



**7º
ano**

ENSINO FUNDAMENTAL



PROFESSOR (A):

**GEÓRGIA
SOARES**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



CONTEÚDO:

**HISTÓRICO
DA GINÁSTICA**



DATA:

01/09/2020

GINÁSTICA GERAL



A denominação Ginástica remonta de épocas anteriores ao século passado. Sua origem etimológica vem do grego: gymnastiké - "Arte ou ato de exercitar o corpo para fortificá-lo e dar-lhe agilidade" e gímnós - "nu, despido", trazendo consigo uma ideia de associação entre o exercício físico e a nudez ("exercitar o corpo nu"), no sentido do despido, do simples, do livre, do limpo, do desprovido ou destituído de maldade, do imparcial, do neutro, do puro.

Então vamos viajar para a Europa e dar uma “paradinha” no século XIX. Neste período, a ginástica tinha finalidade de constituir um corpo saudável, afastando-o das doenças que cresciam juntamente com a população dos grandes centros urbanos.

A ginástica foi usada como prática de poder das elites perante a nova classe pobre urbana, e sob a condição de ciência, buscou posicionar o corpo de forma retilínea, utilizando, para tanto, da anatomia, da fisiologia, da higiene, dentre outras áreas desta natureza.

Ela se constituía numa forma de educar gestos e comportamentos, tão necessários para a ordem social daquela época.



- No séc. XIX, na Europa, a Ginástica passou a ter um caráter de cientificidade, consolidando-se como um dos mais importantes novos códigos de civilidade. Essa atividade teve total influência na “educação do corpo”, pois reformava completamente o corpo, o qual passou a ostentar uma simetria como nunca teve antes. Para aquele momento histórico, interessava o corpo disciplinado, educado e modelado para as novas necessidades sociais.



Foram criados os chamados métodos ginásticos em diferentes países. Havia, então, a necessidade de fazer com que as pessoas se adequassem ao novo modelo econômico vigente.

Para isso, medidas foram tomadas e a ginástica foi fundamental na aplicação dos preceitos de moralidade e para instaurar a ordem social naquele momento histórico.



Ginástica no Brasil

O principal responsável por implementar a ginástica aqui no Brasil foi Rui Barbosa. Importante figura na história brasileira, realizou estudos relacionados à saúde do povo brasileiro, empregando a ginástica como fator decisivo para tal objetivo.

Desta forma, e com este objetivo, a ginástica chegou às escolas, da mesma forma que fora pensada para a saúde coletiva do povo brasileiro e com forte influência da instituição militar.



Possibilidades de classificação da ginástica

Com o passar das décadas, diversas formas de ginástica foram criadas pela humanidade. Hoje em dia, existe uma grande variedade delas.

Podemos classificá-las de diferentes formas. Entre as várias possibilidades estão:

» **Ginásticas esportivas:** são as modalidades de ginástica que fazem parte do fenômeno esportivo e caracterizam-se pela comparação do desempenho dos participantes. Elas são ao mesmo tempo ginástica e esporte. São exemplos: ginástica

acrobática, ginástica aeróbica esportiva, ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica de trampolim. Algumas delas são esportes olímpicos, como é o caso da ginástica artística, rítmica e de trampolim.

Ginásticas de condicionamento físico: caracterizam-se pela exercitação corporal com o objetivo de melhoria da condição física. São exemplos: ginástica aeróbica, ginástica localizada, ginástica laboral, hidroginástica, musculação, etc.

Ginásticas de conscientização corporal: também conhecidas como ginásticas alternativas, são práticas que englobam movimentos suaves e proporcionam uma melhor percepção sobre o próprio corpo. Durante essas práticas corporais, é comum a preocupação com a postura da coluna vertebral e com a respiração. A ginástica chinesa, a ioga e o *tai chi chuan* são exemplos dessa modalidade.

GINÁSTICA CIRCENSE

A Ginástica como exercício físico é tão antiga quanto o circo, sendo um fenômeno artístico-cultural.

Desde a Antiguidade, ambas constituem diferentes vertentes das artes corporais, que inundam grande parte das sociedades que habitam nosso planeta, de leste a oeste, de norte a sul, de oriente a ocidente. Trata-se de um legado cultural que merece nossa atenção.



O termo circo, muito mais recente que a atividade que designa, nasceu durante o império romano, onde a política de “pão e circo” oferecia números de dança, música, poesia, corrida de cavalos e, frequentemente, espetáculos sangrentos de gladiadores em um espaço redondo denominado circus maximus.

Embora as atividades circenses (acrobacias, funambulismos, equilibrismos, contorcionismos etc.) remontem milhares de anos “circo antigo”, foi em 1770, com a inauguração do Astley’s Amphitheatre em Londres, por Philip Astley, que “circo” passou a denominar o conjunto de atividades praticadas sob uma lona, em teatros ou de forma itinerante (mambembe – itinerante) em ruas e praças (espaços abertos), dando origem ao denominado Circo Moderno ou Tradicional.



Imagem 1. Múltiplas espécies em apresentação circense (séc. XIX).

