



Pesquisa em Educação Física

Volume 11, número 6, 2012

ISSN: 1981-4313



Várzea Paulista, SP

ANÁLISE SOBRE A VISÃO DOS PAIS DE MENINAS PRATICANTES DE GINÁSTICA RÍTMICA EDUCACIONAL COMO ATIVIDADE EXTRACURRICULAR NA CIDADE DE FORTALEZA/CE

Bárbara Raquel Agostini¹, Rafaela Raulino²

RESUMO

A Ginástica rítmica (GR) é uma modalidade feminina competitiva e sua manifestação mais expressiva ocorre nos mundiais e nas olimpíadas. Esta modalidade é regulamentada pela FIG (Federação Internacional de Ginástica), e pode ser desenvolvida em duas perspectivas: educativa e competitiva. A GR educativa pode ser trabalhada em escolas, clubes, associações entre outros locais com o objetivo de oferecer uma vivência à prática da modalidade, buscando abranger aspectos desenvolvimentistas, sociais, psicológicos e também a popularização e massificação do esporte. No âmbito competitivo o chamado “treinamento alto rendimento”, objetiva formar atletas, vencedores, que com o passar dos anos irão se destacar e desenvolver a adaptação de vários sistemas fisiológicos e funcionais que determinarão as campeãs do esporte. O objetivo deste trabalho foi identificar os possíveis motivos que levaram os pais a optarem pela GR como atividade extracurricular educacional. O instrumento de pesquisa compreendeu um questionário composto por 15 questões. A amostra compreendeu 33 pais que tinham suas filhas praticando a modalidade na forma educacional. Como resultados verificamos que a média de idade das meninas praticantes corresponde a 7,5. A prática duas e três vezes semanal correspondem com 63,63% e 24,24% respectivamente. Em relação à duração das aulas de GR somam 69,69% uma hora e 27,27% duas horas de treino. De acordo com os dados a GR pode ser considerado um esporte novo, o tempo da prática correspondendo a 60,60% de 3 meses a 1 ano e 27,27% com mais de 1 ano a 2 anos. Concluímos que os pais escolhem esta modalidade por perceberem as possibilidades de mudanças físicas, psicológicas e, comportamentais em suas filhas.

Palavras-chave: Ginástica rítmica. Treinamento educacional. Atividade extracurricular.

ANALYSIS ON THE VISION OF PARENTS OF GIRLS GYMNASTICS RHYTHMIC PRACTITIONERS OF EDUCATION AS ACTIVITY IN THE CITY OF FORTALEZA/CE

ABSTRACT

The Rhythmic Gymnastics (RG) is a female competitive sport and its most significant manifestation occurs in the world and the Olympics. This mode is regulated by the FIG (International Gymnastics Federation), and can be developed in two perspectives: educational and competitive. The GR education can be worked in schools, clubs, associations and other sites in order to provide an experience to the practice of the sport, seeking cover aspects of developmental, social, psychological and also the popularity of the sport and massification. Under competitive so-called “high performance training”, aims at forming athletes, winners, which over the years will stand out and develop the adaptation of several physiological systems and functional that will determine the champions of the sport. The objective of this study was to identify possible reasons why parents opt for GR as educational extracurricular activity. The survey instrument comprised a questionnaire consisting of 15 questions. The sample included 33 parents who had their daughters practicing the sport as educational. The results found that the average age of girls practitioners corresponds to 7.5. In practice two to three times weekly correspond with 63.63% and 24.24% respectively. Regarding the duration of lessons GR totaling 69.69% 27.27% an hour and two hours of training. According to the data to GR can be considered a new sport, the practice time corresponding to 60.60% of 3 months to 1 year and 27.27% over 1 year to 2 years. We conclude that parents choose this modality for realizing the possibilities of physical, psychological and behavioral changes in their daughters.

Keywords: Rhythmic Gymnastics. Educational training. Extra-curricular activity.

INTRODUÇÃO

De acordo com Gaio (2007) a Ginástica Rítmica (GR) surge em meados do século XX, na Europa Central. No campo artístico, para o seu desenvolvimento a GR recebeu contribuições de pelo menos quatro correntes; a dança, arte, arte cênica, música e pedagogia. Como o próprio nome já diz, a GR possui uma grande relação com o ritmo, pois através dele são gerados os movimentos corporais.

