



**1ª
SÉRIE**

CANAL SEDUC-PI1



PROFESSOR (A):

**LAURYANNA
QUEIROZ**



DISCIPLINA:

**EDUCAÇÃO
FÍSICA**



AULA Nº:

**HISTÓRIA DA
GINÁTICA**



CONTEÚDO:

**PAZ NA
ESCOLA**



TEMA GERADOR:



DATA:

08.05.2020

HISTÓRIA DA GINÁSTICA

PROFA LAURYANNA QUEIROZ



A ginástica é um esporte que envolve a prática de uma série de movimentos que requer força, flexibilidade e coordenação motora.



A palavra ginástica é originária do grego “gymnádzein”, que significa treinar e, em sentido literal, exercitar-se nu (forma como os gregos exercitavam-se no período em que a ginástica se destacou).

PROGRAMA DE MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA

CURIOSIDADES

- ▶ *O nome GINÁSTICA tem origem na palavra grega "gymnós" que significa "nu", pois foi originalmente praticada por atletas nus.*
- ▶ *A Ginástica Masculina esteve presente nos primeiros Jogos Olímpicos da era moderna em Atenas (1896) e a feminina nos Jogos Olímpicos de Amesterdão (1928)*

- A ginástica, enquanto atividade física, tem suas origens na Antiguidade, uma vez que os exercícios típicos do esporte já eram desempenhados pelos homens pré-históricos com o intuito de se protegerem de ameaças naturais.



- Por volta de 2600 a.C., especialmente em civilizações orientais, os exercícios da ginástica passaram a fazer parte de festividades, jogos e rituais religiosos.





Figura 3: Ginásio ao ar livre na Prússia, no início do século XIX (www.johngill.net)

- Contudo, pode-se dizer que foi na Grécia que a ginástica ganhou grande destaque, se tornando um elemento fundamental para a educação física dos gregos.
- Desenvolveu-se na Grécia Antiga, a partir dos exercícios físicos feitos pelos soldados, incluindo habilidades para montar e desmontar um cavalo.

NA GRÉCIA

- Os gregos acreditavam que um **corpo saudável** era tão importante como uma **mente inteligente**



PLATÃO

- E a ginástica foi incentivada por filósofos como **Platão** e **Aristóteles**.

De fato, os mesmos a conceberam como uma forma de busca por corpos e mentes sãos, dando à modalidade um papel fundamental na busca do equilíbrio entre aptidões físicas e intelectuais. Além disso, a valorização grega do ideal de beleza humana favoreceu ainda mais a evolução da ginástica, uma vez que sua prática era vista como uma forma de cultuar o corpo.



Zeus, Deus supremo dos antigos gregos

- A ginástica caiu em desuso com o domínio romano.

Na civilização romana, o esporte se afastou bastante de sua faceta grega, já que a valorização do corpo era vista como algo imoral pelos romanos. Assim, nesta época, a prática da ginástica se resumiu apenas a exercícios destinados à preparação militar.

EM ROMA

Os Romanos usaram intensivamente a ginástica para o **combate militar**.



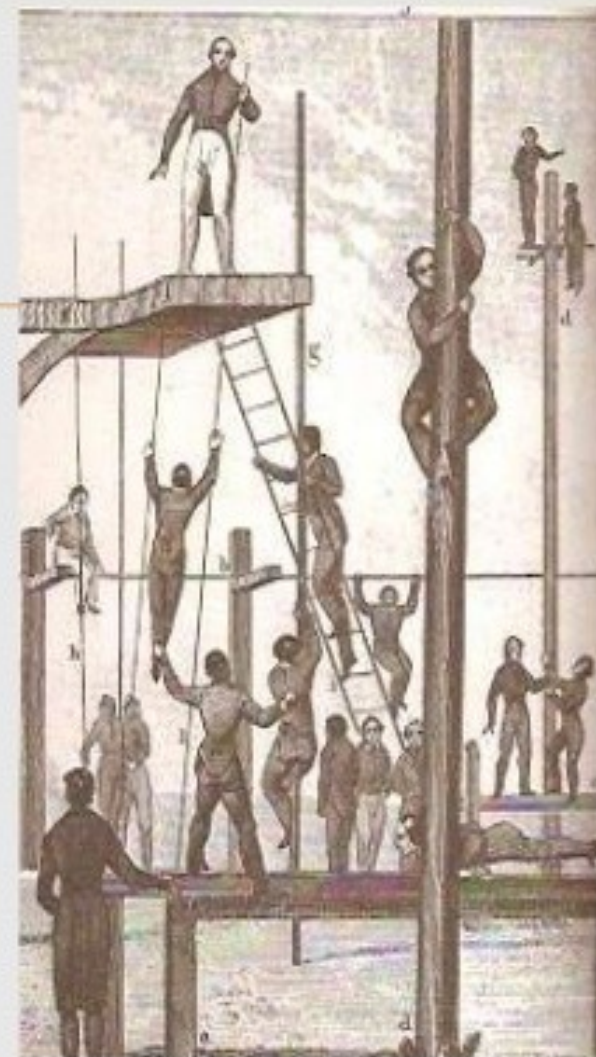
Os cristãos consideravam a ginástica uma **prática satânica**, dado que se concentrava no corpo



GINÁSTICA NO RENASCIMENTO

- ▶ O interesse que despertou a cultura clássica fez com que a Educação Física voltasse a ser apreciada.
- ▶ A atividade física orientou-se basicamente para a vertente higiênica, em detrimento da formação de atletas. Era praticado: ginástica, esgrima, equitação, lutas, jogos, natação, corrida.

