superação de obstáculos. Lopes e Nunomura<sup>20</sup> (p. 35) afirmam que “as crianças que praticam a GA enfrentam diversas situações de medo”, um aspecto citado por P3: “(...) desenvolve [as qualidades] não só físicas quanto as psicológicas, porque a gente trabalha muito com medo e com essa questão de ultrapassar obstáculos!”. Nessa mesma linha, P2 complementa que a GA: “(...) é um esporte desafiador e a criança acredita mais nela”.

Santos<sup>53</sup> apresenta a GA como uma atividade altamente formativa, a qual estimula o senso de perseverança, da firmeza pessoal de propósitos, da superação de situações que envolvem o medo e da capacidade de se orientar em várias situações com a capacidade de resolver tanto problemas usuais como não usuais. Aspectos que favorecem o desenvolvimento e a melhora das percepções humanas para além das qualidades físicas.

Werner, Williams e Hall<sup>32</sup> aludem que a ginástica possibilita um ambiente no qual os indivíduos “se auto desafiarão a dar o melhor de si, a superar alguns medos, a aprender seus limites e a desenvolver confiança em suas habilidades” (p. 18). Na mesma direção, Leguet<sup>43</sup> cita que na ginástica, mais precisamente na dimensão Agir, os alunos têm a possibilidade de “entrar em ação, abordar o risco, procurar fazer mais difícil e cada vez melhor” (p. 1). Ainda de acordo com o autor, na dimensão Criar, o aluno pode “procurar novas possibilidades de ação; fazer de outra forma, escolher, personalizar, ser original” (p. 1). Dessa forma, em consonância com os estudos de Meyer Sanchez e Rubio<sup>40</sup> (p. 839), corroboramos que a GA como “atividade esportiva pode ser considerada uma ferramenta eficiente de intervenção psicossocial, que contribuiria para o desenvolvimento físico, social, emocional e moral dos participantes”.

A Unidade de Registro “Desenvolvimento Cognitivo” contempla os benefícios observados pelos professores na GA que, segundo eles, também incidem no aprendizado em sala de aula e na vida como um todo. Trata-se de conhecimentos que variam desde os mais básicos até os complexos e que são aplicados por meio de conceitos, princípios, estratégias e táticas presentes no processo de ensino-aprendizagem e de apresentação.

Werner, Williams e Hall<sup>32</sup> sintetizam que o domínio cognitivo faz menção ao desenvolvimento de uma base de conhecimentos dos jovens ginastas que pode contemplar a percepção das partes do próprio corpo e das sensações dele no espaço. Nesse sentido, Tsukamoto e Nunomura<sup>39</sup> enfatizam que por meio da modalidade os alunos poderão aprender mais sobre seus corpos, possibilidades de movimento e a capacidade de analisar, sintetizar e avaliar o movimento. Assim, P1 fala que: “(...) a ginástica, ela além de ser encantadora, ela é desafiadora (...), eu acho desafiador porque você não tem isso em outra modalidade. Você não fica de cabeça pra baixo jogando, né? Um vôlei, né? Você dominar o seu corpo, é muito desafiador”. P2 complementa ao dizer: “(...) é divertido a ginástica para elas, aí isso motiva muito. É uma coisa diferente, elas olham assim, vê alguém fazendo uma estrela, virando de cabeça pra baixo, é uma coisa muito difícil, né? Então, surpreende. Acho que essa motivação, fazer uma coisa que ninguém faz”.

Ademais, o ato de abordar com os alunos os princípios de biomecânica, como a aplicação da força, a rotação e o equilíbrio, por meio da resolução de problemas, pode ser benéfico aos participantes. Pois, podem auxiliar no ganho cognitivo dos alunos como foi observado por P3 e P4 (Quadro 1), que aludem que a GA beneficia a capacidade de resolução de problemas e na concentração: “(...) você precisa de muita concentração. Você tem que pensar o movimento antes de fazer, ter calma para fazer, você não pode fazer tudo com muita agitação, né? Com muita pressa. Então, isso ajuda também na escola, dentro da sala de aula” (P3); “Acredito que a criança que tenha um repertório motor mais desenvolvido, ela vai ter uma resolução de problema um pouco mais eficaz (...) ela vai se concentrando mais, ela vai se organizando, ela vai se educando para essa parte” (P4).

