



GINÁSTICA PARA TODOS EM TEMPO DE PANDEMIA: AS AÇÕES VIRTUAIS DO GRUPO GINÁSTICO UNESP

Paola Rodrigues de Jesus ¹
Paloma Rodrigues de Jesus ²
Hygor Santos Almeida ³
Denis Rodrigo Del Conte ⁴
Daniela Bento-Soares ⁵

O Grupo Ginástico UNESP é um projeto de extensão universitária da UNESP Rio Claro, cujos objetivos são fomentar a Ginástica Para Todos (GPT) no campus, bem como difundir a modalidade de caráter demonstrativo, dando ênfase à interação social e à criatividade dos/as participantes. O grupo é composto por alunos/as de diversos cursos da universidade, com diferentes níveis técnicos e experiências prévias com a Ginástica. Durante o período da pandemia, suas atividades presenciais foram suspensas e alteradas para o contexto virtual, sendo realizados encontros pela plataforma Google Meet. Assim como no contexto presencial, os encontros foram realizados às terças e quintas-feiras, das 12h às 13h. O grupo realizou propostas de condicionamento físico, a partir de habilidades ginásticas, movimentos localizados, dinâmicos, de flexibilidade, aeróbicos e, ainda, vivenciou momentos de criação coreográfica coletiva a partir do método de soma de frases motoras. A fim de motivar os/as participantes a continuarem integrando o grupo e se movimentando, mesmo em período de quarentena, algumas propostas foram colocadas em prática. Diversos/as profissionais foram convidados/as a ministrar aulas para o grupo e, por vezes, os/as próprios/as participantes propuseram atividades. Além disso, de março a maio de 2020, semanalmente foram lançados “desafios” com uma sequência de exercícios para que os/as alunos/as realizassem de forma individual. Com o objetivo de expandir o grupo e motivar outras pessoas, aqueles/as que se sentiam à vontade poderiam postar o desafio da semana em suas redes sociais, o que ajudou com seu crescimento, além de proporcionar registros do grupo. Grande destaque às ações do grupo neste período relacionou-se à criação coreográfica de forma remota e participação em festivais virtuais de Ginástica, dos quais pode-se citar: IX Festival Gymnusp; International Gymnastics For All Festival Mexico 2020; Festival de Ginástica e Dança UNIEDUK; GINPA - Ginastrada Paulista; II Festival UFBA de Ginástica; e Festival Unesp Arte e Expressão ‘Catia Mary Wolp’. Para tanto, três diferentes coreografias foram criadas. As coreografias “Gymnastória” e “Os Sete Pecados Digitais” foram criadas em 2020, enquanto a terceira, “For-ma-tan-do-se”, foi criada em 2021. Elas trataram, respectivamente, os

¹ Graduanda do Curso de Educação Física da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, câmpus Rio Claro, paola.rodrigues@unesp.br;

² Graduanda do Curso de Educação Física da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, câmpus Rio Claro, paloma.jesus@unesp.br;

³ Graduando do Curso de Educação Física da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, câmpus Rio Claro, hygor.santos@unesp.br;

⁴ Mestre pelo Curso de Educação Física da Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, câmpus Rio Claro, del.conte@unesp.br;

⁵ Professora orientadora: Doutora, Departamento de Educação Física, Universidade Estadual Paulista “Júlio de Mesquita Filho”, câmpus Rio Claro, daniela.bento-soares@unesp.br.



seguintes temas: 1 - história e evolução da Ginástica; 2 - o modo como os vícios e a manipulação do mundo digital influenciam no dia a dia da sociedade, relacionando os pecados capitais com aplicativos do atual cotidiano; 3 - reflexão, a partir dos elementos da natureza, sobre os impactos que a grande exploração de recursos pela sociedade infere no planeta. As coreografias contaram com cerca de 15 ginastas, divulgando o trabalho em âmbito nacional e internacional. Assim, embora tenha sido um período desafiador para o grupo, conclui-se que houve manutenção das atividades, alicerçada na característica principal desse projeto: o enfoque nas relações humanas, ainda que não presenciais.