



A GINÁSTICA PARA TODOS EM TEMPOS DE DISTANCIAMENTO SOCIAL: RELATOS DE PROJETOS DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA

*GYMNASTICS FOR ALL IN TIMES OF SOCIAL DISTANCE: REPORTS OF UNIVERSITY
EXTENSION PROJECTS*

Priscila Lopes - Doutora em Educação Física. Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM). E-mail: priscila.lopes@ufvjm.edu.br

Mariana Harumi Cruz Tsukamoto - Doutora em Educação Física. Universidade de São Paulo (USP). E-mail: maharumi@usp.br

RESUMO

O presente artigo objetiva relatar as experiências vivenciadas de forma remota em projetos de extensão de Ginástica para Todos (GPT) de duas instituições universitárias. Desenvolvidos a partir de uma proposta metodológica pautada nos Fundamentos da GPT (TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016), as ações dos projetos se adaptaram ao uso das plataformas digitais, o que exigiu a reorganização dos modos de ensinar e aprender uma prática corporal essencialmente coletiva. O movimento de ação-reflexão-ação sobre a própria prática educativa explicitado nesse estudo possibilitou às coordenadoras dos projetos (e autoras desse artigo) ponderar sobre as potencialidades e limites do formato remoto para a extensão universitária com a GPT, evidenciando a dinamicidade dessa modalidade que tem como uma de suas características principais a liberdade.

Palavras-chave: prática remota; pandemia; ginástica; extensão universitária.

ABSTRACT:

The present article aims to report the experiences lived remotely in extension projects of Gymnastics for All (GfA) of two university institutions. Developed from a methodological proposal based on the Fundamentals of the GfA (TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016), the actions of the projects had to adapt to the use in the context of digital platforms, which required the reorganization of ways of teaching and learning an essentially collective bodily practice. The action-reflection-action movement on the educational practice itself, explained in this study, made it possible for the project coordinators (and authors of this article) to ponder the potential and limits of the remote format for university extension with the GfA, evidencing the dynamism of this gymnastics discipline that has freedom as one of its main characteristics.

Keywords: remote practice; pandemic; gymnastics; university extension.

INTRODUÇÃO

Durante 2020 e 2021, o mundo teve que se adequar à realidade do distanciamento social decorrente da pandemia causada pela doença COVID-19 (SARS-CoV-2). Assim como todas as esferas da sociedade, a educação foi amplamente afetada em todos os níveis de ensino, sendo necessário implementar o sistema de Ensino Remoto Emergencial (ERE) para dar continuidade ao calendário letivo.

No âmbito universitário, foi necessário que as instituições adaptassem não somente as aulas dos cursos de graduação e pós-graduação, mas também as atividades de pesquisa e extensão, causando impactos nos modos de ensinar e aprender que, historicamente, ocorriam quase que exclusivamente a partir do encontro físico entre os sujeitos envolvidos. Nessa conjuntura, faz-se necessário refletir sobre as diferentes estratégias adotadas pelas instituições de educação superior no sentido de contribuir com a compreensão sobre as potencialidades e limites dos modelos remotos para esse nível de ensino (IMBERT *et al.*, 2021; RODRIGUES; FARIAS, 2020).

Nesse sentido, o presente estudo se debruça sobre a extensão universitária na área da Educação Física, no campo das ginásticas, mais especificamente, com a Ginástica para Todos (GPT), modalidade essencialmente não-competitiva que tem sua base fundamentada nos movimentos gímnicos em interação com outras manifestações corporais, artísticas e culturais (AYOUB, 2003; TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016).

Patricio, Bortoleto e Toledo (2020) apontam a Universidade como a principal responsável pela massificação da GPT no Brasil, com destaque para projetos realizados no eixo extensionista (LOPES; CARBINATTO, 2021).

Devido à ausência de regras que determinem sua prática, essa ginástica permite a simplicidade de movimentos e a liberdade para a criação de gestos, os quais são expressos em composições coreográficas elaboradas de forma coletiva e colaborativa, fatores que ampliam a participação irrestrita, a inclusão, o divertimento e o prazer em praticar (AYOUB, 2003).

A GPT apresenta como principal característica para o seu desenvolvimento, a coletividade. A literatura pontua as relações sociais construídas por meio da prática, em especial, quando a participação dos componentes do grupo é ativa, se configurando como uma importante contribuição da modalidade para o processo formativo dos sujeitos (MENGALDO; BORTOLETO, 2020a).

Diferente de modalidades gímnicas que também são coletivas (como as ginásticas rítmica, acrobática e aeróbica), a GPT, em sua esfera não competitiva, não possui um código de pontuação que define precisamente as formas de cooperação e comunicação entre os membros do grupo. Essa condição amplia o potencial do aspecto coletivo na prática, pois, para além da exigência de relação entre os praticantes, a liberdade de ação possibilita que o grupo assuma diferentes maneiras de se organizar quanto às formas de se comunicar, cooperar e se relacionar, respeitando as características dos sujeitos envolvidos em cada contexto (MENGALDO; BORTOLETO, 2020b).

Pensar em estratégias virtuais para mediar uma prática em que a coletividade se constrói a partir de um constante diálogo que, por vezes, é acalorado, com várias pessoas que falam e ouvem ao mesmo tempo, compartilham saberes, precisam aprender a respeitar diferentes ideias e posicionamentos, não é tarefa fácil.

Outro aspecto importante de se destacar é a característica motora da prática gímnic. A experiência profissional com grupos de GPT no ensino superior nos mostra que a vivência dos

movimentos gímnicos se dá, muitas vezes, apenas na vida adulta, fato que nos leva a crer que alguns movimentos das modalidades gímnicas (as posições invertidas, por exemplo) não fazem parte da cultura corporal da maioria dos brasileiros. Desta forma, independente do tipo de ginástica, acreditamos que o contato físico é indispensável para o desenvolvimento de processos de ensino-aprendizagem de forma segura.

