

REVISTA

# CORPOCONSCIÊNCIA

---

Volume 29 – janeiro/ dezembro de 2025 – suplemento 1



---

ISSN 2178-5945

---

## **I CONGRESSO BRASILEIRO DE ESPORTES GINÁSTICOS - CBEGIN**

### **SUMÁRIO**

A ABORDAGEM DOS ESPORTES NA ESCOLA: TRADUZINDO A GINÁSTICA PARA A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR.....	3
A ARBITRAGEM DA GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA, COM A PALAVRA YUMI YAMAMOTO SAWASATO.....	4
A EVOLUÇÃO DE UMA EQUIPE DE GINÁSTICA AERÓBICA DURANTE E APÓS A PANDEMIA COVID-2019: RELATO DE EXPERIÊNCIA.....	5
A GINÁSTICA ARTÍSTICA NO ESTADO DE SANTA CATARINA: ANÁLISES PRELIMINARES SOBRE A PARTICIPAÇÃO FEMININA E MASCULINA NAS COMPETIÇÕES ESTADUAIS..	7
A GINÁSTICA RÍTMICA NO PARANÁ: DESAFIOS E OPORTUNIDADES PARA FORMAÇÃO DE ATLETAS OLÍMPICOS - INFRAESTRUTURA E POLÍTICAS PÚBLICAS NO DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA.....	8
A ORIGEM TERRITORIAL DAS GINASTAS DA SELEÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA RÍTMICA: TRAJETÓRIAS E CONQUISTAS.....	10
A PARTICIPAÇÃO DAS MULHERES NA PROVA DE SALTO: UMA ANÁLISE DAS EDIÇÕES DE OLÍMPICAS DE 1928 ATÉ 1964.....	12
A PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO DURANTE UMA TEMPORADA DE TREINAMENTO EM GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA INFANTIL.....	13
ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ATLETAS UNIVERSITÁRIAS DE CHEERLEADING.....	14
BYE BYE, BRASIL! DESVELANDO O CRESCENTE PROCESSO DE MIGRAÇÃO DE TREINADORES/AS BRASILEIROS/AS DE GINÁSTICA PARA O EXTERIOR.....	15
COMO NOS TORNAMOS TREINADORES(AS)? ANÁLISE DAS TRAJETÓRIAS DE TREINADORES(AS) DE GINÁSTICAS DE COMPETIÇÃO.....	17
COMO OS TREINADORES ORQUESTRAM NO BRASIL? O COACHING NAS GINÁSTICAS COMPETITIVAS DE ALTO RENDIMENTO.....	18
EFEITO DA TENSÃO NO DESEMPENHO ESPORTIVO EM ATLETAS DE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA.....	19
EM BUSCA DE PRÁTICAS DE COACHING MAIS EFETIVAS E MENOS COERCIVAS: LIÇÕES APRENDIDAS EM UM GINÁSIO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA.....	20





FORMAÇÃO ACADÊMICA DE TREINADORES DE CHEERLEADING NA GRANDE VITÓRIA: MAPEAMENTO E IMPACTOS NO DESENVOLVIMENTO DA MODALIDADE (2018-2024) .....	21
FUGA DE CÉREBROS NA GINÁSTICA ARTÍSTICA BRASILEIRA: POR QUE OS/AS TREINADORES/AS ESTÃO OPTANDO PELA MIGRAÇÃO? .....	22
GINÁSTICA ARTÍSTICA NO ENSINO SUPERIOR: A EXPERIÊNCIA DE COCRIAÇÃO DE UM CÓDIGO DE PONTUAÇÃO ADAPTADO .....	24
INOVAÇÃO E REPRESENTATIVIDADE: A INFLUÊNCIA DE ATLETAS NÃO EUROPEUS NA CRIAÇÃO DE MOVIMENTOS NA GINÁSTICA ARTÍSTICA .....	25
MEMÓRIAS E SIGNIFICADOS NA GINÁSTICA RÍTMICA: O RELATO DE EX-ATLETAS... ..	27
O FUNDAMENTO EQUILIBRAR E SUAS POSSIBILIDADES NO SLACKLINE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NA GYMNASTIKHOJSKOLEN I OLLERUP .....	28
PROJETO DE EXTENSÃO EM GINÁSTICA ARTÍSTICA E GINÁSTICA RÍTMICA PARA CRIANÇAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA .....	29
QUAIS AS COMPETÊNCIAS DOS TREINADORES DE GINÁSTICA? UMA REVISÃO SISTEMÁTICA INTEGRATIVA SOBRE AS COMPETÊNCIAS NECESSÁRIAS E CONTRIBUIÇÕES DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA PARA A FORMAÇÃO DOS TREINADORES .....	30
REFLEXÕES SOBRE CARGA DE TREINAMENTO EM PRATICANTES DE CROSSFIT®: IMPLICAÇÕES PARA O DESEMPENHO E SAÚDE .....	32
TRANSIÇÃO PARA A VIDA PÓS-COMPETIÇÃO NA GINÁSTICA ARTÍSTICA DE ALTO RENDIMENTO NO BRASIL: FATORES INFLUENCIADORES .....	33



## A ABORDAGEM DOS ESPORTES NA ESCOLA: TRADUZINDO A GINÁSTICA PARA A EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR

**Christian Viana Oliveira**


<https://orcid.org/0000-0003-2872-0301> 


<http://lattes.cnpq.br/7505552066196764> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[christianoliveira@usp.br](mailto:christianoliveira@usp.br)

**Myrian Nunomura**

<https://orcid.org/0000-0002-3669-0571> 

<https://lattes.cnpq.br/0318875503554406> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[mnumur@usp.br](mailto:mnumur@usp.br)

### Resumo

A presente pesquisa busca identificar e analisar os desafios para se trabalhar a ginástica na escola, a partir da perspectiva de professores de Educação Física, pois em pesquisa realizada por Ayoub (2001, p. 30), foi constatado que a ginástica como conteúdo de ensino, raramente estava presente na escola e atualmente continua sendo “um conteúdo ausente ou quase ausente das escolas brasileiras.” (Oliveira; Barbosa; Pizani, 2020, p. 12). Para tanto, o estudo abrangeu a Rede de ensino com 152 professores da área e 48.000 estudantes de uma cidade com 750 mil habitantes no Estado de São Paulo. Para este estudo de natureza qualitativa foi feito um piloto, aplicamos a entrevista semiestruturada com 03 professores para coleta de dados e utilizamos a Análise Temática para o seu tratamento. Após qualificado o estudo foi aplicado para outros 10 professores para nova coleta de dados. Como resultado, foi elaborado um Mapa Temático. No tema 1 - Ser professor: caminhos para o aprendizado - os professores relataram que percebem que sua formação inicial foi generalista, com poucas atividades práticas e participam de formação continuada descontextualizada que não contempla a ginástica. No tema 2 - Pegadas na areia: vivências e experiências com a ginástica - apontaram a importância da ginástica para o desenvolvimento infantil, porém os dados mostram equívocos nas aulas de ginástica, focadas em práticas esportivizadas que dependem de aparelhos e espaços específicos o que muitas vezes, segundo os professores, inviabiliza a realização das aulas. No tema 3 - Pedras no meu caminho: As que removi e as que tive que contornar – os relatos foram sobre a falta de materiais, sua má qualidade e a carência de espaços específicos para a prática da ginástica que são vistos como desafios, além dos preconceitos sobre a prática da ginástica, a falta de apoio de gestores escolares e demais setores governamentais. A partir dos dados, percebemos que a descentralização financeira poderia ser alternativa para provocar melhoria de materiais e espaços e atender necessidades pontuais das escolas. A formação continuada sobre o tema ginástica na escola pautada em um currículo lógico e atualizado, conforme proposto por Russel e Nunomura (2002, p. 126), que prepare os professores para desenvolver vivências de ginástica na escola através de práticas gímnicas lúdicas para que as crianças “desenvolvam sua criatividade e se relacionem com os outros de forma prazerosa” (Reverdito; Galatti; Scaglia, 2022, p. 25) poderia apoiar a atuação daqueles profissionais menos familiarizados ou inseguros na inclusão desse conteúdo nas aulas, ou ainda, ensinar a visualizar formas criativas para o uso de materiais gímnicos alternativos possibilitando o resgate da prática da ginástica nas aulas de educação física das escolas brasileiras e consequentemente promover o fomento e desenvolvimento dos esportes ginásticos no Brasil.


**Palavras-chave:** Educação Física; Ginástica; Formação Continuada; Processo de Ensino e de Aprendizagem.



## A ARBITRAGEM DA GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA, COM A PALAVRA YUMI YAMAMOTO SAWASATO

**Andrize Ramires Costa**

<https://orcid.org/0000-0002-6020-8722> 


<http://lattes.cnpq.br/5235035547859308> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

andrize.costa@ufsc.br

**Mateus Henrique de Oliveira**


<https://orcid.org/0000-0001-9738-8029> 


<http://lattes.cnpq.br/4697561017764630> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

matthenri0@gmail.com

**Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima**

<https://orcid.org/0000-0002-3570-7343> 

<http://lattes.cnpq.br/1972028713208884> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

leticia.queiroz@ufpr.br

### Resumo


Neste resumo, buscamos analisar de maneira crítica a evolução e os desafios na avaliação da Ginástica Artística Feminina no Brasil e no mundo. Para isso, entrevistamos a maior referência latina da arbitragem da Ginástica Artística Feminina, participante de cinco edições dos Jogos Olímpicos de Verão e ganhadora das maiores honrarias da Federação Internacional de Ginástica, a Professora Yumi Yamamoto Sawasato. Nesta pesquisa buscamos evidenciar que a evolução da GAF brasileira culmina com a medalha de bronze na competição por equipe dos Jogos Olímpicos de Paris 2024, essas conquistas, embora individuais, materializaram um trabalho em longo prazo feito com a modalidade no Brasil, trata-se de uma trajetória trilhada por diversas pessoas envolvidas com a modalidade em diferentes funções como ginastas, treinadores(as), gestores(as) e árbitros(as). Neste resumo destacamos o trabalho dos(as) árbitros(as), por vezes invisibilizados(as) e que são “peças-chaves”, sendo extremamente importantes para a evolução e crescimento da GAF no Brasil, sendo os(as) principais detentores(as) de conhecimento específico das regras da modalidade durante o ciclo olímpico, e responsáveis por oferecer um feedback da atuação de ginastas e treinadores(as) no ambiente competitivo (Oliveira; Toledo, 2023b). No que tange a Ginástica Artística, as regras são formuladas pela Federação Internacional de Ginástica através dos Comitês Técnicos, o conjunto dessas regras formam o regulamento da GA que é o Código de Pontuação da modalidade (Oliveira; Bortoleto, 2009). Estas “regras” sofrem diversas alterações a cada ciclo olímpico, na busca de ajustes e evolução da modalidade. Utilizando a abordagem qualitativa utilizamos a entrevista semiestruturada para a coleta de dados. Para a análise e interpretação dos dados, utilizamos a análise temática. Como resultados nossa entrevistada destaca que o maior desafio da arbitragem foi o fim da nota 10 e a divisão da avaliação a partir de duas notas (dificuldade e execução), esta ruptura foi certamente a mais complexa, afinal não foi só a mudança de um número, mas de um conceito de nota 10, afinal todos(as) nós somos orientados(as) pela escala de 0 a 10 em várias avaliações cotidianas de nossa vida e o fim da nota 10 nos fez perder um pouco a referência. Consideramos essencial analisar a realidade existente na arbitragem da Ginástica Artística e a percepção e experiência de uma grande referência nacional e internacional para que possamos levantar novas problemáticas e traçar novos objetivos para este campo de conhecimento, sempre pensando em um maior e melhor desenvolvimento da modalidade.


