



FACULDADES MAGSUL

GABRIELE ANDRADE MIR

**OS BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA PARA O DESENVOLVIMENTO
MOTOR DOS ALUNOS DE 09 A 10 ANOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Ponta Porã - MS
2019

GABRIELE ANDRADE MIR

**OS BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA PARA O DESENVOLVIMENTO
MOTOR DOS ALUNOS DE 09 A 10 ANOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Trabalho de Conclusão Interdisciplinar (TCI)
apresentado nas Faculdades Magsul de Ponta Porã
como requisito básico para a conclusão do curso de
Educação Física.

Orientadora: Prof^ª Ma. Wanessa Pucciariello
Ramos.

Ponta Porã - MS
2019

GABRIELE ANDRADE MIR

**OS BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA ARTÍSTICA PARA O DESENVOLVIMENTO
MOTOR DOS ALUNOS DE 09 A 10 ANOS NAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Trabalho de Conclusão Interdisciplinar (TCI)
apresentado na Faculdade Magsul de Ponta Porã
como requisito básico para a conclusão do Curso
de Educação Física.

Orientador (a): Prof^ª Ma. Wanessa Pucciariello
Ramos

Banca Examinadora

Prof^ª. Ma. Wanessa Pucciariello Ramos
Orientadora
Faculdades Magsul

Prof. Esp. Leandro Lima Amaro
Examinador
Faculdades Magsul

Ponta Porã – MS, 02 de dezembro de 2019.

A Deus primeiramente, ao meu pai, minha mãe, que sempre estiveram ao meu lado para que eu chegasse até aqui, tendo paciência, amor, e sempre me incentivando.

AGRADECIMENTOS

Agradeço primeiramente a Deus por estar sempre comigo nesta jornada, sempre me dando forças para enfrentar este caminho e por me ajudar a realizar mais um sonho.

Um agradecimento especial para minha família que sempre esteve me apoiando, um agradecimento especial ao meu pai, por sempre estar ao meu lado, que me incentivou desde pequena, que foi minha maior inspiração para realização deste sonho, a minha mãe que sempre esteve comigo nos momentos difíceis e pelos conselhos.

Obrigada a orientadora, Professora Ma. Wanessa Pucciariello Ramos que me ajudou ao decorrer desta jornada, por tirar minhas dúvidas. Obrigada também ao M. João Antônio da Silva Barbosa por estar sempre me ajudando não negando passar seu conhecimento e ao meu examinador Leandro por ter aceito este desafio.

As minhas amigas Laiza e Lauana que ao longo dessa jornada me aturaram, me ajudaram, por histórias e momentos maravilhosos ao longo destes três anos de muita alegria, felicidade, raiva, choro. Que depois destes três longos anos que tenhamos muito sucesso. A Lauana por ter me ajudado muito em realizar este trabalho por sempre estar ao meu lado. Aos meus outros amigos que sempre me apoiaram, Keilla, Taina, Jonatan, Ana Carolina, Alexander e Paola, que estiveram sempre comigo nesta caminhada.

MIR, Gabriele Andrade. **Os benefícios da Ginástica Artística para o desenvolvimento motor dos alunos de 09 a 10 anos nas aulas de Educação Física.** 2019. 56 páginas. Trabalho de Conclusão de Curso de Educação Física. Faculdades Magsul – Ponta Porã – MS.

RESUMO

Este trabalho teve como temática a Ginástica Artística como um benefício para o desenvolvimento motor nas aulas de Educação Física, que visa trabalhar os fundamentos básicos da Ginástica Artística voltado para o desenvolvimento motor nas aulas de Educação Física. A pesquisa teve como objetivos benefícios que a Ginástica Artística traz para o desenvolvimento motor através das aulas de Educação Física sendo a Ginástica Artística um conteúdo dos PCNs. Apresentando a história da GA, explicando um pouco sobre o desenvolvimento motor e a GA nas aulas de Educação Física. O trabalho foi baseado na pergunta, quais benefícios a Ginástica Artística pode trazer para o desenvolvimento motor dos alunos de 09 a 10 anos? A pesquisa foi realizada em uma escola municipal de Ponta Porã – MS, uma pesquisa quali-quantitativa, onde foi aplicado um teste de desenvolvimento motor e assim ministrada 6 aulas voltas para o desenvolvimento motor. A pesquisa teve resultados significativos onde nos gráficos mostra como a Ginástica Artística traz grandes benefícios para o desenvolvimento motor de alunos de 09 a 10 anos.

Palavras-chave: Educação Física; Desenvolvimento Motor; Ginástica Artística

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

<i>Aput</i>	Do latim “citado por”
CBD	Confederação Brasileira de Desporto
CID	Classificação Internacional de Doenças
FIG	Federação Internacional de Ginástica
GA	Ginástica Artística
GO	Ginástica Olímpica
LDB	Lei de Diretrizes e Bases da Educação
MEC	Ministério da Educação
PCNs	Parâmetros Curriculares Nacionais
S	Segundo
TALE	Termo de Assentimento Livre e Esclarecido
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

GRÁFICOS

Gráfico 1: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de andar em meia ponta sobre uma linha reta para frente	25
Gráfico 2: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de andar em meia ponta sobre uma linha reta de costas	26
Gráfico 3: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de equilíbrio estático com a perna direita 30s	26
Gráfico 4: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de equilíbrio estático com a perna esquerda 30s	27
Gráfico 5: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar o rolamento para frente	28
Gráfico 6: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar o rolamento para trás	29
Gráfico 7: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar a ponte	30
Gráfico 8: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar a estrelinha	31
Gráfico 9: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar a parada de mãos	32
Gráfico 10: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de andar em meia ponta sobre uma linha reta de frente	33
Gráfico 11: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de andar em meia ponta sobre uma linha reta de costas	33
Gráfico 12: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de equilíbrio estático com a perna direita 30s	34
Gráfico 13: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de equilíbrio estático com a perna esquerda 30s	35
Gráfico 14: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria do rolamento de frente	36
Gráfico 15: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria do rolamento para trás	37
Gráfico 16: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria da ponte	38
Gráfico 17: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria da estrelinha	38
Gráfico 18: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria da parada de mão	39

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 - Fases e estágios do desenvolvimento motor	16
---	----

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	11
1. DESVENDANDO A GINÁSTICA ARTÍSTICA: UM OLHAR PARA O PASSADO	13
1.1 Os caminhos da Ginástica Artística no Brasil	14
1.2 O Desenvolvimento Motor.....	15
1.3 Desenvolvimento motor relacionado a Ginástica Artística	18
2. EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR	19
2.1 Ginástica Artística como conteúdo escolar	21
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS	24
3.1 Sujeitos da pesquisa	24
3.2 Técnica de pesquisa, instrumentos e procedimentos de coleta	25
3.3 Análise e discussões.....	26
ANEXOS	46
APÊNDICES	49

INTRODUÇÃO

A Ginástica é um conteúdo que está dentro dos Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs), a Ginástica Artística (GA) entra dentro deste bloco na Educação Física Escolar, quando aplicada nas aulas de educação física deve ser trabalhada de uma forma lúdica com uma fácil execução dos exercícios, fazendo com que a criança participe de uma forma prazerosa. Assim conseguindo trabalhar este conteúdo de forma que ela traga benefícios para o seu desenvolvimento motor fazendo com que os alunos explorem todos os movimentos de seu corpo, pois a GA trabalha todo o corpo da criança.

O objetivo desta pesquisa é compreender quais benefícios a Ginástica Artística traz para o desenvolvimento motor dos alunos da faixa etária estabelecida. A GA visa trabalhar os movimentos naturais do ser humano como correr, saltar, girar e equilibrar-se.

Aplicar a GA nas aulas de Educação Física Escolar podendo vir contribuir muito para o desenvolvimento motor de uma criança, sendo um conteúdo onde trabalhar de maneira lúdica com os alunos e uma chave para prender a atenção deles, com isso ir trabalhando todos os seus fundamentos básicos da GA com os rolamentos para trás e para frente, estrelinha, parada de mãos, rodante e saltos.

Assim como o alicerce é a base de uma casa, os fundamentos da ginástica são as ferramentas essenciais para o aprendizado das habilidades avançadas da GA. E, então, quais são os fundamentos da GA? Certos profissionais poderiam responder: os rolamentos, a parada de mãos, a estrela, o rodante, as reversões no solo; as oitavas, os giros e os kipes na paralela: o salto grupado, afastado e reversão; entre outros conjuntos de habilidades em determinados equipamentos (NUNOMURA; TSUKAMOTO, 2008, p. 37).

Como a Ginástica Artística pode beneficiar para o desenvolvimento motor dos alunos? A partir daí, apresentar o conteúdo de GA para os alunos, pois muitos não conhecem a modalidade por ser pouco aplicada, desenvolver a GA nas aulas de Educação Física trabalhando com brincadeiras lúdicas para o melhor desempenho deste conteúdo e analisar quais foram os benefícios que a GA trouxe para o desenvolvimento motor dos alunos.

Sendo um conteúdo que pode contribuir muito para o desenvolvimento das habilidades motoras e para uma melhora na qualidade de vida dos alunos de escolas fronteiriças Brasil/Paraguai, incluindo todos os alunos independentemente da cor, classe social, raça, gênero etc. Pois o conteúdo aplicado nas aulas de Educação Física faz com que eles testem seus limites cada vez mais, assim superando seus medos e até mesmo ajudando seus colegas a realizarem os exercícios e atividades.

Assim busca-se com a pesquisa, a participação, o aprendizado e o crescimento do desenvolvimento motor do aluno através da Ginástica Artística, de acordo com Gallahue (2013) alunos de 09 a 10 anos, o desenvolvimento motor nesta faixa etária já entra na fase dos movimentos especializados. Portanto conseguindo ter uma evolução dos movimentos mais fáceis por já terem este domínio corporal.

Entretanto esta pesquisa buscar mostrar que a Ginástica Artística é um conteúdo de suma importância para os alunos, mostrando os benefícios que ela traz para o desenvolvimento motor dos alunos de 09 a 10 anos, sendo um conteúdo que exige muito movimento, concentração, técnica e principalmente coordenação motora.

1. DESVENDANDO A GINÁSTICA ARTÍSTICA: UM OLHAR PARA O PASSADO

A Ginástica Artística que antigamente era conhecida como Ginástica Olímpica (GO), teve a troca de nomenclatura pela FIG (Federação Internacional de Ginástica), por conta que outras ginásticas foram incluídas no Programa Olímpico como Ginástica Rítmica, Trampolim Acrobático e a Ginástica Artística feminina e masculina, assim a troca de nomenclatura de Ginástica Olímpica para Ginástica Artística de acordo com a FIG (NUNOMURA; NISTA-PICCOLO, 2008, p. 11).

Conhecer um pouco mais sobre essas questões, além de estudar as relações presentes entre os elementos gímnicos, nascidos na prática da ginástica e os aspectos relevantes das fases do desenvolvimento motor (NISTA-PICCOLO, aput NUNOMURA, 2008, p. 30).

Uma modalidade que traz muitos benefícios para os praticantes, pois ela irá desafiar os limites destas pessoas; trabalhando também a parte social pois um tem que ajudar o outro dando incentivo, biológico pois mudara toda a estrutura física do praticante, psicológicas pois trabalha a parte de concentração e a força de vontade que estes praticantes terão que ter para realização dos movimentos e o cultural pois trabalhara com várias pessoas de culturas e classe sociais diferentes. Levar aos alunos a compreensão dos elementos, conseguindo executar acrobacias, conscientes e seguras dos movimentos que seu corpo irá realizar.