Diferentes projetos de extensão adotam propostas metodológicas para desenvolver suas ações presenciais (CARVALHO *et al.*, 2016; EHRENBERG; MIRANDA, 2016; LELES *et al.*, 2016; LOPES; NIQUINI, 2021; OLIVEIRA *et al.*, 2016). Dentre essas, destacamos a relevância da obra de Toledo, Tsukamoto e Carbinatto (2016) que sugerem os Fundamentos da GPT, os quais definem as características que determinam a identificação da modalidade e, portanto, possibilitam um trabalho coerente com suas especificidades, quais sejam: a base na ginástica; a composição coreográfica; o estímulo à criatividade; o número indefinido de participantes; a liberdade de vestimenta; a possibilidade de uso de materiais; a diversidade musical; a inserção de elementos da cultura; a não competitividade e o favorecimento da inclusão; o prazer pela prática; a formação humana.

Diante do exposto, nos questionamos sobre como se deu o processo de desenvolvimento de projetos extensionistas que utilizam os Fundamentos da GPT como base metodológica no ERE. Foi possível trabalhar com os onze Fundamentos da GPT de forma virtual?

Assim, o objetivo do presente texto foi analisar as implicações do ERE sobre o desenvolvimento dos fundamentos da GPT, a partir das experiências vivenciadas em projetos de duas instituições universitárias que atuam com essa modalidade, coordenados pelas autoras desse estudo.

Pretendemos colaborar com reflexões acerca das possibilidades de trabalhar a extensão universitária no campo das práticas corporais no contexto do ERE. Como coordenadoras dos projetos analisados, partimos do pressuposto de que o movimento de ação-reflexão-ação sobre a própria prática educativa é elemento fundamental na docência, pois possibilita exercitar a autocrítica no intuito de aprimorar as atividades pedagógicas no decorrer da carreira profissional (FREIRE, 1996).

Ademais, as experiências vivenciadas no ERE podem deixar legados para a prática educativa presencial, principalmente no que tange a capacidade de se adequar às diferentes problemáticas que podem surgir futuramente, sejam elas relacionadas a questões sanitárias ou de outra natureza.

OS PROJETOS DE EXTENSÃO

O Grupo de Ginástica de Diamantina (GGD) é um projeto de extensão e cultura do Departamento de Educação Física da Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (UFVJM) vinculado ao Programa de Bolsas de Apoio à Cultura e à Arte, desenvolvido desde o ano de 2011. Aberto à participação da comunidade adulta de Diamantina/Minas Gerais e região, membros internos e externos à universidade, a proposta do projeto envolve a realização de dois encontros semanais de uma hora e meia de duração para desenvolver habilidades no campo da GPT atrelada às manifestações artísticas e culturais que foram experienciadas no decorrer da vida dos participantes. A meta principal do projeto é a produção de composições coreográficas que tematizem, em especial, a cultura popular regional, as quais são apresentadas em eventos, de cunhos científicos e culturais em diferentes regiões brasileiras.

O projeto "Ginástica para Todos na EACH" é desenvolvido desde o ano de 2015 na Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (EACH-USP), com o objetivo de promover a prática e a difusão da GPT. Inicialmente pensado para atender aos estudantes de graduação e pós-graduação, além da comunidade do entorno, o projeto foi se desmembrando ao longo do tempo. Desde o segundo semestre de 2016 foi estabelecida uma turma específica

para pessoas com 60 anos ou mais, vinculada ao programa USP 60+. Os encontros, tanto do grupo regular quanto do 60+, ocorriam semanalmente antes da pandemia, duas vezes e uma vez por semana, respectivamente. Além dos encontros, os integrantes do projeto também são incentivados a participar de eventos externos, apresentando criações coletivas elaboradas ao longo do processo. Para efeito de identificação, ao longo do presente texto o grupo regular será chamado de Empeiría, e o grupo voltado ao público idoso Empe 60+.

Ambos os projetos realizam atividades de extensão de forma articulada com a pesquisa e o ensino. Em conjunto com os monitores discentes dos cursos de Educação Física¹, as docentes coordenadoras produzem estudos científicos sobre a GPT que são divulgados em trabalhos de conclusão de curso, eventos e periódicos científicos. Para contribuição na formação de discentes que não atuam como monitores, os projetos também possibilitam o envolvimento dos estudantes como praticantes e abrem espaço para a realização de estágio supervisionado e prática como componente curricular.

AS EXPERIÊNCIAS REMOTAS

Com a pandemia e a suspensão das atividades presenciais, os projetos de ambas universidades sofreram mudanças drásticas em seu funcionamento. Em linhas gerais, os encontros foram transformados em atividades virtuais em diferentes formatos.

No GGD, os encontros do projeto foram paralisados até o mês de julho de 2020 no aguardo de normativas da UFVJM sobre a continuidade das ações educacionais, sendo retomado a partir do segundo semestre por meio de encontros esporádicos sem sistematização definida. Embora tenha produzido duas composições coreográficas que foram apresentadas em eventos virtuais em 2020, esse estudo irá refletir somente sobre a edição de 2021, quando o GGD foi retomado oficialmente com planejamento e atividades sistematizadas. Nesse momento, para se adequar à realidade do ERE, os encontros passaram a ocorrer de forma virtual pela plataforma *Google Meet*, respeitando a mesma carga horária do presencial – duas vezes na semana com uma hora e meia de duração cada encontro.