**Palavras-chave:** Arbitragem; Avaliação; Ginástica Artística; Entrevista.



## A EVOLUÇÃO DE UMA EQUIPE DE GINÁSTICA AERÓBICA DURANTE E APÓS A PANDEMIA COVID-2019: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Ana Cláudia Kraeski**


<https://orcid.org/0000-0002-3481-3857> 


<http://lattes.cnpq.br/9090290624921898> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

[anackraeski@gmail.com](mailto:anackraeski@gmail.com)

**Maria Helena Kraeski**


<https://orcid.org/0009-0001-7490-5270> 


<http://lattes.cnpq.br/9369711594287267> 

Universidade do Estado de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

[mhkraeski@yahoo.com.br](mailto:mhkraeski@yahoo.com.br)

**Andrize Ramires Costa**


<https://orcid.org/0000-0002-6020-8722> 


<http://lattes.cnpq.br/5235035547859308> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

[andrize.costa@gmail](mailto:andrize.costa@gmail)

**Maria Eduarda de Oliveira Poli**


<https://orcid.org/0009-0008-6703-41131> 


<http://lattes.cnpq.br/1616855805675555> 

Federação Internacional de Ginástica (Lausana, Suíça)

[mepoli@uol.com.br](mailto:mepoli@uol.com.br)

**Evelise Garofalo Pinto**

<https://orcid.org/0009-0005-0345-2779> 

<http://lattes.cnpq.br/0224576029322716> 

Instituto Estadual de Educação (Florianópolis, SC – Brasil)

[evelise.garofalo@gmail.com](mailto:evelise.garofalo@gmail.com)

### Resumo

O ano de 2020 foi marcado por desafios sem precedentes devido à pandemia de COVID-19, que impactou diversas áreas da vida cotidiana, incluindo o Esporte. Foi neste período, que uma experiente treinadora de Ginástica Rítmica (GR), motivada pela necessidade de adaptação e inovação, decidiu explorar o universo da Ginástica Aeróbica Esportiva (GAE) por meio de cursos e workshops online, o que não apenas ampliou seu conhecimento, mas também despertou um maior interesse pela modalidade. Este relato tem como objetivo descrever a trajetória de uma equipe de GAE vinculada à UDESC e ao Instituto Estadual de Educação, em Florianópolis-SC, que emergiu deste cenário, destacando os principais marcos e evolução do trabalho realizado. Em 2021, com a consultoria de uma árbitra internacional, a treinadora deu início ao projeto que começou com apenas quatro ginastas que já tinham experiência em GR. A equipe participou do Campeonato Brasileiro (CB) competindo em provas individuais, onde, surpreendentemente, as ginastas avançaram para a etapa de finais. Este resultado inicial foi um indicativo promissor do potencial da equipe. Ainda em 2021, uma das ginastas foi convocada para o Campeonato Sul-Americano na categoria age-group, onde conquistou a medalha de bronze e para o Campeonato Pan-Americano, onde foi finalista. Os resultados ajudaram a fortalecer a melhoria do trabalho desenvolvido e motivaram a continuidade do investimento na modalidade. Com a experiência adquirida, no ano de 2022 a equipe participou novamente do CB, desta vez com quatro ginastas e competindo em cinco provas: individual categoria age-group, três individuais juvenis e um trio juvenil. Além disso, a equipe fez sua estreia no Torneio Nacional (TN) com três ginastas, ampliando sua visibilidade e experiência competitiva. As convocações para os campeonatos Sul-Americano e Pan-Americano novamente destacaram a qualidade do trabalho realizado. Em 2023 o CB e TN foram sediados em Florianópolis, a equipe competiu em um total de oito provas no CB, com 27 ginastas, e no TN, com 29 ginastas. O desempenho foi excepcional, com medalhas conquistadas em todas as categorias e culminando na conquista do troféu de massificação. Este reconhecimento é um reflexo do trabalho e da dedicação tanto da treinadora e equipe profissional quanto das ginastas. Neste ano mais uma vez a equipe recebeu convocações para os campeonatos Sul-





Americano e Pan-Americano que continuaram a evidenciar que a equipe se estabelecia como uma força emergente na ginástica aeróbica. O ano de 2024 trouxe novamente oportunidades, tendo a participação no CB com 25 ginastas e obtendo resultados expressivos, a convocação para os eventos internacionais se manteve, com destaque para a participação de duas ginastas para o campeonato mundial nas categorias age-group e juvenil. A continuidade no crescimento e na participação em competições de alto nível demonstra a consolidação do trabalho iniciado em 2020. A equipe se expandiu em número e em qualidade, refletindo o compromisso com a formação e o desenvolvimento das ginastas. Este relato não apenas celebra as conquistas, mas também destaca a importância do trabalho em equipe, da formação continuada e da busca pela excelência esportiva. A experiência vivida por esta equipe é um testemunho do poder transformador do esporte, que, mesmo em tempos desafiadores, pode florescer e prosperar.


**Palavras-chave:** Ginástica aeróbica; Desenvolvimento esportivo; Pandemia COVID-19.






## A GINÁSTICA ARTÍSTICA NO ESTADO DE SANTA CATARINA: ANÁLISES PRELIMINARES SOBRE A PARTICIPAÇÃO FEMININA E MASCULINA NAS COMPETIÇÕES ESTADUAIS

**Andrize Ramires Costa**


<https://orcid.org/0000-0002-6020-8722> 


<http://lattes.cnpq.br/5235035547859308> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

[andrize.costa@ufsc.br](mailto:andrize.costa@ufsc.br)

**Patrícia Luiza Bremer Boaventura**

<https://orcid.org/0000-0002-0839-0184> 

<http://lattes.cnpq.br/8967848644872629> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

[plbboaventura@gmail.com](mailto:plbboaventura@gmail.com)

### Resumo

A Ginástica Artística (GA) vem aumentando sua visibilidade no Brasil com a participação de ginastas em competições nacionais e internacionais. Acredita-se que tais conquistas vêm contribuindo para um crescimento no número de praticantes, vislumbrando a possibilidade de um futuro promissor para a democratização desta modalidade. Diante do contexto, o objetivo desta pesquisa é trazer um panorama da modalidade em competições no Estado de Santa Catarina (SC) e refletir sobre a participação feminina e masculina nesses eventos. Esse estudo pode contribuir para refletirmos sobre a participação de ginastas em nível estadual, bem como as diferenças de gênero a partir do número de participantes em competições estaduais, possibilitando a elaboração de estratégias para a promoção e democratização desse esporte. Além disso, pensar a participação feminina e masculina a partir da quantificação de algumas competições em um período de sete anos, nos possibilita pensar sobre as representações de gênero dentro do campo gímico, esportivo e fora dele (Boaventura; Vaz, 2020). Como percurso metodológico, foi realizada uma pesquisa documental, resgatando o número de participantes em eventos de Santa Catarina durante sete anos, entre 2016 e 2023. Analisou-se os registros da Federação de Ginástica de Santa Catarina (FGSC), especificamente o Torneio Estadual de Ginástica Artística. Foram encontrados quatorze relatórios, sendo que alguns estavam divididos entre os naipes feminino e masculino e aconteceram duas edições por ano, para o tratamento dos dados, foi utilizada a análise de conteúdo proposta por Bardin (2016), que consiste em três etapas: pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados (a inferência e a interpretação). Foi possível perceber que a prática da GA de SC tem se desenvolvido em diferentes ambientes, como: escolas, clubes, academias e centros esportivos. No entanto, em nível competitivo que visa o alto rendimento, é possível notar uma diminuição significativa do público masculino nas atividades que envolvam esta modalidade, ainda mais se comparada com o feminino, essa constância nos permitiu descrever sobre a participação de meninos e meninas no decorrer dos anos, em que houve um aumento no número de participantes nos últimos sete anos. A GAF teve um aumento de 413 ginastas participantes no naipes feminino, contudo, a GAM obteve uma queda de 93 participantes, revelando uma diminuição de praticantes do naipes masculino. Conclui-se que esta situação pode confrontar a masculinidade hegemônica e heteronormativa presente no esporte, a qual mantém, até mesmo de forma simbólica, a coexistência de elementos caracterizados de forma binária como “masculinos” e “femininos”. Destaca-se a necessidade de ressignificar as atribuições de gênero dentro e fora do campo gímico e esportivo, o que possibilitaria repensar as representações de gênero na sociedade contemporânea.

**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Esporte; Gênero; Democratização Esportiva.






# A GINÁSTICA RÍTMICA NO PARANÁ: DESAFIOS E OPORTUNIDADES PARA FORMAÇÃO DE ATLETAS OLÍMPICOS - INFRAESTRUTURA E POLÍTICAS PÚBLICAS NO DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS DE GINÁSTICA RÍTMICA

**João Guilherme Schuatspa**


<https://orcid.org/0009-0007-8823-1733> 


<http://lattes.cnpq.br/9720491270568763> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

joao.schuatspa1@ufpr.br

**Maria Clara Rabelo Jaime**


<https://orcid.org/0000-0002-7525-4908> 


<http://lattes.cnpq.br/2855163686570437> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

mariarabelojaime@gmail.com

**Maria Luiza de Carvalho Siqueira**


<https://orcid.org/0009-0008-1517-7497> 


<http://lattes.cnpq.br/4605037381009763> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

mldcsiqueira@gmail.com

**Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima**

<https://orcid.org/0000-0002-3570-7343> 

<http://lattes.cnpq.br/1972028713208884> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

leticia.queiroz@ufpr.br

## Resumo

A Ginástica Rítmica (GR) no Brasil teve seu início nas décadas de 1950 e 1960 e, desde então, evoluiu de forma significativa, culminando em conquistas expressivas no cenário internacional, como a classificação olímpica tanto no individual quanto no conjunto em 2023 e a participação nos Jogos Olímpicos de Paris em 2024 (FIG, 2024). O estado do Paraná, tradicionalmente reconhecido por sua forte presença na Ginástica Rítmica, tem desempenhado um papel crucial nesse desenvolvimento, formando atletas que competem em nível nacional e internacional (Santos *et al.*, 2024). O presente estudo tem como objetivo analisar as possibilidades e os desafios envolvidos na formação de atletas olímpicos de GR no Paraná, com foco nas estruturas de apoio, políticas públicas e condições de treinamento oferecidas no estado. A metodologia adotada para este trabalho incluiu a análise de programas de incentivo ao esporte, como o programa Proesporte, promovido pelo governo do estado do Paraná e a Lei do Incentivo ao Esporte Municipal, entre os anos de 2022 e 2023, buscando os programas voltados a GR no estado. Para mais, análise de artigos científicos e documentos institucionais, de prestação de contas do estado e de clubes, no período de 2022 a 2023, relacionados à formação de atletas de alto rendimento de Ginástica Rítmica no Brasil e, especificamente, no Paraná. Através do portal da transparência do estado, os programas de incentivo, como as bolsas-atleta federais e estaduais, foram avaliados para entender o impacto na trajetória de formação dos atletas e na sustentabilidade das equipes e clubes. Alguns dos desafios identificados, destaca-se a infraestrutura insuficiente para a prática da modalidade em regiões distintas do estado. Embora cidades como Curitiba e Londrina possuam centros de treinamento mais avançados, outras áreas carecem de instalações adequadas, o que limita o acesso de jovens talentos ao esporte. O financiamento também se mostra um fator crucial: a dependência de patrocínios privados e de bolsas governamentais gera instabilidade, comprometendo o planejamento de longo prazo para clubes e academias. Além disso, a capacitação de treinadores(as) aparece como outro ponto de atenção, sendo que o desenvolvimento e treinamentos de atletas de elite demanda profissionais qualificados, e a oferta de formação continuada para esses profissionais ainda tem se mostrado limitada. Os resultados parciais desta análise indicam que, apesar dos desafios estruturais e financeiros, o Paraná continua a ser um importante centro de desenvolvimento de atletas de Ginástica Rítmica no Brasil. A existência de clubes tradicionais, aliada ao apoio






oferecido por programas de incentivo, permite que o estado se mantenha no cenário competitivo nacional e internacional. No entanto, para que o Paraná continue a formar atletas de nível olímpico, é essencial que haja um maior investimento em infraestrutura e políticas públicas mais abrangentes, que contemplem não apenas o suporte financeiro, mas também a capacitação contínua de treinadores(as) e a ampliação do acesso à modalidade em todo o estado. Com isso, com a melhoria das condições de infraestrutura e o fortalecimento das políticas de incentivo ao esporte, o estado do Paraná possui potencial para continuar a contribuir significativamente para a formação de atletas olímpicos de Ginástica Rítmica.


**Palavras-chave:** Ginástica Rítmica; Formação de Atletas; Infraestrutura Esportiva; Políticas Públicas; Capacitação de Treinadores.