É uma modalidade olímpica essencialmente feminina, regulamentada por um Código de Pontuação, por meio do Comitê Técnico da Federação Internacional de Ginástica (FIG), que por sua vez é elaborado e alterado a cada ciclo olímpico, no qual tem a duração de quatro anos (GONÇALVES, BARROS FILHO e GONÇALVES, 2010).

A GR, conforme Mendes e Braciak (2003, p. 120) é definida como: “A máxima expressão harmônica corporal, a essência do ritmo e inspiração desportiva, o fulgor do espírito e a beleza do corpo em movimento”. Ainda acrescenta que pode ser definida como uma arte dinâmica, criativa, natural, orgânica com movimentos característicos próprios. Com essas definições percebe-se que a GR agrupa todas as qualidades para o desenvolvimento integral do indivíduo.

Os elementos corporais obrigatórios da GR são; os pivots (giros), saltos, flexibilidade/ondas, equilíbrio. São estes os elementos que devem ser executados em todas as séries apresentadas (AGOSTINI, 2010). A GR se diferencia das outras ginásticas por conta do manuseio de pequenos aparelhos portáteis: a bola, a fita, maçãs, corda e arco. Nesse esporte é exigido um alto grau de dificuldade, pois as ginastas têm que realizar movimentos corporais junto com manuseio dos aparelhos (EVANGELISTA e DEBIEN, 2010). A GR é um esporte considerado novo e em constantes modificações. Como dito anteriormente é um esporte feminino, mas atualmente encontram-se homens praticando essa modalidade, embora exista a prática masculina, os órgãos oficiais consideram o esporte puramente feminino (ANTUALPA *et al.*, 2010). Conforme Darido e Souza Junior (2007), a Ginástica Rítmica é caracterizada pelos movimentos do corpo e o manejo de aparelhos manuais. Nas apresentações são permitidos elementos pré-acrobáticos. Além de todos esses critérios, a ginasta tem que disponibilizar muito tempo para os treinamentos, dura em média oito anos de preparação, tempo que dura para as ginastas dominarem todos os aparelhos (FERNANDES e LASTA, 2010).

Os Parâmetros Curriculares Nacionais (PCNs) estabelecem uma referência para a educação no país, trazendo orientações para o que devem ser ensinado em cada etapa da escola, dando uma visão para os educadores em relação ao referencial teórico a ser trabalhado. Com referência à Educação Física, os PCNs citam como conteúdos: o jogo, o esporte, a dança, as ginásticas e a luta, além dos temas transversais. (GAIO *et al.*, 2010). De acordo com Tubino (2003) o esporte passou a fazer parte como direito de todas as pessoas, e logo passou a ser praticado nos aspectos diferentes da Educação, do Lazer e do Rendimento, e a GR pode ser praticada em qualquer destas perspectivas. A GR trabalhada na escola está dentro da proposta do Esporte-Educação, que trabalha com jovens na infância e na adolescência, o treinamento dentro desse aspecto concorda com o compromisso de formar cidadãos, e com objetivo de desenvolver as habilidades motoras permitindo a vivência do esporte, “além de um aumento de potencial esportivo para que possam internalizar nas suas culturas individuais o crescimento de expectativas psicomotoras, cognitivas e afetivas em relação à prática esportiva” (TUBINO, 2003, p. 39).

De acordo com Paoliello e Toledo (2010), surgem algumas justificativas dos professores para a falta da GR nas aulas de Educação Física Escolar. Para muitos professores a GR não faz parte dos conteúdos a serem trabalhados nas aulas de Educação Física Escolar; outros não se sentem capacitados para ministrar aulas que abordem esses conteúdos; alguns apenas compreendem a GR como treinamento de rendimento e o mais preocupante, a justificativa da ausência pela falta de interesse dos alunos pela modalidade. Ao desenvolvermos a GR na escola podemos abordar vários conteúdos como: a sensibilidade, o interesse pela dança, do circo, a expressão corporal, o interesse da ginástica, as possibilidades do corpo (PAOLIELLO e TOLEDO, 2010).