Já o projeto na EACH funcionou de modo bastante diversificado, a depender da turma. Inicialmente, tanto o Empeiría quanto o Empe 60+ desenvolveram atividades assíncronas, que eram enviadas para os grupos no aplicativo *WhatsApp*. Com o passar do tempo, a equipe promotora das atividades foi sentindo como estava a participação dos alunos e, a partir daí, optou-se por retomar o desenvolvimento dos encontros do Empe 60+ modo remoto pela plataforma *Google Meet* ou *Zoom* (a depender da turma), de modo muito semelhante ao que ocorria no funcionamento presencial (uma vez por semana, durante uma hora). Por outro lado, a partir da percepção de que a turma do Empeiría estava desmobilizada, optamos por inicialmente manter somente encontros periódicos de caráter mais socializador. Num segundo momento (a partir do primeiro semestre de 2021), passamos a oferecer o que denominamos de "aulões", encontros abertos a qualquer interessado. Tais atividades foram oferecidas mensalmente e tinham como objetivo proporcionar experiências pontuais de GPT.

Diante da necessidade de reorganização dos encontros dos projetos e dos novos modos de relacionamento entre os sujeitos envolvidos, observamos que o que conhecíamos como GPT no período pré-pandemia foi profundamente afetado e reconstruído de acordo com as condições impostas e possíveis. Assim, se considerarmos os Fundamentos da GPT (TOLEDO; TSUKAMOTO; CARBINATTO, 2016), notamos que todos eles sofreram algum tipo de impacto, com maior ou menor intensidade.

¹Na EACH-USP, o curso é denominado Educação Física e Saúde.

O primeiro fundamento é a base na ginástica, considerado o mais importante da GPT, pois a situa como uma manifestação gímnica e, por isso, compreende o desenvolvimento de processos de ensino-aprendizagem dos movimentos característicos das ginásticas.

No GGD, iniciamos 2021 com atividades práticas desenvolvidas de forma síncrona. O planejamento dos encontros teve o intuito de relembrar movimentos já aprendidos anteriormente (para integrantes veteranos) e/ou ensiná-los para integrantes novos que nunca haviam praticado a GPT. A condução das atividades variou entre a coordenadora, monitor e integrantes que possuíam conhecimentos prévios sobre diferentes práticas corporais.

A dinâmica dos encontros se deu da seguinte forma: todos os integrantes em frente às câmeras de seus aparelhos (computador ou celular) praticando movimentos gímnicos comuns a todas as ginásticas (RUSSELL, 2010) e específicos de algumas modalidades (MATTOS; POLI, 2016; NUNOMURA *et al.*, 2016; TOLEDO, 2016) que eram possíveis de serem realizados no ambiente caseiro com adaptações. Também trabalhamos com esses movimentos de forma articulada com outras práticas corporais e artísticas (dança, jogos, lutas, teatro, etc.).

As atividades síncronas foram desafiadoras por diversos motivos, dentre os quais destaca-se: a falta de espaço e materiais/equipamentos apropriados para a prática gímnica em casa; inabilidade com as câmeras (se posicionar em frente à câmera de corpo inteiro, enxergar o colega fazendo do outro lado da tela, mudar o equipamento de lugar para adequar o espaço às necessidades do movimento, etc.); a instrução apenas verbal sem a possibilidade de executar a ajuda manual para àqueles que nunca tinham vivenciado o movimento no presencial; desmotivação daqueles que já sabiam executar o movimento e não podiam estar do lado do colega para ajudá-lo; angústia com possíveis acidentes; dificuldade em planejar atividades lúdicas sem a possibilidade de interação presencial com os colegas; excesso de tempo de encontro, uma vez que a atividade proposta era realizada de forma muito rápida devido a ausência presencial do colega para interação; sinal de *internet* instável; etc.

Para minimizar alguns desses problemas, optou-se por utilizar vídeos disponíveis na plataforma *YouTube* para explicar alguns movimentos, pois sem a possibilidade de ajuda manual, executar na frente da câmera ao mesmo tempo que os detalhes necessários eram descritos, dificultava ainda mais o processo de ensino-aprendizagem. Também foi designada uma pessoa do grupo que não executava o movimento para que pudesse observar os demais ao mesmo tempo que a instrução verbal era dada.

Depois de um mês desenvolvendo encontros síncronos para trabalhar a base na ginástica, optamos por selecionar vídeo-aulas prontas na plataforma *YouTube* e enviar para os integrantes realizarem de forma assíncrona, deixando os encontros síncronos apenas para a realização do processo de construção coreográfica.

Em conversa com integrantes, identificamos que a prática de qualquer atividade em frente ao computador/celular estava muito desgastante diante da quantidade de trabalho remoto. Eles relataram preferirem fazer atividades sozinhos em casa ou, melhor ainda, ao ar livre, como caminhar, correr, pedalar, etc.

No projeto GPT na EACH esse fundamento manifestou-se de forma diferente nos dois grupos atendidos. No Empeiría, quando as atividades síncronas foram retomadas, a base na ginástica esteve presente no desenvolvimento de grandes grupos de movimento como deslocamentos, saltos, rotações e posições estáticas. A escolha dos elementos corporais a serem desenvolvidos nos encontros levava em conta a necessidade ou não de material e a possibilidade de executá-lo em qualquer local, uma vez que os encontros dos "aulões" eram pontuais e os participantes variavam muito de encontro para encontro. Sendo assim, as sessões eram pensadas para se encerrarem em si mesmas, e para que os elementos desenvolvidos não dependessem de outros trabalhados em momentos anteriores. A dinâmica desses encontros ocorria de forma semelhante

à do GGD: todos os integrantes em frente às suas câmeras abertas e com os microfones desligados, ouvindo e observando os encaminhamentos dados pela monitora responsável pelo encontro.

Já no Empe 60+, a base na ginástica manifestou-se essencialmente pelo manejo de aparelhos durante as sessões de prática assíncronas e síncronas. Nas sessões assíncronas, que ocorreram na maior parte de 2020, as monitoras elaboraram e enviaram vídeo-aulas curtas pelo *Whatsapp* sugerindo uma breve atividade e os alunos enviavam de volta outros vídeos com as suas experiências corporais. Num segundo momento, quando retomamos os encontros síncronos ao final de 2020, além dos movimentos de manipulação, também foram estimulados à prática de movimentos de deslocamento, combinados aos primeiros. Nos encontros síncronos, todos que podiam deixavam suas câmeras abertas e microfones desligados, atentos às orientações da monitora responsável.

