

OS BENEFÍCIOS DA GINÁSTICA GERAL INCLUSIVA PARA CRIANÇAS COM SÍNDROME DE DOWN

Francielly Machado Pereira ¹

Danubia Aires²

RESUMO

Esse estudo tem foco na análise dos benefícios da Ginástica Geral para crianças que possuem a Síndrome de Down, com a finalidade de uma pesquisa intervenção com os alunos do Cariacica Down, realizado com cinco alunos participantes na faixa de cinco à sete anos, proposta feita com elementos da modalidade, música com mini coreografias, manuseio dos aparelhos, jogos e entre outras dinâmicas. Nessa direção, propôs-se, enquanto objetivo geral: Investigar quais são os principais desafios e possibilidades, relacionados ao trato metodológico da ginástica geral para crianças e adolescentes com a Síndrome de Down. Especificamente buscamos: Buscar propor intervenções pedagógicas valendo-se da ginástica geral, no projeto Cariacica Down; Identificar e analisar, a luz da bibliografia produzida na área, quais são os benefícios da ginástica enquanto conhecimento da cultura corporal, para crianças e adolescentes com a Síndrome de Down; Analisar os principais desafios e as possibilidades para realização das atividades propostas na perspectiva dos alunos. Por fim, foi visto o quanto esse conteúdo da Ginástica Geral se mostrou eficiente quanto aos processos de inclusão das crianças, entretanto, de forma lúdica para as crianças. Essas experiências possibilitaram aos alunos interagirem com outras crianças, conheceram alguns aparelhos da modalidade, realizaram diferentes atividades e se apropriaram de novas experiências corporais.

Palavras-chave: Educação Física, inclusão, ginástica geral.

ABSTRACT

This study focuses on the analysis of the benefits of General Gymnastics for children who have Down Syndrome, with the purpose of an intervention research with Cariacica Down students, carried out with five participating students in the range of five to seven years, proposal made with elements of the modality, music with mini choreographies, handling of the devices, games and among other dynamics. In this direction, it was proposed, as a general objective: Investigate what are the main challenges and possibilities, related to the methodological treatment of general gymnastics for children and adolescents with Down Syndrome. Seeking to propose pedagogical interventions using general gymnastics, in the Cariacica Down project; Identify and analyze, in the light of the bibliography produced in the area, what are the

¹ Graduando o Curso de Educação Física – Bacharelado do Centro Universitário Salesiano (fran_ginasticaritimica_@hotmail.com)

² Professora de Educação Física, Mestre em Educação UFRJ (dsouza@salesiano.br)

benefits of gymnastics as a knowledge of body culture, for children and adolescents with Down Syndrome; Analyze the main challenges and possibilities for carrying out the proposed activities from the perspective of the students. Finally, it was seen how this General Gymnastics content proved to be efficient in terms of children's inclusion processes, however, in a playful way for children. These experiences made it possible for students to interact with other children, get to know some devices of the modality, perform different activities and appropriate new body experiences.

Keywords: Physical Education, inclusion, general gymnastics.

1. INTRODUÇÃO

No estudo proposto Kisner (1998) foi visto sobre a importância da estimulação no desenvolvimento das crianças e adolescentes que possuem a Síndrome de Down, as forças musculares melhoram à medida que a criança fica mais velha, e que para acelerar este processo de ganho de força e aumento do tônus, a maneira mais indicada é a prática de atividades físicas com programas de exercícios resistidos que recrutam diferentes tipos de fibras musculares, por essa razão a ginástica geral foi considerada nesta pesquisa, pois ao ser praticado temos um retorno com inúmeros benefícios, visto que é uma atividade corporal completa, pois contribui para o desenvolvimento de habilidades fundamentais da criança.

Vale ressaltar que a ginástica geral pode ser oferecida de forma lúdica, auxiliando também de base para outros esportes e atividades, além de um enriquecimento significativo da coordenação, equilíbrio, confiança, disciplina, criatividade e fortalecimento muscular, que é de suma importância para o crescimento.

Estas atividades ajudam a fortalecer a musculatura desde que sejam adaptadas de acordo com as limitações que podem estar presentes nos indivíduos, colaborando para um desenvolvimento mais rápido que o normal para os que possuem a Síndrome de Down, trazendo para ele também uma facilidade em determinadas tarefas do dia a dia que necessitam de esforços.

Segundo Soares (1992) a ginástica se caracteriza como uma prática social, visto que, proporciona uma dinâmica de trabalho em equipe, sendo primordial a cooperação e a ajuda um com o outro, permitindo ao mesmo tempo a liberdade para realizar as próprias ações corporais e, também, uma maior interação entre todos, sem que tenha delimitação.

Nos primeiros anos de vida, a estimulação precoce é fundamental para o desenvolvimento do bebê com síndrome de Down, porém, para que isso se desenvolva, precisamos de uma liberação antes de iniciar a prática, então o primeiro passo é fazer uma avaliação médica ou ortopédica para saber se a criança apresenta instabilidade atlanto-axial (condição que atinge cerca de 15% das pessoas que nasceram com a síndrome) ou outro problema específico que precise ser levado em consideração para essa prática, a partir disso a criança estará apta para a prática. Passada esta fase inicial, uma opção indicada seria o esporte por ser um aliado importante para promover o fortalecimento muscular e a socialização, entre outros benefícios.

Desta forma, visto por Saad (2003) é essencial que os profissionais que possam vir lidar com as pessoas que possuem a Síndrome de Down, precisam estar cientes que cada indivíduo com essa síndrome pode ter limitações e desenvolvimentos diferentes uns dos outros. A SD não apresenta características estáticas no modo e intensidade de manifestar-se, também não apresenta uniformidade no desenvolvimento de quem apresenta a síndrome.