Sands<sup>54</sup> explica que a ginástica possibilita uma gama de experiências educacionais que contemplam desde o contato com a física até a apreciação da diversidade cultural. O autor destaca que um dos benefícios que emergem da atividade ginástica é que o ginasta pode experimentar na prática uma variedade de coisas ao invés de apenas ler sobre elas: “o professor de física pode discutir o momento de inércia e a sua relação com o momento angular, mas o ginasta pode ver e sentir isso enquanto executa os elementos”<sup>53</sup> (p. 11).



A Unidade de Registro “Desenvolvimento Físico” versa sobre os benefícios relatados pelos professores quanto ao desenvolvimento das qualidades físicas, motoras e locomotoras. E, está alinhada ao posicionamento de Lopes e Nunomura<sup>20</sup> (p. 34) quando afirmam que “a GA pode auxiliar seus praticantes para que sejam bem sucedidos em outras atividades e, muitas vezes, acima dos padrões esperados”. Para mais, Brochado e Brochado<sup>56</sup> consideram que a GA possui uma grande variedade de movimentos que promovem o desenvolvimento físico e motor dos praticantes, especialmente com o apoio do uso dos aparelhos.

Na visão dos entrevistados, a GA extracurricular traz grandes benefícios para as crianças, pois amplia o leque de seu repertório motor. Nas repostas de P1 e P2, podemos notar os benefícios do desenvolvimento físico e motor em seus depoimentos: “(...) eu tenho o *feedback* dos outros professores [dos projetos extracurriculares da escola] de falarem: nossa peguei suas alunas, tão bombando lá no vôlei.. são super coordenadas no basquete”. P2 complementa dizendo: “(...) ela, a GA, é muito completa, né? Então, ela agrega muito no desenvolvimento da criança. E como ela trabalha tanto físico quanto psicológico”. Nista-Piccolo<sup>28</sup> confirma que os ginastas dominam seus corpos com maestria, ao ponto de conseguirem se destacar em outros contextos esportivos.

Esse desenvolvimento motor na infância, além dos benefícios supracitados, pode estimular a criança a ter uma vida mais saudável, combater o sedentarismo e, conseqüentemente, auxiliar na prevenção de doenças futuras como a obesidade<sup>57</sup>. Breda<sup>58</sup> corrobora que a infância é um período propício para despertar a importância do exercício físico e dos seus benefícios, principalmente, devido ao seu desenvolvimento rápido e a sua capacidade elevada de desempenho. Em seu relato, P3 afirmou: “(...) para mim, ela [a GA] é um esporte muito completo para a criança! (...) trabalha força, flexibilidade, coordenação motora, a questão da percepção do espaço temporal. Então, ela desenvolve as crianças como um todo, que vai influenciar na vida dela”. Nessa mesma linha, P1 afirma que ao fazer GA a criança vai: “(...) conseguir se desenvolver e a criança estar apta depois para qualquer outra modalidade. (...) é um desenvolvimento muito grande de coordenação motora, de equilíbrio, flexibilidade, atenção, agilidade”.

Pellegrini *et al.*<sup>59</sup> dizem que “a aquisição de habilidades motoras que ocorre ao longo dos anos é fruto não só das disposições do indivíduo para a ação, mas principalmente do contexto físico e sócio-cultural onde o indivíduo está inserido” (p.179). E, em sua obra, Santos *et al.*<sup>44</sup> encontraram uma influência positiva da prática da GA no desenvolvimento motor em seus praticantes. Em sua fala, P4 se aproxima dos autores citados ao falar que: “(...)

a gente sentiu que tem um ganho considerável na coordenação motora, psicomotora”.

A última Unidade de Registro denominada “Saúde” está relacionada com as demais já apresentadas, uma vez que “o papel do desporto na melhoria da saúde e da qualidade de vida tem, pois, que atender ao significado social e cultural para o praticante, de forma que lhe proporcione uma interação pessoal e cultural prazerosa”<sup>60</sup> (p. 118).

A prática de atividade física na infância tem o potencial de incidir na adoção de um comportamento mais ativo ao longo da vida. Santos *et al.*<sup>44</sup> refletem que os indivíduos com uma formação motora básica de qualidade terão mais condições para manter o envolvimento em atividades físicas futuras e, assim, permanecerem ativos.