É importante destacar que quando retomamos os encontros síncronos do Empe 60+, oferecemos no primeiro encontro um pequeno treinamento para o uso da plataforma, já que muitos dos alunos não tinham familiaridade com ela. Como ligar e desligar o microfone, como ver outros participantes (a maioria deles utiliza o celular para assistir os encontros), como deixar a monitora fixa na tela, eram algumas das dúvidas mais comuns no início do processo. Com o decorrer dos encontros e também por experiências que os alunos acumularam em outras oficinas e ocasiões, eles passaram a apresentar cada vez mais desenvoltura ao lidar com a plataforma.

A composição coreográfica é considerada um fundamento articulador da prática da GPT, a partir do qual todos os demais podem ser aplicados e estimulados. Devem ser valorizados, tanto o seu processo de construção, quanto a apresentação do produto final – a coreografia pronta).

Para o GGD, esse foi o fundamento mais e melhor trabalhado de forma remota, uma vez que envolveu mais discussões do que vivência de movimentos nos encontros síncronos.

Meta principal do projeto, a produção coreográfica foi informada aos integrantes logo no início da temporada de 2021, com o objetivo de participar de um festival organizado pela própria UFVJM². Seguimos a metodologia de composição coreográfica apresentada por Lopes (2020), a qual é pautada na pedagogia freiriana (FREIRE, 1994) e envolveu as fases de leitura de mundo (investigação sobre as possibilidades de temas para impulsionar a construção coreográfica), tematização (definição do tema gerador da coreografia), problematização (aprofundamento sobre as questões que permeiam a temática selecionada), escrita gestual (criação e sequenciação das cenas coreográficas) e embelezamentos (aperfeiçoamento da coreografia).

Diferente do presencial, as fases foram desenvolvidas de forma mais estanque, sem muita articulação entre elas. As três primeiras fases foram realizadas durante os encontros síncronos por meio de debates, pesquisas na *internet*, apresentação de ideias, etc. A problematização envolveu a participação de convidados externos, inclusive de outras localidades, fato que talvez fosse mais difícil no presencial. Embora houvesse a frieza das telas, problematizar o tema foi possível de forma minimamente suficiente, pois o debate das questões adjacentes ao tema não necessitou, obrigatoriamente, o contato corporal. A fase de escrita gestual ocorreu parcialmente nos encontros síncronos, quando discutimos, primeiramente, uma sequenciação das cenas coreográficas, descrevendo brevemente quais movimentos poderiam entrar em cada uma delas. Já a criação dos gestos propriamente dito se deu de forma individual no momento da filmagem em casa, quando cada integrante adaptou ou recriou aquilo que foi sugerido pelo coletivo.

Outro aspecto importante de ser relatado foi a filmagem das cenas coreográficas, as quais só eram enviadas para o grupo depois de sucessivas repetições até que o movimento ou o vídeo ficasse da forma como o integrante acreditava ser o mais perfeito que ele poderia fazer.

²O Festival Dendicasa pode ser visto em: <https://www.youtube.com/watch?v=Ifuk8vG7Bul&t=667s>.

Logo, a fase de embelezamento não ocorreu de maneira coletiva. Mesmo que o grupo achasse necessário fazer um comentário sobre como a cena poderia ser melhor, ninguém tinha coragem de solicitar uma refilmagem ao colega, uma vez que todos sentiram na pele a dificuldade de filmar várias vezes e sozinho em casa. A sensação foi de “vai assim mesmo, está bom”.

Foi necessário acrescentar mais uma fase diante da necessidade de edição do vídeo, momento de selecionar as gravações individuais, definir o *layout* no vídeo final, os efeitos disponíveis no programa utilizado, o corte da música, etc. Essa função ficou nas mãos do integrante mais habilitado com as tecnologias e foi feita em tempo extra encontro, de forma individual. Por mais que tivessem sido enviadas prévias para o grupo, as sugestões foram mínimas, mais uma vez ocasionada pela dificuldade de solicitar ao colega que tinha trabalhado tanto para modificar algo. O produto final foi aprovado pelo grupo, mas ficou muito mais como uma obra individual do que coletiva.

No momento de apresentar a coreografia no festival, embora tenha havido certa emoção relatada pelo grupo fechado criado no aplicativo *WhatsApp*, não houve a sensação de que era preciso se concentrar para não errar, para fazer o melhor, etc. O produto estava pronto há muito tempo, bastava apenas assistir. A emoção ficou por conta dos comentários no *chat* no canal do *YouTube* em que estava sendo transmitido o festival.

No projeto da EACH, esse fundamento foi trabalhado de duas formas: continuamente nas sessões de prática dos dois grupos e em forma de construção coletiva para apresentação em evento.

Geralmente, ao final dos encontros era solicitada a construção de uma pequena sequência coreográfica. As dinâmicas de demonstração variaram: com música, sem música (somente com a contagem), demonstração individual (uma pessoa só apresentava e as demais assistiam), demonstração individual e simultânea (todos apresentavam sequências elaboradas individualmente ao mesmo tempo), demonstração coletiva (quando a elaboração da sequência era pensada em grupo) e demonstração coletiva e simultânea (os grupos se apresentavam ao mesmo tempo).

