

III MOSTRA DE TRABALHOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

VIVÊNCIAS NA INICIAÇÃO ESPORTIVA DA GINÁSTICA ARTÍSTICA

Ana Beatriz Rolemberg Defendi¹

Anna Carolina Della Chiesa Albéfaro¹

Prof. Me. Elson Aparecido de Oliveira²

¹Alunas do curso de Educação Física do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG.

²Professor do Curso de Educação Física do Centro Universitário de Várzea Grande – UNIVAG.

Introdução: O presente estágio foi realizado em um Centro de Ginástica Artística, localizado na cidade de Cuiabá, que atua na formação e preparação de atletas para competições de Ginástica. A modalidade caracteriza-se pelo desenvolvimento de capacidades físicas e motoras como coordenação, equilíbrio, força, flexibilidade e controle corporal, sendo praticada em aparelhos como solo, trave, barras e salto. A instituição possui estrutura adequada para a prática esportiva, contando com equipamentos específicos e materiais auxiliares utilizados nas aulas e progressões pedagógicas. O estágio foi desenvolvido com turmas compostas por crianças entre 6 e 14 anos, incluindo alunos iniciantes e praticantes com experiência prévia na modalidade. As atividades realizadas voltaram-se para a iniciação esportiva, respeitando o nível de desenvolvimento motor e cognitivo dos alunos. Os treinos envolveram exercícios básicos, adaptação aos aparelhos e desenvolvimento das capacidades motoras necessárias para a prática da Ginástica Artística. Além disso, as turmas reduzidas possibilitam maior atenção individualizada e melhor acompanhamento do processo de aprendizagem. **Desenvolvimento da experiência:** A experiência de estágio proporcionou a ampliação dos conhecimentos relacionados à prática pedagógica na Educação Física, especialmente no ensino da Ginástica Artística. Durante o período de acompanhamento, foram desenvolvidas competências como planejamento de aulas, organização do ambiente esportivo, aplicação de progressões pedagógicas e aprimoramento da didática no trabalho com crianças. Dessa forma, o estágio contribui significativamente para a formação acadêmica e profissional, aproximando a teoria da prática no contexto esportivo. Durante o período de estágio no Centro de Treinamento de Ginástica Artística, a professora supervisora desenvolveu atividades utilizando exercícios técnicos nos aparelhos e atividades físicas para o desenvolvimento de força, equilíbrio, flexibilidade e coordenação motora. Também foram realizadas atividades lúdicas e exercícios analíticos, visando a adaptação das alunas aos movimentos básicos da modalidade. Durante o estágio, foi possível acompanhar a organização das aulas, as progressões pedagógicas e a condução das atividades conforme o nível de aprendizagem das alunas. **Resultados e Discussão:** A experiência de estágio proporcionou maior compreensão sobre a relação organização e condução das aulas de ginástica artística, permitindo aprofundar os conhecimentos relacionados a progressões pedagógicas, planejamento de atividades e desenvolvimento motor das alunas. A participação nas aulas possibilitou compreender a importância de identificar o momento adequado para progredir nos exercícios, respeitando os limites físicos das crianças e

III MOSTRA DE TRABALHOS DO CURSO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

evitando o excesso de desgaste durante os treinamentos. Além disso, foi possível perceber a importância do equilíbrio entre atividades lúdicas e exercícios técnicos analíticos no processo de ensino aprendizagem da modalidade. **Considerações finais:** Como ponto positivo, destaca-se o acompanhamento próximo das alunas e a vivência prática nos aparelhos de ginástica artística. Como dificuldade, ressalta o desafio de adaptar as atividades para diferentes níveis de aprendizagem dentro da mesma turma. A vivência no estágio no Centro de treinamento de Ginástica Artística, permitiu compreender a atuação do profissional de Educação Física na iniciação esportiva, possibilitando o acompanhamento das atividades de planejamento, organização e condução dos treinos. A experiência contribuiu para o desenvolvimento de conhecimentos relacionados às progressões pedagógicas, métodos e adaptação dos exercícios, bem como a importância do equilíbrio entre as atividades lúdicas e técnicas, colaborando de forma significativa para a formação acadêmica e profissional.

Palavras-chave: Ginástica; Estágio; Iniciação Esportiva.