

# MATROGINÁSTICA: INTERAÇÃO ENTRE PAIS E FILHOS POR MEIO DE ATIVIDADES FÍSICAS

Alunos: Lívia Estevam Tavares Santiago, Mariana Albuquerque de Novas Campêlo

Orientador: Marcelo Barreto

Escola: Colégio de Aplicação – UFPE

Endereço Postal: Av. Prof. Moraes Rego, 1235 – Cidade Universitária, Recife – PE – CEP:  
50670-901

E-mail: [livi.tavares@hotmail.com](mailto:livi.tavares@hotmail.com), [marianacample@gmail.com](mailto:marianacample@gmail.com)

## RESUMO

A Matroginástica é uma ginástica criada para desenvolver a relação entre mães e filhos. A divulgação desse tipo de ginástica pela equipe do Colégio de Aplicação-UFPE, visa expandir esse horizonte, buscando a integração, também, entre jovens e crianças a partir de atividades físicas baseadas nos fundamentos da Ginástica (“saltar”, “equilibrar”, “gitar/rolar”, “trepar” e “balançar/embalar”) para, desse modo, haver uma troca de experiências para a corporeidade dos participantes.

Para a prática da Educação Física no ensino básico, a adoção da matroginástica como proposta é uma contribuição escolarizada aos conteúdos, transformando o entendimento do que seja uma atividade exclusiva entre pais e filhos, para se tornar uma estratégia de vivência, motivada pela corporeidade e ludicidade intrínsecas entre os mais velhos e as crianças, propiciando e objetivando uma abordagem significativa da cultura corporal e dos conhecimentos tratados nas aulas. Visando redimensionar a prática do ensino e explorar o caráter extensionista desta modalidade, através de estudos e conclusão de monografia, realizamos uma série de oficinas no Colégio de Aplicação da UFPE, bem como junto a outras instituições colaboradoras: Colégio Presbiteriano XV de Novembro em Garanhuns-PE, eventos, como o Festival de Ginástica e Seminário Interativo Rede Pública/FACED/UFBA em Salvador-BA, Dia da Família na Escola Arco-Íris, Recife-PE. Diferentes grupos etários participaram em vários momentos e trajetórias das oficinas, no período dos anos 2009 a 2013.

A experiência demonstrou como a realização de movimentos ginásticos sem os estereótipos, típico de modismos na área de fitness, pode significar muito para o desenvolvimento infantil, bem como para o fortalecimento dos laços e, por que não dizer, da personalidade de adolescentes, quando realizadas em conjunto com crianças pequenas de diferentes idades. Em relação ao ensino médio houve a disposição de um grupo de alunos em incorporar, de forma interdisciplinar, a integração dessa atividade em seu cotidiano de estudos

escolares e de projeção acadêmica. Dentro do paradigma da produção acadêmica, a atividade da Matroginástica chama a atenção pelo caráter pedagógico e como um novo projeto a ser desenvolvido que, mesmo sendo uma atividade antiga, assumiu uma nova dinâmica e um novo intuito. A Matroginástica faz um resgate das próprias aulas de Educação Física, trazendo de volta o propósito a que a própria aula se propõe: A integração a partir da prática de uma cultura corporal para o crescimento acadêmico e pessoal. Claro que, sem desprezar esta faceta da produção acadêmica propriamente dita, o ponto chave da atividade foi a vivência, notadamente, pela excursão didática de Educação Física.

Nesta análise, mostra-se que há claras demandas e contribuições da experiência a partir da matroginástica, devendo-se considerar os aspectos sociais, comportamentais, linguísticos, da vida dos estudantes e seus familiares e de relevância acadêmica crucial em levar a experiência para além dos muros da Universidade.

Palavras-chave: Matroginástica. Ensino Médio. Educação Física. Extensão Acadêmica.

## INTRODUÇÃO

O mundo moderno nos apresenta muitas possibilidades e também desafios. Podemos dizer que cada geração traz consigo seus próprios problemas. Dentre os problemas das gerações mais velhas, referentes à vivência corporal, o sedentarismo e falta de atividades lúdicas, enquanto as crianças têm pela frente o seu nível de amadurecimento orgânico e a construção das relações sociais e afetivas.