Nos dois grupos, esse fundamento foi bastante impactado em virtude do ERE uma vez que a possibilidade de trocas se tornou mais limitada. Ainda que estratégias, como a criação de pequenas salas para aumentar a interação e a utilização de temas para fomentar a discussão, tenham sido criadas para aumentar a interação entre os participantes, era possível perceber que o ambiente virtual dificultou as trocas entre os alunos. Seja pela dificuldade em abrir o microfone, seja por não ser possível uma resposta imediata à fala de um colega, seja por um ritmo diferente para a atividade (em termos de tempo), o potencial de criação coletiva não pôde ser totalmente explorado no Empeiría e no Empe 60+, ou melhor, foi explorado dentro do possível para as condições impostas.

Ainda assim, no primeiro semestre de 2020, talvez por ainda estarmos em um momento de criação de uma compreensão sobre a pandemia, sobre quanto tempo ficaríamos isolados e sobre as perspectivas de futuro de um modo geral, ambos os grupos aceitaram ao convite para a elaboração de uma composição coreográfica virtual para a apresentação em um evento (XI Festival de Ginástica para Todos, organizado pelo Gymnusp³). Desse modo os dois grupos foram mobilizados via *Whatsapp* para esta tarefa, já que naquele momento os encontros síncronos estavam suspensos.

No Empeiría, a construção se deu coletivamente e de modo muito próximo à forma que faríamos no modelo presencial. No total foram quatro reuniões virtuais nas quais (1) conversamos sobre possíveis temas e decidimos que na nossa coreografia abordaríamos a nossa experiência no isolamento até aquele momento; (2) discutimos sobre a música, e decidimos não utilizar

³O Festival pode ser visto em: <https://www.youtube.com/watch?v=iAylmH2yA0o>.

uma música única e sim efeitos sonoros que refletissem a cena que retrataríamos em nossa participação; (3) falamos sobre os elementos corporais que escolhemos; e (4) escolhemos como seria o processo de gravação das cenas e edição da apresentação. Desse processo nasceu a coreografia "Esperança".

Ao longo das gravações e partilha dos vídeos, notamos algo semelhante ao que foi retratado pelo GGD, no que diz respeito às sucessivas repetições até que fosse atingido o ponto considerado bom pelo praticante. Observamos que a possibilidade de gravar novamente também modificou a perspectiva do "errar" durante a execução dos movimentos e sequências, tirando de certa forma a espontaneidade e o caráter efêmero de uma apresentação.

Já no grupo Empe 60+ o processo se deu de forma diferente. Após a sinalização positiva dos participantes do grupo sobre a participação no evento, solicitamos que cada um gravasse uma sequência de 32 tempos, utilizando o material travesseiro/almofada o qual havia sido trabalhado em uma das vídeo-aulas desenvolvidas no semestre. Após a gravação, os vídeos foram enviados para as monitoras que ficaram responsáveis pela edição. Assim surgiu a coreografia "Ensaio de uma quarentena". Infelizmente, em virtude da conjuntura de fatores daquele momento, não foi possível seguir o processo participativo e dialógico que o projeto GPT na EACH tem como premissa para seus encontros e elaboração de composição. No entanto, percebemos que ter participado do evento foi de grande importância para a manutenção desse grupo.

O estímulo à criatividade se refere à ausência de séries, rotinas ou elementos obrigatórios a serem cumpridos na prática e composições coreográficas na GPT. Deve ser estimulado a partir de uma proposta democrática em que todos os sujeitos participem com ideais, de forma que o trabalho se configure como inclusivo, formador, socializador e promotor da autonomia.

No GGD, esse fundamento foi desenvolvido primeiramente durante os encontros síncronos, quando era proposta a atividade de criar uma sequência (pequena composição coreográfica) a partir dos movimentos aprendidos no dia ou estimulados por uma temática. Nesse momento, cada integrante desligava sua câmera e tinha um tempo para criar sozinho a sua série.

A impossibilidade de criar coletivamente foi a maior queixa, principalmente dos integrantes veteranos que já tinham passado pela experiência presencial. Alguns não conseguiam criar nada e preferiam apenas assistir o que os demais produziam. As atividades de criação foram desmotivadoras, sendo suprimidas quando as vídeo-aulas de movimentos foram inseridas no planejamento.

Durante o processo de construção coreográfica, foi muito comum os integrantes "imitarem" a criação daquele que enviou o vídeo primeiro, fazendo apenas alguns ajustes de acordo com suas condições de habilidade e espaço em casa. Em alguns casos, a criação da sequência de movimentos ficou a cargo de uma pessoa que enviou o vídeo para que os demais pudessem seguir. Tais fatores dificultaram (ou até inviabilizaram) o aspecto socializador e promotor da autonomia desse fundamento no GGD.

Nos grupos Empeiría e Empe 60+ o estímulo à criatividade se deu, assim como no GGD, através da abertura de momentos para criações de movimentos e sequências e, especialmente no grupo dos idosos, por meio da exploração de materiais. Como já descrito no fundamento composição coreográfica, a dificuldade em interagir limitou significativamente as possibilidades de desenvolvimento desse fundamento.

O número indefinido de participantes diz respeito ao trabalho grupal, independente da quantidade de pessoas, o que caracteriza a GPT, pois é por meio da interação pessoal que o conhecimento é construído e que as experiências são compartilhadas.

Não houve problema com esse fundamento no GGD, pois a plataforma disponibilizada pela UFVJM permitiu a participação de número ilimitado de pessoas. Ademais, como a prática se deu de forma individual em suas casas, não havia limite de espaços físico para realizar os movimentos.

No entanto, é preciso salientar que a edição remota do projeto foi a que teve o menor número de integrantes inscritos e muitas desistências logo no primeiro mês, sendo necessário convocar alguns ex-integrantes para que a composição coreográfica tivesse mais corpo.