- Quando chegou em Roma, serviu para fins estritamente militares, utilizando o termo ginástica higiênica;
- Ressurgiu no período Renascentista, com a redescoberta dos valores gregos;
- Por fim, no século XVIII, o conceito de ginástica se divide em dois: expressão corporal e exercício militar;



- A rejeição do culto à beleza física também foi registrada durante a Idade Média, aspecto que resultou na perda da importância do esporte na época. Desta forma, a ginástica retomou sua evolução somente com o Renascimento e a revalorização das referências culturais da antiguidade clássica.

- Para a maioria dos especialistas, a ginástica atual teve no início do século XIX seu grande momento, pois foi neste período que surgiram as quatro grandes escolas do esporte (Inglesa, Alemã, Sueca e Francesa) e os principais métodos e aparelhos ginásticos.

Educação

PROGRAMA DE MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA

Método Inglês



- ☞ Dedicado unicamente a elaboração de jogos e a atividade atlética;
- ☞ A educação era promovida por meio das regras dos jogos esportivos: organização, regras, técnicas e padrões de conduta;
- ☞ Difundiu os principais esportes da atualidade;

Método Alemão



- ✧ Tinha como objetivo, criar um espírito nacionalista para defender a pátria;
- ✧ Para atingir o “corpo saudável”, era necessário ter base científica em biologia, fisiologia e anatomia;
- ✧ Tinha um conteúdo altamente higiênico para tornar os corpos ágeis, fortes e robustos;

✎ Um dos principais educadores foi Friedrich Ludwig Jahn (1778-1825);

✎ Em suas aulas práticas, ele utilizava os “obstáculos artificiais”, que mais tarde seriam denominados “aparelhos de ginástica”;

✎ Criou os famosos “Turnen”: grandes festas gímnicas com objetivo de atingir as massas com quatro orientações: nacionalista, socialista, ultranacionalista e racista.



Método Sueco



- ❧ Criado por Per Henrik Ling (1776-1839), bem reconhecido pelos círculos de poder;
- ❧ Baseia-se num sistema, bastante rígido, que faça um desenvolvimento harmônico com todo o corpo;
- ❧ Com o objetivo de ser “para todos os públicos”;

Metodologia

- Exercícios simétricos, de fácil compreensão;
- Com dificuldade progressiva;
- Sem aparelhos;
- Dividia-se em aquecimento, parte fundamental e relaxamento;
- Comandos pela voz e pela música;



Método Francês



- ❧ Criado pelo Coronel espanhol Francisco Amoros;
- ❧ Foco nos exercícios físicos para moldar e adestrar o corpo;
- ❧ Percursor da ciência da análise e mecanismo do movimento;
- ❧ Enfoque também na beleza do movimento, a busca pelo “corpo belo”;



- No início do século XVIII, foi retomada com ênfase na Europa com a Escola Alemã, de movimentos lentos e ritmados, e com a Escola Sueca, que introduziu aparelhos na prática do desporto.
- As duas escolas exerceram influência no desenvolvimento do sistema de exercícios físicos idealizados por Friedrich Ludwig Jahn, origem da ginástica artística praticada atualmente.

- Desde então, a modalidade não parou de se desenvolver. Em 23 de julho de 1881, foi fundada a Federação Europeia de Ginástica, entidade que se tornaria posteriormente, em 1921, a atualmente conhecida FIG (Federação Internacional de Ginástica).



Conclusão



- ✧ Ginástica foi evoluindo junto com a educação física;
- ✧ Pode-se dizer que as escolas cumpriram o seu objetivo de se tornar parte da sociedade;
- ✧ Os métodos influenciaram muito nos conceitos ginásticos, que depois foram trabalhados nas modalidades da ginástica;
- ✧ Atualmente, a ginástica tem cinco campos de atuação unidos no conceito, mas separados pelos fins de: condicionamento físico, de competições, fisioterapêuticas, de demonstração e de conscientização corporal.

HORA DE PERGUNTAS

1.
Quais são as ginásticas competitivas?
- Contorcionismo, ginástica cerebral, ginástica laboral e hidrogenástica.
 - Ginástica de trampolim, ginástica rítmica, ginástica artística e ginástica acrobática
 - Ginástica cerebral, ginástica artística, ginástica laboral e ginástica de trampolim.
 - Contorcionismo, ginástica rítmica, ginástica cerebral.
 - Ginástica rítmica, ginástica artística e ginástica acrobática.
2.
Complete: A palavra "ginástica" surgiu do grego _____.
- Ginástica
 - Ginastik
 - Ginastic
 - Gimnastiké
 - Gymnastiké

3.

Qual é a ginástica que é praticada através de exercícios e movimentos coordenados do corpo que, executados de maneira apropriada, acessam e estimulam partes específicas do cérebro?

(Oito letras)

4.

Onde surgiu a ginástica?

- Italia
- Alemanha
- Grécia
- Georgia
- Estados Unidos

5.

Qual o outro nome que se dá a ginástica artística?

- Ginástica geral
- Ginástica corporal
- Ginástica de artes
- Ginástica olímpica

CONFIRA O GABARITO

1. B
2. E
3. CEREBRAL
4. C
5. D

Canal
Educação
PROGRAMA DE MEDIAÇÃO TECNOLÓGICA