Nos documentos curriculares oficiais, a relevância do tema Saúde está presente desde as primeiras edições. Nos PCNs, por exemplo, esse aspecto emerge como “educação para saúde” e, nas versões mais recentes da BNCC, como “cuidados com a saúde”<sup>61</sup>. Desse modo, os PCNs<sup>62</sup> apresentam o termo saúde (e doença) como estados independentes que resultam das relações dos indivíduos com o ambiente e os considera emergentes das próprias formas de organização da sociedade. Ou seja, priorizam o entendimento de saúde como um valor coletivo e de determinação social, propondo que a sociedade se organize em defesa da vida e da qualidade de vida. Assim, “acreditar que cidadania é exercício de sujeitos do processo saúde/doença é a motivação essencial da educação para a saúde. Esta é a concepção de saúde que fundamenta os Parâmetros Curriculares Nacionais de Educação para a Saúde”<sup>62</sup> (p. 251).

Na BNCC<sup>3</sup>, verificamos que o texto traz competências gerais que estimulam os alunos a se reconhecerem e cuidarem da saúde física e emocional, sendo protagonistas nas escolhas de posicionamentos que valorizem as experiências tanto pessoais como coletivas e “representem o autocuidado com seu corpo e o respeito com o do outro, na perspectiva do cuidado integral à saúde física, mental, sexual e reprodutiva”<sup>3</sup> (p. 343).

Montoro *et al.*<sup>63</sup> citam que “estudos epidemiológicos sugerem a prática regular de atividades físicas na infância e na adolescência, pelos diversos benefícios à saúde, seja pela sua influência direta sobre a prevenção de morbidades, seja pela sua influência no nível de atividade física na vida adulta” (p. 30). Dessa forma, P4 acredita que é um dever do professor proporcionar à criança a prática da atividade física e, no caso da GA, “(...), a gente mostrar que a ginastica é um esporte de referência, um esporte maravilhoso que também pode ser incluído em qualquer lugar, e de várias formas”. Em complementação, P1 diz: “(...) uma criança que faz ginástica, ela vai se dar bem em qualquer outra modalidade depois. Ela desenvolve todas as capacidades dela”.

Em consonância, Weinberg e Gould<sup>42</sup> afirmam que os exercícios físicos e a participação em atividades físicas podem auxiliar no combate ao sedentarismo e na redução da ansiedade, da depressão e do estresse, além de diminuir o risco de doenças cardiovasculares. P2 cita o benefício vinculado à saúde com destaque ao incentivo de tornar os alunos fisicamente ativos: “(...) ajuda muito! E você sai do sedentarismo, né? Uma criança mais ativa! Isso eu falo do esporte em geral e da ginástica”.

Werner, Williams e Hall<sup>32</sup> compreendem que a GA auxilia nos conceitos de condicionamento físico vinculados à saúde e à aquisição de habilidades, como já fora supracitado. A prática gímnica, conforme os autores, contribui para o desenvolvimento cardiorrespiratório relacionado com a saúde, bem como propicia a aquisição de capacidades físicas e de habilidades motoras fundamentais e especializadas. Segundo Werner, Williams e Hall<sup>32</sup>, “consequentemente, as pessoas com aptidão motora têm uma variedade de opções de atividades ao longo da vida para ajudá-las a alcançar e manter um nível de aptidão física que melhore a saúde”<sup>32</sup> (p.14).

Ressaltamos que a Unidade de Registro “Saúde” surgiu por meio da aproximação das falas dos entrevistados com a literatura, ou seja, não houve perguntas específicas sobre os benefícios da GA quanto à saúde. Trata-se do conteúdo latente que emergiu no discurso dos colaboradores, ou seja, não nos restringimos ao conteúdo manifesto no momento da análise<sup>38</sup>. Por isso, essa Unidade apresentou um quantitativo menor de falas com a ausência da resposta de um dos colaboradores.

## **Conclusões**

Apesar de o estudo ter focado em uma localidade e ter um número reduzido de entrevistados, logramos sucesso ao entrevistar os professores mais antigos de todas as instituições de ensino que oferecem a GA como atividade extracurricular na cidade de Vitória/ES. Assim, os dados obtidos auxiliam a compreensão de aspectos inerentes à GA quando inserida nas escolas, por meio do olhar direcionado aos seus benefícios enquanto atividade extracurricular na percepção dos professores.

