

**GINÁSTICA ACROBÁTICA: UM ESTUDO SOBRE A PRÁTICA PEDAGÓGICA**

Fernanda Mérida  
Vilma Leni Nista Piccolo

**Resumo**

Esta pesquisa surgiu da inquietação com a falta de fundamentação teórica que sustentasse a prática pedagógica da modalidade Ginástica Acrobática (GACRO), que tem como essência os exercícios acrobáticos e o trabalho em grupos. Sendo assim, busca-se diagnosticar de que maneira tem se dado o ensino da GACRO competitiva em instituições do estado de São Paulo. Foi realizada uma ampla revisão bibliográfica sobre tal modalidade e sobre a pedagogia dos esportes em geral, estão sendo efetuadas observações sistemáticas de sessões de treinos e serão executadas entrevistas com os técnicos que as ministraram. A Análise de Conteúdo será utilizada para o tratamento dos dados obtidos, viabilizando a elaboração do diagnóstico e da análise da prática pedagógica da GACRO.

**Palavras-Chave**

Ginástica Acrobática; Ginástica; Prática pedagógica; Ensino.

**ACROBATIC GYMNASTICS: A SEARCH ABOUT PRACTICAL PEDAGOGICAL**

Fernanda Mérida  
Vilma Leni Nista-Piccolo

**Abstract**

This research appeared of the fidget with the lack of theoretical recital that supported the practical pedagogical one of the modality Acrobatic Gymnastics (ACRO), that it has as essence the acrobatic exercises and the work in groups. Being thus, it purposes to diagnose how if it has given the coaching on competitive ACRO in institutions of the state of São Paulo. An ample bibliographical revision about this modality and about sports pedagogy in general was realized, systematic observations of sessions of training are being effected and will be executed interviews with the trainers that had given them. The Analysis of Content will be used for the treatment of the gotten data, making possible the elaboration of the diagnosis and the analysis of the practical pedagogical of the ACRO.

**Key-Words**

Acrobatic Gymnastics; Gymnastics; Practical pedagogical; Coaching.

## INTRODUÇÃO

Os exercícios acrobáticos realizados em grupos, conhecidos popularmente como pirâmides humanas, são a essência da GACRO. Esta, ao propiciar vivências motoras valiosas (LEGUET, 1987; SOARES et al., 1992; SOUZA, 1997; GALLAHUE, OZMUN, 2005), necessitar de poucos materiais e permitir a participação de ginastas com diferentes estruturas físicas, mostra-se de grande valor pedagógico não só para o Universo da Ginástica (SOUZA, 1997), como para a área da Educação Física.

Esta modalidade originou-se das acrobacias, já executadas desde a Grécia, Roma e China antigas e ao longo da história já foi conhecida como Acrosport, Forfa Combinada e Esportes Acrobáticos.

Se comparada as demais modalidades ginásticas, pode ser considerada uma modalidade jovem, visto que em 2007, comemora 34 anos de existência como modalidade esportiva. Este talvez possa ser apontado com um dos motivos pelo qual o conhecimento acumulado pelos acrobatas e técnicos ao longo dos tempos não tenham sido publicados, acarretando uma bibliografia pobre, em sua maioria, com um caráter histórico, com alguns manuais bastante falhos e com pouco valor pedagógico (ASTOR, 1954; HUGHES; CROWLEY, 2001).

Apesar de muito praticada como modalidade em outros países como Alemanha, Rússia, China, EUA, Portugal e Inglaterra e da utilização de seus exercícios em espetáculos artísticos pelo mundo todo como no Cirque du Soleil e no Circo Nacional da China, a modalidade no Brasil ainda é pouco desenvolvida, dependente de iniciativas individuais, que apesar de bem intencionadas, tem gerado pequena variação do número de praticantes e no público atingido (GALLARDO ; AZEVEDO, 2007).

A não inserção da GACRO no Programa dos Jogos Olímpicos, sua pouca divulgação na mídia e a falta de pesquisas científicas no meio acadêmico podem estar colaborando para que muitos profissionais da Educação Física e do Esporte desconheçam tal modalidade. Os cursos de graduação em Educação Física e Esporte não conseguem abranger todas as modalidades esportivas, assim, os profissionais tem tido nenhum, ou pouco contato com a modalidade. Esse cenário também dificulta a inclusão da mesma, como conteúdo escolar, já que os profissionais da área não se sentem aptos a incluí-la em suas aulas de Educação Física. No ambiente competitivo, a prática pedagógica parece estar sendo reproduzida, sem a devida reflexão e registro.

