

## 9º FÓRUM DE EXTENSÃO E CULTURA DA UEM

### BENEFÍCIOS MOTORES PARA O DESENVOLVIMENTO INFANTIL: A INICIAÇÃO ESPORTIVA CENTRADA NA VARIABILIDADE DE PRÁTICA GÍMNICA

Martina Ardengue de Araújo<sup>1</sup>

Vânia de Fátima Matias de Souza<sup>2</sup>

Luciana Boligon Refundini<sup>3</sup>

Ieda Barbosa Parra Rinaldi<sup>4</sup>

O projeto Escola de Ginástica do DEF/UEM oportuniza o ensino de modalidades ginásticas numa perspectiva pedagógica, com foco na possibilidade de estimular a formação de atletas/esportistas/alunos. Nessa perspectiva o objetivo do presente trabalho foi analisar possíveis mudanças no padrão motor de crianças participantes do projeto, após a sistematização de um programa motor centrado na variabilidade da prática gímnica. Utilizou-se o teste KTK para verificar o desenvolvimento das habilidades coordenativas, sendo o cálculo obtido por meio de média, desvio padrão, mediana e amplitude interquartil. Os resultados demonstraram que as habilidades motoras das crianças participantes do projeto tiveram um melhora ( $P < 0,05$ ) para os testes de saltos monopodais e transferência de plataforma. Concluímos com esse resultado que a variabilidade de prática gímnica possibilita desenvolver significativamente na criança a coordenação, a lateralidade e o equilíbrio na fase especializada do movimento.

**Palavras-chave:** Projeto Escola de ginástica. Desenvolvimento motor. Formação profissional

**Área temática:** Educação

**Coordenador(a) do projeto:** Ieda Barbosa Parra Rinaldi, parrarinaldi@hotmail.com, Departamento de Educação Física, Universidade Estadual de Maringá

#### Introdução

Atualmente questões como, quando começar a prática esportiva? Qual a melhor idade? Qual o momento certo para ingressar no universo esportivo?, têm estado em evidência nas discussões acerca dos processos de desenvolvimento motor das crianças e adolescentes, no universo dos esportes, e no campo de formação dos profissionais envolvidos.

A associação esportes e desenvolvimento motor pode ser observada a partir de prismas que levam a aspectos positivamente significativos para a criança ou, no contrário, tudo irá depender do trato e da intencionalidade dos envolvidos. Segundo Greco e Benda (2001) os métodos tradicionais levam a uma aprendizagem restrita, pois os educandos não conseguem incorporar o conhecimento teórico: limitados à

---

<sup>1</sup> Acadêmica do curso de Educação Física – Departamento de Educação Física/UEM

<sup>2</sup> Mestre em Educação Física – Departamento de Educação Física/UEM

<sup>3</sup> Mestranda em Educação Física - Departamento de Educação Física/UEM

<sup>4</sup> Doutora em Educação Física – Departamento de Educação Física/UEM

apresentação prática do professor, são simples executantes de gestos e técnicas, de forma mecânica e automatizada.

Cumprir com a obrigatoriedade da repetição, à excessividade do ensino da técnica, pode tornar as sessões de treinos monótonas, sendo por vezes desmotivantes, pois para a criança, na fase inicial de seu desenvolvimento, a prática de um conjunto de técnicas mecânicas e a repetição de movimentos estereotipados pode levá-la à aversão pela prática da modalidade esportiva.

Entendendo que a iniciação esportiva, deve ir além dos modelos tradicionais de treino, o Projeto de extensão Escola de Ginástica do Departamento de Educação Física (DEF) da Universidade Estadual de Maringá (UEM), atende crianças e adolescentes da comunidade de Maringá e região, contando com aproximadamente 70 crianças, com idades entre seis e doze anos, do sexo masculino e feminino. As mesmas são divididas em seis turmas de acordo com o tempo de prática e habilidades gímnicas. Os treinos ocorrem de segunda a sexta-feira, sendo que cada turma treina duas vezes por semana, pelo período de uma hora. A equipe do projeto é formada por seis professores formados em Educação Física pela UEM, alguns docentes da mesma, sendo que cada um é acompanhado por um estagiário da graduação durante o treino.

O projeto objetiva o ensino de modalidades ginásticas numa perspectiva pedagógica, com foco na possibilidade de estimular a formação de atletas/esportistas/alunos. A diversidade gímnica permite romper com a linearidade técnica – instrumental do fazer por meio da repetição excessiva, possibilitando que a criança ingresse no universo gímnico por meio da variabilidade de técnicas da área.