## A ORIGEM TERRITORIAL DAS GINASTAS DA SELEÇÃO BRASILEIRA DE GINÁSTICA RÍTMICA: TRAJETÓRIAS E CONQUISTAS

**Maria Clara Rabelo Jaime**


<https://orcid.org/0000-0002-7525-4908> 


<http://lattes.cnpq.br/2855163686570437> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

[mariarabelojaime@gmail.com](mailto:mariarabelojaime@gmail.com)

**Fernanda Raffi Menegaldo**


<https://orcid.org/0000-0002-9542-1128> 


<http://lattes.cnpq.br/9301283237600840> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

[fernandaraffimenegaldo@gmail.com](mailto:fernandaraffimenegaldo@gmail.com)

**Michele Viviane Carbinatto**


<https://orcid.org/0000-0001-6598-9938> 


<http://lattes.cnpq.br/8121445153017136> 

Universidade de São Paulo (São Paulo, SP – Brasil)

[mcarbinatto@usp.br](mailto:mcarbinatto@usp.br)

**Letícia Cristina Lima Moraes**


<https://orcid.org/0000-0001-9444-8735> 


<http://lattes.cnpq.br/0972293569203588> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

[letsmoraes96@gmail.com](mailto:letsmoraes96@gmail.com)

**Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima**

<https://orcid.org/0000-0002-3570-7343> 

<http://lattes.cnpq.br/1972028713208884> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

[leticia.queiroz@ufpr.br](mailto:leticia.queiroz@ufpr.br)

### Resumo

A Ginástica Rítmica (GR) no Brasil é uma modalidade competitiva em constante desenvolvimento, cuja evolução se relaciona, entre outros fatores, com a solidificação de sua estrutura física, técnica e administrativa (Lourenço, 2015). Nessa dinâmica, os campeonatos desempenham um papel crucial na promoção, espetacularização e disseminação dos esportes (Vargas, 2017). O aumento da participação em competições tem permitido à GR brasileira evoluir em termos de resultados e visibilidade. Esse avanço pode ser exemplificado pelas conquistas recentes que consolidam a presença da GR brasileira em âmbito internacional, como o 6º lugar nas provas de conjunto e 14º no ranking da ginasta Bárbara Domingos no Campeonato Mundial de 2023 (FIG, 2023). Mediante o exposto, a representatividade brasileira em eventos internacionais se dá por meio de ginastas que competem pela seleção brasileira, tanto no conjunto quanto no individual. Diante disso, este estudo tem como objetivo identificar a origem, em termos de clube de treinamento no momento da convocação, das ginastas que integraram/integram as seleções brasileiras de GR (individual e conjunto). Sob esse viés, considera-se que o histórico de formação de uma ginasta que integra a seleção brasileira apresenta aspectos importantes para compreender o avanço da modalidade no país, ao evidenciar experiências bem-sucedidas na formação de atletas de alto rendimento. Para tanto, este estudo adota uma abordagem qualitativa, por meio de pesquisa documental, com base em quatro eventos realizados pela Federação Internacional de Ginástica (FIG) — os Campeonatos Mundiais; Copas do Mundo FIG Challenge; Copas do Mundo e Jogos Olímpicos —, analisando desde a primeira participação brasileira em campeonatos internacionais (no 3º Campeonato Mundial) em 1967 até 2023. Ao todo, foram analisadas as súmulas de 60 campeonatos, disponíveis no site da FIG, além de documentos de outras instituições reguladoras, como a Confederação Brasileira de Ginástica (CBG). Dos 60 eventos analisados, o Brasil teve representantes em 40 competições pelo individual e 32 no conjunto, com a maior participação nos Campeonatos Mundiais, que contaram com 13 edições (100% de participação no conjunto e 92% no individual), devido à importância do evento enquanto classificação para os Jogos





Olímpicos. No total, 67 ginastas diferentes representaram o país nesse período, sendo 49 no conjunto, 13 no individual e 5 competindo em ambas. A partir desses resultados, evidencia-se que as ginastas que mais representaram a seleção foram cinco atletas, competindo em mais de dez competições — duas no individual e três no conjunto. Ainda, os resultados indicam que essas atletas representam a seleção brasileira em períodos recentes, com quatro delas participando de eventos em 2023/2024 e competindo em mais de um ciclo olímpico, o que demonstra a manutenção e permanência na seleção. Em complemento, as 67 ginastas representam 11 (40,7%) das 27 unidades federativas do país e pertencem a 29 clubes distintos (no momento da convocação). Nesse contexto, o Estado do Paraná se destaca com 30 ginastas (44,7%) distribuídas em cinco clubes diferentes, dos quais quatro têm mais de uma convocação. Por fim, este estudo oferece dados iniciais para o entendimento da GR de alto rendimento e possibilita o início de investigações que promovam e sustentem a qualificação da modalidade no país, evidenciando o Paraná como um importante ponto de referência.

**Palavras-Chaves:** Ginástica Rítmica; Seleção Brasileira; Paraná; Origem.



## A PARTICIPAÇÃO DAS MULHERES NA PROVA DE SALTO: UMA ANÁLISE DAS EDIÇÕES DE OLÍMPICAS DE 1928 ATÉ 1964

**Anna Stella Silva de Souza**

<https://orcid.org/0000-0002-2785-9179> 


<http://lattes.cnpq.br/0074255376123920> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

[annastella.zouza@gmail.com](mailto:annastella.zouza@gmail.com)

**Maurício Santos Oliveira**

<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 

<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

[mauricio.s.oliveira@ufes.br](mailto:mauricio.s.oliveira@ufes.br)

### Resumo


A Ginástica Artística (GAF) se desenvolveu, significativamente, em termos de complexidade e desempenho das atletas. Comparações entre campeões de diferentes ciclos olímpicos revelam o progresso físico, técnico, tático e psicológico. Trata-se de avanços que em muitos períodos desafiou os discursos médicos e, até mesmo, as próprias diretrizes das federações que regulavam a modalidade, as quais tentaram restringir esse desenvolvimento em determinadas situações. Este trabalho explora a participação das mulheres nas competições de salto, desde os primeiros Jogos Olímpicos (JO) em 1896 até o ano de 1964, analisando o desenvolvimento e a consolidação dessa prova. Utilizamos uma abordagem histórica, com aporte da pesquisa documental e bibliográfica para a coleta de dados, consultando diretrizes e relatórios das edições dos JO disponíveis na Biblioteca Mundial Olímpica. A primeira participação feminina ocorreu na Olimpíada de 1928, em Amsterdã, onde a prova de salto estava incluída no programa competitivo com elementos de . As mulheres retornaram aos Jogos em 1936, saltando sobre o cavalo sem alças nas provas livre e obrigatória. Nesse ano, saltaram na transversal a 95 cm de altura, sem trampolim no evento obrigatório (Organisationskomitee Für Die XI Olympiade Berlin, 1936). Na disputa livre, podiam usar um trampolim de até 10 cm, e a altura do cavalo não era fixa, o que permitiu mais liberdade. O discurso médico, fundamentado nos princípios vitorianos, levou à mudança na posição do cavalo, assegurando que as mulheres usassem menos força. Em 1948, em Londres, as mulheres saltaram sobre um cavalo com alças de 150 cm de altura, com o uso de uma prancha de 40 cm de altura e 190 cm de comprimento (The Organising Committee For The XIV Olympiad London, 1948). Essa altura rompia com padrões anteriores e o trampolim trouxe novos desafios. Na década de 1950, desenvolveu-se uma prancha de impulsão. Nos Jogos de Helsinque em 1952, as mulheres competiram em disputas individuais. Segundo o Comitê Olímpico (Organising Committee For The XV Olympic Games Helsinki, 1952), o cavalo tinha 1,80 m de comprimento e 1,10 m de altura. Larissa Latynina venceu a prova com um estilo gracioso. Em Roma, 1960, a hegemonia soviética foi mantida. Conforme o regulamento (Comitato Organizzatore Dei Giochi Della XVII Olimpiade, 1960), as mulheres competiram em um cavalo de 160 cm de comprimento, 110 cm de altura e 35 cm de largura. O trampolim tinha 60 cm de largura, 120 cm de comprimento e 12 cm de altura. Nos Jogos de 1964, no Japão, Larissa foi superada pela tchecoslovaca Vera Caslavská. Nessa edição olímpica, as atletas saltaram sobre um cavalo com 110 cm de altura (Comite D'organisation Des Jeux De La XVIII Olympiade, 1964). O desenvolvimento do salto na GA de mulheres foi marcado por mudanças técnicas, estruturais e culturais, o qual reflete o aprimoramento das ginastas e a complexa relação entre esporte, gênero e cultura.


**Palavras-chave:** Jogos Olímpicos; Ginástica Artística; História do Esporte.



## A PERCEPÇÃO SUBJETIVA DE ESFORÇO DURANTE UMA TEMPORADA DE TREINAMENTO EM GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA INFANTIL

**Amanda Caroline Remígio Corsino**


<https://orcid.org/0009-0000-4646-9160> 


<http://lattes.cnpq.br/5372806214343853> 

Universidade Federal de Minas Gerais (Belo Horizonte, MG – Brasil)

[amandac.remigio@gmail.com](mailto:amandac.remigio@gmail.com)

**Raiane Stephanie Gomides Louredo**


<https://orcid.org/0009-0001-5197-9736> 

<http://lattes.cnpq.br/5901566540986174> 

[rsgl.ufmg@gmail.com](mailto:rsgl.ufmg@gmail.com)

**Ivana Montandon Soares Aleixo**

<https://orcid.org/0000-0001-8577-3245> 

<http://lattes.cnpq.br/6764820971629320> 

Universidade Federal de Minas Gerais (Belo Horizonte, MG – Brasil)

[ivanamontandonaleixo@gmail.com](mailto:ivanamontandonaleixo@gmail.com)

### Resumo

A Ginástica Artística é uma modalidade com alta exigência física e mental, na qual as atletas iniciam no treinamento visando o ápice do rendimento esportivos em uma faixa etária menor quando comparada a outros esportes, e para evitar lesões por overtraining e over use, adaptar a carga de treinamento de acordo com a faixa etária se faz necessário. Torna-se inegável a complexidade da modalidade, onde há uma grande exigência de qualidades físicas, como força, flexibilidade, coordenação geral, velocidade e potência (Albuquerque; Nunomura; Tsukamoto, 2006; Aleixo, 2010). A percepção subjetiva de esforço (PSE), aplicada via escada CR- 10 Borg (1982), adaptada por Foster *et al.* (1996; 2001), pode ser definida como a resposta psicofisiológica ao estímulo imposto nas sessões de treinamento ou evento competitivo, verificar carga interna de treinamento pode trazer uma melhor quantificação e adaptação da carga de treinamento. O presente estudo teve como objetivo descrever e caracterizar a Carga Interna de Treinamento através do método PSE da sessão de treinamento em quatro equipes do Projeto de Extensão em Ginástica Artística da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da UFMG. Participaram do estudo 23 atletas, com idades entre 06 e 13 anos com tempo de prática de 01 a 03 anos na modalidade. Durante 20 e 30 semanas, foi feita coleta da PSE das turmas com idades, níveis e tempo de treinamento diferentes. Foi observado que as atletas das turmas com maior tempo de treinamento perceberam o treino mais árduo em períodos pré competitivos, comparados aos grupos das atletas mais novas e com menos tempo de treinamento, que perceberam seus treinos sem muita alteração no período pré -competitivo, mesmo sendo a primeira competição. Tais resultados corroboram, parcialmente, com o estudo de Antualpa *et al.* (2015), onde uma das variáveis analisadas foi a carga interna de treinamento em atletas de Ginástica Rítmica, que apresentou maiores escores durante o período de treinamento com competição, quando comparado ao período sem. Vimos também que a idade e maturidade são fatores que podem ter relação negativa ao coletar a PSE em algumas turmas, que mostraram não entender ainda o que fazer com as informações da tabela, mesmo que adaptada. Sendo assim, o monitoramento e quantificação da carga interna de treinamento desde as categorias de base da ginástica artística mostra-se imprescindível para atingir a performance esportiva desejada, bem como a manutenção no esporte.


**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Carga de Treinamento; Percepção Subjetiva de Esforço; Desempenho; Ginástica Infantil.



## ANÁLISE DA PERCEPÇÃO DA IMAGEM CORPORAL EM ATLETAS UNIVERSITÁRIAS DE CHEERLEADING

**Ivan Alcides Sarto Junior**


<https://orcid.org/0009-0003-2500-7903> 


<http://lattes.cnpq.br/8801934956350674> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

[d202020266@uftm.edu.br](mailto:d202020266@uftm.edu.br)

**Kizzy Fernandes Antualpa**

<https://orcid.org/0000-0002-4159-7195> 


<http://lattes.cnpq.br/1707052646013565> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

[kizzyantualpa@uftm.edu.br](mailto:kizzyantualpa@uftm.edu.br)

**Vítor Ricci Costa**

<https://orcid.org/0000-0002-0966-4431> 

<https://lattes.cnpq.br/9666028189341939> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

[vitor.costa@uftm.edu.br](mailto:vitor.costa@uftm.edu.br)

### Resumo

O cheerleading é uma prática corporal que surgiu no início do século XX nos Estados Unidos com o objetivo de liderar e animar as torcidas. Ao longo dos anos essa prática transformou-se em um esporte dinâmico com a realização de habilidades acrobáticas e atléticas. No contexto esportivo o cheerleading é caracterizado como um esporte estético, no qual a aparência física poderia influenciar na avaliação dos árbitros, como em outras modalidades gímnicas. A literatura tem evidenciado que atletas de esportes estéticos teriam maior preocupação com a aparência física, com o peso e, consequentemente, maior incidência de sinais e sintomas de transtornos alimentares, por exemplo (NuneS; Saraiva, 2010). Esse cenário seria ainda mais preocupante com atletas mulheres no contexto universitário, no qual as demandas sociais pelo corpo “ideal” seriam acentuadas (Deng, 2022). Desse modo, o objetivo dessa pesquisa será analisar como o cheerleading universitário pode impactar a relação de mulheres universitárias com a própria imagem corporal e consequentemente com o desempenho no esporte (Boaventura, 2016). O estudo se caracteriza como uma pesquisa mista (qualitativa e quantitativa), na qual participarão membros de 30 equipes de cheerleading, situadas nos estados de São Paulo e Minas Gerais. Para coletar os dados utilizaremos o Body Shape Questionnaire (BSQ) (Cooper *et al.*, 1987) e a Body Appreciation Scale (BAS) (Avalos *et al.*, 2005), ambos instrumentos auxiliarão na análise dos níveis de distorção da imagem corporal e sua possível relação com a modalidade. Além disso, questionários semiestruturados serão utilizados no início da pesquisa com o objetivo de produzir dados relativos às experiências e percepções das praticantes na modalidade. Os dados serão analisados a partir da análise descritiva simples e da análise de conteúdo. Essa pesquisa encontra-se em fase inicial de coleta de dados. Assim esperamos que os resultados futuros possam contribuir para afastar hábitos que são enraizados culturalmente no esporte e que potencialmente gerariam prejuízos a saúde das atletas. Pretendemos contribuir com essa temática a partir de implicações pedagógicas para treinadores(as) e futuros(as) treinadores(as) e para as instituições que regulamentam a prática da modalidade. Dentre essas implicações, acreditamos que seja essencial que os(as) treinadores(as) desenvolvam habilidades interpessoais e a comunicação direta com as atletas. Já as instituições que regulamentam o Cheerleading Universitário, devem monitorar a prática e garantir a promoção de estratégias de prevenção em saúde para conscientizar as atletas sobre hábitos pouco saudáveis e não condizentes com o contexto esportivo.


