

ENSINO DA GINÁSTICA AERÓBICA: A POPULARIZAÇÃO DA CULTURA CORPORAL BRASILEIRA A PARTIR DO PAGODE BAIANO

Fernanda Santana de Ávila
Maristela da Silva Souza

RESUMO

Este trabalho trata do ensino da ginástica aeróbica, a partir da dança “Pagode Baiano”, possibilitando às escolas do estado do Rio Grande do Sul, o conhecimento da cultura popular da região nordeste. A metodologia fundamenta-se no Materialismo Histórico e Dialético, baseando-se nos cinco passos sistematizados por Saviani (1997). Concluímos que há necessidade de popularizar, no contexto da Educação Física escolar, a cultura de nosso país, constituída de vários “Brasis”. Assim, o pagode baiano, entra em cena para transmitir ao sul a popularidade da dança que contagia todo povo da Bahia de todos os Santos, Encantos e Axé.

Palavras-chaves: Ginástica Aeróbica, Pagode Baiano, Escola.

ABSTRACT

This work deals with the teaching of aerobics, dance from the "Pagode Baiano", enabling schools to the state of Rio Grande do Sul, knowledge of popular culture of the northeastern region. The methodology is based on historical and dialectical materialism, based on five steps for systematic Saviani (1997). We conclude that there is a need to popularize in the context of school physical education, the culture of our country, consisting of several "Brazils". Thus, the Bahian pagode, enters the scene to transmit to the south the popularity of dance that people of all contagious Bahia of All Saints, charms and Axé.

Key words: aerobic exercise, Pagode Baiano, School.

RESUMEN

Este trabajo se ocupa de la enseñanza de aeróbic, danza del "Pagode Baiano", que permite a las escuelas del estado de Rio Grande do Sul, el conocimiento de la cultura popular de la región nororiental. La metodología se basa en el materialismo histórico y dialéctico, más cinco pasos para un control sistemático Saviani (1997). Concluimos que existe la necesidad de popularizar en el contexto de la escuela de educación física, la cultura de nuestro país, compuesta de varias "Brasil". Por lo tanto, la bahiana pagode, entra en escena para transmitir al sur de la popularidad de la danza que la gente de todas las contagiosas Bahía de Todos los Santos, encantos y Axé.

Palabras clave: ejercicio aeróbico, Pagode Baiano, Escuela.

1- INTRODUÇÃO

Advinda de um contexto social e cultural amplo, caracterizando um tipo de cultura popular, a utilização da técnica de execução da dança “pagode baiano”, baseada essencialmente em movimentos de balanço sinuosos e sincronizados dos quadris conquistou o Brasil por ser essencialmente popular e “gostosa” de dançar. Porém, o pagode baiano é objeto de grandes especulações. Por possuir raízes do samba tradicional e assim, como a maioria das manifestações populares de que emergiram de classes baixas da população, acabou tendo sua história marginalizada e descaracterizada.

Atualmente o fato de muitas danças e de muitos ritmos musicais apresentarem-se extremamente sensuais, provocantes, frívolas, de letras desconexas e não românticas e também pelo fato de possuir um caráter mercadológico de forte apelo midiático, torna o pagode baiano alvo de críticas entre músicos defensores do samba e estudiosos do assunto.

No sentido de proporcionar um outro entendimento pedagógico desta realidade, relacionando cultura popular com cultura erudita, nossa proposta visa trabalhar o pagode baiano a partir dos fundamentos da ginástica aeróbica, possibilitando aos professores desenvolver e transformar os movimentos e as músicas, caso apresentem duplo sentido, de maneira a elevar intelectualmente os seus educandos. Para isso, através da metodologia sistematizada por Saviani (1997): A prática social, problematização, instrumentalização, catarse e o retorno à prática social fundamentada cientificamente no Materialismo Histórico e Dialético, elaboramos uma aula com o fim de demonstrar como podemos passar de um concreto-empírico ao um concreto-pensado.