Para Valle (2004) a relação entre esporte e crianças oferece vários benefícios como aprender a lidar com a questão emocional. A GR trabalhada na escola está dentro da proposta do Esporte-Educação, que trabalha com jovens na infância e na adolescência, o treinamento dentro desse aspecto concorda com o compromisso de formar cidadãos, e com objetivo de desenvolver as habilidades motoras permitindo a vivência do esporte, “além de um aumento de potencial esportivo para que possam internalizar nas suas culturas individuais o crescimento de expectativas psicomotoras, cognitivas e afetivas em relação à prática esportiva” (TUBINO, 2003, p. 39).

O autor ainda acrescenta que o Esporte-Educação subdividiu em dois: o Esporte Educacional que está relacionado à na aprendizagem e desempenho motor das habilidades técnicas, trabalhando as valências físicas de base e da psicomotricidade, e o Esporte Escolar que se refere ao desenvolvimento das qualidades técnicas no caso da GR, do pensamento tático e do espírito esportivo.

A GR como ferramenta educacional tem o objetivo de realizar uma sequência de ações que se fortalecem no conjunto de conteúdos da educação física “escolar e ou não escolar, ambas possuindo seu valor educativo”.

A “GR popular” proposta por GAIO *et al.*, (2010) possui finalidade diferenciada da GR competitiva, permitindo ser trabalhada de forma lúdica. De acordo com a autora a prática da GR na escola tem ação educativa no que se refere à aprendizagem. Ao se relacionar estamos praticando o ato educativo. As autoras ainda complementam que a GR traz outros aspectos importantes, como a percepção espacial e temporal,

embora uma se ligue a outra podendo ser influenciada pela a prática de atividade que utiliza a musicalidade, o movimento corporal e materiais. De acordo com Zanini (2010), a GR “popular” é baseada nos seguintes princípios:

Os movimentos são criados e construídos de acordo com a necessidade de locomoção, através dos movimentos naturais;

Os aparelhos são usados, mas adaptados, sem tamanho e nem peso oficiais, sem a necessidade de realizar os movimentos corporais obrigatórios. Esses movimentos devem ser executados de forma natural e criativa;

A produção de novo aparelhos que proporcionem manejos por parte das crianças, tendo a participação do professor para incentivar e orientar;

Oferecer para as crianças um ambiente de liberdade para encontrar diferentes formas de pôr o corpo no solo, com o objetivo de conhecer e realizar os movimentos acrobáticos e pré-acrobáticos;

A GR popular não tem o objetivo de descaracteriza o esporte, mas de desenvolver a GR de forma lúdica.

Na prática da GR popular o ritmo deve ser bastante explorado e cultivado, proporcionando o desenvolvimento integral das crianças, além de uma técnica severa, também permite a livre manifestação corporal.

A aula de Educação Física Escolar normalmente em grupos de meninas e meninos juntos faz com que a GR torne um conteúdo complicado a ser trabalhado, pois é uma modalidade feminina, mas favorece a abordagem do tema sexualidade. Embora seja uma característica da modalidade é importante que os alunos percebam que as práticas esportivas como a GR podem ser desempenhadas tanto por mulheres quanto por homens, sem influenciar os praticantes nas suas formas e escolhas de viver sua sexualidade (OLIVEIRA e PORPINO, 2010).

A prática da GR “popular” tem como finalidade oferecer aos indivíduos possibilidades de superar as restrições do próprio corpo, com satisfação num espaço de liberdade e criatividade (GAIO, 1996).

Le Camus (*apud* PAOLIELLO e TOLEDO, 2010) afirmou com convicção que a GR tem seu diferencial das outras atividades físicas esportivas porque “o gesto motor interessa simultaneamente e alternativamente aos dois braços, e que cada mão intervém numa motricidade fina”.

Observando a GR como uma proposta popular de infinitas possibilidades este artigo tem como objetivo principal Identificar os possíveis motivos que levaram os pais a optarem pela GR como atividade extracurricular educacional nas escolas da cidade de Fortaleza/CE.

METODOLOGIA

Neste artigo foi realizada, de acordo com Marconi e Lakatos (2003) uma pesquisa de campo. Conforme Gil (2002), a pesquisa de campo procura aprofundar-se nas questões sugeridas do que a distribuição das características dos participantes da pesquisa segundo as determinadas variáveis. Em relação ao levantamento a pesquisa de campo procura-se identificar as características da população a ser pesquisado, possibilitando a caracterização precisa de seus segmentos. Para a elaboração desse trabalho foi utilizado o método da pesquisa quantitativo-descritivo.