Levando isso em consideração, o destaque da ginástica geral é que possibilita que todos tenham experiências corporais sem se sentirem excluídos por não atingirem um exercício correto, ao contrário, torna possíveis relações de generosidade através dos movimentos apesar das diferenças, pois não há a obrigatoriedade da forma de executar da forma certa e nem determinado nível de desempenho. Diante dessa realidade, a ginástica geral torna-se um conteúdo de Educação Física potencializador de processos inclusivos, em que dá lugar a todos os envolvidos, não importando a diversidade de limitações e estereótipos que podem estar presentes.

No período primário da trajetória escolar, a inclusão destes alunos é de suma importância, pois assim como toda criança, deve ser tratado com indiferença quando for relacionada aos cuidados básicos como proteção e afeto. Ainda que de uma forma diferente e com algumas limitações, todos possuem capacidade de se relacionarem, de conviver, brincar, interagir e aprender. (ANHÃO; PFEIFER; SANDOS, 2010).

Nesse contexto, o interesse sobre esse tema surgiu a partir de vivências e experiências relacionadas à ginástica geral, conseqüentemente pensando na inclusão e nos benefícios que podem ser promovidos para deficientes intelectuais, no qual é uma das características principais de pessoas com Síndrome de Down.

Nessa direção, propôs-se, enquanto objetivo geral: Investigar quais são os principais desafios e possibilidades, relacionados ao trato metodológico da ginástica geral para crianças e adolescentes com a Síndrome de Down. Especificamente, buscamos: Propor intervenções pedagógicas valendo-se da ginástica geral, no projeto Círculo Down; Identificar e analisar, a luz da bibliografia produzida na área, quais são os benefícios da ginástica enquanto conhecimento da cultura corporal, para crianças e adolescentes com a Síndrome de Down; Analisar os principais desafios e as possibilidades para realização das atividades propostas na perspectiva dos alunos.

Tendo base no conceito de inclusão, para Sassaki (2003), o processo de intervenção e as experimentações realizadas pelos alunos, oportunizam o contato/interação deles com essa rica prática corporal, em uma ação de colaboração e respeito mútuo. Concretizando que o caráter inclusivo da ginástica geral é determinante para se trabalhar nesse aspecto em uma turma inclusiva.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 GINÁSTICA GERAL: ORIGEM, CONCEITOS E HISTÓRIA

O termo Ginástica Geral (GG) foi apresentado pela Federação Internacional de Ginástica (FIG) no final da década de 1970 e início de 1980, ao se referir às atividades da ginástica fora da competição, apresentamos uma prática que tem como objetivo cuidados com a saúde, bem-estar e até mesmo a beleza do

corpo, englobando vários tipos de ginástica como por exemplo: Ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica aeróbica, ginástica acrobática e de trampolim. Deste modo, a ginástica geral soma e muito ao desenvolver a saúde, a condição física e a integração social.

Conforme Souza (1997), a concepção que conduz a GG tem propriedade para estimular à criatividade e o bem-estar dos que praticam, uma capacidade surpreendente de fazer a união entre as pessoas, prevalecendo o prazer ao ser realizado. Sua riqueza está exatamente no princípio de privilegiar todas as formas de trabalho, estilos, tendências, influenciados por uma variedade de tradições, simbolismos e valores que cada cultura agrega.

A GG, de acordo com o General Gymnastics Manual FIG (1993, p.34) compreende as seguintes atividades:

Ginástica e dança: dança teatro, dança moderna, dança aeróbica, balé, folclore, ginástica, jazz, ginástica rítmica, solo, aeróbica e de condicionamento físico; Exercícios com aparelhos: ginástica com aparelhos de grande porte (cavalos, paralelas, etc.), ginástica com aparelhos manuais (bolas, fitas, arcos, etc.), ginástica com aparelhos não convencionais (caixas, galões de água, bambus, dentre outros), tumbling, trampolim, rodas, acrobacias; Jogos: pequenos Jogos, jogos de condicionamento físico, jogos sociais, jogos esportivos, jogos de reação.

Para Chaparim (2008) ginástica geral é uma prática carregada de benefícios com finalidades determinantes para a melhora do crescimento individual e coletivo, enriquecendo significativamente o bem-estar físico, mental, social e também o aumento da interação de seus praticantes. O mais importante nesse processo de inclusão são as possibilidades que essa modalidade oferece, sendo uma prática abrangente, que favorece a participação de qualquer pessoa, independentemente de gênero, idade, capacidades, habilidades e condições físicas, por tanto, essa decorrência vem por ser uma prática tranquila que não tem normas rígidas nem padrões obrigatórios, além de não ter um número determinado de participantes nem finalidades competitivas, assim, proporcionando conteúdos com diversos temas, formas, estilos, ritmos, músicas, materiais e vestimentas diferentes.

Ayoub (2007) ressalta que a prática da GG é organizada por diversas formas de ginástica, o que proporciona a renovação de possibilidades da mesma nas aulas de Educação Física. Essa modalidade permite um trabalho numa perspectiva lúdica, assim, podendo se adequar em qualquer ambiente, trazendo o conteúdo de forma criativa, sendo possível enxergar a melhora do nível de desempenho dos desenvolvimentos em que as crianças se encontram com a realização dessa prática.