No Empeiría e no Empe 60+ as condições eram semelhantes às do GGD, já que as plataformas utilizadas permitiam um grande número de participantes. No que diz respeito ao número de participantes, o Empeiría apresentou uma queda bastante considerável, atribuída ao fato de que os estudantes estavam sobrecarregados de atividades remotas e não se mobilizaram para incluir mais uma hora de telas em suas rotinas, ainda que se tratasse de uma atividade de lazer. No grupo Empe 60+ ocorreu um aumento considerável no número de participantes inscritos, de trinta (que eram as vagas oferecidas no presencial) para noventa na última inscrição (ocorrida em fevereiro de 2022). Além disso, é importante ressaltar que o formato remoto permitiu a participação de pessoas de fora de São Paulo, onde o grupo está localizado, nas duas turmas.

A liberdade de vestimenta define a inexistência de regras específicas sobre a vestimenta utilizada tanto para a prática quanto para a apresentação coreográfica na GPT.

Durante os encontros periódicos do GGD, os integrantes utilizaram o mesmo tipo de vestimenta que seria optado no presencial. No que tange o figurino para a coreografia produzida, o grupo teve a ideia de utilizar um tipo de vestimenta que precisaria ser confeccionada. Porém, como algumas pessoas não estavam em Diamantina (cidade sede do projeto), a ideia foi cancelada devido a dificuldade de confecção e envio do figurino para todos os integrantes (curto tempo e alto custo). Definiu-se então, um padrão (calça preta e blusa regata colorida) e utilizamos as roupas que tínhamos em casa.

Esse fundamento manifestou-se da mesma forma nos grupos da EACH. Quando retomamos os encontros síncronos dos dois grupos, recomendamos a utilização de roupas confortáveis e que não limitassem os movimentos. No que diz respeito às escolhas de vestimenta para as composições coreográficas, deixamos livre para o Empe 60+, e definimos apenas uma paleta de cores para a coreografia do Empeiría, e combinamos que todos os participantes deveriam utilizar branco, preto ou cinza.

A possibilidade de uso de materiais permite o uso ou não de objetos, mas a utilização dos não convencionais é o que mais identifica a GPT, pois permitem a criação de diferentes movimentos e gestos, combinando elementos gímnicos ou de outras práticas corporais, de forma individual ou coletiva, expressando determinado tema ou não, etc.

Apesar dos equipamentos oficiais das ginásticas fazerem falta, os materiais utilizados nos encontros síncronos do GGD foram facilmente adaptados ao que os integrantes tinham em casa, desde colchões, sofás, travesseiros, etc. – para o ensino-aprendizagem de movimentos – até utensílios de cozinha, brinquedos, etc. – para estimular a criatividade na criação de pequenas composições coreográficas.

Para a coreografia, optou-se em explorar os espaços da casa (quintal, sala, quarto, etc.) e os “grandes equipamentos” (cadeiras, sofás, bancos, portas, etc.), ou seja, apenas materiais não convencionais, como muitas vezes ocorre na prática presencial.

Os materiais alternativos tiveram um papel bastante importante, especialmente para o grupo Empe 60+. O longo dos encontros assíncronos e síncronos desenvolvidas no período utilizamos materiais dos mais diversos, dentre aqueles possíveis de serem encontrados em casa: meias, colher de pau, travesseiro, garrafas PET de diferentes tamanhos, toalhas, pano de prato, cadeira, cabo de vassoura. Como mencionado, para esse grupo a base na ginástica manifestou-se principalmente por meio do manejo dos aparelhos, tornando o fundamento possibilidade de uso de materiais um protagonista. No grupo Empeiría consideramos que havia mais condições de exploração dos elementos corporais, então os materiais apareceram de forma secundária.

A diversidade musical indica que não há regras pré-estabelecidas sobre a utilização de músicas

(com ou sem voz, duração, etc.) na GPT, devendo ser estimulada a variação de ritmos e estilos musicais.

Nada mudou em relação a esse fundamento nos encontros do GGD.

Nos grupos do projeto GPT na EACH também foi mantida a busca por diversidade musical ao longo dos encontros no período da pandemia. Talvez a maior ousadia realizada no que diz respeito às escolhas musicais foi a proposta de utilizarmos sons para a construção da composição coreográfica. Nossa decisão foi motivada pelo fato de que seria necessário pensar em trilhas sonoras que não possuíssem direitos autorais para que não houvesse problema que quebra de tais direitos bem como queda da transmissão pelo canal do *Youtube*. Ainda que o ponto de partida para essa decisão tenha sido uma condição adversa que em princípio poderia ser um fator limitador, toda a situação acabou sendo bastante positiva e estimulou a curiosidade e a criatividade dos participantes.

A inserção de elementos da cultura possibilita a apropriação de elementos da cultura corporal (esportes, jogos, lutas, etc.), de expressões culturais artísticas (dança, teatro, música, artes plásticas, etc.) e da cultura popular (festas, comidas, vestimentas, etc.) tanto no cotidiano dos encontros de GPT, quanto na composição coreográfica.

Para o GGD, o trabalho com algumas manifestações da cultura corporal durante os encontros síncronos e assíncronos foi restrito, pois exigia espaços e materiais específicos não disponíveis em casa, bem como a dificuldade em desenvolver processos de ensino-aprendizagem de algo totalmente novo para o grupo sem a possibilidade do contato físico para auxiliar e garantir a segurança. Em relação à cultura artística e popular, se a proposta do encontro era somente conhecer as expressões (e não as vivenciar), o acesso imediato à *internet* facilitou, pois quando alguém sugeria alguma manifestação, era só procurar na plataforma *Google* e mostrar imediatamente pelo *Google Meet*.

Vale ressaltar que o acesso à *internet* no Laboratório de Ginástica da UFVJM (local onde o GGD desenvolve os encontros presenciais) é limitado e não temos um computador ligado a um projetor o tempo todo, fato que fazia com que essa consulta acontecesse em momentos extra encontro, sendo comentada com os colegas na próxima oportunidade.