O termo Ginástica Artística se refere a uma manifestação corporal que utiliza os movimentos ginásticos como saltos, ondas, equilíbrios, giros entre outros e também os acrobáticos como os rolamentos, mortais, roda, rodantes, com seus diversos aparelhos solo, trave de equilíbrio, paralelas assimétricas, salto sobre a mesa, cavalo com alças, barra fixa, argolas e barras paralelas (POLITO, 1998).

Segundo Aurélio (2000), a ginástica desenvolve agilidade com o auxílio do aparelho ou até mesmo no solo que fortalece e exercita o corpo para uma melhor qualidade de vida. Combate ao sedentarismo, estresse, melhorando a sua flexibilidade, coordenação, ritmo, agilidade e resistência proporcionando a redução de fadiga no final da pratica.

A Ginástica teve origem em 1806, na Alemanha pela “Batalha de Jena”. A batalha de Jena foi um confronto entre França e Prússia, os prussianos que estava sem participar de campanhas há mais de dez anos, não imaginavam que os

franceses estariam preparados para enfrentá-los em campo aberto. Assim os prussianos acabaram perdendo a batalha (PUBLIO, 2008, p. 14).

Johann Friedrich Ludwig Christoph Jahn foi nomeado como “Pai da Ginástica” nasceu em Lanz, em 11 de agosto de 1778, em um dos momentos que a Prússia alcançava o seu auge; a derrota da Batalha de Jena o que influenciou muitas das atitudes de Jahn, ele decidiu incentivar os jovens prussianos a se prepararem fisicamente, com o intuito de deixá-los preparados para expulsar o inimigo. O trabalho de Jahn foi literalmente à base para Ginástica Artística (PUBLIO, 2008).

Caminhar, correr, saltar, lançar, sustentar-se são exercícios que nada custam, que podem ser praticados em toda parte, gratuitos como o ar. Isso o Estado pode oferecer a todos: para os pobres, para a classe média e para os ricos, tendo cada uma sua necessidade (PUBLIO, 2008, p. 16).

Porém Jahn teve uma influência por Guts Muths, ele foi considerado o pai da Ginástica pedagógica alemã; Jahn adotou alguns exercícios que foram publicados no livro *Gymnastik für die Jugend* (Ginástica para a Juventude) em 1793; cabendo a ele a importância da base dos fundamentos à Ginástica em aparelho no mundo todo (PUBLIO, 2008, p. 20).

Sendo assim a Ginástica Artística tinha o intuito de preparar o homem fisicamente para batalhas e guerras, pois ela trabalha o corpo humano por inteiro trabalhando o correr, caminhar, saltar, sustentar-se, lançar; Jahn fez com que as pessoas dessem um olhar sobre a Ginástica, tem mostrando-as que poderiam ser feitos movimentos em aparelhos como as barras e o cavalo.

1.1 Os caminhos da Ginástica Artística no Brasil

A Ginástica Artística que teve início por Friedrich Ludwig Jahn na Alemanha chegou ao Brasil por conta do Bloqueio Ginástico de 1820-1842. Iniciou no Brasil pelo Rio Grande do Sul em 1858 por colonizadores alemães. A Sociedade de Ginástica mais antiga do Brasil é a Sociedade Ginástica de Joinville em Santa Catarina que foi fundada em 16 de novembro de 1858 (PUBLIO, 2008, p. 24).

Assim em 1824 foi oficializada a Confederação Brasileira de Desporto (CBD); quando a CBD se filiou com a FIG (Federação Internacional de Ginástica) o Brasil se legalizou internacionalmente no Congresso de Florença na Itália em 1951; A Ginástica saiu da CBD e criou a Confederação Brasileira de Ginástica que foi aprovada pelo Conselho Nacional de Desporto, e também foi aprovada pelo Ministério da Educação (MEC).

De acordo com Publio (2008):

Esta situação permaneceu até 1978, quando a Ginástica desmembrou-se da CBD, em Assembleia Geral, realizada em 25 de novembro de 1978. O Estatuto da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) foi aprovado pelo Conselho Nacional de Desportos (CND), e homologado pelo Ministério de Educação e Cultura (MEC), com o Parecer nº13/79, que foi publicado no Diário Oficial da União em 19 de março de 1979 (PUBLIO, 2008, p. 25).

A Ginástica Artística então foi introduzida no país graças aos alemães, onde este esporte não tão popular no Brasil porém a delicadeza e a força que o esporte requer chama a atenção do público, assim mostrando a sua importância, tanto como um esporte de alto nível até como um conteúdo escolar, trazendo grandes benefícios as pessoas que praticam esta modalidade.

1.2 O Desenvolvimento Motor

É a mudança contínua do comportamento motor do ser humano ao longo do seu ciclo de vida, movimento é a essência da vida, pois tudo que realizamos em nossa vida desde trabalhar, lazer e brincadeira o movimento está incluído. Compreender como adquirimos o nosso controle motor e a coordenação do movimento é importante para entender como vivemos.

Como processo, o desenvolvimento motor envolve o estudo das demandas subjacentes biológicas, ambientais e de tarefa que influenciam mudanças no comportamento motor desde a infância até a velhice. Na qualidade de produto, o desenvolvimento motor pode ser considerado como uma mudança descritiva ou normativa ao longo do tempo sendo visto como mudanças no comportamento e na performance motora relacionadas à idade. (GALLAHUE, 2013, p. 33).

As instruções são fundamentais no processo de ensino-aprendizado, com base não apenas em experiências de aprendizagem adequadas à idade, mas também apropriadas e divertidas em termos de desenvolvimento. A introdução não irá explicar a aprendizagem, já o desenvolvimento sim (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013, p. 21).

Gallahue (2013), ainda afirma que:

O conhecimento dos processos do desenvolvimento está na essência do ensino, seja ele em sala de aula, no ginásio ou no campo esportivo. Sem noções sólidas sobre os aspectos do desenvolvimento do comportamento humano, podemos apenas intuir técnicas educativas e procedimentos de intervenção apropriados (GALLAHUE, 2013, p. 21).

O desenvolvimento pode ser classificado de vários modos, um deles é pela idade cronológica é de uso universal, no entanto, pouco eficaz, o desenvolvimento do ser humano não irá depender de sua idade. Ela é apenas uma estimativa do nível de desenvolvimento do indivíduo, que por sua vez pode ser analisado de forma mais precisa por outras maneiras.

O desenvolvimento da criança nos seus primeiros anos escolares é de suma importância, a fase mais importante para o desenvolvimento motor que conseguimos trabalhar as habilidades fundamentais, onde o professor de Educação Física tem a maior oportunidade de estar trabalhando com seus alunos, sendo assim se a criança tem uma grande vivência de movimentos básicos e fundamentais, ela terá uma maior facilidade no desenvolvimento de movimentos combinados e específicos (GALLAHUE; OZMUN; GOODWAY, 2013, p. 30).

De acordo com Gallahue e Ozmun (2013) o desenvolvimento motor humano é compreendido em quatro fases: fase motora reflexiva, fase motora rudimentar, fase motora fundamental e fase motora especializada, sendo assim as crianças de 9 a 10 anos se encontram na fase motora especializada.

Nesta faixa etária visamos trabalhar movimento um pouco mais complexos por estarem nesta fase do Desenvolvimento motor, Trabalhando movimentos onde trabalhe todo o corpo da criança desde movimentos motores finos quanto os grossos, assim fazendo com que o vocabulário motor desta criança esteja sempre

em evolução fazendo com que ganhe mais movimentos e aprimorando movimentos básicos realizados em nosso dia a dia.

Na imagem a seguir iremos ver a ampulheta de Gallahue onde mostra que o desenvolvimento motor é dividido em quatro fases que segue uma sequenciada e a referência utilizada por ele é a idade cronológica.

Figura 1. Fases e estágios do desenvolvimento motor.



Fonte: Gallahue e Ozmun, 2003.

A Ginástica Artística trabalha no solo ou com seus aparelhos a resistência, força, equilíbrio, flexibilidade, agilidade, coordenação motora e controle do corpo, além dela aumentar a consciência corporal, ela trabalha desde os movimentos básicos de nossa vida até os mais complexos, melhora o desenvolvimento de habilidades locomotoras e não locomotoras e manipulativas (WERNER, 2015, p. 5).

1.3 Desenvolvimento motor relacionado a Ginástica Artística

Segundo Nunomura; Nista-Piccolo (*apud* GALLAHUE, 1982) traz a importância da GA na escola, os fundamentos da GA como ações motoras básicas para o desenvolvimento do ser humano, sendo os locomotores, manipulativos e estabilizadores, sendo que a evolução acontece de forma mais rápida nesta fase. Gallahue (1982) relata que nesta fase é onde a criança tem mais controle de seus movimentos podendo explorá-los de todas as formas, quais mais a criança explora os movimentos quando mais experiências novas ela tiver mais o seu vocabulário motor aumenta.

Assim como o alicerce é a base de uma casa, os fundamentos da ginástica são as ferramentas essenciais para o aprendizado das habilidades avançadas da GA. E, então, quais são os fundamentos da GA? Certos profissionais poderiam responder: os rolamentos, a parada de mãos, a estrela, o rodante, as reversões no solo; as oitavas, os giros e os kipes na paralela: o salto grupado, afastado e reversão; entre outros conjuntos de habilidades em determinados equipamentos (NUNOMURA; TSUKAMOTO. 2008, p. 37).

A GA é composta por elementos considerados fundamentais para o desenvolvimento motor como por exemplo: rolar, equilibrar-se, saltar, girar entre outros, aprendendo a executá-los podemos criar sequencias de movimentos, podendo facilitar a capacidade física e complexas, as possibilidades do desempenho de habilidades motoras.

2. EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

A Educação Física Escolar tem como seu objetivo compreender o processo de desenvolvimento e de aprendizagem motora do ser humano, como biológicas, psicológicas, sociais e culturais da população a que se destina. A importância da Educação Física Escolar para o conhecimento de crescimento, desenvolvimento e aprendizagem dos alunos.

Na Educação Física Escolar pode ser resumidamente expressa em três aspectos que possibilitam, em primeiro lugar, o estabelecimento de objetivos, conteúdos e métodos de ensino coerentes com as características de cada criança; em segundo lugar, a observação e avaliação mais apropriada dos comportamentos de cada indivíduo, permitindo um melhor acompanhamento das mudanças que ocorrem e, finalmente, a interpretação do real significado do movimento dentro do ciclo de vida do ser humano (GO TANI *et al.* 1988, p. 02).

Dentro da Educação Física Escolar temos as seguintes abordagens Higienismo e militarismo, esportivista, recreacionista; sendo elas as grandes influências para que a Educação Física atual chegasse até o patamar que ela é hoje, assim abordando as principais influências que marcam e caracterizam esta disciplina (DARIDO, 2015, p. 04).

O Higienismo abordava que a higiene era um dos itens mais importantes para os alunos, iriam influenciar no desenvolvimento destes alunos a partir dos exercícios realizados, com a sistematização da ginástica na escola surge os métodos ginásticos que foram propostos pelo francês Amoros, o sueco P.H. Ling e o alemão Spiess, assim buscando a valorizar a ginástica na escola; O Militarismo vem com o objetivo de estar trabalhando o físico do alunos assim preparando ele para qualquer combate onde ele poderia estar se defendendo ou atacando seus inimigos, as duas não frisavam a educação física como uma matéria, qualquer um poderia estar ensinando a educação física sendo um ex-praticante de exercícios.