Segundo Ayoub (2003, p. 87)

Aprender ginástica geral na escola significa, portanto, estudar, vivenciar, conhecer, compreender, perceber, confrontar, interpretar, problematizar, compartilhar, apreender as inúmeras interpretações da ginástica para, com base nesse aprendizado, buscar novos significados e criar novas possibilidades de expressão gímnica. Sob essa ótica, podemos considerar que a ginástica geral, como conhecimento a ser estudado na educação física escolar, representa a Ginástica. Considerando ainda, as características fundamentais da GG, podemos afirmar que a ginástica traz consigo a possibilidade de realizarmos uma reconstrução da ginástica na educação física

escolar numa perspectiva de “confronto” e síntese e, também, numa perspectiva lúdica, criativa e participativa.

Os autores Mürmann e Baecker (1998) e Ayoub (2003) citam sobre as diferenças entre as ginásticas comparando e conceituando conforme podemos analisar na tabela abaixo (TABELA 1).

Tabela 1. Paralelo entre Ginástica Esportiva e Ginástica Geral, baseado em Mürmann e Baecker (1998); Ayoub (2003)

Ginástica Esportiva (competição)	Ginástica Pedagógica ou Ginástica geral
• Valoriza a competição; • Movimento não é visto como ação; • O aluno não tem possibilidade de construir seus conhecimentos com o professor, seguindo as ordens deste; • Concepção de aulas fechadas; • O se movimentar é reduzido a formas esportivas de movimento; • Os conteúdos são pré-determinados pelo professor; • Valoriza sequência metódica de exercícios em etapas separadas; • Treinamento e fixação do gesto técnico; • Aluno é um espectador. • Seletiva: limitado número de participantes; • Regras rígidas pré-estabelecidas; • Caminha no sentido da especialização; • Comparação formal, classificatória definida por pontuação; • Visam sobre tudo o vencer.	• O movimento é uma relação do homem com o mundo; • A maior preocupação é de educar os alunos no sentido de que possam adquirir competências para agir; • A aula é configurada na concepção de aulas abertas à experiência; • Os alunos definem suas próprias situações de “se movimentar”; • O professor/aluno toma decisões coletivas; • O aluno é o centro do ensino; • Os conteúdos não se limitam a repetir movimentos pré-determinados; • A ginástica é vista como mediação para a resolução de problemas; • O planejamento deve ser significativo para o educando; • Criar situações que estimulem o aluno a agir e que estes problemas sejam resolvidos por ele; • Fazer os alunos descobrirem seus limites; • Metodologia baseada na aprendizagem por problemas; • Visa o prazer.

Fonte: Revista Kenesis (1998)

Visto que essa concepção visa à proposta metodológica de se movimentar, temos como prioridade que alunos possam construir seus conhecimentos, enfatizando autonomia do movimento e não aspectos ligados à técnica de movimento, onde o mesmo afirma que: “... onde o aluno possa construir suas situações de movimento, tomando decisões e participando da construção da aula, ou seja, também enfatizando os aspectos pedagógicos e não somente os aspectos técnicos e desportivos do movimento humano.” (MURMANN E BAECKER, 1998).

Segundo Toledo, Tsukamoto e Gouveia (2009) o número indefinido de participantes, o estímulo à criatividade, a inserção de elementos da cultura e o favorecimento da inclusão são alguns fundamentos da GG.

As definições e principais características dessa modalidade citadas por Souza (1997, p. 17):

“A Ginástica Geral é uma atividade gímnica (relativa à Ginástica), proposta, orientada e difundida pela Federação Internacional de Ginástica (FIG). Está condicionada aos fundamentos da Ginástica,

podendo ser considerada como um fenômeno cultural, por apresentar características de cada povo, respeitando suas tradições. Com um alto valor educacional, por seus aspectos sociais, recreativos e de saúde, esta atividade permite que, através de sua prática, se possa abrir um espaço para a criatividade, estimulando a participação de qualquer ser humano, independente de raça, nível social, idade, sexo, condição física ou técnica. Além dos fatores mencionados, há também que se destacar o aspecto lúdico, uma das principais características da Ginástica Geral. A inexistência de normas rígidas vem colaborar com a participação mais efetiva, agregando atletas, ex-atletas e não atletas, onde as ações motrizes, padronizadas ou não, favorecem a liberdade de gestos em qualquer nível de complexidade.”

Essa prática pode favorecer a saúde, a condição física e a integração social e despertar o interesse pessoal pela prática de atividades físicas, contribuindo para o bem-estar físico e psicológico de seus praticantes.

2.2 SÍNDROME DE DOWN

A Síndrome de Down é causada pela presença de três cromossomos 21 nas células dos indivíduos, em vez de dois, surge a partir de uma mudança de componentes genéticos. O genoma é formado por 46 cromossomos, 23 deles provenientes do pai e 23 da mãe, totalizando 23 pares. Pessoas que apresentam esta síndrome apresentam 47 cromossomos caracterizados pela trissomia no par 21 (FLORÉZ, 1997).

Diante esse fato, essa alteração genética afeta o desenvolvimento do indivíduo, determinando a desenvoltura de alguns aspectos. Esta é considerada a mais comum das anomalias genéticas e das deficiências mentais (GUSMÃO, TAVARES, e MOREIRA, 2003, apud GESTAL, 2008).

De modo geral, a síndrome caracteriza-se por: hipotonia muscular, hiperflexibilidade articular devido à frouxidão, face achatada, pavilhões auriculares com implantação baixa, aumento do epicanto interno, macroglossia, baixa estatura, deficiência mental, postura anteriorizada com antepulsão de ombro e semi-flexão de tronco, base aumentada pela falta de equilíbrio, prega única nas palmas, olhos com fendas palpebrais oblíquas, língua grande e falta de atenção (SBROGGIO & ROBINSON, 2002).

