



As implicações da ginástica natural no equilíbrio e coordenação motora global em crianças pré-escolares

Metzner, A.C.^{1,2}; Galanti, D.S.²; Santos, M.O.²; So, M.R.³; Ferreira, H.J.^{1,4}; Drigo, A.J.¹

¹Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, Brasil

²Centro Universitário UNIFAFIBE

³Instituto Federal do Sul de Minas, Pouso Alegre, Brasil

⁴Instituto Federal do Sul de Minas, Poços de Caldas, Brasil

A Ginástica Natural (GN) é um método utilizado para condicionamento físico que compreende diversas combinações de movimentos e desenvolve inúmeras capacidades físicas. A GN não necessita de aparelhos e por isso pode ser realizada em qualquer lugar, proporcionando aos seus praticantes um refúgio das atividades cotidianas e colocando o ser humano em contato com a natureza. Também compõe a Ginástica Natural o caráter lúdico através das imitações de movimentos e posições dos animais, verdadeiro atrativo para as crianças. No caso da Educação Física Infantil, acreditamos que a GN pode ser utilizada como meio para trabalhar o desenvolvimento da psicomotricidade das crianças, proporcionando às mesmas a oportunidade de elaborar, produzir, conhecer e desenvolver movimentos novos. Assim, a presente pesquisa tem como objetivos elaborar e ministrar aulas de Educação Física Infantil envolvendo conteúdos relacionados à ginástica natural; e mensurar, pré e pós-intervenção, o nível de equilíbrio e coordenação motora global de crianças pré-escolares com idade de 4 anos. Esse estudo é de natureza qualitativa e do tipo estudo de campo. Participaram da pesquisa 22 (vinte e duas) crianças, com idade de quatro anos, regularmente matriculadas em uma instituição pública municipal, localizada no interior do Estado de São Paulo. O instrumento metodológico utilizado foi a Escala de Desenvolvimento Motor – EDM validada por Rosa Neto (2002). Essa escala avalia diversos fatores psicomotores, dentre eles a coordenação motora global e o equilíbrio, que são o foco desse trabalho. Além dos testes psicomotores, foram elaboradas e ministradas dez aulas de Educação Física Infantil envolvendo a ginástica natural. Os resultados mostram que a maioria dos alunos conseguiu alcançar e ou superar a idade motora em relação à idade cronológica nos testes de equilíbrio e coordenação motora global. Em relação ao equilíbrio, no teste pré-intervenção a maioria dos alunos apresentou idade motora de quatro anos e no teste pós-intervenção a idade motora foi de cinco anos. Na coordenação motora global as crianças apresentaram idade motora entre três e cinco anos antes da aplicação das aulas e após a intervenção essa idade ficou entre cinco e sete anos. Conclui-se que as atividades ministradas envolvendo a ginástica natural contribuíram para a melhora desses dois fatores psicomotores.

E-mail: acmetzner@hotmail.com