



O caráter extensionista da Ginástica para Todos e os desafios do retorno presencial.

Sophia Velloso Randolph¹(IC)*

Michelle Ferreira de Oliveira (Coordenadora Projeto)

Av. Anhanguera, 3228 - Setor Leste Universitário, Goiânia - GO, 74643-010

Resumo: O período pandêmico, que dura há aproximadamente 20 meses, causou inúmeras mudanças no cotidiano da população. Não somente nos hábitos do dia-a-dia, mas também provocou alterações psicológicas, rotineiras, saudáveis, vocacionais e motivacionais em muitos indivíduos. É evidente que as reações a esse período extremamente desafiador e inusitado foram diferentes, mas é possível afirmar com certa segurança que todos passaram por grandes adaptações em suas vidas. Reestabelecer um compromisso com atividades e práticas pré-pandêmicas se tornou um desafio a mais para a população, principalmente para aqueles que tiveram mudanças significativas em suas vidas pessoais. Para uma análise mais próxima, podemos trazer tal cenário para o contexto das atividades do grupo Cignus, projeto de extensão vinculado à Universidade Estadual de Goiás, Unidade Universitária ESEFFEGO, que tem como missão representar a Ginástica para todos (GPT) na região Centro-oeste visando "a promoção humana e social, tendo por função o atendimento a sociedade promovendo a cultura corporal de movimento, através de manifestações culturais, artísticas, esportivas, sociais, tendo como perspectiva engrandecer a cultura local preocupados também com as condições físico-corporais dos interessados em participar"(CIGNUS, 2021, p. Missão).

Palavras-chave: GPT. Pós-pandemia. Grupo Cignus. Extensão universitária. Engajamento. Retorno presencial.

Introdução

A Ginástica para Todos (GPT) é uma prática corporal predominantemente não competitiva reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), a mesma é extremamente abrangente e propõe ressaltar e incentivar práticas em que qualquer um, indiscriminadamente, pode realizar e contribuir, com foco no desenvolvimento de uma compreensão sobre as possibilidades do corpo, movimentos e, sobretudo, das possibilidades gímnicas (IWAMOTO et al., 2016; FIG,





2009). Além do aspecto corpóreo muito evidente, as propostas da GPT vão além, existe também, o objetivo de trabalhar aspectos cognitivos, sociais e psicológicos, contribuindo para um desenvolvimento integral da saúde do participante (AYOUB, 2007). A GPT possui algumas características importantes como: junção de fundamentos gímnicos com outros elementos da cultura corporal (teatro, dança, capoeira, elementos circenses, etc); utiliza-se de conhecimentos da cultura popular como filosóficos, artísticos e científicos; permite e incentiva a participação de todos, tomando-se, o cuidado para que não se ultrapassem qualquer limite individual ou coletivo (SANTOS, 2001). Em Goiás, a GPT é disseminada, majoritariamente, pelo Grupo Cignus, que atualmente atua em diferentes frentes, inclusive em âmbito federativo, junto à Organizações Não Governamentais e vinculada à ação de extensão proposta pela Universidade Estadual de Goiás (UEG).

A Extensão universitária, segundo CALDERÓN (2003) deve ocorrer de maneira verticalizada, de forma que o conhecimento é disseminado daqueles que o possuem para àqueles com menos acesso. Ele afirma que

Essa visão assistencialista traz, pois, uma direção unilateral, ou seja, é uma espécie de rua de mão única: só vai da universidade para a sociedade. A mão inversa não é considerada. É interpretada como não existente. Logo, não se leva em conta o que vem da sociedade para a universidade, seja em termos da sociedade sustentando o ensino superior, seja em termos do próprio saber que a universidade elabora. Entretanto, para que a universidade se insira efetivamente na sociedade de modo consequente, é necessário que se considere a mão inversa também. (CALDERÓN, 2003, p.37).

Sendo assim, atualmente, uma vertente menos assistencialista propõe uma visão mais colaborativa, considerando a extensão uma "via de mão dupla", ou seja, tratando a comunicação proposta pelos projetos como uma troca de conhecimento, tanto populares quanto acadêmicos, constituindo uma democratização de saberes científicos, tecnológicos e culturais. É essencial que a extensão tenha influência sobre o ensino e a pesquisa e de forma alguma se distancie deles, da universidade e dos anseios da sociedade (SANTOS JÚNIOR, 2013).

A trajetória extensionista do grupo Cignus teve início em 2010 com a criação de sua formação inicial e, posteriormente, se ramificou três frentes: o grupo de jovens, o grupo de idosas e o grupo de crianças e adolescentes. Além de





trabalhos desenvolvidos em escolas pelos integrantes do grupo (CIGNUS,2021). Em março de 2020, foi decretado a necessidade de se realizar um distanciamento social devido à intensa propagação do vírus da COVID-19, resultando na paralisação completa de qualquer atividade do grupo. Durante as primeiras semanas de distanciamento, quando o retorno era incerto (porém esperava-se que breve), o contato entre os participantes foi mantido apenas via *whatsapp*. Posteriormente foram realizadas *lives* em âmbito nacional, envolvendo grupos de ginástica para todos por todo o Brasil, reuniões remotas e inicialmente a participação em atividades a distância foi consideravelmente satisfatória. Com o passar do tempo prioridades individuais começaram a ser reestabelecidas, preocupações começaram a surgir e adaptações de rotinas passaram a ser feitas. Manter os participantes motivados e engajados foi e está sendo um grande desafio. Estabelecendo uma comparação entre os períodos pré-pandêmico e pós vacinação, os treinos presenciais pós distanciamento contam com aproximadamente metade do número de participantes.