Segundo Holden; Stewart (2002, p. 24-28),

Crianças com Síndrome de Down (SD) apresentam uma considerável dificuldade intelectual, mas, assim como qualquer outra criança, não é possível prever o futuro potencial cognitivo que ela apresentará. Sabe-se que existe uma vasta exploração das habilidades cognitivas destas crianças, tanto daquelas que apresentam dificuldades intelectuais muito significativas como também das que apresentam dificuldades moderadas. Algumas características específicas são observadas neste grupo de crianças, quando se tornam estudantes, dentre elas pode-se citar: dificuldades com a memória curta auditiva; dificuldades com a linguagem e fala; dificuldades sensoriais com a audição e visão; dificuldade em generalizar de uma situação ou lugar para outro; forte consciência e percepção visual e habilidades de aprendizagem visual; atraso na coordenação motora grossa e fina; e dificuldade de processamento auditivo.

O exercício físico ligado diretamente com a Educação Física é fundamental ao promover o estímulo do desenvolvimento psicomotor, fortalecendo os ossos e articulações, colaborando e muito para o crescimento saudável. Sendo assim, com uma boa estimulação e dedicação farão com que desenvolvam ao máximo seu potencial.

Durante o desenvolvimento da criança é necessário um tratamento repleto de carinho, atenção, respeito, entretenimento e estimulação independente do fato de portar ou não a síndrome. Segundo Vygotsky (1994), a esfera que cerca os que possuem a SD tem uma capacidade de proporcionar uma forma de interação muito forte influenciada pela estimulação deste desenvolvimento, oportunizando a absorção de experiências e interpretações responsáveis pela formação da criança.

A Educação Física, quando adaptado ao aluno que apresenta alguma deficiência, possibilita ao mesmo a compreensão de suas limitações e capacidades, auxiliando-o na busca de uma melhor adaptação (CIDADE; FREITAS, 1997). A exclusão no decorrer das atividades subtrai as oportunidades de desenvolvimento da criança, perante o exposto, a Educação Física na escola tem um papel fundamental, pois concebe um vasto campo de adaptação abrangendo a participação de todos nas atividades físicas, proporcionando uma grande valorização dos participantes.

3.3 PROCESSO DE INCLUSÃO

A inclusão tem um papel fundamental na sociedade, é notória representatividade de um processo contínuo em constante andamento na atualidade. No que se refere ao ambiente escolar, incluir alunos com déficits de diferentes naturezas engloba adotar práticas que tornem a escola um lugar democrático com a participação de todos em suas atividades propostas. Para isso, é necessária para além de enriquecimento curricular, a boa vontade por parte dos professores, o apoio do poder público por meio de estruturação do espaço físico adaptado e fornecimento de material didático apropriado (SALES et.al 2015).

Para Buckley e Bird (1998), é confirmado de fato que as escolas inclusivas têm se mostrado como as melhores escolas para todo tipo de criança, essas mesmas intuições de ensino, vem apresentando a importância do preparo para receber crianças com algum tipo de necessidade, onde muitas evidências mostram essa melhora significativa no ensino e na educação de todas essas crianças. Nesse processo de inclusão é notório que todas as crianças são afetadas positivamente, não só aquelas que possuem algum tipo de deficiência, pois passam a conviver com a diversidade e tornam-se seres humanos mais preparados para as diferenças da vida.

A Educação Física compreende enquanto prática pedagógica a dedicação no ensino de cultura humana em suas manifestações históricas e sociais, incluindo o aluno à cultura corporal de movimento. Deste modo, sobressai o conhecimento dos alunos em sua individualidade para que sejam mais respeitados e que seja explorado seu potencial, de modo a culminar em resultados positivos na formação de cidadãos mais flexíveis, conscientes e dignos de promover a integralidade e não a exclusão. Por isso, o diálogo frequente entre professores e alunos no planejamento das ações facilita a inserção de alunos com limitações físicas e psíquicas, e desenvolve valores

benéficos a todos como o bem comum, a amizade e o respeito (SALES, et al. 2015).

Ainda temos muitos desafios a ser superado para que a inclusão se manifeste de forma mais efetiva para os alunos com Síndrome de Down diante a prática pedagógica, principalmente quando se refere ao preparo dos profissionais envolvidos na formação destes alunos, a inclusão de profissionais de diferentes áreas como fonoaudiólogos, psicólogos e fisioterapeutas e a participação ativa da família na formação de uma rede de apoio de caráter complementar processo de aprendizagem (LUIZ, et al. 2008).

3. METODOLOGIA DA PESQUISA

Trata-se de uma pesquisa do tipo qualitativa por meio da qual propõe-se contextualizar a educação física inclusiva dentro da ginástica geral, por meio de uma pesquisa intervenção que consiste em uma tendência de pesquisas participativas buscando investigar a vida de coletividades na sua diversidade qualitativa, na qual seus resultados não mostram números concretos, e sim narrativos, ideias e experiências individuais dos participantes.

Esse tipo de pesquisa só acontecerá se houver um problema comum a ser solucionado, sendo assim, ela evidencia que pesquisador/pesquisado fazem parte do mesmo processo, onde a dinâmica determinará os próprios caminhos da pesquisa, sendo uma produção do grupo envolvido.

