



FORMAÇÃO DE PROFESSORES PARA OS DESAFIOS DE  
ENSINAR E APRENDER NA ESCOLA PÚBLICA.

## POSSIBILIDADES METODOLÓGICAS PARA O ENSINO DAS GINÁSTICAS NÃO-COMPETITIVAS EM UMA ESCOLA MUNICIPAL DE FEIRA DE SANTANA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Eixo: Prática Pedagógica e Currículo Escolar

Subprojeto: Educação Física

Filiação institucional: Universidade Estadual de Feira de Santana

**David Almeida Santos** ([david13fsaa@gmail.com](mailto:david13fsaa@gmail.com)); **Emilly Pereira Gomes** ([gomespereiraemilly002@gmail.com](mailto:gomespereiraemilly002@gmail.com)); **Norma Vilany Queiroz Carneiro** ([normavilany07@outlook.com](mailto:normavilany07@outlook.com)); **Vitória Lainy Santos de Jesus** ([vitorialainy@yahoo.com](mailto:vitorialainy@yahoo.com)); **Moises Henrique Zeferino Alves** ([moises\\_alves90@hotmail.com](mailto:moises_alves90@hotmail.com)); **Suzana Alves Nogueira Souza** ([sansouza@uefs.br](mailto:sansouza@uefs.br))

**Palavras-chave:** 1. Ensino 2. Ginástica 3. Educação Física. 4. PIBID.

### 1 INTRODUÇÃO

Essa produção científica consiste em um relato de experiência que tem como base a organização do trabalho pedagógico desenvolvido no âmbito do subprojeto de Educação Física do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID) da Universidade Estadual de Feira de Santana (UEFS). O objetivo deste relato de experiência é refletir sobre as possibilidades metodológicas para o processo de ensino e aprendizagem nas aulas de Educação Física, com ênfase ao conteúdo de ginásticas não competitivas, em uma escola pública da rede de ensino do município de Feira de Santana.

Mesmo com sua relevância histórica e pedagógica, o conteúdo da ginástica é pouco explorado na educação física escolar, evidenciando a necessidade de estabelecer um conhecimento mais amplo sobre a ginástica e suas práticas na escola (Maciel et al, 2024; Taffarel et al, 2020; Oliveira et al, 2020). Moreira et al (2020) destacam que a implementação de aulas de ginástica é limitada tanto por falta de recursos como pela ausência de formação específica de professores, e aponta a necessidade de integrar o ensino de ginástica, de forma que valorize esse eixo como uma prática social e cultural, permitindo

uma experiência educacional enriquecida, assim como desenvolvimento integral do aluno e sua conscientização corporal, com visão crítica de seu corpo e das práticas corporais na sociedade.

Considerando a carência de conhecimentos sobre ginástica não competitiva na educação física escolar, e a ausência de sua prática de forma eficaz, o compartilhamento de vivências teóricas e práticas pedagógicas aplicadas nesse contexto, amplia possibilidades didáticas para o ensino da ginástica no âmbito da educação física escolar.

## 2 METODOLOGIA

A experiência foi conduzida em uma escola municipal de Feira de Santana - BA, no ano de 2025, vinculada ao Programa Institucional de Bolsa de Iniciação à Docência (PIBID), em fase de coparticipação dos pibidianos. A escola se caracteriza por atender ao ensino fundamental I e II e Educação de Jovens e Adultos (EJA), atendendo em torno de 1134 alunos. As turmas envolvidas foram do 8º e 9º anos, sendo para o 8º ano conteúdo com foco à ginástica de conscientização corporal e, para o 9º ano, o condicionamento físico. O conteúdo foi desenvolvido em cinco aulas de 50 minutos, entre os meses de julho e agosto, utilizando de recursos tecnológicos, aulas expositivas, e materiais como colchonetes e computadores. As aulas variaram, em locais diversos como o pátio da escola, o laboratório de ciências e sala de aula, sob supervisão do professor de Educação Física.

A primeira aula, com exposição do conteúdo para turma do 9º ano, trabalhou-se a ginástica de condicionamento físico, enquanto nas turmas de 8º anos foi explanada a ginástica de conscientização corporal, além de práticas de meditação e relaxamento. Na segunda aula, no laboratório de ciências, o conteúdo foi aprofundado por meio de slides elaborados por pibidianos, com aplicação de um quiz interativo no *Kahoot*, elaborado e conduzido por duas bolsistas do PIBID. O jogo, que teve caráter lúdico, avaliou a fixação do conteúdo e foi muito bem recebido, com participação ativa dos estudantes.

Na terceira aula, os 8º anos vivenciaram práticas de ioga, meditação e relaxamento, enquanto a turma do 9º ano vivenciou atividades voltadas ao condicionamento físico, incluindo alongamentos, flexões e abdominais, com um momento de relaxamento.