Há uma demanda crescente por novas abordagens pedagógicas do ensino, pesquisa e extensão na área da Educação Física brasileira. Por outro lado, há uma força qualitativamente acumulada, em grande parte, por iniciativas ainda concentradas de estudiosos reunidos, como os grupos de pesquisa, ou isoladamente, além de órgãos e secretarias municipais, estaduais e universidades públicas. Nesta perspectiva, do interesse em revisitar, revalorizar e ampliar o estudo de estratégias inovadoras, chama nossa atenção abordagens bem recebidas pelas novas gerações, que muitas vezes redescobrem a “novidade” que por diversas razões não foram devidamente valorizadas à altura do seu potencial na época da sua criação original.

Na esteira das inovações pedagógicas, fazemos o resgate de uma modalidade já conhecida do nosso país através do movimento Esporte para Todos da década de 70. A matroginástica, que é a ginástica exercida entre pais e filhos, em nosso projeto, assume um

papel distinto, o de levar jovens do ensino básico, médio, à prática de exercícios com crianças, proporcionando subsídios à produção de conhecimentos inerentes a cultura corporal e fazendo dele guia de relações intergeracionais.

A matroginástica, que pode ser traduzida da obra original, em alemão: “Turnen und spielen für unsere kleinsten”, de Helmut Schulz, para uma versão espanhola: “Educación física infantil y matrogimnasia”, cunhada assim pelo Instituto de Educación Física de Madrid, define-se pela junção de dois termos que, em língua portuguesa, vem designar a vivência de um dos temas da cultura corporal, *ginástica*, na interação entre mães e filhos, daí o prefixo “matro”, modificado do latim *mater*. Originada na Alemanha, teve como centro de estudo e elaboração a escola experimental de Karl-Rottger, Düsseldorf, 1975 (antiga República Federal da Alemanha) e sua introdução no Brasil se deu através de Schulz, um de seus maiores divulgadores, nos idos do mesmo ano.

Segundo GUISELINI (1985), a matroginástica ocupou um lugar de destaque nas promoções do movimento Esporte para Todos, política de Ministério e Secretarias de esportes, lazer e turismo nas décadas de 70-80, não ficando restrita a este âmbito, passando a integrar agendas de escolas, parques, clubes, federações, associações esportivas e centros sociais.

A proposta deste trabalho ainda pretende retomar a valorização e extensão da matroginástica, uma prática já conhecida do Brasil, mas que há décadas é pouco divulgada e percebida em sua gênese. De maneira que a simples menção do termo causa surpresa até para novos e antigos profissionais na área da Cultura Corporal. Por outro lado, gera uma impressão de novidade que, com as descobertas da vivência, tem mostrado a necessidade de sedimentar sua extensão, aprofundar sua prática e análise.

## OBJETIVOS

Trazer para o ensino básico uma estratégia de vivência facilitadora à apropriação e trato com o conhecimento dos temas da cultura corporal pela Educação Física na escola;

Motivar alunos do ensino básico, com propostas pedagógicas inovadoras capazes de envolvê-los na construção do processo ensino-aprendizagem, bem como da pesquisa e extensão, mobilizando-os para uma atitude científica frente ao conhecimento acadêmico.

Incentivar relações interdisciplinares entre pais e filhos, envolvendo a ginástica como principal meio trabalhado, através de movimentos físicos variados, bem como sua capacidade psicomotora, incentivando a prática de atividades físicas desde a infância, o que ultimamente vem sendo pouco trabalhada, principalmente no convívio familiar.

Além de, discutir possibilidades, benefícios e limitações, a partir da prática de oficinas entre alunos do ensino médio e do ensino infantil, na perspectiva acadêmica e demonstrar possibilidades entre gerações distintas, a partir da prática de oficinas de Matroginástica entre alunos do ensino médio e do ensino infantil, observando aspectos da Comunicação e Expressão Corporal dos interlocutores.

## METODOLOGIA EXPERIMENTAL

A experimentação da temática ocorreu em aulas regulares de Educação Física, com vivências de exercícios, jogos e brincadeiras próprios do universo da ginástica que em seguida foram selecionados, organizados e sistematizados pelos alunos com a realização de excursões acadêmicas em escolas de ensino infantil, configurando-se em práticas extensionistas, através de oficinas de matroginástica.

Nessa perspectiva, um grupo de alunos do ensino médio do Colégio de Aplicação da UFPE, sob a orientação do professor de Educação Física, realizou uma série de excursões, com visitas ao Colégio Presbiteriano XV de Novembro, situado no município de Garanhuns, agreste pernambucano.

No primeiro dia, socialização de conhecimentos entre os mais novos e veteranos da experiência, com utilização de vídeo sobre o tema e experiências assimiladas pelos veteranos; Debate, no qual discutimos a Matroginástica em si, e procedimentos que seriam utilizados nas atividades do dia seguinte.

