

## COMPETÊNCIA MOTORA DA GINÁSTICA SOLO NOS ESTÁGIOS ELEMENTAR E MADURO DA FASE FUNDAMENTAL NO DESENVOLVIMENTO MOTOR

Denize Rodrigues das Chagas Brasileiro, Elessandro Váguino de Lima, Mariana Aparecida do Nascimento Duque

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Educação e Artes, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, de.denize@hotmail.com, dede@univap.br, mariana.duque@univap.br.

### Resumo

A Ginástica de solo é uma modalidade composta por exercícios executados de uma forma livre, com movimentos básicos e de fácil entendimento, auxiliando no ganho da autonomia e desenvolvimento das habilidades motoras. A evolução motora do ser humano advém de certos fatores primordiais, sendo eles: idade, maturação, a fase de desenvolvimento motor, pré repertório, o cognitivo e o afetivo social. Concluiu-se que locomoção (andar, correr, saltar) e estabilização (equilíbrio) são as competências motoras utilizadas na Ginástica Solo, e que a evolução da criança é resultado do processo pedagógico que segue a linha de tarefa-indivíduo-contexto, sendo assim cada um tem seu próprio tempo e consegue evoluir de forma natural e individualizada utilizando um passo a passo para chegar ao objetivo final.

**Palavras-chave:** Ginástica de solo. Desenvolvimento motor. Fase motora Fundamental. Estágio Elementar. Estágio Maduro.

**Área do Conhecimento:** Ciências da saúde

### Introdução

Desenvolvimento motor é composto por mudanças nas ações habilidosas, em movimentos padrões executados ao longo da vida (CONNOLLY, 2000). Andar, correr, saltar, saltitar, entre outros, estão pré-determinados como habilidades motoras fundamentais (GALLAHUE, 2002). A aprendizagem motora é dependente de inúmeros fatores, dentre eles temos: idade, maturação, fase do desenvolvimento motor em que se encontra, repertório motor anterior, o aspecto cognitivo e o aspecto afetivo social.

A Ginástica de Solo é uma modalidade esportiva recomendada para as crianças pois colabora no processo de obtenção de habilidades motoras que são imprescindíveis para seu desenvolvimento motor. O solo é composto por exercícios e movimentos básicos e de fácil entendimento, executados de forma totalmente livre, sem uso de qualquer aparelho, que permite exercitar as capacidades motoras gerais, como a coordenação, equilíbrio, leveza, força, flexibilidade, combinação de movimentos e objetos (WERNER et al., 2015).

### Metodologia

O presente estudo é uma revisão bibliográfica descritivo-teórico, analítico e exploratório. A pesquisa foi baseada no Google Acadêmico e Scielo, além de livros, artigos e periódicos.

### Resultados

Na fase fundamental do processo de desenvolvimento motor, os movimentos rudimentares que são adquiridos no período neonatal são consolidados. É uma fase de descoberta e exploração dos pequenos e seus próprios corpos, onde movimentos estabilizadores (andar firme e com equilíbrio unipodal), locomotores (correr e pular) e manipulativos (arremessar e apanhar) são desenvolvidos no início de forma separada e depois são conjugados entre si.

Dentro dessa fase motora abordamos o estágio elementar (de 4 a 5 anos) e o estágio maduro (de 6 a 7 anos). O estágio elementar envolve um controle maior, com coordenação rítmica dos movimentos

fundamentais (estabilizadores, locomotores e manipulativos). Há melhora nos elementos temporais e espaciais do movimento, só que ainda de uma forma “solta” e lúdica, ou seja, algo mais exagerado ou mais restrito. Já o estágio maduro temos como característica os movimentos mais eficientes, coordenados e controlados, com maior controle motor, espaço e tempo, equilíbrio e deslocamentos.

A aquisição e melhoria das habilidades motoras são influenciáveis por fatores diversos, esses sendo chamados de restrições. De acordo com Newell (1986), a proficiência motora de crianças é influenciada por restrições relacionadas com a tarefa, o indivíduo e o contexto.