Ambas as concepções, higienista e militarista, da Educação Física consideravam-na como disciplina essencialmente prática, não necessitando, portanto, de uma fundamentação teórica que a desse suporte. Por isso, não havia distinção evidente entre a Educação Física e a instrução militar. Para ensinar Educação Física não era preciso dominar conhecimentos, e sim ter sido um ex-praticante (DARIDO, 2015, p. 03).

O esportivista vem com o foco nos esportes, a Educação Física vinha com a importância da aplicação da ginástica e a métodos calistênicos, por conta das guerras que tínhamos na época, em 1964 os generais assumiram o Poder Executivo assim começando o regime militar nas escolas. A Seleção Brasileira de Futebol teve um grande sucesso nas Copas do Mundo de 1958 e 1962 assim levando a Educação Física escolar com o Esporte, fazendo com que o conteúdo esporte fosse mantido nas aulas.

De acordo com os relatos de Darido (2015):

Entre 1969 e 1979, o Brasil observou a ascensão do esporte à razão de Estado e a inclusão do binômio Educação Física/Esporte na planificação estratégica do governo, muito embora o esporte de alto nível estivesse presente no interior da sociedade desde os anos de 20 e 30 (DARIDO, 2015, p. 04).

Sendo assim o militarismo teve uma grande importância para o conteúdo esporte nas aulas de educação física, onde também ajudou a seleção brasileira a ter um grande sucesso nas copas do mundo.

O recreacionista vem para mudar um poucos o esportivismo, pois os esportes eram aplicamos com alto nível e a recreação veio para dar uma alteração nas aulas de Educação Física, pois muitos alunos eram excluídos das aulas por não terem um alto rendimento esportivo, assim a recreação veio para que os alunos tivessem autonomia do que fazer nas aulas, escolhendo por exemplo um jogos que queriam jogar e jogando da forma que eles achassem melhor e não de acordos com a regras estabelecidas. Por tanto era bastante criticado pelos professores, mas era bastante representativos nas aulas.

Darido (2015) ainda expõe que:

A prática de “dar a bola” é bastante condenável, pois se desconsidera a importância dos procedimentos pedagógicos dos professores. Num paralelo, poderíamos questionar se os alunos são capazes de aprender o conhecimento histórico, geográfico ou matemático sem a intervenção ativa dos professores (DARIDO, 2015, p. 04).

A Educação Física então ganhou outros ares, novos focos foram estabelecidos para este conteúdo, todas as outras abordagens contribuiriam para esta nova formação, tornando-se um componente curricular obrigatório na Educação

Básica ajustando-se às faixas etárias e as condições da população escolar e sendo facultativa nos cursos noturnos.

Já na atualidade a Educação Física consiste em modelos, tendências e abordagens diferentes que tentam romper com o modelo esportivista, mecanicista e tradicional, nas aulas, trabalhando mais com a psicomotricidade, saúde, críticas, desenvolvimentista e uma das mais recentes os PCNs.

Os PCNs seguem a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB), lei n 9394/96 que estabelece em seu artigo que a Educação Física é um componente curricular da Educação Básica, que deve estar inserida na proposta pedagógica da escola, criado pelo Ministério da Educação com o intuito de auxiliar o professor como trabalhar com seus alunos, os conteúdos que podem ser abordados por ele.

Os documentos seguem a LDB, lei n. 9394/96, que estabelece, em seu artigo 26, os rumos que a Educação Física escolar deve seguir. No parágrafo terceiro, define-se a Educação Física como componente curricular da Educação Física Básica, cuja oferta deverá estar integrada à proposta pedagógica da escola, ajustando-se às faixas etárias e às condições da população escolar, e sendo facultativa nos cursos noturnos (DARIDO, 2015, p. 17).

Os PCNs são o referencial teórico utilizado para construir o projeto político-pedagógico das escolas. Considerado fundamental nas aulas de Educação Física escolar (BRASIL, 1997). A GA deve ser incluída nas aulas de educação física escolar, possibilitando aos seus alunos experiências inovadoras, através da sua prática, o resgate da ginástica como cultural corporal do movimento (BRASIL, 1997).

Sendo assim a Educação Física deve ser exercida em toda a escolaridade do aluno, buscando sempre a renovações de conteúdos para que não caia sempre em uma coisa monótona, buscando trabalhar a socialização, o cognitivo, psicológico dos alunos.

2.1 Ginástica Artística como conteúdo escolar

A Ginástica Artística entra no bloco de conteúdo da Ginástica, onde ela visa trabalhar técnicas corporais que assumem um caráter individualizado com finalidades diversas, é um conteúdo que é privilegiado com o conhecimento sobre o

corpo. Podendo a ginástica ser trabalhada como ginásticas: de manutenção de saúde (aeróbica e musculação); de preparação e aperfeiçoamento para a dança; de preparação e aperfeiçoamento para os esportes, jogos e lutas; artística e rítmica desportiva.

A Ginástica Artística quando aplicada nas escolas ela deveser trabalhada de uma forma lúdica com uma fácil execução dos exercícios, fazendo com que a criança consiga participar de uma forma prazerosa. Assim se conseguirmos trabalhar este conteúdo de forma correta ele poderá trazer benefícios para o seu repertório motor fazendo com que os alunos explorem todos os movimentos de seu corpo (BEZERRA, *et al*, 2006).

Nista-Piccolo e Nunomura (2008) reforçam essa ideia, quando citam a possibilidade de se ampliar o repertório motor da criança através da riqueza de materiais e da grande variedade de movimentos proporcionados pela Ginástica Artística.

Muitas pessoas acham que a Ginástica Artística para ser praticada precisasse ter um biotipo próprio ou habilidades motoras específicas, por tanto não se precisa, todas as pessoas independentes do sexo, idade ou altura pode pratica-la, no âmbito escolar ela iria proporcionar experiências únicas aos alunos. Este conteúdo proporciona grandes experiencias aos alunos tanto motora como emocional (NUNOMURA, *et al*, 2009).

Mas seja a GA competitiva ou não, ela sempre ocasiona constantes momentos de superação que proporcionam prazer e satisfação ao praticante. A alegria de um ginasta de alto nível ao executar um duplo twist carpado é similar à de uma criança que após algumas aulas aprende a executar uma estrela. Nos dois casos há superação e desafio; assim é a GA, uma modalidade de superações e desafios constantes e diários, pois a cada dia o praticante tem uma nova meta e a progressão é essencial (ANDRADE, 2016, p.30).

Este conteúdo com ou sem os seus aparelhos proporciona uma grande experiencias motoras e sensações diferenciadas aos que os alunos tem em seu cotidiano, assim contribuindo para que os alunos tenham um estímulo para seu desenvolvimento motor e suas experiencias estimulando a criatividade de movimento Nista-Piccolo (2008).

É determinado pela Lei Federal nº 9.394/96, que estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDBEN (BRASIL, 1996) a obrigatoriedade de Ginástica nas aulas de Educação Física Escolar. Consequentemente, os cursos de formação de professores de educação física possuem ou deveriam possuir em sua matriz curricular a Ginástica como disciplina obrigatória.

Entretanto estar sempre trabalhando a GA na escola de uma forma desportiva com os alunos e não de uma forma competitiva, trabalhar de maneiras lúdicas, assim trazendo mais benefícios para os alunos. Sendo a Ginástica um dos conteúdos obrigatórios da Educação Física Escolar, onde a Ginástica Artística entre no bloco de esportes, jogos, lutas e ginásticas.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Esta é uma pesquisa quali-quantitativa, onde foi feita revisões bibliográficas baseado em livros, artigos e sites sobre o Desenvolvimento Motor e a Ginástica Artística, com os alunos do 4º ano com a faixa etária de 09 a 10 anos, está pesquisa foi realizada com 6 alunos, onde foi aplicada 10 aulas ensinando fundamentos básicos da Ginástica Artística.

Será avaliado com um teste o desenvolvimento motor onde os alunos realizaram movimentos básicos e alguns movimentos mais complexos, dentro deste teste teremos três tipos de avaliação (sem dificuldade, com dificuldade e não realizou) assim será feito a avaliação, depois de aplicado os teste, as aulas ministradas serão voltadas ao conteúdo de ginástica artística e focando um pouco nos movimentos realizados no teste. Depois de 4 (quatro) aulas foi reaplicado o teste, assim mostrando se o conteúdo de ginástica artística contribuiu para algum benefício no desenvolvimento motor destes alunos.

3.1 Sujeitos da pesquisa

Os sujeitos da pesquisa foram alunos do 4º ano do Ensino Fundamental, tendo um total de 10 participantes, sendo 5 meninos e 5 meninas de 09 a 10 anos. A escolha da turma deu-se pelo fato de os alunos terem uma maturação motora, sendo mais fácil a compreensão dos movimentos exigidos.

Uma das alunas apresenta Classificação Internacional de Doenças CID - F90.0 (Transtorno Hiperativo) e CID - G80.0 (Paralisia Cerebral Espástica). Ela apresenta um grau de dificuldade maior para a realização dos movimentos tendo um olhar mais cauteloso na hora da execução das atividades, mas conseguindo desenvolver bem as atividades propostas.

Para a realização dos testes cada aluno assinou um Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), juntamente com a autorização dos pais, assinando o Termo de Consentimento e Livre Esclarecido (TCLE), sendo que as identidades dos mesmos permanecerão em anonimato.

3.2 Técnica de pesquisa, instrumentos e procedimentos de coleta

Para a realização dos testes foi escolhida a turma do 4º ano do Ensino Fundamental, tendo 10 (dez) alunos como participantes, sendo 5 (cinco) do sexo masculino e 5 (cinco) do sexo feminino.

Os instrumentos utilizados para os testes foram tatames, sendo que a coleta de dados foi realizada nas aulas de Educação Física, com a devida autorização da direção e da professora responsável, através do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

O teste foi aplicado em 1(uma) aula, em seguida foram ministrada 4 (quatro) aulas e mais 1(um) aula para aplicação do teste final, ao todo foram utilizadas 6 (seis) aulas. Para obtenção dos resultados a avaliação foi dividida em três assim sabendo se houve ou não melhoria para o desenvolvimento motor. Em seguida expliquei quais eram os critérios avaliativos de todos os exercícios aplicados no teste, que foram demonstrados para os alunos para que tivessem entendimento sobre como cada um dos movimentos deveria ser executado.