Refletimos que, embora a população do estudo tenha sido pequena, devido ao número de escolas que ofertavam a modalidade no contraturno escolar, levantamos dados relevantes acerca dos benefícios que a GA oferece enquanto prática extracurricular, por meio da fala dos professores dos projetos. Entretanto, a quantidade de participantes foi uma limitação do estudo. Isso indica, também, para a necessidade de que mais instituições de ensino ofertem a

prática extracurricular da modalidade no Estado, em vista de todos os benefícios supracitados na pesquisa.

Esperamos que todos os aspectos, levantados e discutidos nesse trabalho, possam contribuir para o melhor entendimento sobre a GA e, também, acerca de seus benefícios nas atividades extracurriculares, principalmente, com o intuito de possibilitar novos olhares que fomentem outras reflexões dessa manifestação gímnica. Dessa forma, destaca-se a expectativa de que outros pesquisadores se interessem por essa temática a fim de acrescentar a esse estudo e, assim, permitir novas ponderações sobre essa modalidade na escola. E, de tal modo, auxiliar na propagação desse esporte com o intuito de oportunizar que outras crianças e jovens se beneficiem de sua prática; e aos professores a confiança sobre seus ganhos.

### Referências

1. Saviani D. Escola e democracia. Campinas, SP: Autores Associados; 2005.
2. Brasil MEC. Base nacional comum curricular: educação infantil e ensino fundamental. Brasília, DF: MEC/SEF; 2017.
3. Brasil MEC. Base nacional comum curricular: ensino médio [Internet]. Brasília, DF: MEC/SEF; 2018.
4. Holland A, Andre T. Participation in extracurricular activities in secondary school: what is known, what needs to be known? *Review of Educational Research*. 1987; 57(4): 437-466.
5. Almeida R. Ministério da educação: atividades extracurriculares. Escolas oferecem opções para melhorar a formação do aluno [Internet]. 2010; Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/busca-geral/215-noticias/568057805/14931-escolas-oferecem-opcoes-para-melhorar-formacao-do-aluno/> [17 mai 2019].
6. Mahoney JL, Parente ME, Zigler EF. After-school program participation and children's development. *In: Meece J, Eccles JS, organizers. Handbook of research on schools, schooling, and human development*. New York: Routledge; 2010: 379-397.
7. Cunha AJ. A importância das atividades extracurriculares na motivação escolar e no sucesso escolar. [Dissertação de Mestrado em Educação Física] Porto: Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa; 2013: 146.
8. Mahoney JL, Larson RW, Eccles JS, Lord H. Organized activities as developmental contexts for children and adolescents. *In: Mahoney JL, Larson R, Eccles JS, organizers. Organized activities as contexts of development: extracurricular activities, after-school, and community programs*. Mahwah: Erlbaum; 2005: 3-22.

9. Eccles JS, Templeton J. Extracurricular and other after-school activities for youth. *Review of Research in Education*. 2002; 26(1): 113-180.
10. Eccles J, Gootman JA. *Community programs to promote youth development*. Washington, DC: National Academy Press; 2002.
11. Benson PL, Saito RN. The scientific foundations of youth development. In: *Youth Development. Youth development: issues, challenges and directions*. Philadelphia: Public/Private Ventures; 2000: 125-148.
12. Quintanilha L. Além do obrigatório: atividades e disciplinas extracurriculares ampliam os horizontes das relações educativas, especialmente para os adolescentes. *Revista Educação [periódico na internet]*. 2011; Disponível em: <https://revistaensinosuperior.com.br/alem-do-obrigatorio/> [16 mai 2019].
13. Carbinatto MV, Tsukamoto M, Lopes P, Nunomura M. Motivação e ginástica artística no contexto extracurricular. *Conexões*. 2010; 8(3): 145–124.
14. Zagury T. *O professor refém: para pais e professores entenderem por que fracassa a educação no Brasil*. 9 ed. Rio de Janeiro: Record, 2009.
15. Fredricks JA, Eccles JS. Developmental benefits of extracurricular involvement: Do peer characteristics mediate the link between activities and youth outcomes? *Journal of Youth and Adolescence*. 2005; 34(6): 507-520.
16. Mahoney JL. School extracurricular activity as moderator in the development of antisocial patterns. *Child Development*. 2000; 71(2): 502-516.
17. Dye JL. *A child's day: at a glance*. U.S. Census Bureau, 2019. Disponível em: <https://www.census.gov/programs-surveys/sis/resources/visualizations/childs-day.html> [2020 mar. 29].
18. Lovisolo HR. Educação física como arte da mediação. *Contexto & Educação*. 1993; 29(8): 26-59.
19. *Guia Escolas São Paulo*. Guia Escolas São Paulo. São Paulo: Educacional Marketing e Editora; 2008.
20. Lopes PR, Nunomura M. Motivação e ginástica artística formativa no contexto extracurricular. [Dissertação de Mestrado em Educação Física]. São Paulo, SP: Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo; 2009.
21. Lopes P, Oliveira MS, Nunomura M. Motivação e ginástica artística na escola: a perspectiva do professor. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. 2016; 24(1): 69-79.
22. Lopes P, Carbinatto MV, Oliveira MS, Nunomura M. Motivação e ginástica artística: a