2- A GINÁSTICA AERÓBICA E O PAGODE BAIANO

Para OLIVEIRA (1993), a Ginástica aeróbica é uma atividade física realizada por um longo período de tempo (superior a 20 minutos) e baixa intensidade, feita no ritmo de músicas, onde são incluídos alguns passos de dança, juntamente com exercícios. Assim, se praticada em níveis compatíveis com os considerados adequados é determinante para a melhoria e manutenção das condições cardiorespiratórias e circulatórias.

Os movimentos básicos da ginástica aeróbica consistem em andar, marchar, saltar, saltitar, girar, galopar, corridas estacionárias, integrados com movimentos variados dos braços. Para Landskron (2002) a ginástica aeróbica contribui para o desenvolvimento de fundamentos essenciais da dimensão da cultura corporal, tais como coordenação, ritmo, equilíbrio, percepção, etc.

De forma dominante, a ginástica aeróbica é desenvolvida na seguinte seqüência metodológica: fase inicial da aula, que coincide com o aquecimento. Este acontece com os próprios exercícios de baixo impacto que iniciam a fase aeróbica e que depois se intercalam com os de alto impacto. O esfriamento, fase final, deve ser feito porque acalma os alunos que estiverem excitados com a música e com os exercícios “dançados”, assim no retorno à sala estarão mais receptivos às atividades da próxima aula. Entendemos que esta metodologia apresenta-se limitada quanto ao entendimento

de questões mais amplas do próprio conteúdo trabalhado, como exemplo, questões históricas, ritmos musicais, coletividade, etc.

Já a ginástica afro-aeróbica foi idealizada pelo professor gaúcho José de Anchieta. Há aproximadamente 15 anos ele vem com muito sucesso divulgando no Brasil o ritmo africano em cursos de capacitação para professores de Ed. Física e é exatamente aqui que se enquadra o Pagode Baiano.

A cultura negra se manifesta através da ginástica afro-aeróbica que é o conjunto de exercícios ginásticos que guardam características das danças negras, como o samba e o candomblé. Ela é uma forma de atividade física que procura transmitir toda a gama de emoções do povo brasileiro. Os movimentos gingados e soltos da ginástica afro-aeróbica tem a atuação do quadril e a ondulação das articulações das danças africanas. O ritmo é de músicas com instrumentos de percussão, com ênfase no atabaque. Os movimentos são fortes e com palmas incluídas. Pode-se gritar, pois o grito tem efeito poderoso dentro do indivíduo e na sua estrutura psicológica produz uma quebra de tensões musculares, principalmente no nível do tronco, porção onde se “escondem” muitos sentimentos e medos pode-se ainda liberar a raiva contida.

A maioria dos gestos utilizados na ginástica afro-aeróbica traduz atividades do dia-a-dia. Expressam ações da natureza ou saúdam seus quatro elementos: terra, água, ar e fogo. Imitam os gestos dos orixás e dos animais.

Os movimentos da afro-aeróbica são: deslocamentos molejados, movimentação pélvica de subida e descida (“quebrança”) com movimentos sinuosos, côncavos e convexos, ondulação do tronco, braços e mãos e cabeça.

Estes movimentos proporcionam vivências corporais aliadas à cultura popular brasileira através da reinvenção do samba de roda tradicional e da sensualidade dos corpos que se tornam o principal instrumento de comunicação, possibilitando a absorção e o usufruto da energia positiva Afro do Axé de todos os santos e encantos através da dança pagode baiano.

Porém, entendemos que a Ginástica Afro-aeróbica, especificamente o pagode baiano, se desenvolvido de forma modista e superficial, não atenderá a apropriação de seus aspectos verdadeiramente culturais.

A partir desses elementos acima expostos, apresentamos uma forma metodológica de trabalhar esta cultura corporal que proporcionará uma relação dialeticamente estabelecida entre cultura popular e cultura erudita.