Sendo assim, este estudo tem como objetivo a realização do diagnóstico da prática pedagógica da GACRO competitiva no estado de São Paulo, cuja representatividade nacional é reconhecida

(AMBROSIO, 2002). Esta pesquisa permitirá o levantamento das dificuldades e dos progressos pedagógicos encontrados nas observações e análises dos treinos, ampliando e enriquecendo os conhecimentos acadêmicos sobre o assunto e poderá colaborar com a evolução da prática pedagógica da GACRO e conseqüentemente com a atuação dos técnicos. Trata-se, portanto, de uma contribuição para o aumento do número de seus referenciais e principalmente para a profundidade destes, por constituir-se em uma dissertação de mestrado e um trabalho inédito, levantando dados que não tem sido abordados no meio acadêmico.

### **OBJETIVOS**

A insuficiência bibliográfica, a sua disseminação ainda reduzida e as incertezas quanta a prática pedagógica no contexto da GACRO geraram o seguinte problema de pesquisa: De que maneira tem ocorrido o ensino da GACRO competitiva?

Portanto, o objetivo deste estudo é analisar, criticar e pontuar como tem se dado a prática pedagógica com relação a GACRO no contexto competitivo, em instituições do estado de São Paulo.

### **METODOLOGIA**

Este estudo tem caráter qualitativo, já que "busca compreender o significado para os participantes de uma experiência em um ambiente específico e de que maneira os componentes combinam-se para formar um todo" (THOMAS; NELSON, 2002, p. 323). Trata-se de uma pesquisa do tipo exploratória e descritiva. Exploratória porque permite uma visão geral sobre temas pouco explorados e normalmente é a primeira etapa de um estudo mais amplo (GIL, 1999); e descritiva, pois visa descrever, classificar e interpretar o fenômeno estudado, sem interferir sobre ele. O valor da pesquisa descritiva, apontado por Thomas e Nelson (2002), está no princípio de que os problemas identificados podem ser resolvidos e as práticas podem ser melhoradas por conta da observação, descrição e análise objetivas e completas.

O universo eleito para a pesquisa abrange as instituições que oferecem a modalidade Ginástica Acrobática no estado de São Paulo. O critério de inclusão estabelecido para a escolha das instituições a serem analisadas foi o de terem participado de competições da Liga Nacional de Desportos Acrobáticos e Ginástica Geral (LINDAG), da Federação Paulista de Ginástica (FPG) e/ou da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), nos últimos dois anos, tendo em vista a dificuldade em acessar dados anteriores a este período. Tal exigência busca selecionar uma amostra que demonstre certa maturidade e estabilidade do trabalho, por terem um caminho percorrido no contexto da Ginástica

Acrobática competitiva e vivenciado uma ampla gama de experiências que possam contribuir com a presente pesquisa. Além disso, a acessibilidade por parte das instituições também será levada em conta.

A amostra não-probabilística e intencional foi composta por quatro instituições do Estado de São Paulo que obedeceram aos requisitos e se dispuseram a participar da pesquisa.

Foram utilizados dois métodos de coleta de dados, de maneira combinada. Após a ciência e a concordância por parte dos sujeitos, foram iniciadas as observações, nas quais o pesquisador teve o papel de um "observador total", isto é, o pesquisador não interage com o grupo observado (JUNKER, 1971). As entrevistas "semi-estruturadas" (TRIVINOS, 1994) serão realizadas assim que encerrado o cronograma de observações.

Serão observadas no mínimo seis aulas em cada instituição selecionada, podendo este período de observação estender-se, conforme necessidade de esclarecimento de qualquer questão pedagógica ou pela constatação de que tais momentos não foram suficientes para determinado grupo. Um roteiro de observação previamente elaborado com base nas informações que os pesquisadores pressupõem serem necessárias para o alcance dos objetivos almejados será usado registrar o máximo de ocorrências que interessem ao seu trabalho. As três primeiras observações foram realizadas com um intervalo entre elas de aproximadamente de 30 dias, para garantir a observação de diferentes períodos do treinamento, as outras três serão realizadas seqüencialmente com o intuito de interpretar se as sessões se relacionam entre si.

Encerradas as observações, serão conduzidas entrevistas semi-estruturadas com os técnicos responsáveis, de acordo com a disponibilidade de cada um deles.

Após as transcrições das entrevistas, os dados coletados serão analisados e confrontados entre si. Será adotada a análise descritiva para o tratamento e a discussão dos dados, utilizando-se a técnica de Análise de Conteúdo proposta por Bardin (2000).