- opinião de praticantes e seus professores. *Corpoconsciência. [S. l.]*; 2018; 22(3): 86-10.
23. Nunomura M *et al.* Fundamentos da ginástica artística. *In: Nunomura M. Fundamentos das ginásticas.* 2 ed. Várzea Paulista: Fontoura; 2016: 211-255.
24. Oliveira MS, Bortoleto MAC. A ginástica artística masculina brasileira no panorama mundial competitivo (1987-2008). *Revista Motriz.* 2009; 15(2): 297-309.
25. Nista-Piccolo VL, Nunomura M. *Compreendendo a ginástica artística.* 1.ed. São Paulo: Phorte Editora; 2005.
26. Lopes P, Nunomura M. Motivação para a prática e permanência na ginástica artística de alto nível. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte.* 2007; 21(3): 177-87.
27. Schiavon LM. *Women's artistic gymnastics and oral history: the sport formation of Brazilian gymnasts taking part in Olympic Games (1980-2004).* [Doctorate in Physical Education). Campinas: Physical Education School, University of Campinas; 2009.
28. Nista-Piccolo VL. Pedagogia da ginástica artística. *In: Nista-Piccolo VL, Nunomura M, Organizadores. Compreendendo a ginástica artística.* 1. ed. São Paulo: Phorte Editora; 2005. p. 27-36.
29. Teixeira LA. Aprendizagem de habilidades motoras na ginástica artística. *In: Nista-Piccolo VL, Nunomura M, organizadores. Compreendendo a ginástica artística.* 1. ed. São Paulo: Phorte Editora; 2005: 77-105.
30. Nunomura M. *Ginástica artística.* São Paulo: Odysseus; 2008.
31. Russel K, Nunomura M. Uma alternativa de abordagem da ginástica na escola. *Revista UEM. Maringá.* 2002; 13(1): 123-127.
32. Werner PH, Williams LH, Hall TJ. *Ensinando ginástica para crianças.* 3. ed. Barueri: Manole; 2015.
33. Dias F. *Garimpendo memórias em busca de ouro: histórias da ginástica rítmica no espírito santo [Dissertação de Mestrado em Educação Física].* Vitória: Universidade Federal do Espírito Santo; 2019.
34. Fonseca RCV. *Metodologia do trabalho científico.* Curitiba: IESDE Brasil; 2009.
35. Triviños ANS. *Introdução à pesquisa em ciências sociais: a pesquisa qualitativa em educação.* São Paulo: Atlas; 1987.
36. Gil AC. *Métodos e técnicos de pesquisa social.* 7. ed. São Paulo: Editora Atlas; 2019.
37. Marconi MA, Lakatos EM. *Fundamentos de metodologia científica.* 5. ed. São Paulo: Editora Atlas [S.I]; 2003.
38. Bardin L. *Análise de Conteúdo.* São Paulo: Edições 70; 2011.