Os objetos de uma pesquisa qualitativa são fenômenos que ocorrem em determinado tempo, local e cultura, sendo necessário ser realizado um trabalho de campo. Esse tipo de pesquisa aborda temas que não podem ser quantificados em equações e estatísticas. A abordagem qualitativa exige um estudo amplo do objeto de pesquisa, considerando o contexto em que ele está inserido e as características da sociedade a que pertence.

Visto essa explicação, a finalidade deste trabalho foi acompanhar um grupo de crianças com Síndrome de Down, alunos do Cariacica Down localizado em Alto Laje. As intervenções foram realizadas às segundas-feiras, no período matutino de 9h às 10h, algumas vezes no terraço do espaço onde havia tatame, outras vezes no quintal ao ar livre. Inicialmente foi realizada com cinco alunos com faixa etária entre cinco até seis anos, onde também aconteceram participações de alguns adolescentes em algumas aulas por se interessarem nas atividades desenvolvidas. A proposta de intervenção foi com a prática da Ginástica Geral, elementos da modalidade, manuseio dos aparelhos, jogos, música com mini coreografias e outras dinâmicas. Conforme podemos analisar na tabela abaixo o cronograma estabelecido para as intervenções. (TABELA 2).

Tabela 2: Cronograma das intervenções

Data	Conteúdo
01/10	Primeira visita ao local;
07/11	Dificuldades da ginástica rítmica e artística, atividade com música coreografada e apresentação da professora.
10/10	Roda de conversa, alongamento, apresentação dos aparelhos e mini circuito com os aparelhos no chão;

17/10	Aula com bexiga e coordenação com símbolos;
24/10	Aquecimento com brincadeira, atividade física com os aparelhos, manuseio do aparelho arco e bola;
31/10	Jogos, mímicas e dança com a fita;
07/11	Dificuldades da ginástica rítmica e artística, atividade com música coreografada e apresentação da professora;
14/11	Aula com música ao som do violão, dinâmica com o aparelho arco.

Fonte: Elaboração própria

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao recordarmos sobre o conceito da Ginástica Geral, sendo esta entendida enquanto uma prática corporal que valoriza a participação de todos dentro dos seus limites, ideais, possibilidades e potencialidades. Vimos que essa modalidade por si só, já é uma prática que facilita a interação entre os indivíduos, por ser uma prática caracterizada pelo prazer em praticar, pela liberdade de expressão, diversão, dentre outros fatores.

Inicialmente foi proposta uma ideia com movimentos técnicos da modalidade, porém, logo nas primeiras aulas foi preciso reformular a dinâmica dos exercícios para que as crianças se sentissem mais à vontade com os movimentos, pois tiveram um pouco de dificuldade de realizar os elementos iniciais. Com a mudança no planejamento, foi possível perceber o quanto elas se deram bem com o manuseio dos aparelhos e dancinhas. Nessa direção, as aulas foram melhorando a cada dia, à medida que as crianças adquiriam mais confiança tanto no professor quanto nas atividades.

Muitos pontos positivos foram extraídos dessas intervenções, mas foi preciso organizá-las com novas estratégias. Foi percebido que os alunos se deram muito melhor com o fato de fazerem movimentos coreografados seguindo um ritmo próprio nosso de cantarolar. Nos momentos finais das aulas, os alunos eram colocados em círculo onde podia relatar sobre a experiência, a intenção era avaliar os processos de ensino e aprendizagem por meio do retorno dos alunos, bem como, por meio da observação constante dos mesmos, buscando analisar o desenvolvimento de cada um.

Segundo Ayoub (2007) essa modalidade é constituída por um vasto leque de possibilidades, extremamente inclusas nas aulas de Educação Física e também potencializa o trabalho em uma perspectiva lúdica e participativa. Frente a este contexto, foram realizadas intervenções com atividades lúdicas de forma natural, englobando ginásticas em geral, mímicas, canções, além de jogos e brincadeiras para o ensino dos movimentos. Houve também a promoção de experiências na exploração dos aparelhos, sempre respeitando cada limitação e individualidade, favorecendo a interação e criando possibilidades.

Posto isto, buscamos analisar os benefícios da experimentação da Ginástica Geral com as crianças que possuem a Síndrome de Down deste projeto.

Ao longo do estudo foi visto que:

4.1 A GINÁSTICA GERAL FACILITA E MUITO NO PROCESSO INCLUSIVO, PODENDO SER PRATICADO PRINCIPALMENTE EM ESCOLAS;

Tendo base as intervenções realizadas, foi notória a percepção que não importa altura, peso, idade, flexibilidade, deficiência ou não para a prática dessa modalidade, tudo foi se moldando de acordo com as facilidades ou dificuldades de cada um, tendo esse intuito que vai além de promover a alegria, o lazer em si, a interação entre as pessoas, ao mesmo tempo ela proporciona o bem estar físico, emocional e mental dos participantes. A inclusão vem se tornando cada vez mais uma pauta constante nas escolas, projetos ou locais particulares, porém a missão de incluir essas pessoas com algum tipo de deficiência vai além do papel do que o professor passar, não basta apenas incluir os alunos por si só, é preciso também promover a integração e socialização, sendo assim, a GG oferece esse papel fundamental enriquecendo grandemente essa função na inclusão de todos de forma livre e criativa. Ayoub (2003, p.87) então cita que,

aprender ginástica geral na escola significa, portanto, estudar, vivenciar, conhecer, compreender, perceber, confrontar, interpretar, problematizar, compartilhar, apreender as inúmeras interpretações da ginástica para, com base nesse aprendizado, buscar novos significados e criar novas possibilidades de expressão gímnica. Sob essa ótica, podemos considerar que a ginástica geral, como conhecimento a ser estudado na educação física escolar, representa a Ginástica. Considerando ainda, as características fundamentais da GG, podemos afirmar que a ginástica traz consigo a possibilidade de realizarmos uma reconstrução da ginástica na educação física escolar numa perspectiva de “confronto” e síntese e, também, numa perspectiva lúdica, criativa e participativa.