## RESULTADOS

A pesquisa encontra-se em andamento e até o presente momento foram cumpridas as seguintes etapas: revisão bibliográfica e ampliação das referências bibliográficas; estruturação do roteiro de observação e do roteiro das entrevistas; seleção e contato com as instituições participantes; as três primeiras

observações em cada instituição. Realizar-se-ão, ainda, três observações seqüenciais, as entrevistas e suas transcrições e a análise dos dados.

Com base nos dados obtidos até então, pode-se traçar um breve perfil das instituições analisadas:

*A instituição 1* é uma escola particular da região do ABC, com 2 técnicos. O local de treino é uma sala de ginástica ampla, com boa altura e os materiais são fixos. Contem mural e quadros das ginastas, seus troféus e aparelho de som. É composta por tablado, cama-elástica, mini-trampolim, espaldares, pista de tumbling, trampolins reuter, colchões diversos, maojotas, plintos, traves, caneleiras, anilhas, barras e halteres, barra fixa, corda de teto e cinto para auxílio. A equipe é formada por atletas de ambos os sexos, aproximadamente 15 alunos do aperfeiçoamento, com idades entre 7 e 11 anos e por 15 alunos avançados, com idades entre 13 e 20 anos. Eles treinam em dias e horários semelhantes, de segundas, quartas e sextas-feiras, sendo que os do aperfeiçoamento treinam das 18h00 às 19h30 e os avançados das 18h00 às 21h00.

*A instituição 2* é uma associação de Ginástica, localizada em Guarulhos, que possui um amplo ginásio de esportes com materiais fixos, arquibancada, com vestiários, enfermaria, fisioterapia e cozinha próprias. Tem apenas uma técnica. Contem aparelho de som, fotos da equipe nas paredes e troféus. Possui tablado, pista oficial, barras simples de vários tamanhos, mesa de salto, fosso, espaldares, barras fixas, paralelas assimétricas e simétricas, traves de diversas alturas, argolas, cavalos com alça e sem alça, potrinhos, plintos, inúmeros colchões sarneige, gordos e de aterrissagem, halteres, anilhas e barras, aparelho de musculação simples, paralelas de chão, plataformas para auxílio e cinto de auxílio. A equipe é formada por 30 atletas, majoritariamente por ginastas do sexo feminino, apenas um do sexo masculino, com idades entre 7 e 18 anos. As ginastas também treinam em horários similares, de segunda a quinta-feira, iniciação das 18h30 às 20h00 e os demais das 18h30 às 22h00 ou das 19h30 às 22h00, conforme a necessidade.

*A instituição 3* trata-se de uma faculdade de Educação Física que oferece treino para a comunidade do entorno. Tem uma técnica fixa e outro técnico esporádico. Os treinos são realizados na quadra poliesportiva que possui aparelho de som. Os materiais são montados e desmontados em todos os treinos conforme o planejamento da técnica. A instituição possui colchões sarneiges colocados em forma de tablado ou de pista, colchões gordo, de aterrissagem e hexagonal, plintos, espaldares, cama-elástica, barra e trave. A equipe é composta por cerca de 30 alunos de ambos os sexos com idades entre 5 e 30 anos, 19 ginastas em nível de iniciação e 11 em fase de aperfeiçoamento, mas todos com objetivos

competitivos. Os treinos são realizados as terças e quintas-feiras das 17h00 as 19h00 e aos sábados das 14h00 as 18h00.

A *instituição 4* é uma associação que treina em uma escola e faculdade localizada em Guarulhos. O local dos treinos é uma quadra poli-esportiva com aparelho de som e troféus da equipe, onde os aparelhos são montados e desmontados em cada sessão. Geralmente são formadas 4 pistas com colchões sarneige e tatames, possuem plinto, banco sueco, manjotas, trampolim reuter e colchões gordos. Existe uma técnica que idealizou e é responsável pela equipe, juntamente com ela existem mais três técnicos, uma mulher e dois homens e esporadicamente outros auxiliares. A equipe é formada por cerca de 40 alunos, de ambos os sexos, com idades entre 5 e 25 anos, de iniciação, aperfeiçoamento e avançados, que treinam no mesmo horário, as terças e quintas-feiras das 18h00 as 20h40 e esporadicamente aos sábados.