A amostra foi composta por 33 pais que tinham suas filhas praticando a modalidade no âmbito educacional.

Como instrumento de pesquisa foi utilizado um questionário contendo 13 questões. Destas 11 questões eram mistas (objetivas e dissertativas) e 2 descritivas, buscando responder aos objetivos da pesquisa.

Para coleta de dados em primeiro plano entramos em contato com as coordenadoras das escolas e após a autorização entramos em contato com os pais aplicando os questionários. Participaram da amostra pais de 4 escolas.

Os critérios de inclusão compreenderam os seguintes: as alunas praticarem a modalidade no mínimo 2 vezes por semana; as aulas terem duração mínima de uma hora; as participantes terem idade entre 6 e 13 anos; praticaram a GR há mais de três meses.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os resultados serão apresentados de acordo com a sequência das perguntas contidas no questionário aplicado para os participantes.

Na primeira questão verificamos que as alunas que praticam a modalidade possuem entre 6 e 13 anos, sendo 7,5 anos a média de idade. Podemos observar que a prática da GR tem ocorrido cedo, mesmo

nas turmas que não tem como objetivo principal o alto rendimento.

A segunda questão representada pelo gráfico 1 buscou analisar a frequência semanal das alunas praticantes da Ginástica Rítmica:

Gráfico 1. Frequência da prática semanal.

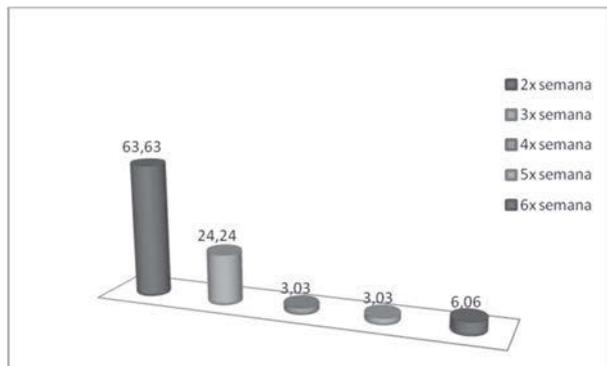
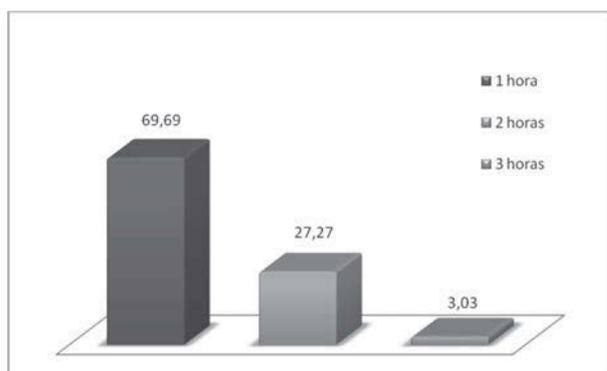


Gráfico 1.

Ficou constatado que a maioria das alunas frequenta as aulas de GR duas vezes por semana, o que corresponde a 63,63%. Já 24% praticam três vezes, 3,03% praticam quatro vezes, 3,03% praticam vezes e 6,06% praticam seis vezes. As alunas que praticam seis vezes por semana não fazem parte do treinamento, porém estão matriculadas em 2 turmas de GR devido ao horário dos pais.

A terceira questão representada pelo gráfico 2 mostra a duração das aulas de GR educacional.

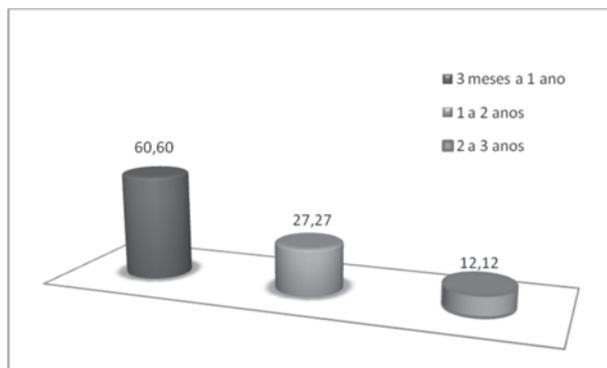
Gráfico 2. Duração da aula.