Na imagem abaixo (FIGURA 1), por exemplo, podemos perceber uma das formas inclusivas realizadas nas intervenções com a ginástica geral, atividades em grupo, onde todos podem participar, com o intuito de aprender a dividir tarefas, aceitar diferentes opiniões, melhorar a comunicação entre os envolvidos e aprimorar o desenvolvimento social.

Nessa situação, também foi envolvido uma canção ao som de violão, onde eles se sentiram confortáveis com o tipo de atividade. Os participantes cantavam a música e se exercitavam ao mesmo tempo. Com exercícios de colocar o bambolê para cima e para baixo, levantando, pulando, indo para direita, esquerda, frente e atrás, entre outros desenvolvimentos que a música dizia, ajudando as crianças a desenvolverem seu potencial ao usarem seus corpos como meio de comunicação. Essas atividades podem trazer diversas contribuições, são muito importantes para a melhora da linguagem e socialização entre eles, para o desenvolvimento da coordenação, a percepção auditiva e rítmica, a liberdade de expressão, a sensibilidade musical, além de contribuir com a orientação temporal e espacial.

Figura 1: Aula com música coreografada com o arco



Fonte: De autoria própria

4.2 FATORES POTENCIALIZADORES DA GG POR ABRANGER O VASTO LEQUE DE POSSIBILIDADES;

Essa proposta foi pensada, analisada e aplicada a partir de algumas experiências vividas, mas principalmente após muita leitura onde os autores mostram diversas contribuições dessa modalidade para deficientes intelectuais, nesse caso em específico para quem possui a Síndrome de Down. Ao ser aplicado nas intervenções desse projeto, as crianças inicialmente tiveram dificuldades por não entenderem muito bem o comando da voz, porém por essa modalidade ter um vasto leque de possibilidades, logo foi reestruturado o cronograma e o tipo de aula, para melhor entendimento dos participantes, de uma forma mais lúdica, com canções, dancinhas e brincadeiras, sem tirar o foco das atividades físicas, integrando as manifestações corporais às atividades gímnicas.

Ayoub (2007, p. 58), comenta sobre essas contribuições destacando que a Ginástica Geral pode:

[...] favorecer a saúde, a condição física e a integração social e despertar o interesse pessoal pela prática de atividade física, contribuindo para o bem-estar físico e psicológico de seus participantes e espectadores. ... Um dos seus compromissos e incumbências fundamentais é oferecer um vasto campo de atividades para um grande número de pessoas, proporcionando variedade, diversão e oportunidade de ser criativo.

A ginastica geral é uma atividade completa, uma modalidade apresentada como uma rica forma de expressão e manifestação corporal que tem sido praticado com sucesso por pessoas com síndrome de Down. Algumas características associadas à síndrome facilitam a realização dos exercícios como a flexibilidade (FIGURA 2), que vai muito além, pois estimulam habilidades fundamentais para o seu desenvolvimento, como o equilíbrio, coordenação motora e o fortalecimento muscular.

Esses diversos tipos atividades que contemplam a GG movimenta diferentes áreas que permitem que os alunos identifiquem suas próprias características básicas, limitações e potencialidades.

Figura 2: Movimento de flexibilidade



Fonte: De autoria própria

4.3 RESSIGNIFICANDO AS INTERVENÇÕES FAVORECENDO A SATISFAÇÃO DOS PARTICIPANTES

No primeiro momento, foi possível perceber e identificar os limites e preferências dos participantes nas intervenções, de fato foi perceptível como se adequaram melhor com movimentos ao som de música sendo cantaroladas pelos próprios envolvidos, gerando uma expressão positiva, mais aproximação e conforto enquanto eram realizadas as atividades.

Os autores Chicon e Sá (2012, p. 67), relatam essa importância de ir moldando a aula/atividade de acordo com o participante, de forma que se sinta mais à vontade, os autores ainda destacam que:

A prática pedagógica com esses alunos precisa fomentar a compreensão acerca da lógica de comportamento da criança deficiente, isto é, foco na autonomia e não no condicionamento desses sujeitos. Para tanto, deve-se investigar quais são as áreas de especial interesse da criança. Deve-se dar atenção às contribuições que a música, o teatro, a literatura, a expressão corporal etc. podem fornecer.

As atividades da GG trabalham com os conceitos de pluralidade e singularidade, por isso a variação de exercícios tem grande importância facilitando o aprendizado. Se mantendo ativo fisicamente resulta em um raciocínio estimulado, refletindo em um melhor desenvolvimento cognitivo. Nas intervenções, ganhamos um novo sentido meio da adequação e linguagem clara. Na imagem seguinte (FIGURA 3), inicialmente foi proposto alguns exercícios físicos de aquecimento com os materiais da ginástica, como bola, maçãs, bambolê e bolinhas menores, ao ser solicitado o momento de fazer uma corridinha eles não se sentiram confortáveis ao realizar, mas logo resignificando o exercício, foi oferecido um caça tesouro com os aparelhos da ginástica de forma mais lúdica onde conseguiram realizar a corrida enquanto procuravam os materiais.