## CONCLUSÕES

A literatura sugere uma proposta de ensino da ginástica acrobática (GALLARDO; AZEVEDO, 2007), na qual uma sessão de treino é dividida em quatro passos, a saber: a) aquecimento geral do corpo, b) trabalho de flexibilidade geral e de alongamento das principais massas musculares, c) início do trabalho técnico dos exercícios individuais (aprimoramento técnico e aprendizagem de novos elementos); d) início do trabalho técnico das figuras acrobáticas. Apesar de pontuar a importância do preparo físico para a modalidade, não a inclui nos passos acima apontados.

Pode-se observar que as instituições 1, 2 e 4 geralmente seguem os passos sugeridos pela literatura. Sendo que a instituição 1 distribui o tempo para cada passo de maneira uniforme, a instituição 2 varia a ênfase de acordo com os dias de treino, a 4 enfatiza os passos referentes a flexibilidade e ao trabalho técnico das figuras acrobáticas. A instituição 3 não apresentou uma rotina estável, a parte de aquecimento é sempre respeitada, o trabalho de flexibilidade é pouco realizado e geralmente ao final dos treinos, há sessões em que a ênfase está nos exercícios individuais e em outras nas figuras acrobáticas.

Com relação ao preparo físico, a literatura indica que seja planejado de maneira diferenciada de acordo com as posições volante, intermediário e base. Neste quesito as instituições se diferem bastante.

A instituição 1 enfatiza bastante esta prática em suas bases e intermediárias, que realizam exercícios de força muscular e de velocidade, resistência e potência da contração muscular, com pesos auxiliares. Já os volantes realizam grande parte da preparação física nas manjotas, sendo eles mantêm-se

esquadros, pranchas, paradas de mãos e esquadros a parada, além de exercícios de equilíbrio. Os preparos são individualizados e registrados numa ficha.

A instituição 2 também demonstra preocupação com o preparo físico. Bases, intermediários e volantes executam o preparo físico ao mesmo tempo e não parecem existir grandes diferenciações entre os tipos de exercícios, todos executam todo o tipo de exercícios, de equilíbrio a força, exceto por volantes não trabalharem no aparelho de musculação e com pesos auxiliares. Os preparos são planejados por posição das figuras e registrados numa ficha.

A instituição 3 não realiza o preparo físico em todas as aulas. Quando realizado, são os mesmos exercícios para todos os ginastas e definidos pela técnica no momento do treino.

A instituição 4 não dá grande ênfase ao preparo físico, embora realize um pequeno preparo físico geral e igual para todos os ginastas ao final dos treinos. Além disso, os volantes realizam um amplo trabalho de equilíbrio e de força nas maojotas ao longo do treino.

O trabalho de equilíbrio e de força com os volantes nas maojotas mostra-se de grande eficiência para a modalidade por simular a pequena superfície das mãos e dos pés dos parceiros e permitir o trabalho com pequenas alturas. Também ficou evidente que as bases e intermediárias necessitam de um preparo físico mais amplo e com pesos auxiliares, o que representaria o peso dos colegas. Os preparos físicos individualizados mostram maior eficiência, por se adequarem as condições e limitações de cada ginasta e os registrados propiciam uma maior independência e responsabilidade aos alunos e a instituir este hábito de treino.

No que se refere a expressão corporal, nenhuma das instituições apresentou atividades voltadas a este objetivo nas aulas observadas. As instituições 1 e 2 treinaram coreografias para cada grupo de ginastas, a instituição 4 para a maioria deles e a instituição 3 treinou apenas uma coreografia de demonstração e não as dos grupos competitivos. De acordo com os técnicos, em geral, as coreografias são criadas por eles e eventualmente os ginastas contribuem.

Mais interessante seria, se os técnicos preparassem estratégias e atividades para que os alunos gradativamente criassem suas coreografias com os exercícios que dominassem melhor, com os quais se identificassem e que combinassem com a sua personalidade. Desta forma, além de contribuir com a

formação dos ginastas, tal processo otimizaria a incorporação, a execução e a memorização das coreografias.

A ludicidade, apontada por diversos autores da pedagogia dos esportes (PAES; BALBINO, 2005; NISTA PICOLLO, 1999; BOSCO, 1995) como aspecto essencial no processo de formação esportiva de crianças e jovens, não esteve presente nas aulas observadas de maneira planejada e intencional por nenhum dos técnicos. Apesar disto, as próprias crianças nas diversas instituições criaram situações lúdicas paralelamente a aula e aparentemente o próprio "fazer ginástica" e superar os seus limites já e uma grande brincadeira.