As oficinas foram se inserindo no calendário de excursões didáticas do Colégio de Aplicação da UFPE com o objetivo de divulgar e realizar os planos fomentados nas aulas desde o início do semestre inaugural. Partimos de uma vivência exploratória durante um momento anterior, de recesso escolar, no qual alguns dos alunos do ensino médio foram desafiados a participarem e interajam com um pequeno grupo de famílias, suas crianças, irmãos, de faixas etárias distintas, no espaço da sala de ginástica do Colégio de Aplicação.

Em um segundo momento, oferecemos oficinas de matroginástica ao ensino infantil, sem a participação dos pais, por se tratar de horário regular, junto às crianças de 6 a 10 anos, desde o planejamento, com a finalidade de estabelecer quais “tarefas motoras”, desafios, ou intencionalidades seria mais adequadas e utilizadas pelo programa de atividade intergeracional.

Em turno e horário regulares, quatro oficinas ocuparam de interesse e exigência quatro grupo de crianças de 6 a 10 anos, alunos de 1º a 5º ano do ensino fundamental, atividades estas mobilizadas por agrupamentos de alunos do Colégio de Aplicação que, em seguida,

sistematizadas com sua nomenclatura e assemelhados passava a fazer parte de seu guia de relações: túnel, brincadeiras de balanço, passar bambolê, passar bola, entre outras que, ao longo desse tempo, foram sofrendo suas modificações a cada intervenção.

Posteriormente, as experiências foram difundidas na própria escola e em instituições de ensino superior, em eventos científicos nacionais e internacionais, como o III CNEF (Congresso Nacional das Entidades de Família), Festival de Ginástica e Seminário Interativo Rede Pública/FACED/UFBA em Salvador-BA, V Fórum Internacional de Ginástica Geral em Campinas-SP e o MOVE2011 em Paris.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A experiência proporcionou aos adolescentes momentos de reflexão acerca das relações intergeracionais, que possibilitaram uma maior compreensão das diferentes formas de expressão corporal e de comunicação dialógica. Pode-se ainda considerar que tal atividade propiciou um trato científico da Educação Física, qualificando o projeto de inclusão da matroginástica no contexto escolar como sendo de relevância cultural e científica.

A matroginástica pode ser concebida como uma modalidade de ginástica que tem como objetivo promover uma maior interação entre diferentes gerações, interação esta vivenciada e legitimada pelos alunos do Colégio de Aplicação da UFPE.

Com a realização das atividades, os alunos puderam cumprir os objetivos propostos, vivenciando a interação entre diferentes faixas etárias, ao mesmo tempo em que dividiam experiências, conheciam mais o desenvolvimento das crianças e as ajudavam a se conhecerem melhor fisicamente e criavam ainda relações com os grupos de trabalho que eram formados.

Além de tais benefícios trazidos para os adolescentes, que puderam atingir seus objetivos do projeto com êxito, essa atividade também trouxe benefícios para as crianças alunas do colégio parceiro do projeto. Pois, as crianças são os principais alvos da prática dessa atividade pois, espera-se que as mesmas disseminem essa idéia para seus familiares.

Tudo isso mostra benefícios com a prática dessa modalidade de ginástica, o quanto é sadia e importante não só para quem está participando, mas também para quem coordena as atividades, pois a colaboração e participação dos sujeitos nela envolvidos e mobilizados, pelos relatos e registros de entrevistas gravados, fotografados, nas oficinas, nas aulas extra e intramuros, dão a melhor dimensão do trabalho e de sua problemática em perspectiva.

A matroginástica vivenciada entre adolescentes e crianças possibilita o encontro entre gerações para um "diálogo corporal" e psicológico através da realização de variadas dinâmicas que estimulam a movimentação dos participantes. Não apenas a movimentação momentânea mas também, estimula a tornar essa ação cotidiana na vida de todos os participantes.

A partir de referências textuais analisadas e da experiência vivenciada, podemos concluir que a matroginástica enquanto ferramenta de integração e interação entre diferentes gerações proporciona aos que a executam maior conhecimento acerca de limitações corporais da criança, e dos próprios adultos, uma vez que estes também são limitados pelo menor poder de exploração de seu corpo, mais envolvido e desenvolvido no que tange a maturação, mas, de outra maneira, por exemplo, menos elástico em relação ao da criança.