**Palavras-chave:** Cheerleading; Universitários; Imagem Corporal.






## BYE BYE, BRASIL! DESVELANDO O CRESCENTE PROCESSO DE MIGRAÇÃO DE TREINADORES/AS BRASILEIROS/AS DE GINÁSTICA PARA O EXTERIOR

**Fernanda Raffi Menegaldo**


<https://orcid.org/0000-0002-9542-1128> 


<http://lattes.cnpq.br/9301283237600840> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

[fernandaraффimenegaldo@gmail.com](mailto:fernandaraффimenegaldo@gmail.com)

**Maurício Santos Oliveira**


<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 


<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

[mauricio.s.oliveira@ufes.br](mailto:mauricio.s.oliveira@ufes.br)

**Leticia Bartholomeu de Queiroz Lima**


<https://orcid.org/0000-0002-3570-7343> 


<http://lattes.cnpq.br/1972028713208884> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

[leticia.queiroz@ufpr.br](mailto:leticia.queiroz@ufpr.br)

**Kizzy Fernandes Antualpa**


<https://orcid.org/0000-0002-4159-7195> 


<http://lattes.cnpq.br/1707052646013565> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

[kizzyantualpa@uftm.edu.br](mailto:kizzyantualpa@uftm.edu.br)

**Marco Antonio Coelho Bortoleto**

<https://orcid.org/0000-0003-4455-6732> 

<http://lattes.cnpq.br/8517706988302686> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

[bortoleto@fef.unicamp.br](mailto:bortoleto@fef.unicamp.br)

### Resumo

Este estudo teve o objetivo de investigar o processo de migração de treinadores/as brasileiros/as de Ginástica Artística (GA) e Ginástica Rítmica (GR) para o exterior. A pesquisa tem abordagem quantitativa e descritiva, com delineamento transversal. Participaram 25 treinadores/as (14 homens e 11 mulheres, com idade entre 24 e 49 anos), que responderam um questionário on-line. O trabalho foi aprovado no Comitê de Ética em Pesquisa (CAAE n. 70262523.5.0000.5542). A análise destes dados foi realizada com Estatística Descritiva. Com relação ao perfil dos/as treinadores/as, todos/as foram ex-ginastas de nível internacional (n=10), nacional (n=10) ou regional/local (n=5). Apenas 2 relataram não possuir o Ensino Superior completo. Entre os/as 23 graduados/as, 22 são formados em Educação Física. Deles/as, 12 concluíram cursos em nível de pós-graduação, sendo 10 especialistas, 1 mestre e 1 doutora. Com relação à atuação no exterior, 4 atuam com Ginástica Artística Feminina (GAF) e Ginástica Artística Masculina (GAM), 10 atuam apenas com GAF, 6 atuam apenas com GAM e 5 atuam com GR. Treze migraram há 5 anos ou menos; apenas 5 há mais de 10 anos. Os países de destino foram Austrália, Canadá (n=2), Dinamarca, Espanha, Estados Unidos (n=7), França, Irlanda (n=10), Nova Zelândia e Portugal. O contato destes/as profissionais com a instituição estrangeira foi realizado da seguinte forma: aplicação para uma vaga online/envio de currículo (n=8), indicação de outros treinadores/as (n=12), contato durante eventos (n=2) e convite feito pela instituição (n=3). Quanto ao nível, 10 indicaram trabalhar com iniciação – Recreação/Educacional/Lazer, 23 com iniciação – categorias de base voltadas para competições, 8 com rendimento – níveis estadual/nacional e 8 com alto rendimento – nível internacional, sendo que a maioria dos/as treinadores/as (n=21) atuam em academias. Quatro trabalham somente com crianças e adolescentes; 21 relataram trabalhar com adultos, sendo 5 com adultos maiores de 30 anos. Foi mencionado por 14 participantes a necessidade de uma certificação distinta da que já possuíam para atuar no exterior, ainda que apenas 4 treinadores/as disseram ter participado do programa FIG Academy.






Quatorze atuam como árbitro/a no exterior, sendo que 20 já atuavam no Brasil. Dezoito participam de competições locais, 20 de competições regionais, 24 de competições nacionais, 8 de competições internacionais e 7 de festivais. No que concerne a motivação para migração, foram citadas: questões financeiras/melhor remuneração (n=20), busca de melhores condições para atuação profissional (n=18), maior reconhecimento profissional (n=15), estudos e/ou aprendizado de um novo idioma (n=11) e questões familiares (n=5). Em síntese, os dados ajudam a desvelar o fenômeno do fluxo de treinadores/as brasileiros/as para o exterior, potencializado nos anos recentes, e motivado, prioritariamente, por questões referentes ao próprio campo profissional – reconhecimento, salário, condições de trabalho. A atuação nas instituições estrangeiras caracteriza-se, majoritariamente, pelo trabalho com diferentes faixas etárias e níveis de prática, e que em geral exige uma formação da Federação Nacional de Ginástica do respectivo país, mesmo quando se tem a formação inicial em Educação Física – cenário que marca uma diferença significativa entre o processo de formação de treinadores/as da modalidade no Brasil e em outros países. Nesse sentido, trata-se de um fenômeno que exige maior atenção tanto dos/as pesquisadores/as, como também de gestores/as da ginástica nacional.


**Palavras-chave:** Esporte; Ginástica; Pessoal Profissional Estrangeiro; Condições de Trabalho; Valorização Profissional.



## COMO NOS TORNAMOS TREINADORES(AS)? ANÁLISE DAS TRAJETÓRIAS DE TREINADORES(AS) DE GINÁSTICAS DE COMPETIÇÃO

**Valéria Fim**


<https://orcid.org/0000-0002-0882-7972> 


<http://lattes.cnpq.br/0756121585121552> 

Universidade Federal de Pelotas (Pelotas, RS – Brasil)

valeria\_fim@hotmail.com

**Andrize Ramires Costa**

<https://orcid.org/0000-0002-6020-8722> 

<http://lattes.cnpq.br/5235035547859308> 

Universidade Federal de Santa Catarina (Florianópolis, SC – Brasil)

andrize.costa@ufsc.br

### Resumo


Treinadores ocupam uma posição central no desenvolvimento esportivo, sendo os principais responsáveis em proporcionar uma experiência esportiva organizada, e ao estudá-los, é essencial considerar que sua formação se dá de muitas maneiras (Tosin; Galatti; Montagner, 2021). Assim como em outros esportes, os ginastas dependem fortemente de seus treinadores, que, através de suas vivências, conhecimentos e dedicação, desempenham um papel crucial em sua formação (Nunomura e Oliveira, 2014). Dessa forma, o processo de formação profissional desses agentes tem sido alvo de investigação, visto que o ensino por eles promovido tem um impacto significativo no desenvolvimento integral dos jovens, além de contribuir para o estabelecimento de hábitos permanentes de prática esportiva (Brasil, 2015). Entretanto, há pouco investimento da comunidade científica na produção sobre a temática da formação de treinadores de ginásticas competitivas (Orlando *et al.*, 2020). Sendo assim, o principal objetivo desta pesquisa foi analisar a trajetória de treinadores(as) de ginásticas de competição do Estado do Rio Grande do Sul. Adotou-se por seguir o método descritivo, de corte transversal, com uma abordagem qualitativa, a partir da técnica de estudos de casos múltiplos, envolvendo quatro treinadores(as) de ginásticas de competição com no mínimo quatro anos de experiência profissional e que fazem parte do comitê técnico da Federação de Ginástica do Rio Grande do Sul. A coleta de dados foi realizada a partir de encontros virtuais, via plataforma *Skype* com gravação de áudio e vídeo, onde no primeiro encontro foi realizado o preenchimento da linha do tempo (*Rappaport Time Line*) e no segundo encontro foi aplicado um roteiro de entrevista composto de duas partes (estruturada e semiestruturada). As informações coletadas foram categorizadas e analisadas utilizando a técnica de análise de conteúdo. A credibilidade das descrições e interpretações do pesquisador foi obtida por meio da confirmação dos treinadores após analisarem as transcrições das entrevistas. Verificou-se que a trajetória profissional destes treinadores iniciou com forte influência da família para inserção na prática esportiva. Já a relação com seus treinadores foi apontada por todos os sujeitos como motivo de permanência no esporte. Ademais, detectamos que a vivência na prática esportiva teve papel fundamental na escolha profissional, assim como, na permanência da mesma. Desta forma concluímos que as experiências profissionais ocorreram para a grande maioria ainda no período pré-formação por convite de seus próprios treinadores, assumindo os papéis de auxiliar técnico, monitor ou instrutor, o que sugere que o caminho para se tornar um treinador é a partir da construção e reconstrução pessoal de suas vivências, crenças e valores ao longo da sua vida.


**Palavras-chave:** Aprendizagem; Educação Física e Treinamento; Formação Profissional; Ginástica; Prática Profissional.



## COMO OS TREINADORES ORQUESTRAM NO BRASIL? O COACHING NAS GINÁSTICAS COMPETITIVAS DE ALTO RENDIMENTO

**Myrian Nunomura**


<https://orcid.org/0000-0002-3669-0571> 


<https://lattes.cnpq.br/0318875503554406> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[mnunomur@usp.br](mailto:mnunomur@usp.br)

**Paulo Daniel Sabino Carrara**


<https://orcid.org/0000-0002-5120-6768> 


<http://lattes.cnpq.br/9980964569916458> 

Universidade de São Paulo (São Paulo, SP – Brasil)

[paulocarrara@alumni.usp.br](mailto:paulocarrara@alumni.usp.br)

**Maurício Santos Oliveira**

<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 

<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

[mauricio.s.oliveira@ufes.br](mailto:mauricio.s.oliveira@ufes.br)

### Resumo

O coaching no esporte é uma atividade social dinâmica que envolve treinador, atleta, pais e demais stakeholders. Nessa intensa interação humana, as ações, atitudes, comportamento e tomada de decisões dos treinadores são influenciados por fatores internos e externos. Potrac *et al.* (2011) e Jones *et al.* (2006) citam esse contexto social de atividades interligadas e colaborativas, disputas e negociações entre os envolvidos e aplicaram a teoria da orquestração. No Brasil, apesar do pódio internacional das Ginásticas, ainda há desafios no relacionamento treinador-atleta. O objetivo do estudo foi explorar o coaching de treinadores das Ginásticas de elite na perspectiva da metáfora de orquestração de Jones & Wallace (2006), e compreender o papel do treinador e a interação com os atletas. Para a coleta de dados, conduzimos a entrevista semiestruturada com oito treinadores (Ginástica Artística Masculina e Feminina, Ginástica Rítmica), cujos ginastas competiram em Campeonatos Mundiais e/ou Jogos Olímpicos. Os dados foram tratados conforme a análise temática reflexiva (Braun; Clarke, 2006; 2019). Os treinadores citaram que, para manter os ginastas rumo aos objetivos, a hierarquia, disciplina, respeito, comprometimento e dedicação intensa são essenciais; e os ginastas não respeitam e não valorizam o treinador quando a hierarquia é “solta”. Ainda, eles revelam aplicar o poder capacitante e produtivo, e estratégias como criar a ilusão de poder. Assim, eles citam que estabelecem limites e não negociam disciplina, respeito, segurança, dedicação, escola. Para amenizar conflitos e evitar a zona de conforto entre os atletas, os treinadores são argumentativos para promover mudanças comportamentais. Todos citaram que a geração atual de jovens é menos propensa aos sacrifícios e demandas do esporte competitivo, o que gera desafios para manter os objetivos em longo prazo. Os treinadores revelaram formas distintas de gerenciar, desde aqueles mais centralizadores (necessitam controlar quase tudo) àqueles mais condutores (orquestrador), todavia, todos praticam a liderança. Os treinadores aprenderam a decidir pelos caminhos mais profícuos com o tempo e a experiência, pois para atingir o nível atual de coaching, eles investiram décadas em estudos e prática, além de muita disposição, determinação, persistência, disciplina, responsabilidade, amor, etc., assim como os ginastas que caminharam ao seu lado rumo ao pódio. Por outro lado, não dependeram necessariamente de seu histórico no esporte como praticante ou atleta. Por fim, ressaltamos alguns diferenciais e contribuições do estudo para a ciência e a modalidade: a perspectiva social e pedagógica do coaching esportivo; foco em esportes “criticados” pela ciência e sociedade em geral; participantes com resultados mais expressivos no alto rendimento no país; o registro de treinadores que atuam há décadas (entre 22 e 46 anos), e que forneceriam insights para o potencial aprimoramento do coaching no país, principalmente, pela consideração da cultura local. Apesar dos resultados internacionais das Ginásticas e do apoio da Confederação Brasileira de Ginástica e do Comitê Olímpico do Brasil, é possível lançar reflexões essenciais sobre a saúde dos treinadores, pois desempenham diversos papéis e tarefas; atuam sob expectativas e pressões elevadas e demandas por mudanças no coaching, particularmente, em vista de denúncias de assédio.