Segundo Paes e Balbino (2005), professores, pais e amigos tem um papel de destaque neste processo, já que não se pode ignorar que a relevância que as pessoas significativas para criança dão a pratica esportiva interfere nas questões de auto-estima e autoconfiança dela.

Nas instituições observadas, as relações professor-aluno são boas e na maior parte do tempo o clima dos treinos e agradável. No entanto, este aspecto merece destaque e será devidamente discutido ao final da pesquisa.

Os pais assistem os treinos nas instituições 2, 3 e 4. Na instituição 4 algumas vezes ate fazem intervenções junto aos filhos, o que parece prejudicar o vinculo e a confiança no técnico, a atenção, a espontaneidade e a tomada de decisão dos ginastas.

A formação de filas longas e desnecessárias, na maior parte das vezes, foi um problema identificado nas quatro instituições, com menor freqüência nas instituições 1 e 2 e com maior freqüência nas instituições 3 e 4. Tal hábito diminui o tempo dos ginastas em atividade, pode comprometer a motivação, a atenção e a compreensão das atividades, pois nem todos os técnicos não se preocuparam em falar, posicionados a lateral das filas, próximos a todos os seus alunos.

Quanta aos objetivos das equipes e o compartilhar destes com a equipe foram observados nas quatro instituições, este processo e fundamental para que o processo faça sentido para os ginastas e para que eles sejam constantemente buscados.

Para finalizar, e preciso pontuar que foi apresentada neste artigo, apenas uma amostra da diversidade de questões que compõem este fenômeno tão amplo, chamado Esporte. Muitas outras reflexões referentes



a prática pedagógica da GACRO competitiva só poderão ser levantadas e discutidas ao final de todo o processo desta pesquisa, devido a complexidade do tema.

## REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, A. *Ginástica acrobática: iniciação na escola e no clube*. Horizonte, Portugal, v. 11, n. 62, jul. ago, 1994.
- AMBROSIO, M. P. *Manual de esportes acrobáticos*. Belo Horizonte: Ed. Da UFMG, 2002.
- ASTOR, C. *Metodologia do ensino da ginástica acrobática*. Rio de Janeiro: MEC, [1954?].
- BARDIN, L. *Análise de conteúdo*. Lisboa: Edições 70, 2000.
- BOSCO, J. *Aprender a aprender fazendo: Educação Física, esporte, lazer*. Londrina: Lido, 1995.
- GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C. *Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos*. 3. ed. São Paulo, Phorte, 2005.
- GALLARDO, J. S. P.; AZEVEDO, L. H. R. *Fundamentos básicos da ginástica acrobática competitiva*. Campinas, SP. Autores Associados, 2007.
- GIL, A. C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. 5 ed. São Paulo: Atlas, 1999.
- HUGHES, M.; CROWLEY, A. Success in sports acrobatics as a function of complexity of skills and time. *Journal of Human Movement Studies*, v. 40, n. 3, p. 161-170, 2001.
- JUNKER, B. H. *A importância do trabalho de campo*. Rio de Janeiro: Lidador, 1971.
- LEGUET, J. *As ações motoras em ginástica esportiva*. São Paulo: Manole, 1987.
- NISTA PICCOLO, V. L. *Pedagogia dos esportes*. Campinas: Papyrus, 1999.
- SOARES, C. L. et. al. *Metodologia do ensino de Educação Física*. São Paulo: Cortez, 1992.
- SOUZA, E. P. M. de. *Ginástica geral: uma área do conhecimento da Educação Física*. 1997, Tese (Doutorado)-Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1997
- THOMAS, J. R.; NELSON, J. K. *Métodos de pesquisa em atividade física*. Porto Alegre: Artmed, 2002.
- TRIVINOS, A. *Introdução a pesquisa em ciências sociais*. São Paulo: Atlas, 1994.

**Fernanda Merida**

**Universidade São Judas Tadeu/USJT**

**Vilma Leni Nista Piccolo**

**Universidade São Judas Tadeu/USJT**

**Referência do artigo:**

**ABNT**

MERIDA, F., PICCOLO, V. L. N. Ginástica acrobática: um estudo sobre a prática pedagógica. *Conexões*, v. 6, p. 367-376, 2008.

**APA**

Merida, F., & Piccolo, V. L. N. (2008). Ginástica acrobática: um estudo sobre a prática pedagógica. *Conexões*, 6, 367-376.

**VANCOUVER**

Merida F, Piccolo VLN. Ginástica acrobática: um estudo sobre a prática pedagógica. *Conexões*, 2008; 6: 367-376.