O desafio de reestabelecer o interesse dos participantes nos treinos, nas atividades propostas pelo projeto e na elaboração de coreografias vai muito além da propagação de conhecimento, de um ambiente seguro e de uma programação diversificada, a essência do que é proposto pela GPT e os benefícios trazidos a cada participante deve ser resgatado e ensinado por cada um. Atualmente, o projeto conta somente com o grupo de jovens e o grupo de idosas, sendo que o segundo é notoriamente mais engajado e participativo, devemos considerar, evidentemente, que as atividades propostas para os dois grupos são diferentes. Contar com uma programação diversificada, com a prática de atividades corporais e com um grupo de instrutores atenciosos e capacitados motiva os idosos a continuarem participando do grupo e apoiando a organização e é preciso que essa mesma motivação seja encontrada em todos os participantes nesse período pós-pandêmico que está por vir.

A prática de atividade física e a disseminação e acesso da mesma à população é e sempre foi algo de extrema importância para a GPT e o grupo Cignus tem como seu objetivo contribuir para isso por meio de projetos de extensão, sendo imprescindível





o engajamento e colaboração de seus participantes.

Material e Métodos

Para o desenvolvimento do trabalho, foi realizada uma análise documental, por meio das publicações realizadas nas mídias sociais (perfil oficial do grupo Cignus no *Instagram*), do período de março de 2020 a novembro de 2021; o site oficial do projeto, a análise das gravações dos encontros remotos via plataforma *Meet*, envolvendo os participantes ativos do grupo; e a análise das composições coreográficas que foram realizadas de maneira remota e submetidas em congressos e festivais também realizados de maneira remota. Além disso, um material analisado foram as *23 Lives realizadas* na plataforma *Instagram*, entre março de 2020 e dezembro de 2020, e a interação, que as mesmas geraram entre 22 grupos de GPT por todo o Brasil, bem como os relatórios apresentados pela coordenadora para a Universidade na plataforma oficial da extensão.

Resultados e Discussão

É evidente a importância da Ginástica para o ser humano, e a GPT tem como objetivo incentivar essa prática, sem qualquer tipo de discriminação. Caracteriza-la como um projeto de extensão é extremamente perspicaz, devido à possibilidade extensionista de apresentar e compartilhar assuntos e saberes da academia para a população, agregando exatamente ao que a GPT propõe, a inclusão. Com o decreto de distanciamento social, o grupo foi diretamente impactado, e o desafio só pôde ser superado através do uso da tecnologia. A princípio, de acordo com os registros das coordenadora em seus relatórios, foram realizadas reuniões virtuais e contato via *Whatsapp* na tentativa de manter o grupo reunido, em sua maioria, entretanto, muitos integrantes acabaram se distanciando do projeto. Após a constatação da possibilidade de um retorno seguro, alguns integrantes voltaram à prática presencial, entretanto devido ao retorno gradual das atividades, qualquer resultado mais concreto só poderá ser visto a médio e longo prazo. O esforço para reestabelecer





um engajamento por parte dos participantes é e será contínuo para garantir o funcionamento e a excelência das atividades propostas pelo projeto.

Considerações Finais

Embora seja uma realidade extremamente difícil, pensar as práticas corporais em um retorno presencial pós período de distanciamento é desafiador porém demonstra mais um momento de superação de dificuldades, assim como, tornou-se um momento de romper com as situações já postas pela pandemia, realizando aproximações e mantendo o contato social entre os integrantes da ação de extensão.

Agradecimentos

Agradeço imensamente à professora mestra e coordenadora do projeto Cignus Michelle Oliveira, à quem devo meus conhecimentos e aprendizados relacionados à Ginástica para todos e que não mede esforços quando se trata da qualidade do ensino e realização das atividades propostas.

Referências

- AYOUB, E. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas: Unicamp, 2007.
- CALDERÓN, Adolfo Ignacio, 2003. "Extensão universitária: institucionalização sem exclusão". In: **Revista Educação Superior**. Piracicaba: EDUNIMEP, v. 53, p.36-38.
- CIGNUS. **Grupo Cignus**. c2021. Página sobre. Disponível em: <<https://www.grupocignus.com/about>>
- IWAMOTO, Thiago Camargo e colaboradores. Ginástica para todos e as possibilidades de materiais adaptados e alternativos para a prática pedagógica e construção coreográfica. In: OLIVEIRA, Michele Ferreira de; TOLEDO, Eliana (Org.). **Ginástica para Todos: possibilidades de formação e intervenção**. Anápolis, GO: EdUEG, 2016, p. 201-223.
- SANTOS JÚNIOR, Alcides Leão, 2013. **A extensão Universitária e os entre-laços de saberes**. Salvador: UFBA (Tese de doutorado).
- SANTOS, J. C. E. **Ginástica geral**: elaboração de coreografias, organização de festivais. Jundiaí: Fontoura, 2001.