**Palavras-chave:** Ginástica; Alto Rendimento; Coaching.






## EFEITO DA TENSÃO NO DESEMPENHO ESPORTIVO EM ATLETAS DE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

**Laura Lírio Resende Cerqueira**


<https://orcid.org/0000-0001-6479-7168> 


<http://lattes.cnpq.br/3341893493953312> 

Universidade Federal de Minas Gerais (Belo Horizonte, MG – Brasil)

[lauraliriorc@gmail.com](mailto:lauraliriorc@gmail.com)

**Karine Naves de Oliveira Goulart**


<https://orcid.org/0000-0003-3976-5150> 


<http://lattes.cnpq.br/2318633838010912> 

Universidade Federal do Mato Grosso (Cuiabá, MT – Brasil)

[karinegoulart91@gmail.com](mailto:karinegoulart91@gmail.com)

**Ivana Montandon Soares Aleixo**

<https://orcid.org/0000-0001-8577-3245> 

<http://lattes.cnpq.br/6764820971629320> 

Universidade Federal de Minas Gerais (Belo Horizonte, MG - Brasil)

[ivanamontandonaleixo@gmail.com](mailto:ivanamontandonaleixo@gmail.com)

### Resumo

A Ginástica Artística Feminina (GAF) é um esporte que nos últimos anos tem apresentado grande evolução no Brasil (Sierra, 2015). O crescimento dessa modalidade esportiva e o entendimento sobre ser caracterizada por alto nível de exigência a torna um interessante meio de estudo para entender suas diversas implicações sobre as atletas, sejam elas físicas ou psicológicas. O objetivo deste estudo foi compreender se o estado de humor das atletas de GAF possui correlação com o seu desempenho nas competições. A amostra deste estudo foi composta por 61 atletas, entre 8 e 14 anos, com pelo menos 1 ano de experiência na modalidade, todas praticantes de GAF no Projeto de Extensão de Ginástica Artística da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Terapia Ocupacional da Universidade Federal de Minas Gerais. As atletas responderam à Escala de Humor de Brunel, um instrumento validado e adaptado para o português (Rohlf, 2008). Essa escala consiste em 24 itens que descrevem diferentes tipos de emoção, e são divididos em cinco fatores negativos: Raiva, Confusão, Depressão, Fadiga e Tensão, e um fator positivo: Vigor. Cada emoção é numerada numa Escala Likert de 0 a 4 (0 = nada; 1 = um pouco; 2 = moderadamente; 3 = bastante; 4 = extremamente). A coleta foi realizada nos anos de 2022 e 2023 em quatro competições: Campeonato Estadual, Torneio Estadual, Torneio Nacional e Campeonato Escolar. As atletas assinalaram os valores nessa escala de acordo com o seu sentimento, até no máximo 1 hora após elas competirem em todos os aparelhos da GAF. O desempenho das atletas nas competições foi medido através da verificação dos dados oficiais recebidos pela Federação Mineira de Ginástica, ou seja, os valores da nota final de cada atleta em cada competição. Os dados não apresentaram distribuição normal e, portanto, foi utilizado o teste de correlação de Spearman para realizar a análise estatística. O principal resultado encontrado foi a verificação de uma correlação significativa entre a Tensão e a nota final ( $r = 0,448$ ;  $p = 0,001$ ). Não foram verificadas correlações significativas entre os demais fatores da escala de humor e a nota final das atletas nas competições. Dessa forma, os resultados mostraram que quanto maior o nível de tensão, menor foi a nota final da atleta. A Tensão pode ser definida como alta tensão musculoesquelética, podendo ser observada por meio de manifestações psicomotoras como agitação e inquietação (Brandt, 2011). Esse achado corrobora um estudo que avaliou a correlação entre o estado de humor e desempenho esportivo de jogadores de Goalball. Nesse estudo, foi verificada uma correlação negativa entre Tensão e proporção de acertos (Bonfim, 2017) contribuindo como evidência de que níveis adequados de tensão podem ser benéficos para um bom desempenho esportivo (Brandt, 2011). Dessa maneira, esses resultados demonstraram a relevância de monitorar o estado de humor das atletas e sua relação com o desempenho esportivo e, a partir deste monitoramento, criar estratégias positivas que permitiriam esquematizar programas preventivos e de intervenção nas várias etapas de formação das atletas de GAF.


**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Estado de Humor; Desempenho; Tensão.






## EM BUSCA DE PRÁTICAS DE COACHING MAIS EFETIVAS E MENOS COERCIVAS: LIÇÕES APRENDIDAS EM UM GINÁSIO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

**Vítor Ricci Costa**

<https://orcid.org/0000-0002-0966-4431> 


<https://lattes.cnpq.br/9666028189341939> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

[vitor.costa@uftm.edu.br](mailto:vitor.costa@uftm.edu.br)

**Myrian Nunomura**

<https://orcid.org/0000-0002-3669-0571> 

<https://lattes.cnpq.br/0318875503554406> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[mnunomur@usp.br](mailto:mnunomur@usp.br)

### Resumo


O coaching esportivo pode ser definido como um processo prático, social e dinâmico que integra os atletas, o treinador e os demais agentes envolvidos no determinado contexto esportivo (Jones; Armour; Potrac, 2002). Na Ginástica Artística Feminina (GAF) o coaching tem sido associado a práticas autoritárias, que poderiam comprometer a saúde e o bem-estar das ginastas, que geralmente são crianças e jovens submissas e vulneráveis em um contexto dominado por adultos. Assim, a literatura sinaliza a necessidade de mudanças nas práticas que efetivem as diretrizes éticas para atuação no coaching. Frente a essa demanda, seria essencial demonstrar como práticas de coaching mais efetivas, poderiam emergir no dia a dia do ginásio, as quais estariam apoiadas no conhecimento profissional, interpessoal e intrapessoal integrado, para melhorar a competência, a confiança e a conexão com os atletas. Desse modo, o objetivo do presente estudo foi explorar o papel ativo dos treinadores na problematização dos discursos e das práticas dominantes que circulam no contexto da GAF em busca de práticas de coaching mais efetivas. Essa pesquisa foi delineada como um estudo de caso em um ginásio de treinamento proeminente no Brasil. Participaram do estudo 4 treinadores, 15 ginastas e 12 pais. Os dados foram produzidos a partir da observação participante e da entrevista semiestruturada. Para analisá-los, utilizamos o método da Análise Temática Reflexiva (Braun; Clarke, 2006; 2012; 2019; 2020). A partir dessa análise encontramos três temas: 1) "Eu quero o melhor de vocês (ginastas) todos os dias", no qual demonstramos situações em que os treinadores utilizaram técnicas disciplinares, como a punição, para garantir a efetividade do treinamento das ginastas e punir "maus comportamentos", interpretados por eles como falta de comprometimento das ginastas; 2) "Às vezes eu fico pensando que, se elas (ginastas) erram, o erro não é só delas", no qual exploramos como os treinadores começaram a refletir e identificar que as falhas das ginastas, não indicavam apenas as fraquezas ou a falta de comprometimento delas, mas problemas de comunicação no relacionamento treinador-ginasta; 3) "Ela (ginasta) mudou da água para o vinho", no qual discutimos como algumas mudanças no coaching dos treinadores, a comunicação aberta e diretiva com as atletas, o cuidado na relação treinador-ginasta e a consideração das necessidades individuais de cada atleta, podem ser mais efetivas para o coaching. Em síntese, acreditamos que os temas revelam como práticas alternativas podem ser implementadas a partir de um processo de reflexão dos treinadores. Apesar da especificidade do contexto, esperamos que essas lições aprendidas no contexto real possam encorajar mais treinadores a refletirem e problematizarem suas práticas de acordo com as suas particularidades. Desse modo, a partir desses resultados propomos as seguintes implicações pedagógicas e políticas: a) encorajar programas de formação de treinadores pautados na pedagogia narrativa e na reflexão colaborativa, para compreender como abordar as individualidades, as condições e as instabilidades do coaching; b) substituir as práticas coercitivas e punitivas por estratégias disciplinares mais efetivas e que considerem pedagogias responsivas.


**Palavras-chave:** Ginástica Artística Feminina; Coaching Esportivo; Esporte de Alto Rendimento; Pedagogia do Esporte; Sociologia do Esporte.



## FORMAÇÃO ACADÊMICA DE TREINADORES DE CHEERLEADING NA GRANDE VITÓRIA: MAPEAMENTO E IMPACTOS NO DESENVOLVIMENTO DA MODALIDADE (2018-2024)

**Arthur Viçosi Bourguignon**


<https://orcid.org/0009-0000-4316-234X> 


<http://lattes.cnpq.br/0416904120028531> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

arthurvicosi29@gmail.com

**Rodrigo Galavote Carnielli**


<https://orcid.org/0009-0008-4118-0534> 


<http://lattes.cnpq.br/4684023942694926> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

rodrigogalavote@gmail.com

**Maurício Santos Oliveira**

<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 

<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

mauricio.s.oliveira@ufes.br

### Resumo

Nos últimos anos, o número de atletas em diversas modalidades esportivas tem crescido significativamente no Brasil, reflexo de uma cultura esportiva cada vez mais presente no cotidiano das pessoas, principalmente entre jovens e estudantes. Um exemplo claro desse fenômeno é o crescimento do cheerleading no país. O cheer vem ganhando visibilidade em ambientes universitários e clubes particulares, com estimativa de 100 mil praticantes distribuídos em todo o país (OGLOBO, 2023). Todavia, o aumento no número de praticantes não acompanha o número de trabalhos acadêmicos na área, tampouco de treinadores formados em educação física. A popularização do cheerleading no Brasil, especialmente entre os estudantes, é notória. E, na região da Grande Vitória, no Espírito Santo, esse cenário também tem se desenvolvido nos últimos anos. Diante desse contexto, a presente pesquisa tem como objetivo mapear as equipes de cheerleading que existiram e/ou continuam existindo na Grande Vitória desde 2018, além de investigar se os treinadores dessas equipes possuem ou possuíam formação acadêmica em Educação Física durante o período em que atuaram. Para alcançar esses objetivos, será realizada uma série de entrevistas semiestruturada com os treinadores de todas as equipes de cheerleading que estiveram ativas na Grande Vitória no período de 2018 e 2024. As entrevistas, cujos dados serão analisados segundo a prerrogativa da análise de conteúdo de Bardin (2011), têm como foco a coleta de dados sobre a formação, formal e não formal, desses profissionais, de modo a organizar e analisar essas informações de forma clara e objetiva. Os dados preliminares indicam uma pluralidade de resultados sobre a formação formal dos treinadores, sendo uma parte graduada em Educação Física. A outra parcela dos treinadores não possuía formação completa, pois cursava Educação Física durante o período em que atuavam. Por fim, há também registros de treinadores que não tinham relação direta com a área de Educação Física, mas que assumiram o papel de liderança nas equipes. Os resultados completos desta pesquisa proporcionarão uma visão detalhada sobre o perfil dos treinadores de cheerleading na região da Grande Vitória, contribuindo para a discussão sobre a importância da formação acadêmica para a atuação nessa modalidade e para a promoção de um desenvolvimento mais estruturado e seguro do esporte no estado. Considera-se que a formação em Educação Física pode ser um fator relevante para a segurança das equipes de cheerleading, especialmente em uma modalidade que exige alto nível de preparo físico dos atletas e conhecimento técnico por parte dos treinadores. A expectativa é que os resultados desta pesquisa ofereçam subsídios para a reflexão sobre políticas de incentivo à formação de treinadores e para a construção de uma cultura esportiva mais sólida e profissionalizada na região.