Também é preciso destacar que na edição remota do projeto, foi possível convidar pessoas que não estavam em Diamantina para dialogarem sobre a manifestação da cultura popular selecionada como tema para a coreografia. As rodas de conversa com convidados externos via conferência remota contribuíram significativamente para o aprofundamento sobre a temática, o que seria mais difícil no presencial devido a ausência de verba para transportar pessoas de fora da universidade.

No Empeiría e no Empe 60+ a atividade mais intensa desse fundamento foi a presença quase que constante de atividades de percussão corporal ao longo dos encontros síncronos de ambos. A escolha para a utilização desse tipo de dinâmica nos encontros levou em conta a dificuldade em se utilizar a música de forma absolutamente síncrona no ambiente virtual, em virtude da diferença de transmissão de imagens e sons e da qualidade das conexões utilizadas por monitoras e praticantes.

A não competitividade e o favorecimento da inclusão se refere a um importante fundamento da GPT para garantir que a prática seja democrática e cidadã, pois a comparação ou o enaltecimento de um praticante em detrimento do outro deve ser rejeitado em prol da participação de todos, independente habilidade, capacidade motora, vivências anteriores, classe social, faixa etária, etnia, diagnóstico de saúde, etc. No entanto, não exclui a possibilidade de criação de regras pelo próprio grupo, tais como assiduidade, pontualidade, respeito à opinião de todos, etc.

A inclusão de pessoas com condições socioeconômicas menos favorecidas já era deficitária no GGD devido à distância do Campus em relação à região habitada da cidade de Diamantina,

o que necessitava investimento próprio da pessoa para custear o transporte, além de tempo disponível à tarde para frequentar os encontros (inviável para pessoas que trabalham em período comercial). No ERE, os problemas de condições de acesso à *internet* e/ou boas condições de equipamentos eletrônicos elevaram ainda mais as dificuldades de inclusão de pessoas menos favorecidas economicamente, sem contar que alguns integrantes, que eram também estudantes, começaram a trabalhar diante da baixa atividade na universidade, o que inviabilizou a presença no projeto em horário comercial.

Na perspectiva da inclusão, como já comentado, houve a possibilidade de receber nos grupos da EACH pessoas que se encontravam geograficamente distantes: recebemos alunos da Bahia, do Rio de Janeiro, de Minas Gerais para citar alguns exemplos. Sob uma outra perspectiva, o ERE, apesar de todas as limitações que permeiam o presente texto, parece também ter criado um espaço seguro para que aqueles e aquelas com receio de iniciar uma atividade nova pudessem se aventurar.

O prazer pela prática se relaciona com a adesão dos participantes devido às características específicas da GPT (favorecimento da inclusão, criatividade, socialização, etc.) e ausência daquelas que se fazem presentes em outras práticas gímnicas (obstinação pela vitória, busca por um corpo belo diante das exigências sociais, etc.). A sensação de prazer deve ser o objetivo principal da prática e pode ocorrer por meio do enaltecimento das características individuais, vivências motoras sensíveis, sentimento de pertencimento a um grupo com o qual se identifica, etc.

Esse foi o fundamento mais prejudicado no GGD e que causou a interrupção do projeto logo após a apresentação coreográfica no festival ao final do primeiro semestre letivo de 2021. Na nossa percepção, o principal motivo para a falta de prazer na prática foi o fato das dificuldades com o desenvolvimento da coletividade no modo remoto. O grupo estava junto, mas cada um na sua casa, no seu espaço, criando e experimentando individualmente. Faltou o toque no corpo do outro, o falar ao mesmo tempo, o criar junto, experimentar, cair, rir, dentre outras ações e sensações do presencial que são insubstituíveis.

O excesso de telas nas diferentes atividades do dia desmotivou o envolvimento com mais um compromisso virtual, ainda mais por lazer, sem a obrigação perante notas escolares ou remuneração de trabalho. As pessoas ficaram tímidas ao terem que usar as telas aparecendo ao vivo (nas redes sociais a pessoa compartilha a informação e vai embora, observa o resultado depois), o silêncio se fez presente na maior parte dos encontros síncronos.

Nos grupos da EACH encontramos situações diferentes. No Empeiría o cenário foi bastante semelhante ao descrito no GGD. Pessoas cansadas de tela, sem disposição para incluir mais uma atividade dessa natureza em sua programação. O maior sinal desse cansaço foi refletido na ínfima participação daqueles que faziam parte do grupo pré-pandemia às atividades oferecidas. Por outro lado, o grupo dos idosos demonstrava diariamente toda a gratidão e contentamento pela experiência vivida no momento da roda de conversa final, que marcava o encerramento dos encontros.

E, por fim, a formação humana é um fundamento inevitável quando o trabalho com a GPT é orientado de forma democrática, inclusiva, coletiva e criativa, pois propicia compartilhamentos, aprendizado mútuo, convivência com outras culturas, etc. Valores e relações sociais são desenvolvidas e ressignificadas, sendo também um eixo norteador da prática por meio do qual a proposta deve ser estruturada.

Mesmo com tantas adversidades, acredita-se que a participação no GGD contribuiu com a formação humanizadora dos integrantes, principalmente em relação ao trabalho com a temática selecionada para nortear o processo de construção coreográfica. Nas três primeiras fases, leitura de mundo, tematização e problematização, muitas reflexões sobre o tema e questões adjacentes foram feitas, o que fez o coletivo pensar sobre a manifestação da cultura popular escolhida por

um outro prisma, superando a visão ingênua que se tinha, como propõe a pedagogia freiriana (FREIRE, 1994). Experiências pessoais nunca antes relatadas foram compartilhadas no grupo e dos debates, emergiram a assunção de um posicionamento em relação ao tema, diferente daquele que havia antes. Tais reflexões foram colocadas na composição coreográfica por meio de gestos gímnicos-expressivos, evidenciando o potencial crítico-reflexivo e expressivo-comunicativo da coreografia na GPT (LOPES, 2020).