No gráfico 2, observa-se que as ginastas de GR educacional praticam em sua maioria a modalidade com duração de uma hora de aula, contabilizando 69,69%. E a modalidade praticada com a aula de 2 e 3 horas de duração equivalem a 27,27% e 3,03% respectivamente. Com esses dados observa-se que a duração da aula de GR educacional não possui o objetivo de formar atletas, pois esse volume de treinamento é considerado pouco para o treinamento de alto nível.

A quarta questão representada pelo gráfico 3 mostra o tempo de prática das alunas na modalidade:

Gráfico 3. Anos de prática.



A partir dos dados apresentados podemos verificar que a maioria das ginastas possui entre três meses a um ano de prática correspondendo a 60,60%. Para quem pratica a modalidade entre um ano a dois anos refere a 27,27%, e entre dois anos a três anos corresponde a 12,12%.

Esses dados nos apontam que a GR é um esporte novo. Em Fortaleza/CE, onde foi realizada a pesquisa, apesar de que seja em pouco locais que oferecem a modalidade, a GR é um esporte que busca seu espaço, está no processo de divulgação do esporte.

A quinta questão era referente à como os pais tinham descoberto a modalidade como atividade extracurricular. 48,8% foi através da escola, 15,1% através das filhas, 3,03% através da internet, 6,06% através de jornais e revistas e 27,7% através de outros meios de comunicação.

A sexta questão era referente ao porque da modalidade ser escolhida como atividade extracurricular. Verificamos que 12,1% escolhiam a modalidade por causa dos alongamentos, 21,1% por causa da prática de uma atividade física, 12,1% por causa da beleza do esporte, 30,3% por causa da disciplina, 6,06% por causa de um futuro promissor no esporte, 39,3% por causa da escolha da filha e 6,06% por causa da postura. Os resultados na tabela II logo abaixo:

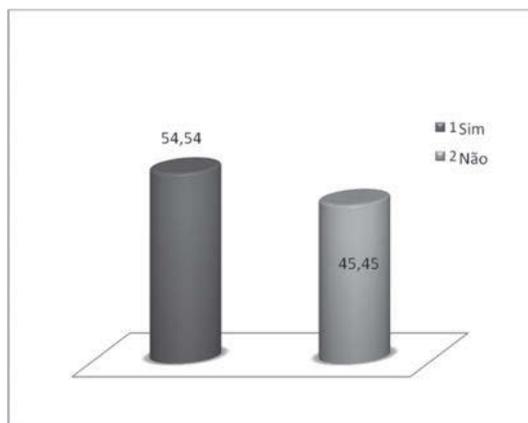
A sétima questão era referente à vontade dos pais de verem suas filhas como atletas de rendimento no futuro. Na qual 84,84% dos pais relataram que SIM e 15,15% relataram que NÃO gostariam que suas filhas fossem atletas.

A oitava questão era referente à percepção dos pais, em relação às mudanças ocorridas no comportamento de suas filhas após o início das atividades de GR. Na qual 87,87% correspondem aos pais que observaram mudanças positivas no comportamento, enquanto que 12,12% não perceberam nenhuma mudança. De acordo com esses dados podemos observar que a GR oferece às praticantes mudanças no comportamento, de acordo com os pais, as principais mudanças foram: dedicação, disciplina, atenção, criatividade, perseverança, e alegria. Para os pais que responderam que não observaram nenhuma mudança, argumentaram que isso é por conta do pouco tempo da prática.

O complemento dissertativo da oitava questão era referente à quais mudanças os pais tinham percebido, e a partir das opções obtivemos as seguintes respostas: 30,03% relatou observar mais dedicação; 18,1% mais disciplina; 6,06% mais atenção; 6,06% mais alegria; 12,1% outros fatores e 15,1% não observaram mudanças comportamentais.