Figura 3: Iniciando atividade física



Fonte: De autoria própria

4.4 LUDICIDADE NA GINÁSTICA GERAL

Quando trabalhamos com a ginástica geral é fundamental ressaltar que o método lúdico com jogos e brincadeiras tem um recurso metodológico de suma importância que auxilia na aprendizagem das crianças, por esse meio a criança tem um entendimento mais fácil e aprende a respeitar regras e favorece a autonomia da criança. Dessa forma, essa prática busca o retorno do núcleo primordial da ginástica, ou seja, o divertimento e o lúdico baseando-se em práticas inclusivas e criativas, buscando o prazer do praticante.

Barata (1995, p.9) relata que:

É pela brincadeira que a criança passa a conhecer a si mesma, as pessoas que a cercam, as relações entre as pessoas e os papéis que as elas assumem; - é através dos jogos que ela aprende sobre a natureza e os eventos sociais, a dinâmica interna e a estrutura do seu grupo; - as brincadeiras e os grupos tornam-se recursos didáticos de grande aplicação e valor no processo ensino aprendizagem.

São de suma importância os elementos lúdicos na fase de aprendizado das crianças, as pesquisas apontaram que ajuda e muito nas funções cerebrais, além de contribuir para uma compreensão melhor dos conteúdos, sendo uma forma fundamental para desenvolver a criatividade e colaborar com a expectativa de desenvolvimento global das crianças com síndrome de down. Esse método proporciona aos envolvidos um entendimento muito mais fácil através dessa forma com brincadeiras, jogos e danças, assim como, favorecendo nesse processo de inclusão, visto que acontece a realização de atividades motoras de maneira satisfatória.

Na imagem abaixo (FIGURA 4), retrata uma de nossas atividades de forma livre de expressão, onde soltamos uma música e os alunos se soltaram criando coreografias próprias de forma lúdica com um pouco dos movimentos que foram apresentados a eles.

Figura 4: Fita em movimento



Fonte: De autoria própria

A frente desses relatos e citações, o trabalho foi refletido a partir dessas proposições sobre a hierarquia dos ensinamentos ginásticos segundo Toledo (1999, apud TOLEDO, 2004) que nos sugere uma sequência pedagógica a ser seguida, desenvolvida no universo gímico, conforme podemos verificar no quadro abaixo (QUADRO 1):

Quadro 1. Hierarquia para o desenvolvimento dos conteúdos procedimentais na Ginástica Escolar (TOLEDO, 1999 APUD TOLEDO, 2004)



Fonte: Toledo (1999)

A Ginástica Geral é um campo com inúmeras possibilidades, com o poder de promover vários tipos de manifestações como foi apresentado, envolvendo exercícios potentes, danças, expressões culturais e jogos, através de atividades. A Ginástica Geral está introduzida no contexto da Educação Física e é uma ferramenta importante da Educação Geral, diante disso, o caráter inclusivo e a forma enriquecedora de se trabalhar com a GG foi o determinante para ser desenvolvido esse conteúdo com crianças com deficiência intelectual

em uma turma inclusiva, visto que é uma prática proporciona aos envolvidos um vasto leque de atividades tanto voltado ao esporte quanto ao lazer, com o intuito promover o lazer saudável, proporcionando bem estar físico, psíquico e social aos praticantes, favorecendo o desempenho coletivo, respeitando as individualidades.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A Educação Física tem um poder muito grande de colaborar no desenvolvimento das pessoas tanto deficientes quanto pessoas sem nenhum tipo de deficiência. Aos que possuem síndrome de Down conseguem um desenvolvimento impressionante, com o exercício físico. O estudo evidenciou o quanto a Ginástica Geral pode contribuir para isso, enquanto uma prática corporal focada na interação, principalmente de colaboração entre os alunos, também auxiliando os mesmos no processo de desenvolvimento da autonomia, ferramenta fundamental para o crescimento individual de cada um.

Na busca de um retorno positivo, o propósito foi englobar movimentos da ginástica geral de forma inclusiva com o teor adaptado a cada participante, diante disso, definitivamente o caráter inclusivo da Ginástica Geral foi o determinante para trabalhar esse conteúdo com essas crianças.

Ao analisar as experiências vividas pelos alunos, experiências essas que possibilitaram realizar a prática de forma cada vez mais livre e criativa. Sendo possível perceber a evolução dos mesmos a cada aula, o que colabora e facilita no dia a dia deles, aumentando a interação com outras crianças, realizando diferentes tipos de atividades e novas experiências, dinâmicas lúdicas sempre mantendo o contexto da prática,

Vale ressaltar o quão necessários são os estudos voltados para os processos de inclusão na Educação Física em relação à ginástica geral por ser uma modalidade potente que abrange a todos, esta modalidade deveria estar contemplada em todos os currículos escolares. Durante a pesquisa e intervenção, pudemos perceber o quão benéfico e agradável foi essa experiência, devido às características potencializadoras da Ginástica Geral, essa modalidade se mostrou muito eficiente quanto aos processos de inclusão das crianças com SD.

Sendo assim, a responsabilidade que essa prática tem no processo escolar de forma pedagógica e lúdica se torna muito importante para que os alunos aflorem seu aprendizado, construindo suas manifestações culturais e seus valores. É essencial que os professores se conscientizem que na fase escolar a criança está no ápice do seu desenvolvimento motor, cognitivo e afetivo, diante disso, a ginástica geral colabora muito por ter esse papel de se trabalhar uma grande variedade de conteúdos, podendo auxiliar também, tanto em fundamentos para o desenvolvimento de habilidades desportivas, quanto na execução das atividades da vida diária, possibilitando a eles um melhor reconhecimento do seu corpo, melhorando a funcionalidade, contribuindo para melhorar e manter a qualidade de vida.