3- PROPOSTA METODOLÓGICA

Baseia-se no pressuposto teórico do Materialismo Histórico, especificamente os princípios curriculares no trato com os conhecimentos propostos por Coletivos de Autores (1992), e os passos metodológicos sistematizados por Saviani (1997). A partir deste pressuposto é que entendemos a educação na totalidade da prática histórico social, que é toda ela educativa e formadora do sujeito cidadão.

Ao apropriar-se de um objeto de ensino-conteúdo os alunos acrescentam novos dados na história corporal, e ao mesmo tempo tem a possibilidade de refletir sobre a sua prática social.

Primeiro passo: PRÁTICA SOCIAL

Significa o ponto de partida, o que é comum ao professor e aos alunos. Porém, devemos considerar que ambos encontram-se em diferentes níveis de compreensão. O

professor tem a compreensão, denominada pelo autor de síntese precária, uma vez que ele não conhece o nível de conhecimento dos alunos sobre o assunto que será estudado/praticado, isto é o conteúdo. A compreensão do professor é sintética porque implica uma articulação dos conhecimentos e experiências que detém relativamente à prática social. Tal síntese, porém é precária uma vez que, por mais articulados que sejam os conhecimentos e experiências, a inserção de sua própria prática pedagógica como uma dimensão da prática social envolve uma antecipação do que lhe será possível fazer com alunos cujos níveis de compreensão ele não pode conhecer, no ponto de partida, senão de forma precária. (Saviani, 1997, p. 80)

Já a visão do aluno é sincrética porque “por mais conhecimentos e experiência que detenham, sua própria condição de alunos implica uma impossibilidade, no ponto de partida, de articulação da experiência pedagógica na prática social de que participam” (ibid)

Segundo passo: PROBLEMATIZAÇÃO

Levantar problemas a partir do conhecimento que seria necessário dominar e detectar questões que precisam ser resolvidas no âmbito da prática social.

Terceiro passo: INSTRUMENTALIZAÇÃO

Transmissão por parte do professor (direta ou indireta) dos conteúdos, que serão apropriados pelas camadas populares para a luta social.

Quarto passo: CATARSE

Forma elaborada de pensamento, onde os elementos culturais (conteúdos). Passam a serem “elementos ativos da transformação social”

Quinto passo: PRÁTICA SOCIAL

Significa o ponto de chegada, agora, não mais entendido de nível sincrético pelos alunos e não mais entendido de forma sintética e precária pelo professor. Neste momento, professor e aluno chegam à compreensão denominada síntese orgânica. Neste caso: A compreensão da prática social passa por uma alteração qualitativa. Consequentemente, a prática referida no ponto de partida (primeiro passo) e no ponto de chegada (quinto passo) é e não é a mesma. É a mesma uma vez que é ela própria que constitui ao mesmo tempo o suporte e o contexto, o pressuposto é o alvo, o fundamento e a finalidade da prática pedagógica. E não é a mesma, se considerarmos que o modo de nos situarmos em seu interior se alterou qualitativamente pela mediação da ação pedagógica (Saviani, 1989, p.82).

Com base nos cinco passos sistematizados por Saviani apresentamos nosso plano de aula:

OBJETIVO GERAL: Conscientizar os alunos da necessidade de conhecimento do conteúdo cultural de uma outra região do país, despertando para o poder de ação que as pessoas possuem ao demonstrar as possibilidades de realização e transformação do grupo.

PRIMEIRO PASSO: PRÁTICA SOCIAL

Apresentar aos alunos o conteúdo a ser trabalhado: Ginástica aeróbica, modalidade: Pagode Baiano

SEGUNDO PASSO: PROBLEMATIZAÇÃO

Levantar questões sobre o conteúdo, por exemplo: Vocês já ouviram falar em Pagode Baiano? Já tiveram a oportunidade de praticar esta modalidade? Onde? Existe aqui no Sul? Por quais motivos? Podemos criar nossas próprias coreografias? Adaptar/modificar os movimentos?