39. Tsukamoto MHC, Nunomura M. Iniciação esportiva e infância: um olhar sobre a ginástica artística. *Revista Brasileira de Ciência e Esporte*. 2005; 26(3): 159-176.
40. Meyer SS, Rubio K. A prática esportiva como ferramenta educacional: trabalhando valores e a resiliência. *Educação e Pesquisa [Internet]*. 2011; 37(4): 825-841.
41. Junior CF, Alvarenga JPP, Viana MAS, Arêas Neto NT. A ginástica artística como conteúdo da educação física escolar. *Perspectivas online: biologia e saúde*. 2012; 5 (2):12-22.
42. Weinberg RS, Gould D. *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. 6. ed. Porto Alegre: Artmed; 2017.
43. Leguet J. *As ações motoras em ginástica artística esportiva*. São Paulo: Manoel; 1987.
44. Santos SP *et al.* Contribuições da aula de ginástica artística para o desenvolvimento das habilidades fundamentais. *Conexões: revista da Faculdade de Educação Física da UNICAMP*. 2015; 13(3): 65-84.
45. Nelson TF, Stovitz SD, Thomas M, LaVoi NM, Bauer KW, Neumark-Sztainer D. Do youth sports prevent pediatric obesity? A systematic review and commentary. *Current Sports Medicine Reports*. 2011; 10(8): 360–370.
46. Oliveira LMRDE, Salles CAS, Malagrino FDEAF, Mazzei LC, Rocco Júnior AJ. Esporte e escola: ferramenta para avaliar a qualidade das atividades extracurriculares em instituições de ensino. *Pensar a Prática*. 2015; 18(2): 407-421.
47. Sawasato YY, Castro MFC. A dinâmica da ginástica olímpica. *In: Gaio R, Góis AAF, Batista JCF, organizadores. A ginástica em questão: corpo e movimento*. 2. ed. São Paulo: Phorte; 2010. p. 381-410.
48. Brasil MEC. Secretaria de Ensino Fundamental. *Parâmetros curriculares nacionais: Educação Física*. Brasília, MEC/SEF; 1998.47.
49. Alves, MJ. *Educação Física no Contexto Escolar: interdisciplinarizando o conhecimento e construindo os saberes*. Jundiaí: Paco Editorial; 2011.
50. Werner P. *Teaching children gymnastics*. Champaign: Human Kinetics; 1994.
51. Russell K. *Foundations of gymnastics*. Saskatoon: Ruschkin; 2010.
52. Landry GL. *Benefits of Sports Participation*. *In: Harris SS, Anderson SJ. Care of the young athlete*. 2. ed. Elk Grove Village: American Academy of Pediatrics; 2010.
53. Santos JCE. Aspectos socio-psico-fisiológicos relacionados à prática regular da ginástica artística. *In: Santos JCE. Ginástica artística: aprendendo para ensinar*. 1 ed. Rio de Janeiro; 2015. p. 81-102.
54. Sands WA. Why gymnastics. *Technique*. 1999; 19(3): 5-11, 13-15, 39.

55. Silva MGQ, Ehrenberg MC. Atividades culturais e esportivas extracurriculares: influência sobre a vida escolar do discente. *Pro-Posições* [Internet]. 2017; 28(1):15–32.
56. Brochado F, Brochado M. Fundamentos de ginástica artística e de trampolins. 1 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.
57. Council on Sports Medicine and Fitness; Council on School Health. Active healthy living: prevention of childhood obesity through increased physical activity. *Pediatrics*. 2006; 117(5): 1834-42.
58. Breda YL. A importância da iniciação esportiva para a melhora da aptidão física de crianças e adolescentes: um olhar sobre a Ginástica Artística. [Monografia de Graduação]. Porto Alegre: Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança, Universidade Federal do Rio Grande do Sul; 2019.
59. Pellegrini AM, Neto SS, Bueno FCR, Alleoni BN, Motta AI. Desenvolvendo a coordenação motora no ensino fundamental. *In: Pinho SZ, Sanglietti JRC. Núcleo de ensino*. São Paulo: UNESP; 2005. p. 178-191.
60. Prista A. Desporto: saúde e qualidade de vida. *In: Tani G, Bento JO, Petersen RDS. Pedagogia do desporto*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006: 113-121.
61. Sousa MC, Guimarães APM, Amantes A. A Saúde nos Documentos Curriculares Oficiais para o Ensino de Ciências: da Lei de Diretrizes e Bases da Educação à Base Nacional Comum Curricular. *Revista Brasileira de Pesquisa em Educação em Ciências*. 2019; 19: 129–153.
62. Brasil MEC. Parâmetros Curriculares Nacionais: Apresentação dos temas transversais/saúde. Brasília, DF: MEC/SEF; 1998.
63. Montoro APPN, Leite CR, Espíndola JÁ, Alexandre JM, Reis MDAS, Capistrano R *et al.* Aptidão física relacionada à saúde de escolares com idade de 7 a 10 anos. [S.l.]. *ABCS Health Sciences*. 2016; 41(1): 29-33.