**Palavras-chave:** Cheerleading; Treinadores; Formação Acadêmica.






## FUGA DE CÉREBROS NA GINÁSTICA ARTÍSTICA BRASILEIRA: POR QUE OS/AS TREINADORES/AS ESTÃO OPTANDO PELA MIGRAÇÃO?

**Luisa de Carvalho Maurício Kirchmayer**


<https://orcid.org/0009-0007-7990-3497> 


<http://lattes.cnpq.br/5382826850868623> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

[lulukirch@gmail.com](mailto:lulukirch@gmail.com)

**Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima**


<https://orcid.org/0000-0002-3570-7343> 


<http://lattes.cnpq.br/1972028713208884> 

Universidade Federal do Paraná (Curitiba, PR – Brasil)

[leticia.queiroz@ufpr.br](mailto:leticia.queiroz@ufpr.br)

**Kizzy Fernandes Antualpa**


<https://orcid.org/0000-0002-4159-7195> 


<http://lattes.cnpq.br/1707052646013565> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

[kizzyantualpa@uftm.edu.br](mailto:kizzyantualpa@uftm.edu.br)

**Fernanda Raffi Menegaldo**


<https://orcid.org/0000-0002-9542-1128> 


<http://lattes.cnpq.br/9301283237600840> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

[fernandaraffimenegaldo@gmail.com](mailto:fernandaraffimenegaldo@gmail.com)

**Marco Antonio Coelho Bortoleto**


<https://orcid.org/0000-0003-4455-6732> 


<http://lattes.cnpq.br/8517706988302686> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

[bortoleto@fef.unicamp.br](mailto:bortoleto@fef.unicamp.br)

**Maurício Santos Oliveira**

<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 

<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

[mauricio.s.oliveira@ufes.br](mailto:mauricio.s.oliveira@ufes.br)

### Resumo

A história da Ginástica Artística (GA) do Brasil é marcada pela influência de imigrantes que contribuíram com a inserção e o desenvolvimento da modalidade no país. Em um movimento contrário, observamos que números consideráveis de treinadores brasileiros optaram pela migração internacional, deixando o país para trabalhar com a GA no exterior, o que configura uma fuga de cérebros, termo que se refere a migração de trabalhadores altamente qualificados. Com isso, o presente estudo visou investigar o processo de migração de treinadores/as brasileiros/as de GA por meio de uma análise das motivações para migração. Metodologicamente, optamos pelo percurso da pesquisa descritiva com a obtenção dos dados através da técnica da entrevista semiestruturada. Sobre os/as participantes do estudo, propusemos um recorte de seis treinadores/as, considerando os seguintes critérios de seleção: a) expertise do(a) treinador/a, b) maior tempo no exterior e c) notoriedade do/a treinador/a na comunidade gímnica. Para a organização e análise dos dados, recorremos à Análise de Conteúdo (Bardin, 2011). A análise dos dados indicou 16 principais fatores que motivaram os treinadores brasileiros a migrar, sendo divididos nas categorias fatores pull (atração), relacionados com fatores provenientes do país de destino que atraem os migrantes, e fatores push (repulsão), relacionados com os fatores provenientes do país de origem que repelem os nativos em direção à migração (Lee, 1966). Dentre os fatores pull (atração), foram elencados: Sistema Esportivo; Empreendedorismo; Clima; Aspectos Culturais; Familiares imigrantes; Proposta de emprego; Qualidade de vida; Melhores salários; Segurança. Dentre os fatores push (repulsão), foram elencados: Falta de perspectiva profissional;





Baixos salários; Insegurança; Novos desafios; Aprender inglês; Domínio da língua; e Passaporte Europeu. Através da análise dos dados, também foi possível categorizar os/as treinadores/as de acordo com o "Modelo da tipologia da migração esportiva" (Rojo, 2020), que indicou que: Um dos treinadores possui características de pioneiro, ou seja, é um indivíduo que migrou no intuito de promover e desenvolver o esporte no exterior; Quatro treinadores apresentaram características de colonos, que além de levarem o conhecimento esportivo, pretendem permanecer no país anfitrião; Os/as seis treinadores/as entrevistados/as possuem características de ambicionistas, ou seja, são indivíduos que migram com ambições específicas que podem ser: atuar com o esporte independentemente do local; atuar em um país específico; aprimorar sua prática esportiva. Destacamos que a categoria "Falta de perspectiva profissional" no Brasil teve grande impacto, o qual relatado por todos/as entrevistados/as. A falta de infraestrutura, pouca oportunidade de crescimento profissional e desinteresses políticos foram relatados com pesar pelos/as treinadores/as brasileiros/as, e muitos evidenciaram que a migração foi a única opção viável para prosperar na carreira. Pretendemos continuar e aprofundar a análise dos dados coletados e destacamos que para além da investigação do fenômeno da migração de treinadores de GA, faz-se necessário investigar as condições de atuação de treinadores da modalidade no Brasil no intuito de compreender como essas problemáticas impactam o desenvolvimento da modalidade no país, reunindo informações que possam, no futuro, contribuir para a melhora desse cenário.


**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Atuação Profissional; Migração; Treinadores.



## GINÁSTICA ARTÍSTICA NO ENSINO SUPERIOR: A EXPERIÊNCIA DE COCRIAÇÃO DE UM CÓDIGO DE PONTUAÇÃO ADAPTADO

**Priscila Lopes**

<https://orcid.org/0000-0002-1896-1841> 


<http://lattes.cnpq.br/2483943408509191> 

Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri (Diamantina, MG – Brasil)

[priscila.lopes@ufvjm.edu.br](mailto:priscila.lopes@ufvjm.edu.br)

**Carla Luguetti**

<https://orcid.org/0000-0002-9442-1636> 

<http://lattes.cnpq.br/0384902393404597> 

The University of Melbourne (Melbourne, VIC – Austrália)

[carla.luguetti@unimelb.edu.au](mailto:carla.luguetti@unimelb.edu.au)

### Resumo

Este estudo (CAAE nº 67021122.8.0000.5108) versa sobre o ensino da Ginástica Artística (GA) no ensino superior a partir do Modelo *Sport Education* (SE) (Siedentop; Hastie; Van Der Mars, 2011). De cunho qualitativo, utilizou-se a Pesquisa-ação (Thiollent, 2003) com a implementação do processo pedagógico envolvendo uma docente e 17 estudantes. Os dados foram levantados semanalmente e incluíram: documentação pedagógica; diários de campo; discussões com amiga crítica; grupos focais. Os dados foram tratados pela Análise Temática (Braun; Clark, 2006). Dentre os resultados, apresentamos neste estudo, duas estratégias pedagógicas construídas para a implementação do SE na GA: Dinâmica do desenho e Cocriação do Código de Pontuação (CP). Para compreender as regras da GA, realizou-se a explicação do CP com a criação de uma competição de desenho que teve seu regulamento elaborado pela docente e discentes com critérios semelhantes ao da modalidade. Iniciaram com a escolha do tema do desenho (vida na natureza), que equivaleu ao aparelho no qual o ginasta competiria na GA. Estabeleceu-se os critérios para a nota de dificuldade: conteúdo do desenho – elementos de dificuldade classificados em grupos (animais/seres humanos, construções dos seres humanos, vegetação, seres não vivos) e, simultaneamente, grupos de acordo com a dificuldade para desenhar (pássaro valor A, peixe valor B, cavalo valor C, homem valor D etc.); requisitos de composição (10 elementos na composição do desenho, pelo menos um elemento de cada grupo, um elemento de cada dificuldade etc.); bônus por ligação entre elementos (flor na árvore etc.). Para a nota de execução, estabeleceu-se falhas relacionadas ao traço do desenho, que seriam deduzidas de 10 pontos de acordo com o erro (traço com variações na linha desconta um décimo etc.). Os discentes foram divididos em árbitros (dificuldade e execução), competidores, treinadores, torcida e deu-se início à competição. Ao término do jogo, o CP de GA foi apresentado associando as regras criadas com as da modalidade. Na sequência, os discentes escolheram as provas de GA em que a competição oficial seria realizada (salto, trave e solo) e adaptaram as regras para cada aparelho. Para definir a tabela de dificuldades das provas, listaram os movimentos que sabiam executar ou que acreditavam ser viáveis de aprender, e experimentaram nos respectivos aparelhos ao mesmo tempo que determinavam seus valores. Experimentaram possíveis ligações entre os movimentos e criaram a lista de bonificações de acordo com a complexidade da execução. Por fim, os requisitos de composição foram ajustados para cada prova. O CP criado coletivamente foi utilizado como suporte para atuarem como ginastas e árbitros em um evento competitivo. Depoimentos dos discentes mostraram que a dinâmica do desenho auxiliou na compreensão das regras da GA e, por meio do SE, foi possível a vivência do esporte de maneira autêntica pela participação em um evento competitivo para sujeitos com níveis de habilidades ginásticas variadas e em diferentes funções (Luguetti *et al.*, 2018). Logo, acredita-se que a inserção de estudantes em situações de prática real possibilita a compreensão das regras das modalidades esportivas. No contexto da GA, a análise e (re)elaboração do CP para fins pedagógicos permite professores e estudantes entenderem fundamentos, princípios, valores e utilidades, facilitando a escolha de estratégias adaptadas aos níveis de treinamento ou formação (Robin; Santos, 2014).


**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Ensino Superior; Código de Pontuação.






# INOVAÇÃO E REPRESENTATIVIDADE: A INFLUÊNCIA DE ATLETAS NÃO EUROPEUS NA CRIAÇÃO DE MOVIMENTOS NA GINÁSTICA ARTÍSTICA

**Mateus Henrique de Oliveira**


<https://orcid.org/0000-0001-9738-8029> 


<http://lattes.cnpq.br/4697561017764630> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

matthenri0@gmail.com

**Leandro Pereira do Nascimento**


<https://orcid.org/0009-0002-6164-4072> 


<http://lattes.cnpq.br/0345704663089906> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

l249071@dac.unicamp.br

**Adilson Pereira de Oliveira Neto**


<https://orcid.org/0009-0002-5900-1553> 


<http://lattes.cnpq.br/3482725823127840> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

a251851@dac.unicamp.br

**Laurita Marconi Schiavon**

<https://orcid.org/0000-0003-3568-8311> 

<http://lattes.cnpq.br/9214608426553939> 

Universidade Estadual de Campinas (Campinas, SP – Brasil)

lauritas@unicamp.br

## Resumo

A Ginástica Artística (GA), nas modalidades masculina (GAM) e feminina (GAF), tem suas raízes no Método Europeu de Ginástica, centrado no desenvolvimento de exercícios físicos com aparelhos de grande porte. A difusão desse método pela Europa levou ao fortalecimento da prática competitiva no continente, tornando os países europeus referências em resultados internacionais. Com o tempo, a GA passou por inovações tecnológicas e mudanças nas regras, permitindo a criação de novos movimentos por ginastas de todo o mundo. A Federação Internacional de Ginástica (FIG) passou a autorizar que novos movimentos, após executados com sucesso em competições internacionais, fossem nomeados em homenagem ao primeiro ginasta que os realizasse. O presente estudo analisou a origem geográfica dos ginastas criadores de movimentos registrados pela FIG, buscando compreender a representatividade de ginastas europeus e não europeus na criação de elementos técnicos. Utilizou-se do método de Pesquisa Documental, tendo como base os Códigos de Pontuação da GAM e GAF do ciclo 2025-2028, que incluem os nomes dos movimentos e a nacionalidade dos ginastas, além, em alguns casos, do ano de criação. A análise quantitativa utilizou-se de estatística descritiva para agrupar e apresentar os dados. Assim, foram identificados 213 movimentos na GAF e 297 na GAM. Na GAF, 58,7% (125 movimentos) foram criados por ginastas europeias, e na GAM, 51,2% (152 movimentos) por ginastas europeus. A distribuição dos movimentos nos demais continentes foi: América (23,5% GAF / 21,55% GAM), Ásia (14,55% GAF / 26,3% GAM), África (0,93% GAF / 0,67% GAM) e Oceania (2,35% GAF / 0,33% GAM), refletindo as diferenças no desenvolvimento histórico-cultural da ginástica nesses locais. A partir dos anos 2000, observou-se maior equilíbrio na criação de movimentos entre ginastas de países europeus e não europeus. Na GAF, ambos os grupos criaram 33 movimentos cada, enquanto na GAM os ginastas não europeus superaram os europeus, com 87 movimentos contra 79. Esse cenário aponta para uma maior diversidade e globalização na criação de novos movimentos. A análise destaca a crescente participação de ginastas de fora da Europa, especialmente das Américas e da Ásia, que contribuem significativamente para a evolução técnica da modalidade. Essa transição reflete não apenas o aumento da competitividade internacional, mas também a diversificação cultural na GA. Embora a Europa continue a ser um importante centro de inovação, a contribuição global de atletas não europeus tornou-se essencial para o progresso do esporte, ampliando os limites técnicos da modalidade. Este estudo ressalta, assim, a relevância da representatividade global na ginástica, onde a




diversidade cultural e técnica impulsiona o desenvolvimento contínuo da modalidade, reforçando seu caráter inclusivo e universal.