A nona questão representada no gráfico 4 era referente às mudanças ocorridas no físico das praticantes:

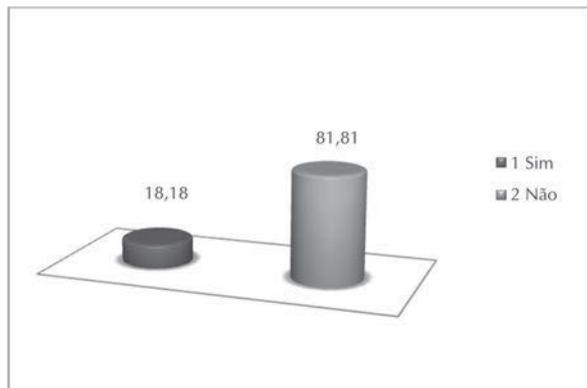
Gráfico 4. Mudanças no físico.



Nesta questão 54,54% dos pais perceberam mudanças no físico e 45,45% não perceberam mudanças significativas. Percebe-se então que com a prática dessa modalidade gera mudanças do corpo, onde as maiores mudanças citadas pelos pais foram: 38,8% relataram a musculatura mais definida; 16,6% mais flexibilidade que para Dantas (1998) a definição de flexibilidade é a capacidade responsável pela execução espontânea de um movimento de amplitude angular máxima, no qual não há nenhum perigo de lesão. Dos participantes 27,7%, que para observaram melhora na postura; 11,1% melhora na força e 5,5% aumento na estatura. Para Bompa (2002) o treinamento físico faz parte como um dos componentes fundamentais para o treinamento desportivo, sendo considerado um dos fatores principais para alcançar o máximo desempenho. A fim de desenvolver o potencial fisiológico e as habilidades motoras. E mesmo a GR educacional não ser desenvolvida no âmbito do rendimento pode provocar alterações funcionais significativas em relação à saúde qualidade de vida.

A décima questão representada no gráfico 5 era referente à percepção dos pais sobre a quantidade de aulas (frequência semanal de 2x) formarem atletas de alto nível:

Gráfico 5. Possibilidade de formar atletas.



A décima primeira questão representada nos gráfico 6 e 6.1 eram referentes à participação das alunas em festivais e competições:

Gráfico 6. Participação em festival.

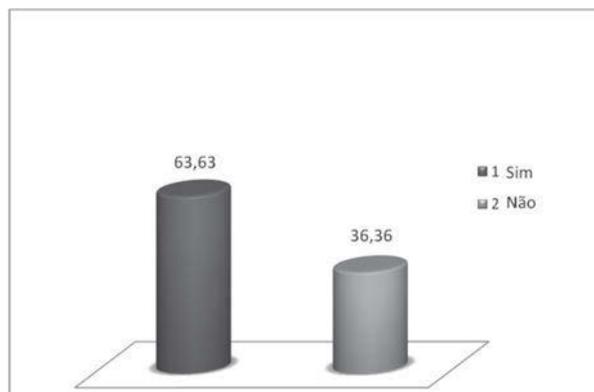
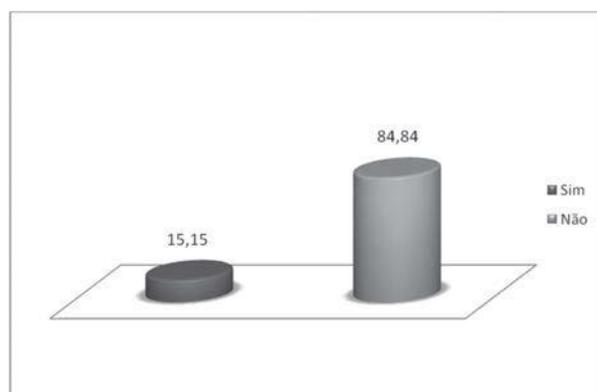


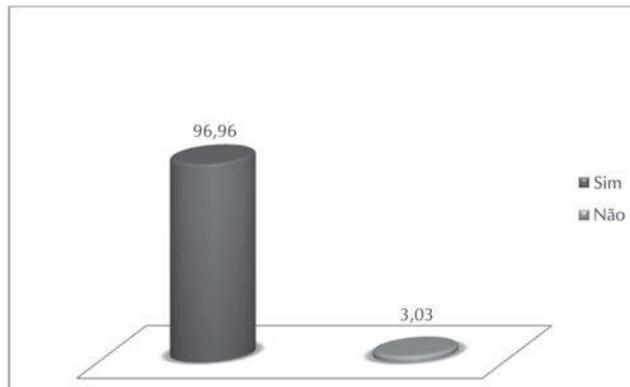
Gráfico 6.1. Participação em competições.