Os critérios avaliativos foram baseados nos seguintes movimentos:

1. *Os alunos andaram para frente em uma linha reta de 1m, com os pés em meia ponta e os braços em horizontal para o lado com a intenção de executar o movimento sem desequilíbrio.*
2. *Os alunos andaram para trás em uma linha reta de 1m com os pés em meia ponta com os braços em horizontal para o lado com a intenção de executar o movimento sem desequilíbrio.*
3. *Os alunos ficaram em equilíbrio estático sobre a perna direita com os braços na horizontal lateral, assim o pé que não está em apoio tinha que ficar ao lado do joelho da perna oposta, cabeça para frente.*
4. *Os alunos ficaram em equilíbrio estático sobre a perna esquerda com os braços na horizontal lateral, assim o pé que não está em apoio tinha que ficar ao lado do joelho da perna oposta e com a cabeça para frente.*
5. *Os alunos realizaram um rolamento para frente, posição de cócoras, pernas unidas, posição grupada e terminar o rolamento de pé.*
6. *Os alunos realizaram um rolamento para trás, posição de cócoras, pernas unidas, posição grupada e terminar o rolamento de joelhos.*
7. *O aluno realizou uma ponte, deitado no chão com a posição inicial, o aluno teve que levantar e sustentar por 3 segundos com os braços estendidos, sem relar a cabeça no chão.*

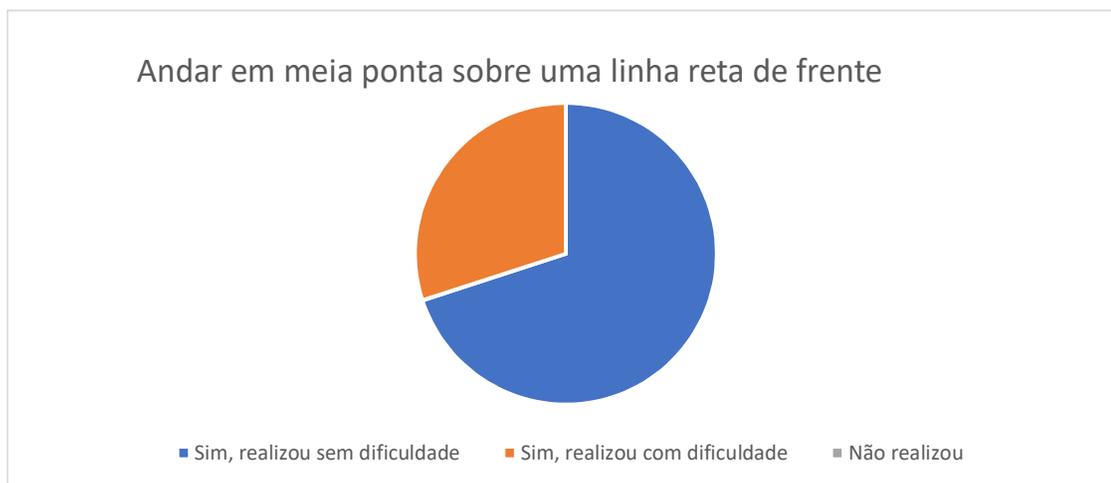
8. Os alunos na posição inicial executaram os movimentos com os braços e pernas estendidas e sem desequilíbrio no final.

9. Os alunos realizaram uma parada de mãos sem apoio, onde eles que executaram o movimento com braços e pernas estendidas, encostando um pé no outro e voltando para a posição inicial sem desequilíbrio

3.3 Análise e discussões

Estes gráficos mostram como os 10 alunos do 4 ano do ensino fundamental realizaram os exercícios dos testes de desenvolvimento motor, quais foram os exercícios que eles tiveram mais dificuldade em realizar desde os mais complexos até os mais simples.

Gráfico 1: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de andar em meia ponta sobre uma linha reta para frente.



Fonte: Do autor (2019)

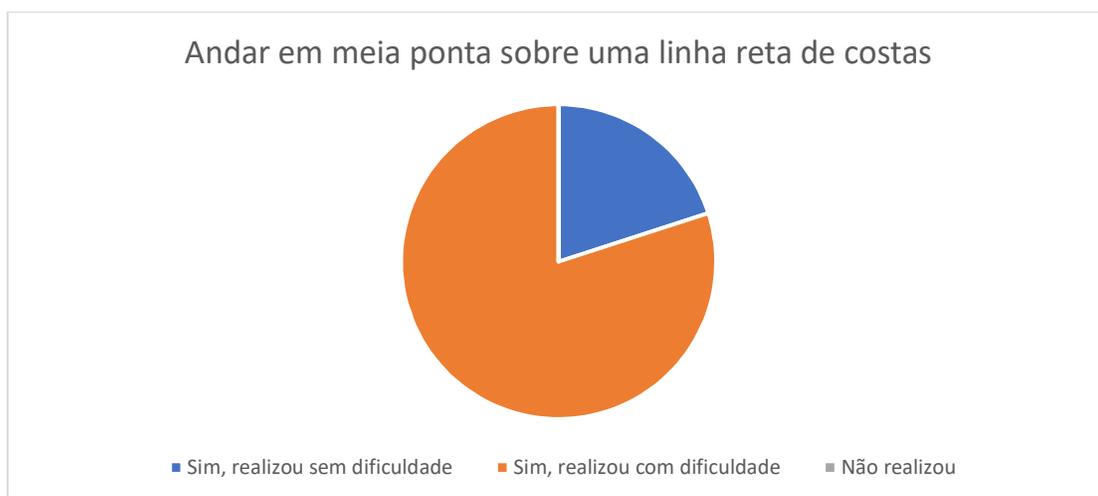
Neste gráfico vemos que de 10 (dez) alunos, 7 (sete) realizaram sem dificuldade e 3 (três) realizaram com dificuldade, sendo um movimento mais simples considerado aos outros, o aluno tem que se locomover e se equilibrar em meia ponta assim não tendo uma base muito ampla trabalhando o equilíbrio e coordenação.

Para obter um melhor equilíbrio, um indivíduo procura manter o seu centro de massa corporal dentro dos seus limites de estabilidade,

sendo determinada pela habilidade em controlar a postura sem alterar a base de suporte (SILVA, 2008, p. 88).

Trabalhar a meia ponta na GA ajuda ao aluno na melhoria do seu equilíbrio assim, a partir de alguns movimentos trabalhados terá um resultado positivo na melhoria deste movimento.

Gráfico 2: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de andar em meia ponta sobre uma linha reta de costas



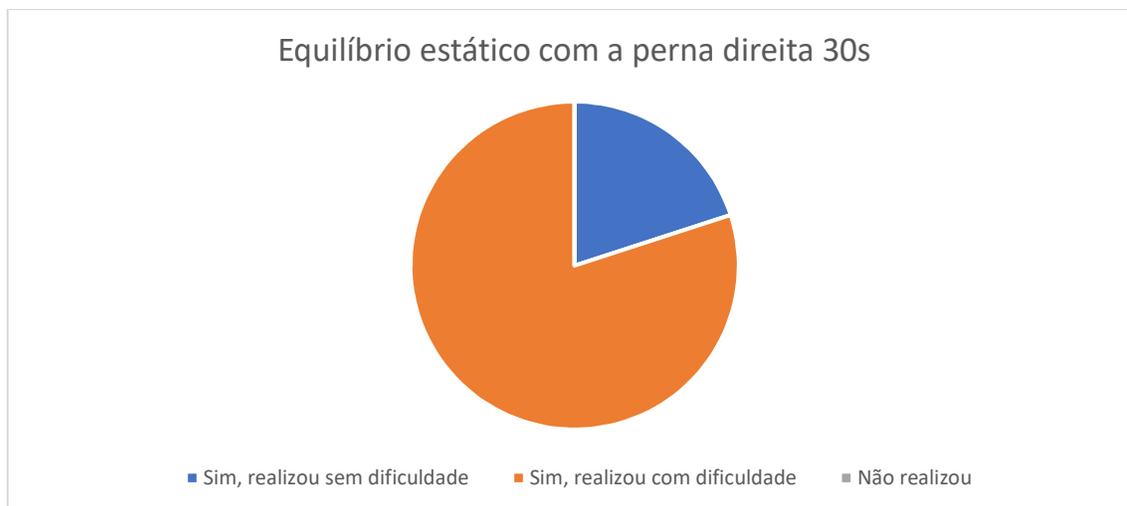
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico vemos que de 10 (dez) alunas, 2 (dois) realizaram sem dificuldade e 8 (oito) realizaram com dificuldade, sendo um movimento um pouco mais simples do que os demais o aluno tem que se locomover para trás e se equilibrar em meia ponta assim não tendo uma base muito ampla trabalhando o equilíbrio e coordenação. Onde eles apresentam um pouco mais de dificuldade pois não tinham muita noção de andar em meia ponta e em linha reta sem olhar.

Para obter um melhor equilíbrio, um indivíduo procura manter o seu centro de massa corporal dentro dos seus limites de estabilidade, sendo determinada pela habilidade em controlar a postura sem alterar a base de suporte (SILVA, 2008, p. 88)

Andar em meia ponta para trás acaba sendo um movimento um pouco mais difícil, pois exige do equilíbrio e concentração dos alunos para a realização, a GA pode vir contribuir para a melhoria deste movimento.

Gráfico 3: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de equilíbrio estático com a perna direita 30s.



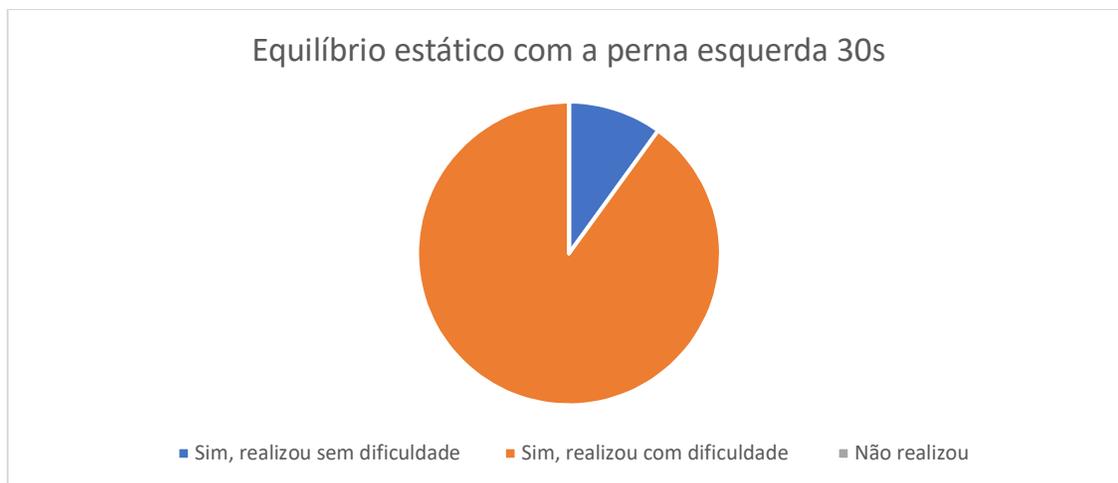
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico podemos observar que de 10 (dez) alunos, 2 (dois) realizaram sem dificuldade e 8 (oito) realizaram com dificuldade, por ser um exercício que exige mais da coordenação motora, da concentração e do equilíbrio dos alunos a maioria apresenta um grau de dificuldade na execução dos exercícios por não conseguirem se estabilizar na perna direita.

O equilíbrio corporal consiste na manutenção do centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés e pode apresentar-se como estático ou dinâmico.(1) No equilíbrio estático, a base de suporte dos pés, mantém-se fixa, enquanto o centro de gravidade movimenta-se. Neste caso, o senso de equilíbrio mantém o centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés (MELO, 2017, p. 263)

O equilíbrio estático é um movimento que exige mais do aluno, ainda por ser em um pé só, sua base acaba sendo menor assim devesse trabalhar de forma bem concreta com os alunos, a GA pode vir contribuir para este movimento.

Gráfico 4: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de equilíbrio estático com a perna esquerda 30s



Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico podemos observar que de 10 (dez) alunos, 1 (um) realizou sem dificuldade e 9 (nove) realizaram com dificuldade, por ser um exercício que exige mais da coordenação motora, da concentração e do equilíbrio dos alunos a maioria apresenta um grau de dificuldade e execução dos exercícios por não conseguirem se estabilizar na perna esquerda.

