

Ginástica para Todos no ambiente escolar: benefícios e desafios.

1 Ana Beatriz Fortes de Carvalho

2 Camila Fornaciari Felicio

3 Iasmin Carnaiba Bogio

4 João Victor de Paula Santos

5 Julia Braga Nogali Moreira

ODS (3) Assegurar uma vida saudável e promover o bem-estar para todas e todos, em todas as idades.

ODS (4) Assegurar a educação inclusiva e equitativa e de qualidade, promover oportunidades de aprendizagem ao longo da vida para todas e todos.

INTRODUÇÃO: A Ginástica para Todos (GPT) no ambiente escolar tem como propósito oferecer experiências corporais diversificadas, acessíveis e prazerosas, favorecendo o desenvolvimento motor, social, afetivo e cognitivo dos alunos. Trata-se de uma prática que valoriza o movimento de forma lúdica e inclusiva, permitindo que cada criança explore suas capacidades. No entanto, sua aplicação em escolas muitas vezes encontra desafios relacionados à falta de materiais e de espaços adequados, exigindo dos professores criatividade e capacidade de adaptação para que as aulas aconteçam de maneira significativa. **OBJETIVO:** O projeto tem como objetivo principal desenvolver as capacidades motoras, físicas e sociais dos alunos por meio da prática da Ginástica para Todos, promovendo também a integração e respeito às diferenças individuais. **METODOLOGIA:** As aulas foram planejadas de forma lúdica, explorando atividades que estimulassem coordenação motora, equilíbrio, força e flexibilidade. Em algumas escolas, a limitação de materiais representou um desafio, sendo necessária a adaptação das práticas propostas. Para superar essa realidade, foram utilizados recursos simples como cones, cordas e arcos, muitas vezes levados de casa pelos próprios professores, demonstrando que a GPT pode ser realizada mesmo em contextos com pouca estrutura. As atividades foram sempre conduzidas de modo a garantir a participação de todos os alunos, valorizando mais o processo e a experiência vivida do que o resultado final. **RESULTADOS:** A prática da Ginástica para Todos mostrou-se eficaz e prazerosa, despertando grande envolvimento dos alunos. Foi possível observar evolução em aspectos motores, como coordenação, flexibilidade e equilíbrio. As atividades propostas foram bem aceitas pelas turmas, que participaram com entusiasmo e motivação, confirmando que a GPT, quando aplicada de forma criativa, pode alcançar seus objetivos pedagógicos mesmo diante de limitações estruturais. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** A experiência com a Ginástica para Todos no ambiente escolar evidenciou que, apesar dos desafios enfrentados, é possível desenvolver práticas inclusivas e significativas para os alunos. A GPT se apresentou como uma ferramenta pedagógica capaz de unir movimento, saúde e inclusão, promovendo o bem-estar e a participação coletiva. Além disso, reforçou a importância da criatividade e da adaptação por parte dos professores, confirmando que o mais importante não é a perfeição dos exercícios, mas a vivência corporal, o respeito às diferenças e a valorização do potencial de cada aluno.

Palavras chaves: Ginastica para Todos, escola, integração social.

1 Professora do curso de graduação em Educação Física da Universidade de Taubaté (UNITAU) e coordenadora do programa institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (PIBID).

2 Professora do curso de graduação em Educação Física da Universidade de Taubaté (UNITAU) e coordenadora do projeto Funcabes/PREX (Ginastica para Todos).

3 Graduando do curso de Educação Física (4º período) da Universidade de Taubaté e bolsistas do projeto Funcabes/PREX (Ginastica para Todos).

4 Graduando do curso de Educação Física (6º período) da Universidade de Taubaté e bolsistas do projeto Funcabes/PREX (Ginastica para Todos).

5 Graduando do curso de Educação Física (6º período) da Universidade de Taubaté e bolsistas do projeto Funcabes/PREX (Ginastica para Todos).