Nesta buscamos identificar se as alunas praticantes da GR educacional participavam mais de festivais ou de competições. E como ficou comprovado a maior participação é em festivais, que tem objetivo de participação e demonstração. Pois os festivais de GR é uma forma de motivação para a prática do esporte, além de apresentar a GR, proporciona união do grupo, dedicação e a participação de todos (REGO, LIMA e TOLEDO, 2010).

A décima terceira questão representada no gráfico 7 era referente aos benefícios oferecido pela GR educacional após o início da prática na visão dos pais:

Gráfico 7. Benefícios oferecidos pela ginástica rítmica.



Nesta questão 96,9% dos pais relataram reconhecer benefícios e apenas 3,03% relataram não reconhecer nenhum benefício. O complemento dissertativo da questão buscava investigar quais eram esses benefícios, e os resultados foram: 18,1% melhora na autoconfiança; 12,1% melhora na socialização; 27,2% melhora na disciplina; 6,06% melhora na responsabilidade; 9,09% melhora no conhecimento; 15,1% outros fatores e apenas 3,03% não reconhecem os benefícios proporcionados pela GR.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir dos dados acima pudemos concluir que a GR em âmbito educativo pode proporcionar inúmeros benefícios para as praticantes e que a grande maioria dos pais conseguem compreender estas possibilidades. Comprovando que GR trabalhada na escola com objetivo educativo oferece vários benefícios, tanto no aspecto físico, psicológico, intelectual, comportamental, pois a disciplina é uma das características da GR, melhorando seu comportamento tornando uma pessoa socialmente aceita. Nesse objetivo educativo de trabalhar a GR, o ganhar ou perder não faz parte da proposta, e sim a cooperação e a participação (REGO, LIMA e TOLEDO, 2010).

A prática da GR nas aulas de Educação Física Escolar contribui para a formação de indivíduos críticos, verdadeiros e persistentes, além dos conhecimentos específicos dos movimentos essenciais que a modalidade oferece. É dessa maneira que a escola e o esporte cumprem seu papel educacional (OLIVEIRA e PORPINO, 2010).

Conforme Mendes *et al.*, (2003) a GR envolve o corpo por inteiro, e para que aconteça a relação entre o corpo, movimento e aparelhos se realizem, é necessário que a aprendizagem ocorra de forma integral, no qual a criança seja entendida como um ser possui necessidades e expectativas físicas, psicológicas, emocionais e sociais, que devem ser levadas em relação ao ensino de qualquer outra modalidade esportiva.

Portanto se faz necessário uma maior popularização da modalidade com incentivo das escolas e de políticas públicas esportivas neste sentido. A valorização deste esporte poderá proporcionar aos seus praticantes benefícios a partir de uma prática lúdica, mas que intrinsecamente desenvolve valores como: responsabilidade, ética, respeito e superação.

REFERENCIAS

AGOSTINI, B. R. Adaptação do método Vaganova de ballet clássico na ginástica rítmica: uma experiência em meninas de 09-11 anos. In: Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição, 2., 2010, Campinas-SP. **Anais...** Campinas: SIGARC, 2010. p. 85-91;

ANTUALPA, K. F.; GANDOLFI, F. A.; PAES, R. R.; BORTOLETO, M. A. C.; Paralelo Entre as Séries Obrigatórias do Troféu São Paulo e o Código de Pontuação de Ginástica Rítmica, 06/2010, **II Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição**. Vol. 1, pp.109-118, Campinas, SP, Brasil, 2010

BOMPA, T. O. **Periodização** - Teoria e metodologia do treinamento. 4 ed. São Paulo: Phorte, 2002. 438 p.;

