

EFE0159 – Ginástica Para Todos



GYMNU**SP**

Michele Viviene Carbinatto



Enoly



Lionela



Ginástica Artística
Ginástica de Trampolim

FEF/UNICAMP

GGU



VIBORG

NUCORPO

EEFE/USP



RIO/2016

CBG

GYMNUSP



Join at **www.kahoot.it** or with the **Kahoot! app**
with Game PIN:

481541

Go to www.menti.com and use the code 84 26 53 0

O que você entende como ginástica para todos?



GINÁSTICA PARA TODOS
Todos podem vivenciar a ginástica!



<https://www.youtube.com/watch?v=PwEtmoNo14I>

<https://www.youtube.com/watch?v=5x93pXSk2m0> 1'15"

WWW.MENTI.COM CÓDIGO 8426530

O que você considera imprescindível para atuar na GPT?

- 1st | Compreender aspectos biomecânicos
- 2nd | Compreender princípios e valores
- 3rd | Compreender campos de atuação
- 4th | Compreender metodologias para atender a diversidade
- 5th | Compreender aspectos artístico-coreográficos

Agenda

- ✓ **Objetivos**
- ✓ Estrutura das aulas
- ✓ Critérios de avaliação

1. Identificar os fundamentos da ginástica para todos (GPT) nos aspectos biomecânicos e pedagógicos

2. Vivenciar os fundamentos das ginásticas com e sem a utilização de aparelhos



3. Adquirir resistência muscular local e condicionamento físico geral por meio da prática de elementos ginásticos



4. Refletir sobre a estética e técnica dos movimentos ginásticos



5. Propor composições de sequências de elementos de ginástica com criatividade e criticidade



Agenda

- ✓ Objetivos
- ✓ Estrutura das aulas
- ✓ Critérios de avaliação



Google Meet





Agenda

- ✓ Objetivos
- ✓ Estrutura das aulas
- ✓ Critérios de avaliação

1. Diário de Campo / Portfólio pessoal sobre GPT

 **Texto livre sobre as experiências da disciplina aula a aula; durante processos de trabalho remoto; reportagens; filmes/documentários entre outros.**

PESO 20

2. Análise de coreografias – final agosto (entre pares, uma duplinha 😊)

🦋 Festival a ser indicado, conforme número de alunos

🦋 Links ativos do Youtube

🦋 Utilização de ficha padronizada (GOOGLE FORMS)

PESO 20

Tabela de Requisitos – orientadora da observação dos grupos
 Baseado em Gerling(s/d)

Identificação do grupo		
Nome do grupo:		
Integrantes		
Número total de integrantes:		
Número de ginastas:		
Masculino:	Feminino:	
Faixa etária dos ginastas:		
Crianças (<u> </u>) Adolescentes (<u> </u>) Jovens (<u> </u>) Adultos (<u> </u>) Idosos (<u> </u>) Famílias (<u> </u>)		
Modalidades em que a composição coreográfica está baseada		
Ginástica Geral (<u> </u>)	Ginástica Acrobática (<u> </u>)	Ginástica Aeróbica (<u> </u>)
Ginástica Artística (<u> </u>)	Ginástica Rítmica (<u> </u>)	Ginástica de Trampolim (<u> </u>)
Dança (<u> </u>)	Dança tradicional (<u> </u>)	Ginástica feminina (<u> </u>)
Outra (<u> </u>):		

Características da composição coreográfica

Figurino

Utiliza acessórios ligados ao figurino? Quais?

Figurino ligado ao tema da coreografia () Figurino comum de ginástica ()

Maquiagem temática ()

Implemento

Sim () Não ()

Qual?

Manual () Decorativo () Ligado à modalidade ginástica ()

Implementos novos ou do dia-a-dia () Objeto como palco/cenário () Objetos que produzem sons ()

Música

Tradicional do país de origem () Popular () Música de séries obrigatórias de modalidades ()

Clássica () Variada ()

Duração:

Utilização do espaço – Entradas e saídas

Entrada com a música ()

Saída com a música ()

Entrada para posicionamento antes da música ()

Saída após pose final, sem a música ()

Outra:

Outra:

Movimentos

Qualidade técnica: excelente () boa () média () ruim ()

Música

Tradicional do país de origem () Popular () Música de séries obrigatórias de modalidades ()
Clássica () Variada ()

Duração:

Utilização do espaço – Entradas e saídas

Entrada com a música ()

Saída com a música ()

Entrada para posicionamento antes da música ()

Saída após pose final, sem a música ()

Outra:

Outra:

Movimentos

Qualidade técnica: excelente () boa () média () ruim ()

Relação música e movimento: sim () não ()

Fundamentos ginásticos () Movimentos mais avançados ()

Tema

Sim () Não ()

Qual?

3. Participação durante as aulas

- 🐛 Práticas remotas;
- 🐛 Sugestões de atividades
- 🐛 Discussões

PESO 10

Exemplo



- **Objetivo:** Promover experiências ginásticas para a terceira idade.
- **Introdução:** Defender a importância e a aplicabilidade da GPT para idosos.
- **Fundamentação Teórica:** Apresentar os princípios da GPT para que a diretoria do local compreenda a proposta.
- **Fundamentação Prática:** Indicar 10 aulas (uma vez por semana de 1h30 minutos) em que a GPT será o tema da aula com os idosos.
- **Indícios de caminhos vindouros:** Mostrar projetos de GPT para idosos que já acontecem no Brasil e/ou Mundo

4. Composição coreográfica – final novembro (grupos variados!)

🦋 Montar uma composição coreográfica totalmente ON-LINE 😊

🦋 Preencher fita detalhada da composição

🦋 Diário de Campo da composição

🦋 APRESENTAR! =)

PESO 50

Características Gerais	Observações	Encaminhamentos
<p>Tempo da Coreografia (máxima 4') já incluída arrumação material portátil (máxima 6') arrumação material não portátil</p>		
<p>Música: adequação; qualidade de gravação; alusão à cultura brasileira; não inserção de palavras de baixo calão ou preconceituosas</p>		
<p>Espaço: utilização do espaço cedido (14x14); mudanças de formação do grupo no espaço (ocupação)</p>		
<p>Estética: Ritmicidade; Sincronismo entre participantes; participantes e materiais; participantes e música</p>		
<p>Ginástica: Utilização de elementos da ginástica como base da coreografia, qualidade técnica</p>		

Ginástica: Utilização de elementos da ginástica como base da coreografia, qualidade técnica

Segurança: Grupo atende as normas básicas de segurança; nenhum ginasta é colocado em risco; equipamentos;

Figurino: Há coerência entre tema, música e figurino; o figurino atende aos padrões básicos da sociedade e apresentação para público de qualquer idade.

PARECER GERAL DO COMITÊ:

- <https://www.youtube.com/watch?v=qlYzpe9bYUs>
- <https://www.youtube.com/watch?v=jV2h2JylvBU>
- <https://www.youtube.com/watch?v=vp6B4HDfFZA>
- https://www.youtube.com/watch?v=t72S_Ebm4s8

~ Convite ~