O equilíbrio corporal consiste na manutenção do centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés e pode apresentar-se como estático ou dinâmico.(1) No equilíbrio estático, a base de suporte dos pés, mantém-se fixa, enquanto o centro de gravidade movimenta-se. Neste caso, o senso de equilíbrio mantém o centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés (MELO, 2017, p. 263).

Por ser um equilíbrio estático em que o aluno precisa se equilibrar em apenas um pé acaba exigindo mais do aluno, onde devemos trabalhar concretamente este movimento, assim a GA pode vir contribuir para esta melhoria, por ser um conteúdo que trabalha todo o corpo do aluno.

Gráfico 5: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar o rolamento para frente



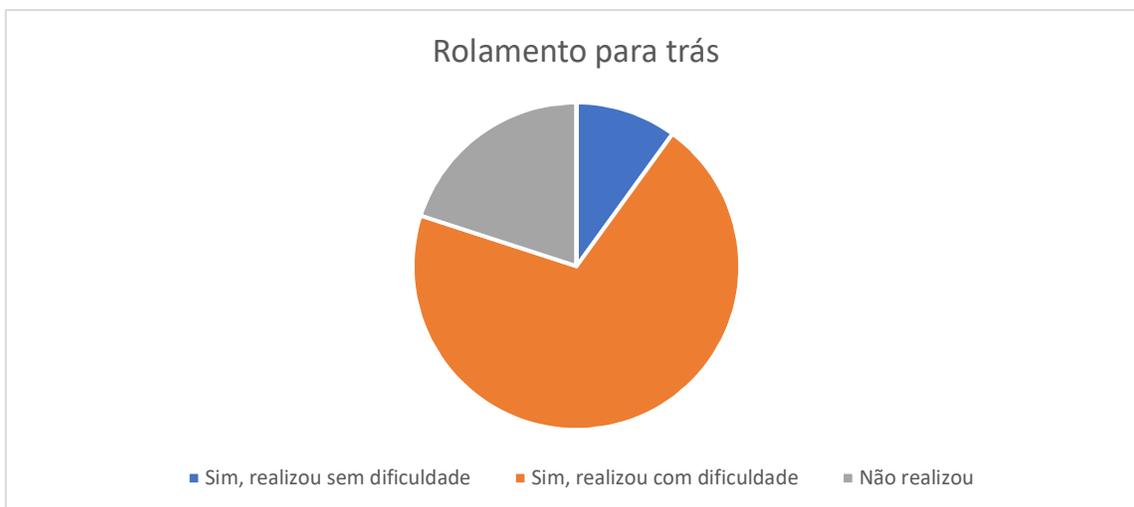
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostra que de 10 (dez) alunos, 6 (seis) realizaram com dificuldade e 4 (quatro) não realizaram o exercício por conta de ser um exercício já focado na GA, onde o aluno tem que ficar em uma posição nova e um pouco mais complexa, apresentaram desvio de direção, ausência de postura, falta de coordenação.

Essa alternativa de conteúdo é coerente para orientar os programas de iniciação à GA, pois abrange todas as habilidades possíveis dessa modalidade, simplifica o conteúdo e representa os fundamentos básicos para outras formas de ginástica, além de considerar as questões de segurança (uma vez que se trabalha atento à progressão e à prontidão do praticante). O aprendizado desses padrões também possibilita ao praticante desenvolver habilidades para a vida toda e confiança para manejar seu próprio corpo nas diversas situações de prática motora e do cotidiano (NUNOMURA; TSUKAMOTO, 2008, p. 37).

Sendo o rolamento um dos fundamentos básicos da Ginástica Artística é um movimento novo para os alunos, pois eles terão que ficar em posições diferenciadas, assim tendo que trabalhá-la de maneira correta para trazer benefícios

Gráfico 6: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar o rolamento para trás



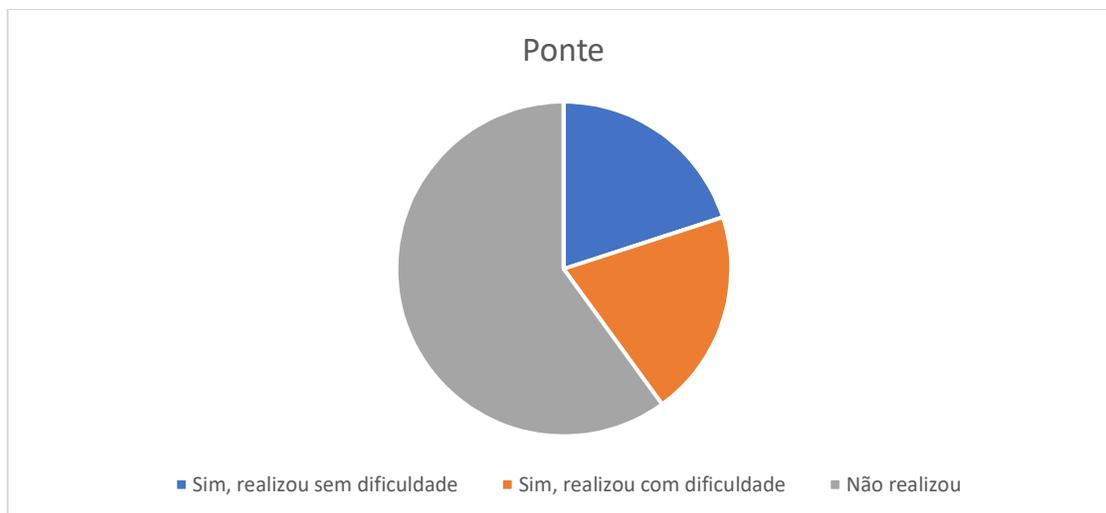
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostra que de 10 (dez) alunos, 1 (um) realizou sem dificuldade, 7 (sete) realizaram com dificuldade e 2 (dois) não realizaram, um exercício onde exige muito mais do aluno por usar mais a força dos membros superiores e inferiores e um alongamento da coluna, por conta disto os alunos apresentaram um grau de dificuldade maior nesta realização.

Essa alternativa de conteúdo é coerente para orientar os programas de iniciação à GA, pois abrange todas as habilidades possíveis dessa modalidade, simplifica o conteúdo e representa os fundamentos básicos para outras formas de ginástica, além de considerar as questões de segurança (uma vez que se trabalha atento à progressão e à prontidão do praticante). O aprendizado desses padrões também possibilita ao praticante desenvolver habilidades para a vida toda e confiança para manejar seu próprio corpo nas diversas situações de prática motora e do cotidiano (NUNOMURA; TSUKAMOTO. 2008, p. 37).

O rolamento para trás que é um fundamento da GA acaba sendo um pouco mais complexa de ser trabalhada por conta de ser de costas, porém se bem desenvolvida acaba trazendo benefícios aos alunos.

Gráfico 7: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar a ponte



Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostra que de 10 (dez) alunos, 2 (dois) realizaram sem dificuldade, 2 (dois) realizaram com dificuldade e 6 (seis) não realizaram, um exercício que parece ser mais fácil acaba sendo um dos mais complexos pois exige muito da coordenação motora, concentração, força, pois são muitos comandos ao mesmo tempo, por isso a dificuldade é maior.

Depois que o ensino da fase do desenvolvimento do indivíduo e da fase de aperfeiçoamento das atividades for trabalhadas o que irá possibilitar o aluno aprender e dominar cada ação, pode-se propor ajustar as ações com outras em situações variadas, com dificuldades crescentes, oportunizando ao aluno exercer sua motricidade. Pode-se propor combinações de ações em circuito de estações de 58 curta e longa duração ou um percurso a fim de pôr em evidência as ações trabalhadas (PEREIRA, 2010, p. 52).

Trabalhar este movimento aos alunos trará um melhor domínio corporal a estes alunos, assim contribuindo para o Desenvolvimento motor de cada aluno.

Gráfico 8: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar a estrelinha



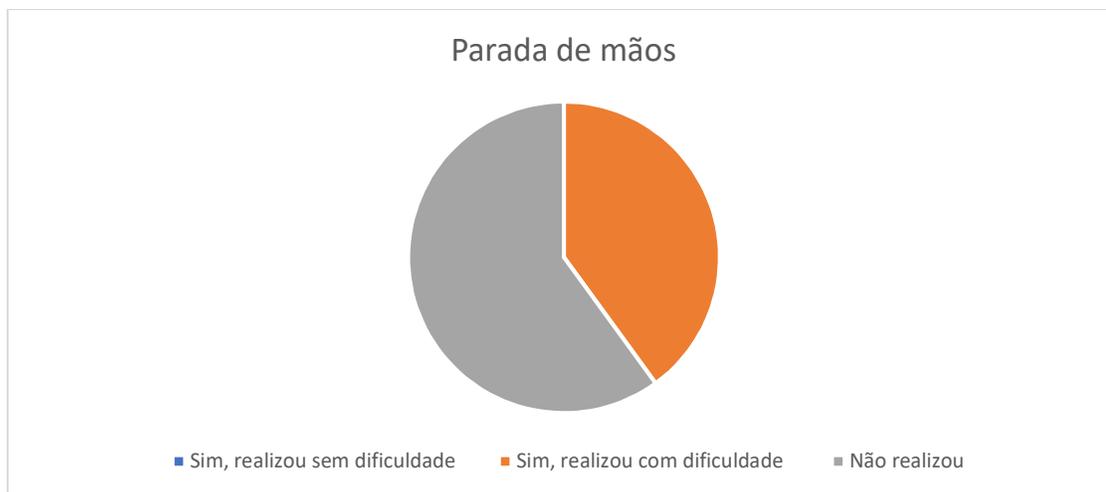
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostra que de 10 (dez) alunos, 4 (quatro) realizaram com dificuldade e 6 (seis) não realizaram, um exercício que parece ser mais fácil acaba sendo um dos mais complexos pois exige muito da coordenação motora, concentração, força, pois são muitos comandos ao mesmo tempo, por isso a dificuldade é maior.

Depois que o ensino da fase do desenvolvimento do indivíduo e da fase de aperfeiçoamento das atividades for trabalhadas o que irá possibilitar o aluno aprender e dominar cada ação, pode-se propor ajustar as ações com outras em situações variadas, com dificuldades crescentes, oportunizando ao aluno exercer sua motricidade. Pode-se propor combinações de ações em circuito de estações de 58 curta e longa duração ou um percurso a fim de pôr em evidência as ações trabalhadas (PEREIRA, 2010, p. 52).

Por ser um movimento mais complexo ser trabalhado a estrelinha faz com que o aluno traga um domínio do corpo maior, sendo trabalhado de forma certa acaba trazendo melhor benefícios.