TERCEIRO PASSO: INSTRUMENTALIZAÇÃO

Trata-se dos alunos apropriarem-se dos instrumentos (conteúdos), socialmente produzidos e culturalmente preservados. Deverá ocorrer o confronto dos alunos com o objeto do conhecimento, no caso o conteúdo. O professor explicará o porquê desta modalidade ter surgido apenas na região nordeste e apresentará aos alunos o ritmo afro, as músicas, os movimentos, as danças e as coreografias. Após a explicação o professor irá propor atividades em grupos, onde cada grupo apresentará novas possibilidades de se dançar o Pagode Baiano.

QUARTO PASSO: CATARSE

É o momento em que ocorre o entendimento por parte dos alunos sobre o que o conteúdo abordado representa para a sociedade e o quanto eles são capazes de desenvolver, adaptar, recriar e transformar o conteúdo para que o mesmo se torne mais atrativo para o grupo. Irão perceber que nesta modalidade embora exista um passo específico a ser executado por todos, cada aluno executará de sua forma, do seu jeito e com seu gingado.

QUINTO PASSO: PRÁTICA SOCIAL

Expor para a turma as atividades que foram desenvolvidas, criadas e praticadas a partir da ginástica aeróbica que utiliza a dança de um diferente universo cultural dos gaúchos como conteúdo. Dar a oportunidade aos alunos de expressarem-se oralmente e ouvir propostas, pela parte deles, que venham de encontro com os objetivos da aula

CONCLUSÃO

Partindo do princípio em que a discussão é o principal elemento que levará à transformação do conhecimento adquirido, pois para Bregolato (2002), Recriar é criar de novo. Se alguém realiza um movimento sem tê-lo visto antes, mesmo que ele já exista, ele é uma criação ou recriação. Recriar é também criar movimentos a partir de movimentos conhecidos. E também não podemos esquecer que a miscelânea de instrumentos, ritmos, vozes, batidas e coreografias resgatam as nossas raízes de matrizes africanas incorporando o pagode baiano ao hall das manifestações afro-brasileiras de magia contagiante como o axé afro dotado de grande energia. Assim, a música e a dança acabam por resgatar a cultura popular dinâmica da atualidade em crescente desenvolvimento e transformação, como apresentam vários autores, não buscando apenas o resgate da cultura estática tradicional que é simplesmente transportada de um passado e não absorve as características, necessidades e diferenças do povo e da sociedade em que vivemos.

Entendo que este “pagode” é uma interface de repertórios musicais como o samba carioca, o pagode romântico, o samba de roda baiano, e extramusicais como a dança afro, o jazz e a aeróbica tradicional que traduz a dimensão espetacular da vida

contemporânea. E que além de valorizar a cultura brasileira, de influência africana através do processo educacional, possui a importância de contribuir para o trabalho aeróbico, questão importante para o desenvolvimento da cultura corporal dos alunos, no sentido de demonstrar a estes que temos diferentes possibilidades de tratá-la. Neste caso, entendendo o pagode baiano de maneira elaborada, ultrapassando uma visão massificada, fragmentada e simplista do mesmo.

Referencial Teórico

BORGES, Célio J. Educação Física para o Pré-escolar. Rio de Janeiro: Sprint, 1987

BREGOLATO, Roseli. Cultura Corporal da Ginástica. São Paulo: Câmara Brasileira do Livro (2002).

COLETIVO DE AUTORES. Metodologia do Ensino da Educação Física. São Paulo: Cortez. (1992)

DOCENTES DO CEFD. Aportes Teórico-Metodológicos/Contribuições para a prática da Educação Física Escolar. Santa Maria: Programa de Consolidação das Licenciaturas (2008)

LANDSKRON, Augusto J. Relatório de Estágio Profissionalizante. Santa Maria: CEF-CEFD (2002)

SAVIANI, D. Escola e democracia ed. Campinas. Autores Associados (Polêmicas do Nosso Tempo) v. 5. 1997.

SAVIANI, D. . Escola e Democracia. São Paulo: Cortez/Autores Associados (1989)

Franklin Bittencourt Filho 368/apto 01 Santa Maria RS
fernandacefdufsm@hotmail.com