Figura 1 – Desempenho de capacidades na ginástica

	Grupo 1	Grupo 2
	M	M
<b>Quociente Motor amplo</b>	80,5	61,0
<b>Escore de locomoção</b>	7,0	3,0
<b>Escore de controle de objetos</b>	6,5	4,0

M.: Mediana

Fonte: Efdportes (2012)

Sendo assim, cada contexto esportivo tem suas exigências particulares, requerendo características e habilidades específicas, que delimitam o comportamento motor de uma criança.

Segundo Krebs (1997), com uma visão mais ecológica, afirma que múltiplos contextos em que uma criança se encontra envolvida, podem sim, de certa forma, interferir com o seu processo de desenvolvimento motor.

## Discussão

Os movimentos são evoluções dos próprios movimentos naturais do ser humano ou de habilidades específicas, que são aquelas presentes em todos (GALLARDO, 1993). Na Ginástica de Solo, a evolução de um passo é realizada com ajuda de um processo pedagógico com todas as evoluções e progressões necessárias definidas. São propostos desafios a fim de dificultar e auxiliar na progressão, garantindo o êxito da execução.

A aprendizagem é uma transformação progressiva das capacidades, e para que ela ocorra de forma segura e saudável, o praticante deve estar com confiança e motivação.

É na infância a fase considerada mais propícia a executar as habilidades motoras fundamentais com eficiência, além de fortalecer uma boa base para vivências futuras na modalidade ou em qualquer outra atividade.

No processo de ensino–aprendizagem da ginástica solo, temos como fatores determinantes: particularidades dos exercícios propostos; capacidade das crianças; conhecimento do professor, otimização do momento de aprender; orientação do processo de ensino (passar a informação, mostrar a operação, ajudar no controle e fazer as correções).

## Conclusão

As competências motoras são adquiridas e melhoradas por diversos fatores, levando eles o nome de restrições. A proficiência motora das crianças é influenciada por restrições relacionadas com a tarefa, o indivíduo e o contexto. Como competências motoras temos: locomoção, estabilização e manipulação.

De acordo com o Estágio em que a criança se encontra, a ginástica deve ser conduzida e evoluída através de uma progressão vinda de um passo a passo (de onde começa até o objetivo final), apresentando características específicas em cada estágio. No Estágio Elementar observa-se um controle e coordenação rítmica melhor nos movimentos considerados fundamentais, além da melhora nos elementos temporais e espaciais do movimento. No Estágio Maduro os movimentos são melhores,

mais coordenados e controlados, sendo este um estágio mais propício a maiores desafios durante as aulas.

## Referências

AYOUB, E. **Ginástica geral e educação física escolar**. 2ª Ed. São Paulo: Unicamp, 2007.

AZUL ESPORTES (2023). Disponível em: <https://www.azulesportes.com.br/arco-ginastica-ritmica-oficial-85cm-fita-holografica-prata-e-azul-azul-esportes.html>. Acessado 12/12/2023.

BOURGEOIS, M. **La gymnastique en milieu scolaire**. Boletim AFRAGA., n. 4, p. 10-3. In: Estapé, E. Las habilidades gimnásticas en el ámbito educativo. Barcelona: Inde, 1998.

CARRASCO, R. **Tentativa de Sistematização da Aprendizagem: Ginástica Olímpica**. São Paulo: Manole, 1982. 149 p.

CLARK, J. E. On the problem of motor skill development. Journal of Physical Education, Recreation and Dance, Reston, v. 78, n. 2, p. 39-45, jun. 2007.

CONNOLLY, K. **Desenvolvimento Motor: passado, presente e futuro**., Ver. Paul. Educ. Fís., São Paulo, supl.3. p-6-15, 2000.

DARIDO, S. C; RANGEL, I. C. A. **Educação física na escola: implicações para a prática pedagógica**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

EFDEPORTES (2012) Disponível em: <https://www.efdeportes.com/efd164/desempenho-motor-praticantes-de-ginastica-ritmica.htm>. Acessado 12/12/2023.