A diversidade ou variabilidade de prática gímnica dá-se pela prática de modalidades ginásticas como a ginástica rítmica (GR), ginástica artística (GA) e ginástica acrobática (GAC), sendo que a opção por essas modalidades constituem-se no fato de que as mesmas possuem características comuns entre si, além das específicas. Além do mais, primam pelo desenvolvimento das habilidades motoras básicas da criança como as habilidades coordenativas, equilíbrio, força, flexibilidade, lateralidade, enfim as aptidões necessárias para o desenvolvimento integral da criança. Estimula-se nas atividades gímnicas o desenvolvimento dos aspectos motores, afetivos, sociais e cognitivos das crianças, por meio de atividades que consideram a resolução de problemas, a participação, a criatividade e cooperação durante as práticas realizadas.

Portanto, se a prática sistematizada, centrada na variabilidade de prática gímnica com foco na criança e que respeite seus limites e potencialidades, possibilita ao aluno a iniciação esportiva sem prejuízos motores ou psicológicos à criança, surge-nos a seguinte questão: Será que essa prática sistematizada da ginástica, propicia melhora no padrão motor de crianças participantes do projeto escola de ginástica DEF/UEM?

Essa inquietude levou-nos ao desenvolvimento do presente estudo que objetivou analisar possíveis mudanças no padrão motor de crianças participantes do projeto escola de ginástica DEF/UEM, após a sistematização de um programa motor centrado na variabilidade da prática gímnica. Para atender a essa proposta verificar-se-á os escores motores das habilidades coordenativas, equilíbrio e lateralidade das crianças do projeto.

## **Materiais e Métodos**

O trabalho centrado numa metodologia descritiva, centrou-se na avaliação do desempenho motor, por meio da bateria de teste KTK (KörperkoordinationstestfürKinder), desenvolvido por Kiphard e Schilling (1974). O KTK é composto por quatro tarefas, trata-se de uma bateria homogênea, que utiliza as mesmas para várias idades. Para isso, os conteúdos das tarefas apresentam dificuldades que aumentam na medida em que os indivíduos se tornam mais velhos. A diferenciação por idades segue os seguintes critérios como: (1) aumento da altura ou distância; (2) aumento da velocidade e (3) maior precisão na execução, medida, por exemplo, em função do maior número de acertos num determinado número de tentativas (KIPHARD, 1976). Para determinar os coeficientes motores obtidos pelas crianças, utilizaram-se tabelas normativas, tal como proposto por Gorla; Araújo e Rodrigues (2009).

A tarefa 1 é a Trave de Equilíbrio (EQ), e tem como objetivo a estabilidade do equilíbrio em marcha para trás sobre a trave; a tarefa 2 são os Saltos Monopedais (SM) que tem como objetivo a coordenação dos membros inferiores e energia dinâmica/força; a tarefa 3 são os Saltos Laterais (SL) e têm como objetivo a velocidade em saltos alternados e por fim a tarefa 4 é a Transferências sobre Plataformas (TP), com o objetivo da lateralidade e estruturação espaço-temporal.

Participaram dos testes cinco crianças, das 70 integrantes do projeto. Como critérios de seleção da amostra, foram adotados os seguintes: participar efetivamente durante dois anos do projeto, apresentar o termo de consentimento livre esclarecido, ter frequentado a escolinha de iniciação em 2009, e estar iniciando a prática de treinamento da ginástica no ano de 2010. Portanto, como consequência, o grupo das cinco crianças apresentou-se com uma amostra relativa do grupo.

Tendo selecionado intencionalmente a amostra, o teste foi aplicado na última semana de junho de 2010, e na última semana de junho de 2011, no período de intervalo ocorrerão 70 sessões de treino centrado na variabilidade de prática gímnica com o grupo para após aplicação do pós-teste utilizando-se do KTK. O pré e pós teste ocorreu durante os treinos, no ginásio bloco M08 da UEM, local onde as sessões de treino são ministradas. Para se mensurar os dados a análise dos resultados, centrou-se na estatística descritiva, com o objetivo de caracterizar e descrever o desempenho motor das ginastas, de acordo com sexo e idade. Para verificar a normalidade dos dados foram utilizados: média, desvio padrão, mediana e amplitude interquartil. Os escores foram mensurados a partir dos dados descritos pelo teste (KTK), sendo: QM: Coeficiente motor, Q1: Equilíbrio na trave, Q2: Salto monopedal, Q3: Salto lateral e Q4: Transferência de plataforma.

**Tabela. 1 Mediana e intervalo interquartil do coeficiente motor antes e depois de treinamento de GR em ginastas**

	Antes		Depois		P
	Md	(Q1;Q3)	Md	(Q1;Q3)	
QM	85,0	(79,5;87,0)	94,0	(86,5;97,0)	0,078

P<0,05 têm diferença significativa

A tabela 1 descreve o coeficiente apresentado pelas crianças praticantes da ginástica, observou-se que após um período intervalado os escores não apresentaram nível de significância entre o pré e pós teste. No entanto, observa-se

pelos dados que os resultados indicam melhora crescente no desempenho motor global das crianças.