Gráfico 9: Distribuição dos pesquisados demonstrando a dificuldade de realizar a parada de mãos



Fonte: Do autor (2019)

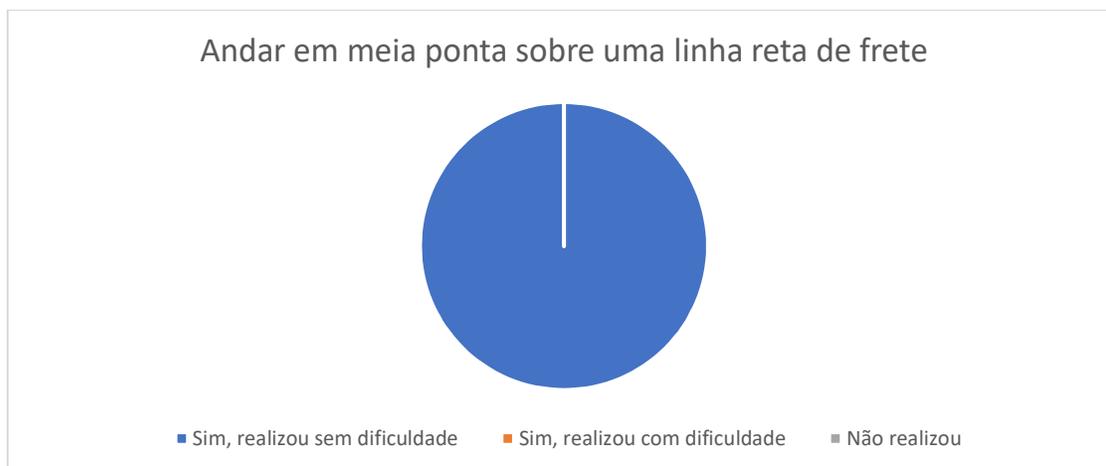
Neste gráfico mostra que de 10 (dez) alunos, 4 (quatro) realizaram com dificuldade e 6 (seis) não realizaram, um exercício onde exige mais força dos membros superiores, muitos não realizaram pois não essa maturação por isso a dificuldade, sendo um exercício mais complexo que exige muitos comando ao mesmo tempo e também por estarem em uma posição invertida.

Características típicas do movimento de parada de mãos: a) O corpo em completo alinhamento e em tonicidade. b) As mãos são apoiadas no chão c) As mãos apoiam no solo na largura dos ombros e os dedos devem estar afastados e virados para frente (PEREIRA, 2010, p. 52)

Sendo um exercício mais difícil por estar em posição invertida, onde eles terão que ter uma força maior dos membros superiores, assim por ser um dos fundamentos da GA e pode vir ajudar a trabalhar este movimento.

A partir da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas de Educação Física podemos analisar uma melhoria no desenvolvimento motor dos alunos, exercícios que eles tinham mais dificuldades em executar tiveram um pouco mais de facilidade na hora da execução depois das aulas de Educação Física, assim mostrando os resultados nos gráficos a seguir.

Gráfico 10: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de andar em meia ponta sobre uma linha reta de frente



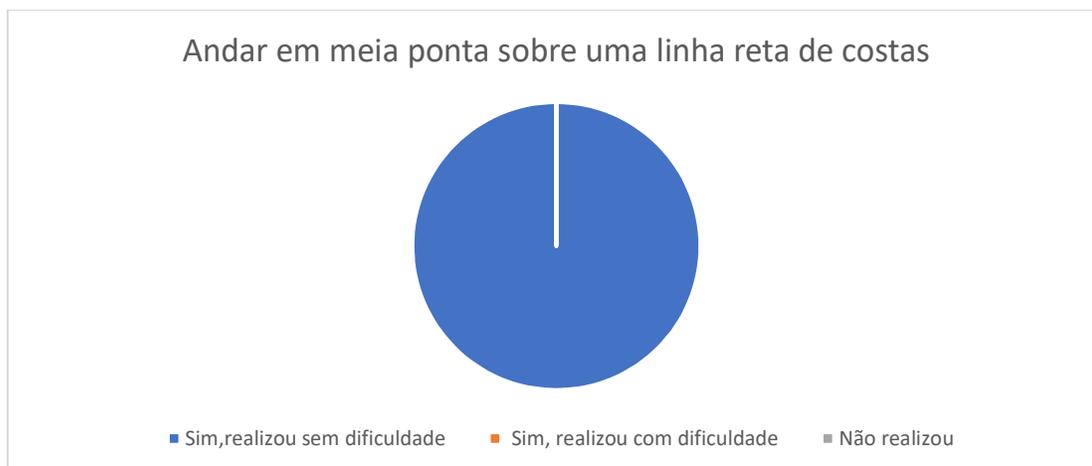
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostra a melhoria que os alunos tiveram em desenvolver este e exercício, de 10 (dez) alunos os 10 (dez) conseguiram realizar o exercício sem dificuldade depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas. Mostrando que a GA ajuda no equilíbrio e coordenação dos alunos.

Para obter um melhor equilíbrio, um indivíduo procura manter o seu centro de massa corporal dentro dos seus limites de estabilidade, sendo determinada pela habilidade em controlar a postura sem alterar a base de suporte (SILVA, 2008, p. 88)

Andar em meia ponta exige dos alunos, pois trabalha muito o equilíbrio deles, parece ser um movimento fácil, mas por conta de ser em meia ponta o equilíbrio é muito trabalhado, a GA contribui muito para isso pois trabalha o corpo inteiro do aluno.

Gráfico 11: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de andar em meia ponta sobre uma linha reta de costas



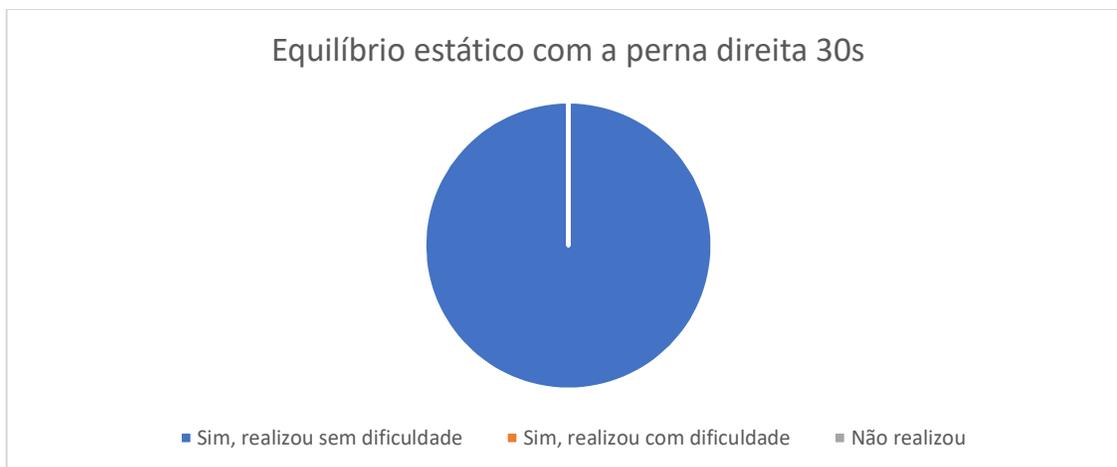
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostra a melhoria que os alunos tiveram em desenvolver este e exercício, de 10 (dez) alunos, os 10 (dez) conseguiram realizar o exercício sem dificuldade depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas. Mostrando que a GA ajuda no equilíbrio dos alunos. Antes da aplicação do conteúdo alguns tinha dificuldades em realizar este exercício.

Para obter um melhor equilíbrio, um indivíduo procura manter o seu centro de massa corporal dentro dos seus limites de estabilidade, sendo determinada pela habilidade em controlar a postura sem alterar a base de suporte (SILVA, 2008, p. 88)

Sendo assim vemos que o equilíbrio mesmo sendo um movimento simples deve ser trabalhado de uma forma bem complexa pois em quase todas as coisas que realizamos necessitamos de equilíbrio, assim vimos que a GA contribui para esta melhoria.

Gráfico 12: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de equilíbrio estático com a perna direita 30s



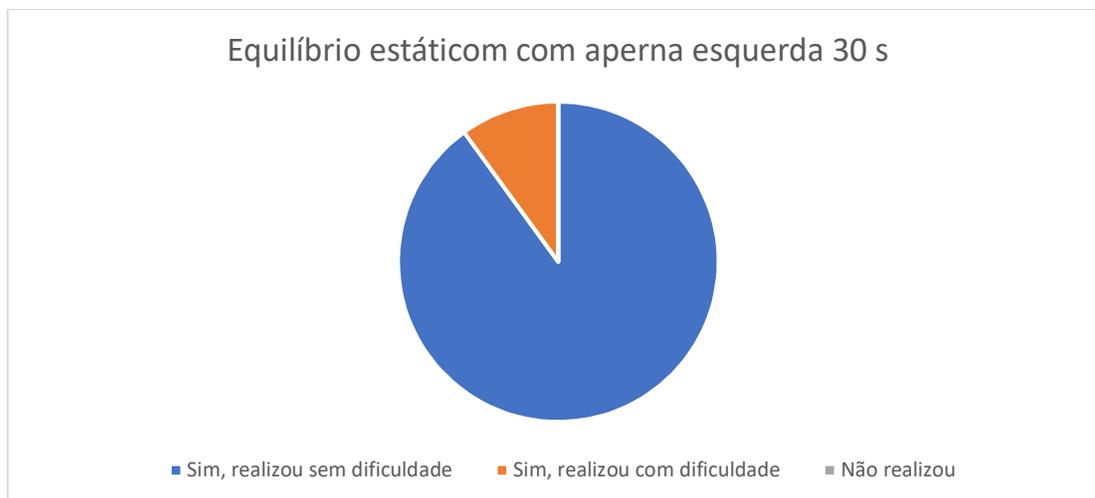
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostramos como o equilíbrio estático dos alunos melhorou com o decorrer das aulas, onde eles tinham dificuldades em ficar parados com o apoio da perna direita, assim trabalhando em cima disso tivemos uma melhoria de 10 (dez) alunos os 10 (dez) conseguiram realizar sem dificuldades. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria.

O equilíbrio corporal consiste na manutenção do centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés e pode apresentar-se como estático ou dinâmico.(1) No equilíbrio estático, a base de suporte dos pés, mantém-se fixa, enquanto o centro de gravidade movimenta-se. Neste caso, o senso de equilíbrio mantém o centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés (MELO, 2017, p. 263)

Trabalhando o equilíbrio estático vinculado com a GA pode vir contribuir para a melhoria deste movimento, pois ela trabalha desde o eixo do aluno até sua postura, assim fazendo com que haja uma melhoria.

Gráfico 13: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria de equilíbrio estático com a perna esquerda 30s



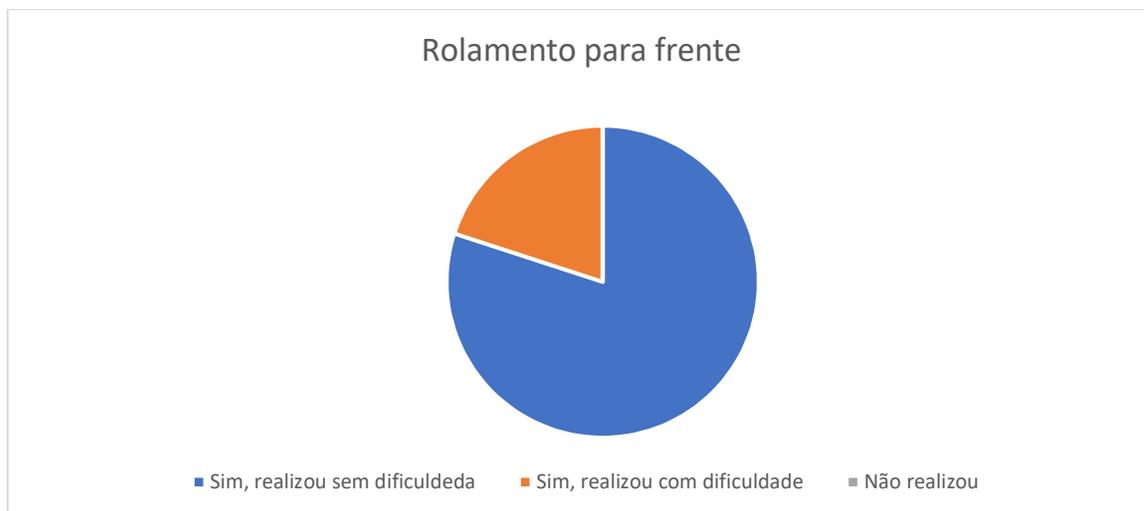
Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostramos como o equilíbrio estático dos alunos melhorou com o decorrer das aulas, onde eles tinham dificuldades em ficar parados com o apoio da perna esquerda, assim trabalhando em cima disso tivemos uma melhoria de 10 (dez), alunos os 9 (nove) conseguiram realizar sem dificuldades e apenas 1 (um) realizou com dificuldade. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria.