Para os grupos da EACH, a formação humana ocorreu no sentido de que os grupos se mantiveram como espaços acolhedores para que os participantes pudessem compartilhar as suas angústias nos momentos mais severos da pandemia. Ainda que o aperfeiçoamento de alguns dos fundamentos tenha sido comprometido, o funcionamento dos grupos permitiu a possibilidade de momentos de convívio em tempos sombrios.

CONSIDERAÇÕES

Longe de ser a melhor forma de vivenciar a extensão universitária com a GPT, o presente relato de experiência demonstrou que foi necessário reunir esforços para tentar envolver os participantes dos projetos em uma configuração excepcional.

A GPT se mostrou uma prática corporal plural que, mesmo com dificuldades, consegue se adequar a diferentes contextos e modos de desenvolvimento. Curioso seria se os fundamentos da GPT não tivessem sofrido nenhuma influência do contexto imposto pela pandemia. Como uma prática feita por pessoas, para pessoas e que tem no estabelecimento de vínculos e na coletividade um de seus pontos mais apaixonantes, era de se esperar que a intermediação por telas influenciasse sobremaneira as atividades dos projetos.

Ainda assim, consideramos que as experiências aqui relatadas somam um grande conjunto de aprendizados para todos os envolvidos – coordenadoras, monitores, praticantes – alguns deles talvez aplicáveis em tempos presenciais. Além disso, o período de restrição também nos permitiu valorizar ainda mais toda a potencialidade que as atividades em contextos reais podem proporcionar.

Consideramos que refletir sobre a prática da GPT em um cenário desastroso como o que vivenciamos com a pandemia ressalta ainda mais a importância do ensinar-aprender juntos, no intuito de continuar tentando fomentar práticas educativas universitárias transformadoras.

AGRADECIMENTOS

Agradecimento à Pró-Reitoria de Graduação da USP e à Pró-Reitoria de Extensão e Cultura da UFVJM, que concedem as bolsas do Programa Unificado de Bolsas e do PROCARTE, as quais viabilizam os projetos.

Aos integrantes dos grupos GGD, Empeiría e Empe 60+, sem os quais os projetos não existiriam. Às monitoras e monitores que são essenciais para o desenvolvimento dos projetos.

REFERÊNCIAS

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas: UNICAMP, 2003.

CARVALHO, Kássia Mitally da Costa *et al.* Ginástica para Todos no Ceará: história da modalidade no estado. **Conexões**, Campinas, v. 14, n. 4, p. 2-24, out./dez. 2016.

EHRENBERG, Mônica Caldas; MIRANDA, Rita de Cássia. Cia Alfa de ginástica geral: para além da extensão universitária. *In*: MIRANDA, Rita de Cássia; EHRENBERG, Mônica Caldas; BRATIFIS-CHE, Sandra Aparecida (org.) **Temas emergentes em Ginástica Para Todos**. Várzea Paulista:

Fontoura, 2016. p. 49-76

FREIRE, Paulo. **Pedagogia da autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 25. ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

IMBERT, Gabriela de Almeida *et al.* Ensino remoto emergencial durante a pandemia na perspectiva freiriana: análise de grupos focais com discentes de uma IFES. **Olhares & Trilhas**, Uberlândia, v. 23, n. 2, p. 555-579, abr./jun. 2021.

LELES, Marília Teodoro *et al.* Ginástica Para Todos na extensão universitária: o exercício da prática docente. **Conexões**, Campinas, v. 14, n. 3, p. 23-45, jul./set. 2016.

LOPES, Priscila; CARBINATTO, Michele Viviene. Nas entrelinhas da Ginástica para Todos: reflexões históricas e sua disseminação no Brasil. **Olimpianos - Journal of Olympic Studies**, v. 5, p. 79-97, 2021.

LOPES, Priscila; NIQUINI, Claudia Mara. Do barro à arte: experiências de diálogo entre a extensão universitária e a cultura popular. **Revista de Educação, Ciência e Cultura**, Canoas, v. 26, p. 1-19, 2021.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho. Ginástica para Todos e coletividade: nos meandros da literatura científica. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 32, n. 61, p. 1-17, jan./mar. 2020a.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho. The role of time and experience to the Gymnastics For All practice: building a sense of collectivity. **Science of Gymnastics Journal**, v. 12, p. 19-26, 2020b.

OLIVEIRA, Michelle *et al.* Construindo uma ginástica para todos em Goiás: a proposta do grupo universitário CIGNUS. *In*: OLIVEIRA, Michelle; TOLEDO, Eliana (org.) **Ginástica para Todos**: possibilidades de formação e intervenção. Anápolis: UEG, 2016. p. 119-140.

PATRICIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antonio Coelho; TOLEDO, Eliana. Institucionalização da ginástica para todos no Brasil: três décadas de desafios e conquistas (1988-2018). **Revista Pensar a Prática**, Goiânia, v.23, 2020.

RODRIGUES, Luciana Azevedo; FARIAS, Márcio Norberto. Ensino remoto emergencial ou avaliativo (ERE=ERA): expropriação capitalista e universidade pública em tempos de pandemia. *In*: GONÇALVES, Emerson Campos; LOUREIRO, Robson; RAMALHETE, Mariana Passos (org.). **Isolad@s**: reflexões artísticas e teórico-críticas sobre o isolamento social no contexto da pandemia. Vitória: Nepefil/UFES, 2020. p. 184-199.

RUSSELL, K. **Gymnastics foundations**. Canada: Ruschkin Publishing, 2010.

TOLEDO, Eliana; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz; CARBINATTO, Michele Viviene Fundamentos da Ginástica Para Todos. *In*: NUNOMURA, Myrian (org.) **Fundamentos das ginásticas**. 2. ed. Várzea Paulista: Fontoura, 2016. p. 21-48.

Data de recebimento: 15/05/22

Data de aceite para publicação: 14/06/22