**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Código de Pontuação; Inovação; Criação de Movimentos.



## MEMÓRIAS E SIGNIFICADOS NA GINÁSTICA RÍTMICA: O RELATO DE EX-ATLETAS

**Tuffy Felipe Brant**


<https://orcid.org/0000-0002-7384-762X> 


<http://lattes.cnpq.br/6016390320492245> 

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (Muzambinho, MG – Brasil)

[tuffy.brant@muz.ifsuldeminas.edu.br](mailto:tuffy.brant@muz.ifsuldeminas.edu.br)

**Myrian Nunomura**

<https://orcid.org/0000-0002-3669-0571> 

<https://lattes.cnpq.br/0318875503554406> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[mnunomur@usp.br](mailto:mnunomur@usp.br)

### Resumo


As experiências esportivas são repletas de significados pessoais que, do ponto de vista científico, podem ser enriquecedoras, e cujo resgate de memórias ajudaria na análise crítica do processo formativo na avaliação dos atletas. O objetivo deste trabalho é compreender as reflexões de ex-atletas sobre suas experiências na GR. Para isso, desenvolvemos a pesquisa qualitativa em duas fases. A primeira, consistiu na pesquisa bibliográfica e documental. A segunda, a pesquisa de campo, quando entrevistamos três mulheres ex-integrantes de uma equipe de alto nível. Utilizamos a análise temática reflexiva para o tratamento de dados. Os resultados foram organizados em três temas relacionados à trajetória e as experiências das participantes na GR, bem como aos significados atribuídos a elas. A trajetória esportiva das participantes na GR revelou as seguintes características: foi desenvolvida em um ambiente escolar no qual tiveram oportunidades para crescer como atletas; a iniciação ocorreu por volta de 6 anos de idade, com destaque para o aspecto lúdico da prática nessa fase; o encerramento da carreira ocorreu aos 13 anos e foi influenciado por motivações multifatoriais, como conflitos com treinadores; lesão e pressão da família; todavia, não houve dificuldades significativas na conciliação esporte-escola; foi amplamente apoiada pela família, especialmente pelas mães, que além de suporte financeiro também oferecia suporte emocional; foi marcada por diversos desafios no treinamento e nas competições, como dificuldades na preparação física, especialmente a flexibilidade, medo da repreensão e reação dos treinadores por não atender as expectativas, e a sensação de que a banca de arbitragem é tendenciosa a favorecer algumas atletas; foram estabelecidas relações construtivas com os pais, treinadores e colegas de equipe. As participantes destacaram suas experiências tanto em aspectos positivos como negativos, tais como: a identidade e a paixão pela modalidade; o prazer em competir; o estabelecimento de relações amigáveis semelhantes a vínculos familiares; o reconhecimento sobre a importância do papel desempenhado pelos treinadores no desenvolvimento da carreira esportiva; as dificuldades de comunicação com os treinadores; a pressão dos pais por resultados; os casos de bullying entre as ginastas; as abordagens inadequadas dos treinadores; a frustração com a arbitragem; e os conflitos com treinadores. As participantes reconhecem o importante aprendizado adquirido em suas experiências esportivas, tanto para o crescimento pessoal quanto para a construção de suas identidades. Atualmente, expressam sentimentos como saudade, orgulho e gratidão que ecoam do passado e ressignificam suas experiências. Compreendemos que o presente estudo possa contribuir para o aprendizado e apoio às pessoas que compartilham experiências semelhantes. Acreditamos que esse intercâmbio favoreça a reflexão de temas importantes para a modalidade, como a pressão excessiva por resultados, a especialização precoce, o padrão corporal ideal e as barreiras para dialogar abertamente dentro do ginásio.


**Palavras-chave:** Esporte; Ginástica; Ginástica Rítmica; Pesquisa Qualitativa.



## O FUNDAMENTO EQUILIBRAR E SUAS POSSIBILIDADES NO SLACKLINE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA NA GYMNASTIKHOJSKOLEN I OLLERUP

Lucas Fraga Pereira

<https://orcid.org/0009-0004-5936-5482> 

<http://lattes.cnpq.br/8246387464822000> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

lucas\_fraga92@hotmail.com

### Resumo

O presente trabalho é fruto de uma experiência com o slackline na Gymnastikhojskolen i Ollerup – Dinamarca. Os alunos da escola se aproximaram dessa prática de lazer, como uma possibilidade de vivenciar o fundamento da ginástica “equilibrar”. O objetivo foi permitir aos alunos ampliarem sua vivência motora ao permanecer ou deslocar-se numa superfície limitada e apresentar essa ferramenta com uma possibilidade de aperfeiçoar o equilíbrio de seus participantes. Esse relato de experiência prima apresentar e discutir as particularidades e o potencial de contribuição do slackline no âmbito da Ginástica para Todos (GPT). A proposta se caracteriza por um estudo descritivo-interpretativo desenvolvido por meio de um relato de experiência através de oficinas realizadas na Dinamarca (FLICK, 2004). Durante o primeiro semestre de 2019, participei do curso de primavera da escola Gymnastikhojskolen i Ollerup, desenvolvendo atividades relacionadas a ginástica. Durante a permanência no país busquei difundir minha experiência no slackline visto a sua aproximação com os valores discutidos na GPT, abordando as aproximações entre as características da GPT e o slackline. Foram ofertadas oficinas para que os interessados pudessem ter contato com o slackline em diversos ambientes, e durante essas práticas os participantes eram interrogados a fim de compreender suas experiências anteriores e seu desenvolvimento nas oficinas. A escola de Ollerup possuía dois equipamentos de slackline, que ficavam disponíveis para a utilização dos alunos, porém poucos tinham algum conhecimento ou prática na modalidade. À vista disso, durante esse período busquei incentivar a prática marcando encontros e divulgando nas redes sociais para movimentar o cenário do slackline na região. O resultado foi positivo, reunindo praticantes através dos encontros no parque e na piscina interna da escola. Nessa minha experiência observei que aspectos relacionados ao respeito uns com os outros, compreensão, trabalho em grupo, cooperação e respeito às diferenças (limites e potencialidades), foram similares nestas experiências. As vivências proporcionaram que todos pudessem participar e aprender, desenvolvendo habilidade e capacidades físicas (equilíbrio, força e flexibilidade) e aspectos sociais (convivência em grupos), corroborando com a valorização do esporte para todos proporcionado pela escola de Ollerup. Compreendemos que a GPT permite que uma série de conceitos e de manifestações corporais emergjam no seu ambiente de prática. Portanto, identificamos que o slackline apresenta características que permitem aprofundar o componente lúdico da GPT e a inteireza da linguagem corporal (AYOUB, 2003), seja por meio do aproveitamento de inúmeras possibilidades de movimentos e/ou da exploração do equipamento e dos materiais/obstáculos. Outrossim, trata de uma modalidade que contribui com a aquisição e o aprimoramento de capacidades físicas e o desenvolvimento dos fundamentos da ginástica, podendo reforçar ações que privilegiem o componente da interação social, e a premissa de um GPT essencialmente pedagógica. Sendo assim, foi um desafio a experiência em uma cultura diferente, bem como foi importante compreender, quais as relações que os dinamarqueses têm com o slackline. Acreditamos que a experiência foi enriquecedora para a propagação de futuros praticantes e estudos que desenvolvam essa ferramenta de equilíbrio, posto que a prática pode proporcionar benefícios mentais, físicos e sociais para diversos grupos com diferentes finalidades.


**Palavras-chave:** Slackline; Ginástica Para Todos; Equilíbrio.






## PROJETO DE EXTENSÃO EM GINÁSTICA ARTÍSTICA E GINÁSTICA RÍTMICA PARA CRIANÇAS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Clara Bastos dos Anjos**


<https://orcid.org/0009-0000-1707-9462> 


<http://lattes.cnpq.br/9537347673752938> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

clarabastos09@gmail.com

**Maurício Santos Oliveira**

<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 

<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

mauricio.s.oliveira@ufes.br

### Resumo


O incentivo e o acesso às práticas corporais devem estar presentes na vida de toda criança. E, no rol de possibilidades, as ginásticas de competição emergem com grande potencial de benefícios essenciais na vida das mesmas. A Federação Internacional de Ginástica (FIG, 2015) destaca o desenvolvimento motor, o estímulo à socialização, a construção de caráter, disciplina e responsabilidade, além da promoção de saúde física e psicológica. A ginástica também tem o potencial de contribuir para que as crianças se desenvolvam com maior dinamismo e de forma ampliada, no que concerne às suas ações motoras por meio dos movimentos naturais e espontâneos (Andrade *et al.*, 2016). Nesse sentido, o presente estudo caracteriza-se como um relato de experiência da minha monitoria em dois projetos de extensão, os quais ofertam as práticas de Ginástica Artística e Ginástica Rítmica, para crianças na faixa dos 7 aos 12 anos de idade, na Universidade Federal do Espírito Santo. Ao considerar a ginástica como um instrumento educacional, o projeto possui como intuito proporcionar diversas experiências, que possibilitam à criança estabelecer laços interpessoais, desenvolver a consciência corporal, o autoconhecimento, aprender a respeitar seus limites, além de ampliar o seu repertório motor. No cotidiano do projeto, observo o aumento da desvalorização do movimento nos dias atuais, dado por diversos fatores, evidenciado na falta de oportunidade e incentivo, principalmente para as crianças de família com recursos socioeconômicos limitados. E, por se tratar de um projeto oferecido de forma gratuita ao público, atingimos muitas crianças que se encontram nessa vulnerabilidade. Assim, com a participação delas, buscamos promover a superação dessas barreiras sociais e culturais ao lado de colegas com outros diversos contextos, fomentando trocas de experiências e contribuindo no desenvolvimento de uma sociedade respeitosa e inclusiva em um ambiente diverso. Na faixa etária trabalhada no projeto, observa-se contrastes quando se diz respeito ao nível de maturidade de habilidades motoras para executar atividades fundamentais, como: correr, saltar e chutar, que são capacidades desenvolvidas de acordo com as possibilidades dadas à criança em seu processo de maturação, como comenta Freire: “Parte do que ele precisa para viver não está nele, mas no mundo fora dele” (2009, p. 20). O aprendizado e o prazer de conhecer novos movimentos provocam um envolvimento profundo e um sentimento de realização, que favorece na saúde emocional, além da constituição da autoconfiança da criança. Na minha atuação, me emociono ao ver o desenvolvimento de cada criança, cada um em seu tempo de aprendizado, superando os medos e aprimorando os movimentos propostos. Destaco que é minha primeira vivência, tanto com a prática da ginástica quanto com o ensino para crianças, sendo uma experiência que despertou meu interesse nesta área da educação física, a qual pretendo aprofundar.