O equilíbrio corporal consiste na manutenção do centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés e pode apresentar-se como estático ou dinâmico. (1) No equilíbrio estático, a base de suporte dos pés, mantém-se fixa, enquanto o centro de gravidade movimenta-se. Neste caso, o senso de equilíbrio mantém o centro de gravidade dentro da base de suporte dos pés (MELO, 2017, p. 263)

A Ginástica Artística vem para contribuir para a melhoria do equilíbrio estático dos alunos por trabalhar seu eixo e sua postura, assim vincular a GA com este movimento vem com uma grande contribuição.

Gráfico 14: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria do rolamento de frente



Fonte: Do autor (2019)

No gráfico a seguir mostramos a evolução dos alunos com o exercício de rolamento para frente, de alunos que não conseguiam realizar e que agora conseguem ainda com algumas dificuldades, mas que tivemos uma evolução significativa de 10 (dez) alunos, 8 (oito) realizam sem dificuldade e apenas 2 (dois) com dificuldade. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria.

Essa alternativa de conteúdo é coerente para orientar os programas de iniciação à GA, pois abrange todas as habilidades possíveis dessa modalidade, simplifica o conteúdo e representa os fundamentos básicos para outras formas de ginástica, além de considerar as questões de segurança (uma vez que se trabalha atento à progressão e à prontidão do praticante). O aprendizado desses padrões também possibilita ao praticante desenvolver habilidades para a vida toda e confiança para manejar seu próprio corpo nas diversas situações de prática motora e do cotidiano (NUNOMURA; TSUKAMOTO. 2008; p. 37).

O rolamento para frente trouxe bons benefícios aos alunos por ser uma posição nova em que eles têm que estar realizando, assim preparando-os para movimentos mais complexos.

Gráfico 15: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria do rolamento para trás



Fonte: Do autor (2019)

No gráfico a seguir mostramos a evolução dos alunos com o exercício de rolamento para trás, de alunos que não conseguiam realizar e que agora conseguem ainda com algumas dificuldades, mas que tivemos uma evolução significativa de 10 (dez) alunos, 7 (sete) realizam sem dificuldade e apenas 3 (três) com dificuldade. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria.

Essa alternativa de conteúdo é coerente para orientar os programas de iniciação à GA, pois abrange todas as habilidades possíveis dessa modalidade, simplifica o conteúdo e representa os fundamentos básicos para outras formas de ginástica, além de considerar as questões de segurança (uma vez que se trabalha atento à progressão e à prontidão do praticante). O aprendizado desses padrões também possibilita ao praticante desenvolver habilidades para a vida toda e confiança para manejar seu próprio corpo nas diversas situações de prática motora e do cotidiano (NUNOMURA; TSUKAMOTO. 2008, p. 37).

O rolamento para trás sendo um pouco mais complexa por ser de costas, trouxe bons benefícios aos alunos, por ser uma vivencia nova acaba preparando-os para outros movimentos mais complexos.

Gráfico 16: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria da ponte

Fonte: Do autor (2019)

No gráfico a seguir mostra a evolução dos alunos na ponte, mostra de alunos que não conseguiam fazer e que agora conseguem, de 10 (dez), alunos, 4 (quatro) realizaram sem dificuldade e 6 (seis) com dificuldade, por ser um movimento que exige mais a evolução dele é um pouco mais lenta. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria.

Depois que o ensino da fase do desenvolvimento do indivíduo e da fase de aperfeiçoamento das atividades for trabalhadas o que irá possibilitar o aluno aprender e dominar cada ação, pode-se propor ajustar as ações com outras em situações variadas, com dificuldades crescentes, oportunizando ao aluno exercer sua motricidade. Pode-se propor combinações de ações em circuito de estações de 58 curta e longa duração ou um percurso a fim de pôr em evidência as ações trabalhadas (PEREIRA, 2010, p. 52).

A ponte exigindo muito de todos os membros o corpo do aluno assim trazendo um domínio corporal maior, trabalhando ele trouxe uma melhoria aos alunos.

Gráfico 17: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria da estrelinha



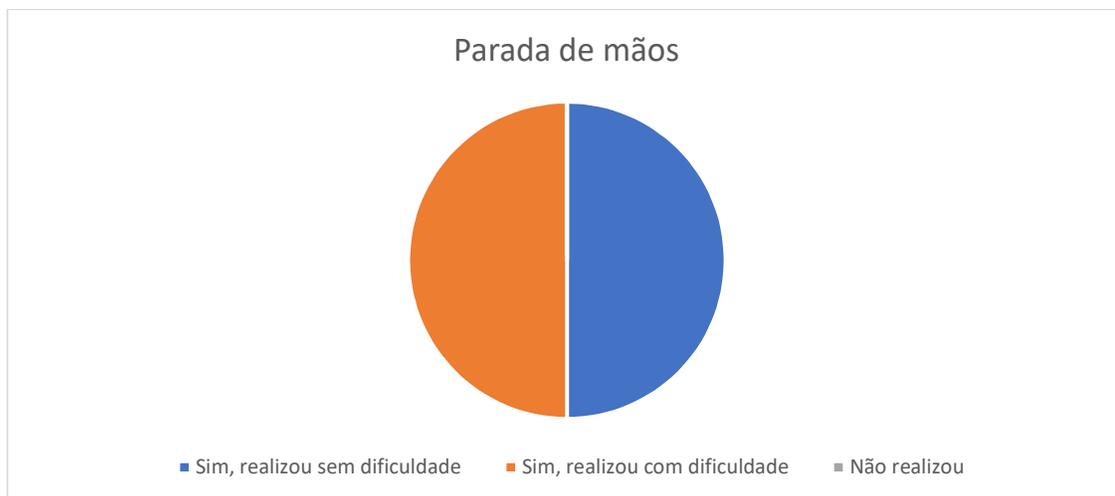
Fonte: Do autor (2019)

No gráfico a seguir mostra a evolução da estrelinha, os alunos tiveram uma grande evolução, sendo um exercício complexo da GA de 10 (dez) alunos, 6 (seis) realizaram sem dificuldade e 4 (quatro) com dificuldade. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria.

Depois que o ensino da fase do desenvolvimento do indivíduo e da fase de aperfeiçoamento das atividades for trabalhadas o que irá possibilitar o aluno aprender e dominar cada ação, pode-se propor ajustar as ações com outras em situações variadas, com dificuldades crescentes, oportunizando ao aluno exercer sua motricidade. Pode-se propor combinações de ações em circuito de estações de 58 curta e longa duração ou um percurso a fim de pôr em evidência as ações trabalhadas (PEREIRA, Lucia Maria; 2010; p. 52).

Trabalhando de forma correta trouxe um melhor domínio do corpo assim trazendo muitos benefícios em ser trabalhado este fundamento da Ginástica Artística.

Gráfico 18: Distribuição dos pesquisados demonstrando a melhoria da parada de mãos



Fonte: Do autor (2019)

Neste gráfico mostramos a evolução da parada de mãos, um exercício voltado a GA, os alunos tiveram uma boa evolução sobre este exercício, de 10 (dez) alunos 5 (cinco) realizaram sem dificuldade e 5 (cinco) realizaram com dificuldade. Depois da aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas, vimos uma melhoria

Características típicas do movimento de parada de mãos: a) O corpo em completo alinhamento e em tonicidade. b) As mãos são apoiadas no chão c) As mãos apoiam no solo na largura dos ombros e os dedos devem estar afastados e virados para frente (PEREIRA, 2010, p. 52)

A GA contribuiu muito para melhor realização deste movimento por ser um dos fundamentos básicos dela, beneficiando para o Desenvolvimento Motor destes alunos, por ser um movimento novo para eles.

CONSIDERAÇÕES

Com base nos autores e no teste aplicado aos alunos podemos analisar uma grande melhoria no Desenvolvimento Motor dos alunos trabalhados. Procurando indicar procedimentos que poderão ajudar na melhoria do Desenvolvimento Motor.

A inclusão dos alunos na Ginástica Artística mostra como este conteúdo pode vir beneficiar, pois proporciona novas vivências e movimentos um pouco mais complexos assim despertando um vocabulário motor maior a eles.

Inserindo este conteúdo nas aulas de Educação Física não trabalha apenas o Desenvolvimento Motor, mas também a socialização entre eles, pois muitos dos alunos acabam incentivando os outros que tem mais dificuldade ou medo em realizar o movimento, por isso a participação dos alunos é de suma importância.

Trabalhando sempre de maneira lúdica com eles, pois por ser um conteúdo difícil de ser trabalhado devemos buscar maneiras diferenciadas de se trabalhar os fundamentos básicos da GA como, rolamentos, estrelinhas, pontes, parada de mãos e também trabalhando movimentos simples como andar em meia ponta, se equilibrar em uma perna só. Trabalhando desde movimentos básicos até chegar nos movimentos voltados a GA.

De acordo com a pesquisa realizada, podemos concluir que a aplicação do conteúdo de Ginástica Artística nas aulas de Educação Física pode vir a beneficiar para o Desenvolvimento Motor dos alunos de 09 a 10 anos, trabalhando a coordenação motor, concentração, flexibilidade e força. Sendo um conteúdo complexo, sabendo trabalha-lo de maneira correta traz grandes benefícios aos alunos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Thais VinciprovaChiesse de. **Ensino da ginástica artística no cotidiano escolar: proposta de formação continuada para professores**. Volta Redonda: UniFOA, 2016.

BEZERRA, Sandra Pacheco; FILHO, Raul Alves Ferreira; FELICIANO, Jeane Gomes. **A aplicação de conteúdos da Ginástica Artística nas aulas de Educação Física no Ensino Fundamental de 1 a 4 série**. Disponível em: file:///C:/Users/User/Downloads/1905-6492-1-PB.pdf. Acesso em: 15 set. 2019.

BRASIL. Secretaria de Educação Fundamental. **Parâmetros curriculares nacionais : Educação física / Secretaria de Educação Fundamental**. – Brasília : MEC/SEF, 1997.

BREGOLATO, R. **Cultura corporal da ginástica**. São Paulo: Ícone, 2002.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. **Educação Física na Escola – Implicações para a prática pedagógica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2008.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jackie D. **Compreendendo o desenvolvimento motor – bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 7ª edição. Porto Alegre: AMGH, 2013.

MANOEL, Edison de Jesus; KOKUBUN, Eduardo, GO TANI; DE PROENÇA José Elias. **Educação Física Escolas – fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: E.P.U, 1988.

NUNOMURA, Myrian; NISTA-PICCOLO, Vilma Lení. **Compreendendo a Ginástica Artística**. São Paulo: Phorte, 2008.

NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. **Fundamentos das ginásticas**. 1ª edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.

WERNER, Peter H.; WILLIAMS, Lori H.; HALL, Tinas J. **Ensinando Ginástica para crianças**. Tradução Sueli Rodrigues Coelho, Maria Idalina Ferreira Lopes. 3ª edição. Barueri: Manole, 2015.

ANEXOS

Anexo I - CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, abaixo assinado, sob permissão de meu responsável (já assinada via TCLE) por ser menor de idade, concordo em participar do estudo, como sujeito. Fui devidamente informado (a) e esclarecido (a) pelo (a) pesquisador (a) sobre a pesquisa, os procedimentos nela envolvidos, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi-me garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isto leve à qualquer penalidade ou interrupção de meu acompanhamento/assistência/tratamento.

Local e data _____

Nome e Assinatura do aluno (a) _____

Presenciamos a solicitação de consentimento, esclarecimentos sobre a pesquisa e aceite do sujeito em participar.

Ponta Porã - MS, ____ de _____ de 2019.

Anexo II - OFÍCIO ENCAMINHADO À ESCOLA

À

Escola Municipal _____

Assunto: Solicitação para realização de pesquisa acadêmica.

Eu, _____, brasileira, solteiro(a), inscrito no CPF: _____ e no RG n°: _____, residente e domiciliado na cidade de Ponta Porã, na Rua: _____, aluno regular do curso de Licenciatura em Educação Física das Faculdades Magsul, venho respeitosamente solicitar permissão para realização de uma pesquisa acadêmica no período de 1 (um) mês neste ano letivo de 2019 na referida escola, que fará parte de um Trabalho de Conclusão de Curso Interdisciplinar intitulado “_____”. Ressalta-se que as identidades da escola e dos participantes serão preservadas na pesquisa.

Certo do atendimento do meu pedido, aguardo deferimento.

Ponta Porã–MS, ___ de outubro de 2019.

Orientando

Prof^a. Ma. Wanessa Pucciariello Ramos
Orientadora

APÊNDICES



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725– Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã–MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice I - Teste de desenvolvimento motor

Identificação:

Nome: _____.

Idade: 9 a 10 anos. Sexo: F () M ()

4º ano.

Coordenação Motora:

(a) Sim, realizou sem dificuldade. (b) Sim, realizou com dificuldade. (c) Não realizou.

1. () Andar em meia ponta sobre uma linha reta de frente;
2. () Andar em meia ponta sobre uma linha reta de costas;
3. () Equilíbrio estático com a perna direita 30s;
4. () Equilíbrio estático com a perna esquerda 30s;
5. () Rolamento para frente;
6. () Rolamento para trás;
7. () Ponte;
8. () Estrelinha;
9. () Parada de mãos.



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012
Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725– Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã–MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice II – PLANO DE AULA

1 IDENTIFICAÇÃO	
ESCOLA:	
DISCIPLINA: Educação Física	TURMA: 4 A
PROFESSORES: Gabriele Andrade Mir	
DATA: 22/10/2019	HORÁRIO: Matutino
2 CONTEÚDO	
Ginástica (Ginástica Artística).	
3 OBJETIVO	
Avaliar o desenvolvimento motor através de exercícios voltados para Ginástica Artística;	
Verificar a Coordenação Motora, Flexibilidade, Domínio sobre o corpo de cada aluno.	
4 METODOLOGIA	
Nessa aula aplicar o teste de desenvolvimento motor nos alunos, visualizando onde eles apresentam mais dificuldades de realizar, assim com alguns exercícios voltados aos alunos.	
Explicar cada exercícios e como deve ser executado os movimentos do teste para os alunos.	
5 RECURSOS	
Tatames, teste	
6 AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica, onde o aluno será o personagem principal, focando visualizar onde foram suas maiores dificuldades	
7 BIBLIOGRAFIA	
NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Fundamentos das ginásticas . 1º edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.	

Ponta Porã-MS, ____/____/____

ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725– Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã–MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice III - PLANO DE AULA

1 IDENTIFICAÇÃO	
ESCOLA:	
DISCIPLINA: Educação Física	TURMA: 4 A
PROFESSORES: Gabriele Andrade Mir	
DATA: 24/10/2019	HORÁRIO: Matutino
2 CONTEÚDO	
Ginástica (Ginástica Artística).	
3 OBJETIVO	
Desenvolver fundamentos básicos da Ginástica Artística	
Verificar a Coordenação Motora, Flexibilidade, Domínio sobre o corpo de cada aluno.	
4 METODOLOGIA	
<p>Nessa aula dará início aos fundamentos básicos da Ginastica Artística, iremos trabalhar o rolamento para frente e para traz, onde é trabalhado a coordenação, flexibilidade e concentração, também trabalhar alguns exercícios de equilíbrio.</p> <p>Os alunos iram realizar movimentos de equilíbrio como andar em meia ponta ficar para em uma perna, uma das brincadeiras trabalhas foi o pega-pega do saci onde eles têm que pegar o colega pulando de uma perna só.</p> <p>Em seguida trabalhar os rolamentos da Ginástica Artística sempre com auxílio do professor.</p>	
5 RECURSOS	
Tatames	
6 AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica, onde o aluno será o personagem principal, focando em trabalhar o seu desenvolvimento.	
7 BIBLIOGRAFIA	
NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Fundamentos das ginásticas . 1º edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.	

Ponta Porã-MS, ____ / ____ / ____

ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725– Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã–MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice IV - PLANO DE AULA

1 IDENTIFICAÇÃO	
ESCOLA:	
DISCIPLINA: Educação Física	TURMA: 4 A
PROFESSORES: Gabriele Andrade Mir	
DATA: 29/10/2019	HORÁRIO: Matutino
2 CONTEÚDO	
Ginástica (Ginástica Artística).	
3 OBJETIVO	
Desenvolver fundamentos básicos da Ginástica Artística	
Verificar a Coordenação Motora, Flexibilidade, Domínio sobre o corpo de cada aluno.	
METODOLOGIA	
Nessa aula dará início aos fundamentos básicos da Ginastica Artística, iremos trabalhar a ponte, onde é trabalhado a coordenação, flexibilidade e concentração.	
Trabalhar a ponte da Ginástica Artística sempre com auxílio do professor;	
Fazer a ponte em dupla, um aluno faz posição de bolinha e o outro tem que fazer uma ponte relando as costas nas costas do outro colega.	
5 RECURSOS	
Tatames	
6 AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica, onde o aluno será o personagem principal, focando em trabalhar o seu desenvolvimento.	
7 BIBLIOGRAFIA	
NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Fundamentos das ginásticas . 1º edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.	

Ponta Porã-MS, ____ / ____ / ____

ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)

FACULDADES MAGSUL



Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012
Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725– Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã–MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice V - PLANO DE AULA

1 IDENTIFICAÇÃO	
ESCOLA:	
DISCIPLINA: Educação Física	TURMA: 4 A
PROFESSORES: Gabriele Andrade Mir	
DATA: 31/10/2019	HORÁRIO: Matutino
2 CONTEÚDO	
Ginástica (Ginástica Artística).	
3 OBJETIVO	
Desenvolver fundamentos básicos da Ginástica Artística	
Verificar a Coordenação Motora, Flexibilidade, Domínio sobre o corpo de cada aluno.	
METODOLOGIA	
Nessa aula dará início aos fundamentos básicos da Ginastica Artística, iremos trabalhar a estrelinha, onde é trabalhado a coordenação, flexibilidade e concentração.	
Trabalhar a estrelinha da Ginástica Artística sempre com auxílio do professor;	
O aluno deverá colocar a perna de preferência a frente com os braços estendidos para cima, em seguida colocar as mãos no chão apontando para o lado e tentar jogar suas pernas para o outro lado sem tirar as mãos do chão e por fim levantar seu troco, assim evoluindo o movimento.	
5 RECURSOS	
Tatames	
6 AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica, onde o aluno será o personagem principal, focando em trabalhar o seu desenvolvimento.	
7 BIBLIOGRAFIA	
NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Fundamentos das ginásticas . 1º edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.	

Ponta Porã-MS, ____/____/____

ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725– Centro –Tel.:(67)3437-3804 –Ponta Porã–MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice VI - PLANO DE AULA

1 IDENTIFICAÇÃO	
ESCOLA:	
DISCIPLINA: Educação Física	TURMA: 4 A
PROFESSORES: Gabriele Andrade Mir	
DATA: /10/2019	HORÁRIO: Matutino
2 CONTEÚDO	
Ginástica (Ginástica Artística).	
3 OBJETIVO	
Desenvolver fundamentos básicos da Ginástica Artística	
Verificar a Coordenação Motora, Flexibilidade, Domínio sobre o corpo de cada aluno.	
METODOLOGIA	
Nessa aula dará início aos fundamentos básicos da Ginástica Artística, iremos trabalhar a parada de mãos, onde é trabalhado a coordenação, flexibilidade e concentração.	
Trabalhar a parada de mãos da Ginástica Artística sempre com auxílio do professor;	
O aluno deverá colocar a perna de preferência a frente com os braços estendidos para cima, em seguida colocar as mãos no chão e chutar suas pernas para cima e voltando a posição inicial	
O aluno também pode executar a parada de mãos na parede.	
5 RECURSOS	
Tatames	
6 AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica, onde o aluno será o personagem principal, focando em trabalhar o seu desenvolvimento.	
7 BIBLIOGRAFIA	
NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Fundamentos das ginásticas . 1º edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.	

Ponta Porã-MS, ____/____/____

ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)



FACULDADES MAGSUL

Educação Física: Aut. Port. nº 766 de 31/05/2000/Rec.Port.nº 3.755 de 24/10/05/Renovação Rec. Port. nº 286 de 21/12/2012

Mantida pela A.E.S.P.

Av. Presidente Vargas, 725- Centro - Tel.: (67) 3437-3804 - Ponta Porã-MS

Home Page: www.magsul-ms.com.br

E-mail: graduacaomagsul@gmail.com; secretariamagsul@gmail.com e ed.fisicamagsul@terra.com.br

EDUCAÇÃO FÍSICA

Apêndice VII - PLANO DE AULA

1 IDENTIFICAÇÃO	
ESCOLA: DISCIPLINA: Educação Física PROFESSORES: Gabriele Andrade Mir DATA: 22/10/2019	TURMA: 4 A HORÁRIO: Matutino
2 CONTEÚDO	
Ginástica (Ginástica Artística).	
3 OBJETIVO	
Avaliar o desenvolvimento motor através de exercícios voltados para Ginástica Artística; Verificar a Coordenação Motora, Flexibilidade, Domínio sobre o corpo de cada aluno.	
4 METODOLOGIA	
Nessa aula aplicar o teste de desenvolvimento motor nos alunos, visualizando onde eles apresentam maior desenvolvimentos nos movimentos aplicados nas aulas. Explicar cada exercícios como deve ser executado os movimentos do teste para os alunos.	
5 RECURSOS	
Tatames, teste	
6 AVALIAÇÃO	
A avaliação será diagnóstica, onde o aluno será o personagem principal, focando no seu desenvolvimento.	
7 BIBLIOGRAFIA	
NUNOMURA, Myrian; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Fundamentos das ginásticas . 1º edição. Jundiaí, São Paulo: Fontoura, 2009.	

Ponta Porã-MS, ____/____/____

 ASSINATURA DO(A) PROFESSOR(A)