IX CONGRESSO MULTIDISCIPLINAR UNIVERSO GOIÂNIA - HÍBRIDO
"O Futuro do Trabalho no Brasil"
De 26 a 29 de Maio de 2026

A GINÁSTICA NA IDADE MÉDIA: PRÁTICAS CORPORAIS PARA O TREINAMENTO MILITAR E JOGOS POPULARES SOB INFLUÊNCIA RELIGIOSA.

Bruno Hemanuel Machado Silva[1]
Maqueila Jeisane Carvalho Ribeiro[2]
Natalia Alves Barbosa De Almeida[3]
Pollyana Souza Araujo[4]
Brunna Thais Reis Sales[5]

A ginástica na Idade Média desenvolveu-se em um contexto marcado pela forte influência religiosa e pelas transformações sociais ocorridas na Europa entre os séculos V e XV. Nesse período, o corpo humano teve sua concepção alterada, pois a Instituição Religiosa defendia uma visão espiritual da vida, considerando os prazeres corporais como algo ligado ao pecado. Dessa forma, as práticas corporais perderam espaço no ambiente educacional e cultural medieval. O presente estudo tem como objetivo analisar as características da ginástica na Idade Média e compreender sua importância histórica para o desenvolvimento das práticas corporais. A metodologia utilizada foi baseada em pesquisas bibliográficas na plataforma do Google Acadêmico. Nos resultados foram encontrados 10 artigos que tratam do tema, sendo que: 6 apontam que apesar das limitações impostas pela Instituição Religiosa algumas atividades físicas continuaram sendo praticadas na sociedade medieval, como por exemplo atividades para fins bélicos, destacando os treinamentos militares dos cavaleiros que incluíam exercícios de força, resistência, equitação e lutas corporais; 4 artigos destacam os jogos populares, torneios e danças que também estavam presentes no cotidiano medieval, servindo como forma de lazer e preparação física para a classe nobre e o clero. Conclui-se que a ginástica na Idade Média possuía caráter funcional e militar, diferentemente da visão educativa existente atualmente. Mesmo diante da influência religiosa e das restrições ao corpo, as práticas corporais permaneceram importantes para a sociedade medieval, contribuindo para a evolução histórica da ginástica e da Educação Física ao longo do tempo.

Palavras-chave: Ginástica; Idade Média; Instituição Religiosa.

[1] Discente do curso de Educação Física pelo centro universitário Universo Goiânia
[2] Discente do curso de Educação Física pelo centro universitário Universo Goiânia
[3] Discente do curso de Educação Física pelo centro universitário Universo Goiânia
[4] Discente do curso de Educação Física pelo centro universitário Universo Goiânia
[5] Docente do curso de Educação Física do Centro Universitário Campus Goiânia e Doutora em Educação pela Pontífica Católica de Goiás. PUC – GOIÁS.