**Tabela. 2 Média e desvio padrão do coeficiente motor em cada tarefa antes e depois do treinamento de GR em ginastas**

	Antes		Depois		P
	X	Dp	X	Dp	
Q1	96,40	9,81	92,60	8,44	0,205
Q2	108,80	6,14	112,40	5,98	0,049*
Q3	112,40	9,13	107,00	9,51	0,267
Q4	62,40	3,65	99,00	17,23	0,013*

P<0,05 têm diferença significativa

Observou-se na tabela 2, por meio dos valores de média e desvio padrão do coeficiente motor em cada tarefa indicados na tabela, houve uma melhora significativa ( $P<0,05$ ) nos testes Q2 e Q4, antes e depois das ginastas passarem pelo período de treinamento sistematizado na escola de ginástica. Demonstrando uma efetiva relação entre a variabilidade de prática e o desempenho motor sustentado nas habilidades coordenativas e de equilíbrio da criança na fase especializada do movimento infantil.

### **Discussão dos Resultados**

Estudos realizados por Deus et al. (2010) demonstraram que crianças dos seis aos 10 anos quando submetidos a uma sistematização regular de prática de atividade física tendem a desenvolver suas habilidades coordenativas com maior eficiência do que aquelas que são desprovidas da prática. Ao confrontarmos os dados obtidos na presente pesquisa conforme demonstrado na tabela 2, observamos que a prática sistematizada da ginástica, com o intuito de promover a melhoria das habilidades motoras globais da criança praticantes de modalidades gímnicas constituem-se em benefícios motores significativos quando analisados as habilidades em pré e pós-testes motores.

Em um estudo realizado por Maia et al. (2003) evidenciou-se que a medida da insuficiência de coordenação é geralmente dependente da qualidade e quantidade de experiências motoras vivenciadas pelas crianças. O que pode ter justificado os resultados pouco significativos das crianças conforme demonstraram na tabela 1. De acordo com essa tabela não obtivemos resultados significativos nos escores descritos, fato este que pode ter ocorrido em função das atividades sistematizadas e periodizadas no projeto terem como foco central a realização do movimento a partir das potencialidades e individualidades de cada um, não considerando o tempo do grupo para efetivação e aquisição motora de uma determinada habilidade, mas no tempo individual de cada criança.

## Conclusão

Os resultados demonstraram que o trabalho sistematizado da prática gímnica realizado no Projeto Escola de Ginástica do DEF/UEM, possibilitou as crianças desenvolver suas potencialidades coordenativas de forma eficiente e duradoura, isto porque, mesmo nos resultados que se apresentaram de forma discreta e, com valores estatisticamente pouco significativos, os valores médios do desempenho nas quatro provas do KTK das crianças participantes do projeto são equiparados aos escores obtidos em outros estudos realizados.

A generalidade das crianças é identificada como possuindo níveis de desenvolvimento coordenativo bom a regular, indicando um trabalho suficiente aos níveis motores esperados para as crianças na fase especializada do movimento.

Os resultados desse estudo, demonstraram que faz-se necessário realizar novos testes motores envolvendo uma amostra com um número de participantes do projeto que englobe crianças desde a fase de iniciação ao treinamento, pois assim os dados poderão servir de suporte para a efetivação de um programa gímnico centrado na variabilidade de prática a ser seguido por outros grupos que se preocupam com o desenvolvimento das potencialidades das crianças de acordo com as fases e necessidades de cada criança.

## Referências

- DEUS, R.K.B.C.de; BUSTAMANTE, A.; LOPES, V.P.; SEABRA, A.T.; SILVA, R. M.G.; MAIA, J. A.R. **Modelação longitudinal dos níveis de coordenação motora de crianças dos seis aos 10 anos de idade da Região Autónoma dos Açores**. Portugal. Rev. bras. Educ. Fís. Esporte, São Paulo, v.24, n.2, p.259-73, abr./jun. 2010.
- GRECO, P.; BENDA, R. **Iniciação esportiva universal**. 1. ed. Belo Horizonte: Ed. UFMG, 2001.
- GORLA, J. I.; ARAUJO, P. F.; RODRIGUES, J. L.. **Avaliação motora em educação física adaptada: teste ktk**. Phorte, Sao Paulo, 2009.
- KIPHARD, E.J. – **Insuficiencias del movimiento y de coordinación en edad de 1ª escuela primaria**. Buenos Aires, 1976 p.28.
- Lopes V.P. MAIA, J.A.R. SILVA, R.G. MORAIS, F.P. **Estudo do nível de desenvolvimento da coordenação motora da população escolar (6 a 10 anos de idade)**. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 2003, vol. 3, nº 1, 47–60
- NUNOMURA, Myrian; HARUMI, Mariana; (organizadoras). **Fundamentos das ginásticas**. Jundiaí, SP: Fontoura, 2009.