- DANTAS, E. H. M. **A prática da preparação física**. 4 ed. Rio de Janeiro: Shape, 1998. 399 p.
- DARIDO, C. S.; SOUZA JUNIOR, M. O. **Para ensinar educação física**: Possibilidades de intervenção na escola. 4 ed. Campinas, SP: Papirus, 2007, 352 p.
- EVANGELISTA, B. C. C.; DEBIEN, J. B. P. Perfil Antropométrico da Ginástica Rítmica Brasileira- Categoria Juvenil. In: Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição, 2., 2010, Campinas-SP. **Anais...**Campinas: SIGARC, 2010. 78-84 p.;
- FERNANDES, F. Z.; LASTA, D. C. Ginástica rítmica, iniciação e evolução: uma experiência em Sorriso- Mato Grosso. In: Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição, 2., 2010, Campinas-SP. **Anais...**Campinas: SIGARC, 2010. p. 240- 243.;
- GAIO, R. **Ginástica Rítmica Desportiva “Popular”**: Uma Proposta Educacional. São Paulo: Robel Editorial, 1996. 211 p.;
- GAIO, R. **Ginástica Rítmica “Popular”**: Uma Proposta Educacional. 2 ed. Jundiaí, SP: Fontoura, 2007. 151 p.;
- GAIO, R.; ALMEIDA, C.; SIMÕES, R.; BELO, A. Z.; PASCOAL M.; MOREIRA, W. W. **Ginástica e Dança no ritmo da escola**. Várzea Paulista, SP: Fontoura, 2010. 135 p. ;
- GIL, A. C. **Como elaborar projeto de pesquisa**. 4. ed. São Paulo: Atlas, 2002. 175 p.;
- GONÇALVES, L. A. P.; BARROS FILHO, A. A.; GONÇALVES, H. R. Características antropométricas de atletas de ginástica rítmica. **Arq. Ciênc. Saúde Unipar**, Umuarama, v. 14, n. 1, p. 17-25, jan./jun. 2010. Disponível em: <http://revistas.unipar.br/> . Acesso em: 15 set. 2012.
- MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de Metodologia Científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003. 311 p. ;
- MENDES, E. H.; BRACIAK, G. M. Métodos de treinamento de flexibilidade em praticantes de ginástica rítmica do Paraná. **Caderno de educação física: estudos e reflexões**. v. 5, n. 9, 2003. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/>. Acesso em: 18 set. 2012. p. 43- 50.;
- MENDES, E. H. , HEIN F.; KLEINSCHMIDT, F.; NUÑEZ, J. C. L.; KOCHEPKA, S. Ginástica Rítmica, sua origem e evolução em Marechal Cândido Rondon – PR. **Caderno de educação física- estudos e reflexões**, V Encontro de Pesquisa em Educação Física, v. 5, n. 9, 2003. Disponível em: <http://e-revista.unioeste.br/>. Acesso em: 18 set. 2012. p. 119- 124.;
- OLIVEIRA, G. M.; PORPINO K. O. Ginástica Rítmica e Educação Física Escolar: perspectivas crítica em discussão. Goiânia, v. 13, n. 2, p. 118, maio/ago. 2010. Disponível em: <http://regional.bvsalud.org/php/index.php>>. Acesso: 10 set. 2012.
- PAOLIELLO, E.; TOLEDO, E. **Possibilidades da Ginástica Rítmica**. São Paulo: Phorte, 2010. 440 p.;
- REGO, M. N.; LIMA, P. F.; TOLEDO, Z. C. A função sócio-afetiva da ginástica rítmica: diferentes percepções num projeto esportivo. In: Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição, 2., 2010, Campinas-SP. **Anais...**Campinas: SIGARC, 2010. p.185-195.;
- TUBINO, M. J. G.; MOREIRA B. S. **Metodologia científica do treinamento desportivo**. 13 ed. São Paulo: Shape, 2003. 462 p.;
- VALLE, M. P. **A prática da atividade física: “Será que eu consigo?”** Um enfoque Psicológico. 2004 Disponíveis em: www.psicoesporte.com.br/Downloads/livros_zaninni.pdf Acesso: 11 out 2012. Pág.01- 03. ;
- ZANINI, D. Ginástica rítmica na comunidade chapecoense. In: Seminário Internacional de Ginástica Artística e Rítmica de Competição, 2., 2010, > Campinas-SP. **Anais...**Campinas: SIGARC, 2010. p.285- 290.

¹ Centro Universitário Estácio do Ceará

² Faculdade Integrada da Grande Fortaleza