**Palavras-chave:** Extensão; Crianças; Ginástica; Desenvolvimento Motor.



# QUAIS AS COMPETÊNCIAS DOS TREINADORES DE GINÁSTICA? UMA REVISÃO SISTEMÁTICA INTEGRATIVA SOBRE AS COMPETÊNCIAS NECESSÁRIAS E CONTRIBUIÇÕES DA EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA PARA A FORMAÇÃO DOS TREINADORES

**Laura de Oliveira**


<https://orcid.org/000-002-9958-8005> 


<https://lattes.cnpq.br/9579900842626056> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[laura2.oliveira@usp.br](mailto:laura2.oliveira@usp.br)

**Mario André Sigoli**


<https://orcid.org/0009-0008-3330-315> 


<http://lattes.cnpq.br/1509955782139499> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[msigoli@yahoo.com](mailto:msigoli@yahoo.com)

**Tuffy Felipe Brant**

<https://orcid.org/0000-0002-7384-762X> 


<https://lattes.cnpq.br/6016390320492245> 

Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Sul de Minas Gerais (Muzambinho, MG – Brasil)

[tuffy.brant@muz.ifsuldeminas.edu.br](mailto:tuffy.brant@muz.ifsuldeminas.edu.br)

**Myrian Nunomura**

<https://orcid.org/0000-0002-3669-0571> 

<https://lattes.cnpq.br/0318875503554406> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP – Brasil)

[mnunomur@usp.br](mailto:mnunomur@usp.br)

## Resumo

A maneira como os treinadores gerem suas equipes e como interagem socialmente com todos os envolvidos em sua prática é denominada coaching (Coté; Gilbert, 2009). Na Ginástica, identificamos estudos que aplicam o conceito de coaching e, em especial, abordam a formação inicial e continuada do treinador, a carência na atualização dos profissionais e as fontes de conhecimento que buscam. Ainda, ao considerar a formação inicial dos treinadores de Ginástica, destacamos o potencial de contribuição das atividades de Extensão universitária para sua formação, pois seriam influentes para o conhecimento e aproximação com os esportes ginásticos durante a graduação e para endossar a escolha daqueles que já optavam por atuar na área (Sampaio, 2017). Neste estudo, nos questionamos sobre o que se encontra na literatura sobre as competências para atuação efetiva dos treinadores de esportes ginásticos; e como as atividades de Extensão universitária contribuiriam para o desenvolvimento dessas competências. Assim, objetivo dessa pesquisa foi identificar, conhecer e analisar as competências necessárias ao treinador de Ginástica e discutir a participação das atividades de Extensão em Ginástica na formação profissional dos treinadores. Metodologicamente realizamos uma revisão integrativa da literatura, proposta por Beyea e Nicoll (1998), de artigos científicos que explicitassem “gymnastics” AND “coaching education” OR “professional development” nas palavras-chave, título e/ou resumo. Enquadramos os artigos analisados em três eixos temáticos que representam as competências do treinador: a) conhecimentos profissionais; b) habilidades interpessoais e; c) habilidades intrapessoais (Côté; Gilbert, 2009). No que concerne os conhecimentos profissionais, identificamos o domínio de conceitos teóricos e técnicos das modalidades ginásticas, conhecimentos sobre a formação esportiva, preparação física, métodos de ensino, conteúdo e objetivos a serem desenvolvidos. As habilidades interpessoais encontradas foram a adequação do treinador ao público com o qual trabalha e o desenvolvimento de bons relacionamentos com atletas e demais envolvidos. Ainda, destacamos a urgência para o desenvolvimento das habilidades intrapessoais, para que por meio da reflexão crítica, os treinadores identifiquem e resolvam problemas da prática, além de se tornarem mais flexíveis às mudanças necessárias. A partir das competências identificadas, ressaltamos o potencial das atividades de Extensão universitária em Ginástica, que contribuiriam para os discentes compreenderem e fundamentarem os conceitos e teorias aprendidos, além de os efetivarem na prática, com base nas atividades de ensino e pesquisa. A fim de atender às demandas do mercado de trabalho, as atividades de






Extensão também auxiliariam para que os futuros profissionais lidem com o público diverso e rotativo; identifiquem suas fragilidades e virtudes; adotem uma postura profissional mais humanizada e reflitam sobre sua própria prática. Apesar dos resultados encontrados, este estudo mostrou que poucos artigos mencionam as atividades de Extensão universitária em Ginástica para o desenvolvimento das competências necessárias ao treinador. Dessa maneira, incentivamos a criação e manutenção de atividades de Extensão em Ginástica com vistas à complementar a formação dos futuros profissionais, desenvolver autoconfiança e expandir suas possibilidades de atuação.


**Palavras-chave:** Coaching; Ginástica; Extensão Universitária; Treinador Esportivo.



## REFLEXÕES SOBRE CARGA DE TREINAMENTO EM PRATICANTES DE CROSSFIT®: IMPLICAÇÕES PARA O DESEMPENHO E SAÚDE

**Vinicius Mendonça de Oliveira**


<https://orcid.org/0009-0002-9919-6025> 


<http://lattes.cnpq.br/7728704657502280> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

d202020980@uftm.edu.br

**Kizzy Fernandes Antualpa**

<https://orcid.org/0000-0002-4159-7195> 

<http://lattes.cnpq.br/1707052646013565> 

Universidade Federal do Triângulo Mineiro (Uberaba, MG – Brasil)

kizzyantualpa@uftm.edu.br

### Resumo

O CrossFit® é uma modalidade concebida também como de cunho esportivo que visa desenvolver a aptidão física através de exercícios funcionais de alta intensidade, combinando levantamento de peso, atividades aeróbicas e ginástica artística. As sessões são organizadas em “Workout of the Day” (WODs), no qual os/as praticantes realizam exercícios em tempos específicos ou completam o máximo de repetições em um período fixo, promovendo variação constante para evitar a estagnação. As sessões são normalmente organizadas a partir do ajuste das cargas de treinamento ao longo do tempo para garantir a adaptação dos indivíduos à prática. A carga de treinamento é quantificada a partir de duas perspectivas, a carga externa (CET), que diz respeito ao esforço realizado nas sessões de treino e a carga interna (CIT), que se refere a maneira como o/a atleta percebe o estresse (Impellizzeri, Marcora; Coutts, 2019). No CrossFit® existe uma particularidade, que a manutenção do volume (número de repetições dos WODs) e a intensidade dos exercícios (carga levantada) de maneira individualizada, podendo ser ajustadas para diferentes níveis de condicionamento dos/as praticantes. Assim, o objetivo deste trabalho foi quantificar a carga interna de treinamento dos/as praticantes de Crossfit, a fim de discutir possíveis implicações para o desempenho e a saúde. A pesquisa, de caráter descritivo, foi realizada com 10 praticantes de CrossFit® ao longo de 2 semanas. O esforço percebido durante as sessões foi mensurado a partir do método da Percepção Subjetiva de Esforço da sessão (PSE-sessão; Foster, 1998), que utiliza a escala CR-10 para avaliar a percepção global do esforço. Os/as praticantes responderam a um questionário online, via WhatsApp®, em até 30 minutos após cada sessão, relatando a intensidade percebida, sendo posteriormente realizada análise descritiva dos dados (média e desvio padrão). Ao final das 2 semanas, os participantes apresentaram diferentes respostas em relação à Percepção Subjetiva de Esforço (PSE) em comparação à carga de treinamento proposta. Cerca de 30% da amostra registrou uma média de PSE inferior ao esperado,  $6 \pm 1,43$ . Por outro lado, 40% dos participantes apresentaram médias de PSE superiores ao esperado,  $8,4 \pm 1,21$ . Os 30% restantes da amostra apresentaram valores de PSE próximos ao esperado,  $7,2 \pm 1,53$ . Concluímos que indivíduos mais condicionados apresentam PSE menores ou dentro do esperado para a carga externa de treinamento quando comparados com os menos condicionados.


**Palavras-chave:** Carga de Treinamento; Bem-Estar; CrossFit; Desempenho Físico; Exercício Intenso.



## TRANSIÇÃO PARA A VIDA PÓS-COMPETIÇÃO NA GINÁSTICA ARTÍSTICA DE ALTO RENDIMENTO NO BRASIL: FATORES INFLUENCIADORES

**Halana Coutinho Vaz**


<https://orcid.org/0009-0002-5077-5472> 


<http://lattes.cnpq.br/3590453374023615> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

halana.vaz@edu.ufes.br

**Myrian Nunomura**


<https://orcid.org/0000-0002-3669-0571> 


<https://lattes.cnpq.br/0318875503554406> 

Universidade de São Paulo (Ribeirão Preto, SP-Brasil)

mnunomur@usp.br

**Maurício Santos Oliveira**

<https://orcid.org/0000-0002-4779-0092> 

<http://lattes.cnpq.br/4786947482425420> 

Universidade Federal do Espírito Santo (Vitória, ES – Brasil)

mauricio.s.oliveira@ufes.br

### Resumo

A aposentadoria da Ginástica Artística de alto rendimento representa um momento crucial na carreira de atletas que dedicaram parte significativa de suas vidas ao esporte. Este fenômeno não só marca a conclusão de um percurso competitivo, mas também levanta questões fundamentais relativas à transição para uma nova fase de vida destas ginastas. O término de uma carreira atlética é uma parte inevitável do esporte, Alfermann (2000) alerta para a necessidade de estabelecer estratégias efetivas para lidar com essa etapa. Rememoramos, apoiados em Martini (2012), que não é um evento único, mas, sim, um processo complexo que envolve outros momentos da carreira do atleta e as esferas da vida ocupacional, financeira, psicológica e social do indivíduo. Nesse contexto, este resumo busca explorar os fatores que influenciaram a decisão de aposentadoria de ex-atletas de alto rendimento da Ginástica Artística no Brasil. Compreender estes aspectos é fundamental não só para pesquisadores, mas também para treinadores, gestores desportivos e atletas, com o objetivo de facilitar uma transição mais suave e bem-sucedida para a vida pós-competição. A pesquisa adotou uma abordagem qualitativa, empregando um desenho de estudo descritivo, com entrevistas semiestruturadas como técnica escolhida. Para a análise dos dados, a análise temática de Braun e Clarke (2022) foi selecionada. O estudo envolveu 12 participantes, ex-atletas de Ginástica Artística Brasileira com mais de 18 anos, aposentados da modalidade a partir do ano 2000. Ao longo de nossa investigação, observamos que os atletas se aposentaram devido a fatores voluntários (planejados ou esperados) e involuntários (acontecem de forma inesperada que estão fora do controle do atleta). Em especial, quatro atletas se aposentaram por lesão (no quadril, ombro e região lombar), um foi desligado do clube e sete atletas se aposentaram por opção (por ter cumprido objetivos, ter atingido o limite físico, desejo de cursar o ensino superior, buscar melhor finança, conflitos com treinadores e problemas com dirigentes da seleção brasileira). Concluindo, a transição destes atletas para a vida pós-competição é um processo multifacetado que abrange não apenas considerações físicas, mas também dimensões emocionais e sociais. Reconhecer os fatores para melhor enfrentar este desafio é fundamental para garantir que as ginastas recebam apoio adequado durante esta fase crítica de transição. Corroboramos Martini (2012) que independente do tipo de transição, voluntária ou involuntária, os atletas devem ser preparados e contar com o apoio dos serviços psicológicos antes, durante e depois da transição.

**Palavras-chave:** Ginástica Artística; Aposentadoria; Término de Carreira.



## I CONGRESSO BRASILEIRO DE ESPORTES GINÁSTICOS – CBEGIN

### Coordenação do Evento

- Prof. Dr. Maurício Santos Oliveira – UFES

### Comissão Organizadora

- Prof<sup>a</sup>. Dra. Andrize Ramires Costa – UFSC
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Ivana Montandon Soares Aleixo – UFMG
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Kizzy Fernandes Antualpa – UFTM
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima – UFPR
- Prof. Dr. Maurício Santos Oliveira – UFES
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Myrian Nunomura – USP

### Comissão Científica

- Prof<sup>a</sup>. Dra. Andrize Ramires Costa – UFSC
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Fernanda Raffi Menegaldo – UNICAMP
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Kizzy Fernandes Antualpa – UFTM
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Letícia Bartholomeu de Queiroz Lima – UFPR

### Corpo de Pareceristas

- Prof<sup>a</sup>. Dra. Ana Carrollina Gutierrez Pompeu – USP
- Prof<sup>a</sup>. Ma. Ana Cláudia Kraeski – UDESC
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Eliana de Toledo – UNICAMP
- Prof<sup>a</sup>. Ma. Franciny Dos Santos Dias – UNICAMP
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Ivana Montandon Soares Aleixo – UFMG
- Prof<sup>a</sup>. Ma. Laura Oliveira – USP
- Prof<sup>a</sup>. Ma. Letícia Cristina Lima Moraes – UFPR
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Lorena Nabanete dos Reis Furtado – UFC
- Prof. Me. Mateus Henrique de Oliveira – UNICAMP
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Michele Vivienne Carbinatto – USP
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Myrian Nunomura – USP
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Patricia Luiza Bremer Boaventura – UFSC
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Pauline Peixoto Iglesias Vargas – UFPR
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Paula Debien – UFJF
- Prof. Dr. Paulo Daniel Sabino Carrara – USP
- Prof<sup>a</sup>. Dra. Rossana Travassos Benck – UnB
- Prof. Dr. Vítor Ricci Costa – UFTM



– Profª. Dra. Sarita Bacciotti – UFMS

### **Comissão de apoio**

- Arthur de Castro Murayama – UFES
- Arthur Vicosi Bourguignon – UFES
- Clara Bastos dos Anjos – UFES
- Guilherme Scherrer Batista Mota – UFES
- Henrique Lopes Botelho – UFES
- Joice Gottardo de Jesus – UFES
- Samuel Linhais Moreira – UFES
- Thiago Fiel Rocha – UFES
- Profª. Luisa de Carvalho Maurício Kirchmayer – UFES
- Prof. Me. Mateus Henrique de Oliveira – UNICAMP
- Profª. Ma. Halana Coutinho Vaz – UFES
- Profª. Ma. Monika Mello Queiroz – UFES





## Realização



Universidade Federal  
do Espírito Santo



UNIVERSIDADE FEDERAL  
DE MINAS GERAIS



UNIVERSIDADE FEDERAL  
DE SANTA CATARINA



Universidade Federal  
do Triângulo Mineiro

## Apoio



FESG

Federação do Espírito Santo de Ginástica

## Fomento



GOVERNO DO ESTADO  
DO ESPÍRITO SANTO  
Secretaria da Ciência, Tecnologia,  
Inovação e Educação Profissional