Na quarta aula, apontamentos mais detalhados sobre a ginástica de conscientização corporal e a ginástica de condicionamento físico foram expostos para os estudantes, sendo solicitado, ao 9º ano, uma pesquisa sobre Questionário de Prontidão para Atividade Física (PAR-Q) e do Índice de Massa Corporal (IMC) para realização de posterior aula prática. Na última aula, foram retomados conceitos fundamentais e a aula prática foi realizada a partir da pesquisa solicitada sobre o questionário PAR-Q e do Índice de Massa Corporal (IMC). Nesta

vivência incluindo diferentes testes físicos, como o Teste de Flexibilidade, Teste de Resistência Abdominal, Teste do Salto Horizontal e o Teste do Quadrado, cada um vivenciou distintas capacidades motoras, tais como força, velocidade, resistência e flexibilidade.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

Trabalhar os conteúdos da ginástica, demonstraram grandes desafios para o ensino deste tema. Percebeu-se a limitação de referências disponíveis sobre uma didática para o ensino de ginásticas não-competitivas nas escolas, no processo de planejamento, uma vez que a ginástica nas aulas de educação física escolar se concentra no âmbito das ginásticas competitivas.

Inovar, e usar a criatividade para envolver a participação dos estudantes durante as aulas se fez constante, e o trabalho em equipe, incluindo supervisor e pibidianos nas aulas, facilitou o processo do ensino e aprendizagem, no qual era notório o interesse dos estudantes em tentar mais de uma vez, quando não conseguiam realizar a proposta, não desistindo de participar da aula, mesmo com as dificuldades encontradas. Utilizando do esforço coletivo e da disposição em realizar os movimentos propostos, alguns dos estudantes necessitaram de orientação direta dos professores para alcançar os objetivos da prática, demonstrando grande interesse, mesmo sem executá-los com precisão técnica. O quiz, como recurso lúdico, pela plataforma *Kahoot*, demonstrou ser um recurso favorável, e os estudantes participaram com empenho e comprometimento, envolvidos e interessados no conteúdo estudado, além de se divertirem e colaborarem em grupo para conclusão da atividade.

Nas aulas de técnicas de relaxamento e respiração, foi evidente a satisfação dos alunos. Muitos demonstraram tranquilidade, envolvimento e prazer durante a vivência revelando o impacto positivo dessas práticas no ambiente escolar.

Esses resultados durante as aulas sobre ginásticas de conscientização corporal ministrada para as turmas dos 8º anos A e C, corroboram com estudos realizados por Slovacek, Tucker e Pantoja (2003), David (2013) e Berger, Silver e Stein (2009), que evidenciam os impactos positivos da prática de Yoga entre adolescentes, e que apontam melhorias na autoestima e na percepção da própria imagem, e melhores comportamentos.

### 4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em síntese, concluímos que o ensino das ginásticas não competitivas nas aulas de educação física escolar implica muitos desafios pedagógicos, sobretudo, no que diz respeito a organização metodológica. Buscamos abordar os conhecimentos a partir de uma perspectiva histórica e socialmente contextualizada, sem deixar de tratar de elementos da técnica,

articulando a teoria com a prática e explorando diferentes recursos como aulas expositivas com uso da tecnologia, vivências no pátio da escola com adaptação de materiais, atividade lúdicas no Kahoot e atividades de sínteses escritas dos conteúdos. Ao final da experiência, os alunos demonstraram capacidade de pensar conceitualmente a ginástica, compreendendo-a como um fenômeno sócio-histórico, uma manifestação da cultura corporal rica de possibilidades pedagógicas expressa em suas diferentes modalidades.

## REFERÊNCIAS

BERGER, D. L.; SILVER, E. J.; STEIN, R. E. K. **Effects of yoga on inner-city children's well-being: a pilot study**. *Alternative Therapies in Health and Medicine*, London, v. 15, n. 5, p. 36–42, 2009.

DAVID, A. **Efetividade do Yoga sobre a motivação acadêmica, comportamento de ajustamento e autoestima em adolescentes com baixo desempenho escolar**. Dissertação de Doutorado. Faculty of Nursing, Sri RamachandraUniversity, Chennai, India, 2013.

MACIEL, S. S. de S.; PIRES, A. F.; PIZANI, J.; BARBOSA-RINALDI, I. P. **Mapeamento da produção do conhecimento sobre a ginástica na Educação Física Escolar**. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, v. 28, n. 308, p. 167-185, 2024.

MOREIRA, G. C.; NASCIMENTO, R. K.; CARDOSO, A. A.; SAMPAIO, G. B. S.; BEZERRA, L. A.; FARIAS, G. O. **Ginástica no contexto escolar: uma revisão sistemática**. *Revista CorpoConsciência*, Cuiabá-MT, v. 24, n. 2, p. 29-41, 2020.

OLIVEIRA, L. M.; RINALDI, I. P. B.; PIZANI, J. **Produção de conhecimento sobre ginástica na escola: uma análise de artigos, teses e dissertações**. *Movimento*, Porto Alegre, v. 26, e26017, 2020.

SLOVACEK, S.P., Tucker, S.A., & Pantoja, L. (2003). **Um Estudo do Programa de Educação em Yoga 83 na Escola Acelerada**. Los Angeles, 2003. Charter College of Education Yoga para crianças: como são as aulas? Espaço Kaizenyoga. Artigo. 2014.

TAFFAREL, C. N. Z.; COSTA, C. S.; BOAS JR., J. C. S. V. **O trato com o conhecimento da ginástica em classes multisseriadas: apontamentos da pedagogia histórico-crítica e da metodologia do ensino da educação física crítico-superadora para o currículo das escolas públicas**. *Movimento*, Porto Alegre, v. 26, e26040, 2020.