HIRATA, A.C.S; **Programa de Exercícios Sensórios Motores em Ginástica Rítmica-GR**. 2016. Dissertação (Mestrado em Exercício Físico na Promoção da Saúde). Unopar. Paraná.

LIGA DE GINÁSTICA ARTÍSTICA ESCOLAR – LGE (2022). Disponível em: <http://le2.com.br/LE2/REGULAMENTO%20LGE%202022.PDF>. Acessado 12/12/2023.

PÉREZ GALLARDO, Jorge Sergio Proposta de uma linha de Ginástica para a Educação Física Escolar. In: NISTA-PICOLLO, Vilma Leni (Org.). **Educação Física Escolar: ser... ou não ter?**. Ed. Unicamp, Campinas (São Paulo), 1993, p. 117-136.

PROJETO DA PREFEITURA DE CABO FRIO (2016). Disponível em: <https://www.fiquebeminformado.com.br/2015/04/projeto-da-prefeitura-de-cabo-frio.html>. Acessado 12/12/2023.

GALLAHUE, L. D. **A classificação das habilidades motoras de movimento: um caso para modelos multidimensionais**., v.13, n.2, p.105-111, 2002

GALLAHUE, L. D. O desenvolvimento motor pode ser conceitualizado, usando uma ampulheta heurística, como um processo fase-estágio descontínuo e sobreposto.

GALLAHUE, L. D; OZMUN, C. J. **Compreendendo o Desenvolvimento Motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. 3ed. São Paulo: Phorte, 2005.

ISTOCK (2011). Disponível em: <https://www.istockphoto.com/br/foto/beb%C3%AA-menina-dando-uma-ponte-em-malha-de-gin%C3%A1stica-gm164963453-15563153>. Acessado 12/12/2023.

KREBS, R. J. A teoria dos sistemas ecológicos: um paradigma para a educação infantil. Santa Maria: Ed. da UFSM, 1997.

NEWELL, K. M. Constraints on the development of coordination. In: WADE, M. G.; WHITING, H. T. A. (Org). Motor development in children: aspects of coordination and control. Boston: Martin Nijhoff, 1986

PÉREZ GALLARDO, Jorge Sergio Proposta de uma linha de Ginástica para a Educação Física Escolar. In: NISTA-PICOLLO, Vilma Leni (Org.). **Educação Física Escolar: ser... ou não ter?**. Ed. Unicamp, Campinas (São Paulo), 1993, p. 117-136.

PIAGET, J. Desenvolvimento humano: um esboço das perspectivas de Jean Piaget. **Revista Dimensão Acadêmica.**, v. 2, n.1, jan-jun, 2017

SOARES. C. L. **Educação física: raízes européias e Brasil.** São Paulo: Autores Associados, 1994

SOARES. C. L. **Imagens da educação no corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX.** 2ª Edição. São Paulo: Autores Associado, 1998

STODDEN, D. F. et al. **A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: an emergent relationship.** Quest, Chicago, v. 60, n.1, p. 290–306, jan. 2008.

TOLEDO, E. **A ginástica geral como uma possibilidade de ensino da ginástica nas aulas de educação física.** Monografia de Graduação. Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP), 1995.

VALENTINI, N.C., SPESSATO, B.C., SOUZA, M.S. Habilidades Motoras Fundamentais e as Possíveis Relações com Níveis de Atividade Física, Estado Nutricional e Sexo. **Revista Acta Brasileira do Movimento Humano**, São Paulo: v.4, n.1, p;41-51, 2014.

WENNER PH, et al. **Ensinando Ginástica para Crianças.** 3ª ed. Editora Manole, 2015

WIKIHOW (2018). Disponível em: <https://pt.wikihow.com/Fazer-um-Salto-Mortal-de-Frente-%28Para-Iniciantes%29>. Acessado 12/12/2023.

XAVIER, Telmo Pagana. **Métodos de ensino em Educação Física.** São Paulo: Manole, 1986