É fundamental oportunizar aos alunos amplas possibilidades de desenvolvimento, através da apresentação de diferentes conteúdos da cultura corporal de movimento. Diante disso, foi possível perceber pelas intervenções, a responsabilidade que envolve o coleguismo juntamente com a coletividade,

além de diversos benefícios que a ginástica pode levar a saúde, podemos perceber que por trás de tudo isso, o respeito mútuo prevalece.

Por fim, podemos concluir e confirmar que a contribuição do profissional de Educação Física é essencial na estimulação em crianças com Síndrome de Down, principalmente tendo a Ginástica Geral como método de ensino, onde é possível desbravar inúmeras possibilidades mediante ao papel importante do professor, trabalhando com responsabilidade, competência e consciência, podemos estruturar o ambiente adequado para as pessoas com Síndrome de Down em qualquer local, objetivando sempre a compreensão e aceitação das diferenças.

REFERÊNCIAS

ANHÃO, P. P. G., Pfeifer, L. I., & Santos, J. L. (2010). **Interação social de crianças com Síndrome de Down na educação infantil**. Revista Brasileira de Educação Especial

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e educação escolar**. 2 ed. Campinas/SP: Unicamp, 2007

_____, Eliana. **Ginástica geral e educação física escolar**. Campinas, SP: Unicamp, p. 87, 2003.

BARATA, Denise. **Caminhando com Arte na Pré-Escola**. São Paulo: Summer p. 9, 1995

BUCKLEY, S., BIRD, G. **Including children with Down syndrome**. Down Syndrome News and Update., v.1, n.1, p.5-13, 1998.

CHAPARIM, F. C. A S. **Ginastica Geral com adolescentes em situação de risco social**, Capítulo 4 , Ginastica Geral Experiências e Reflexões, 2008.

CHICON, J. F; SÁ, M. G. C. S. **Inclusão na educação física escolar: considerações sobre a constituição da subjetividade humana**. Movimento, Porto Alegre, v. 17, n. 01, p. 68, jan./mar. 2012.

CIDADE, R. E.; FREITAS, P. S. **Educação física e inclusão: considerações para a prática pedagógica na escola**. Uberlândia, 1997.

FÉDÉRATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE (FIG). **General gymnastics manual**. Moutier: p. 34, 1993.

FLÓREZ, B. J.; TRONCOSO, V. M. (Eds.). **Síndrome de Down y educación 3. reimp. Barcelona: Masson Salvat Medicina y Santander, 1997.**

GUERIOS, L.C; GOMES, N.M. **Análise de um programa para desenvolvimento dos padrões fundamentais de movimento em crianças portadoras de síndrome de down**. Revista Digital, Buenos Aires. v.10, n. 83. 2005.

GUSMÃO, Fábio; TAVARES, Eraldo; MOREIRA, Lília. **Idade materna e síndrome de Down no Nordeste do Brasil**. Cad. Saúde Pública, Rio de Janeiro. 2003

HOLDEN, B.; STEWART, P. **The inclusión of students with Down síndrome in New Zeland schools**. Down Syndrome News and Update, v. 2, n. 1, p. 24-28, 2002.

KISNER, C.; COLBY, L. A. (1998). **Exercícios terapêuticos: fundamentos e técnicas**. 3a ed. São Paulo: Editora Manole.

Luiz, F. M. R., Bortoli, P. S., Floria-Santos, M., & Nascimento, L. C. (2008). **A inclusão da criança com síndrome de Down na rede regular de ensino: desafios e possibilidades**. Revista Brasileira de Educação Especial, 14(3), 497-508.

MÜRMANN, C. V. E. BAECKER, I. M. **Algumas reflexões sobre ginástica pedagógica**. *Revista Kenesis*, Santa Maria, n. 20, 95-128, 1998.

SAAD, Suad Nader. **Preparando o caminho da inclusão: dissolvendo mitos e preconceitos em relação à pessoa com Síndrome de Down**. 1. Ed. São Paulo: Vetor, 2003.

SALLES, W. N.; ARAÚJO, D.; FERNANDES, L.L. **Inclusão de alunos com deficiência na escola: percepção de professores de Educação Física**. Revista da Faculdade de Educação Física da Unicamp, vol. 13, n. 4, 2015.

SASSAKI, R. K. **Inclusão: construindo uma sociedade para todos**. 5. ed. Rio de Janeiro: WVA, 2003.

SBROGGIO & ROBINSON – **APAE**. Central de textos, Arquivos, Dados e Informações literárias sobre a síndrome de Down, 2002.

SOARES, C. L. et al. **Metodologia do Ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992.

SOUZA, E. P. M. **Ginástica geral: uma área do conhecimento da educação física**. Tese de doutorado, Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas. Campinas, SP, p. 17, 1997.

TOLEDO, E. de. **A Ginástica Rítmica e Artística no ensino fundamental: uma prática possível e enriquecedora**. In: MOREIRA, E.C. (Org.) *Educação Física Escolar: desafios e propostas*. Jundiaí, SP: Fontoura, 2004.

TOLEDO, E; TSUKAMOTO, M. H. C; GOUVEIA, C. R. **Fundamentos da Ginástica Geral**. In: NUNOMURA, M; TSUKAMOTO, M. H. C. Fundamentos das Ginásticas. Jundiaí: Fontoura, 2009. v. 1. p. 23-49.

VYGOTSKY, L. S. **A formação social da mente: O desenvolvimento dos processos psicológicos superiores**. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes, 1994.