Nota-se ainda, que a vivência da matroginástica põe frente a frente as disparidades cognitiva e de raciocínio das diferentes faixas etárias, possibilitando aos de maior idade a oportunidade de trabalhar sua habilidade de conversar de modo nivelado com a criança, aprofundando a acuidade necessária e o suporte adequado dos mais experientes em relação a fatores como contato visual, corporal, verbal e afetivo, e, à criança, a oportunidade de superar barreiras impostas pela sociedade entre elas e as pessoas mais velhas, em um ambiente saudável onde serão valorizadas as competências de todas as idades.

Além de proporcionar a integração de grupos de idades diferentes, a troca de experiências entre os que interagem se deu na medida em que um grupo ajudava o outro a superar os desafios propostos criando um momento de descoberta dos próprios limites. Possibilitando também a fortificação dos laços

Conforme depoimentos dos alunos participantes e, em proveito dos conteúdos resinificados, matroginástica pode ser entendida como uma ginástica, "um exercício corporal" que tem como objetivo promover uma maior interação entre diferentes gerações.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Observamos, em projeção e perspectiva, o quanto e como esta modalidade pode ser vivenciada com os alunos do ensino básico, bem como, ensino médio, fazendo parte do programa da disciplina, enriquecendo seus conteúdos na escola, repassando seus conhecimentos para que a atividade seja praticada entre os participantes do projeto, crianças do Colégio XV de Novembro juntamente com os alunos, fatores do projeto, adolescentes integrantes do Colégio de Aplicação, qualificando a intervenção do professor de Educação Física, que vem levando a

prática desse projeto ha alguns anos, procurando agregar suas idéias e através dessa interação, promover o conhecimento entre as novas gerações da atualidade.

A experiência assumiu não só o papel de um objeto empírico para um projeto acadêmico, mas propiciou um enorme crescimento pessoal para cada criança e cada aluno que interagiu naquela oficina. Por mais que possa ser esquecido, não deve ser, de forma alguma, desprezado como parte de um projeto maior, que vai além das fronteiras da Universidade, fronteiras estas não só físicas, mas ideológicas. Além de tudo isto, a Matroginástica na sala de aula, chama mais atenção pelas discussões de Psicologia e Filosofia, desenvolvida nas práticas e por lembrar aspectos tão banais, mas que, por serem tão banais, são tão importantes, de uma Cultura Corporal.

## REFERÊNCIAS

BETTI, Mauro; ZULIANI, Luiz R. Educação Física Escolar: Uma proposta de diretrizes pedagógicas. Revista Mackenzie de Educação Física e Esportes, São Paulo, v. 1, n. 1, p. 73-81, 2002.

BRASIL. Ministério da Educação e Cultura. Secretaria de Educação Média e Tecnologia. Parâmetros Curriculares Nacionais. Ensino Médio. Brasília, 1999.

DAOLIO, Jocimar. Educação física e o conceito de cultura. Campinas, São Paulo : Autores Associados, 2004.

GUISELINI, Mauro A. Matroginástica: ginástica para pais e filhos. São Paulo: CLR Balieiro, 1985.

LANGLADE, Alberto; LANGLADE, Nelly Rey de. Teoria general de la gimnasia. Buenos Aires: Editorial Stadium, 1970.

PRADO, Patrícia Dias. Crianças menores e maiores: entre diferentes idades e linguagens. Disponível em: <[www.alb.com.br/anais16/sem13pdf/sm13ss04\\_03.pdf](http://www.alb.com.br/anais16/sem13pdf/sm13ss04_03.pdf)>. Acesso em 06 out. 2009.

SCHULZ, Helmut. Educación física infantil y matrogimnasia. Buenos Aires: Editorial Kapeluz, 1975.

VALENTE, Edison F.; ALMEIDA FILHO, Japson M. de. Lazer esportivo e esporte para todos. In: DaCOSTA, Lamartine (Org.). Atlas do esporte no Brasil. Rio de Janeiro: CONFEF, 2006. Disponível em: <[www.atlasesportebrasil.org.br/textos/157.pdf](http://www.atlasesportebrasil.org.br/textos/157.pdf)>. Acesso em 17 mar. 2010.

**Lívia Estevam Tavares Santiago, Mariana Albuquerque de Novaes Campêlo**

*Colégio de Aplicação do Centro de Educação da UFPE – 9º ano B*

**Orientador: Prof. Esp. Marcelo Barreto Cavalcanti**

*Colégio de Aplicação do Centro de Educação da UFPE*