

PROJETO GINÁSTICA ARTÍSTICA – 2026

1- Nome do Projeto:	Local: Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo
Projeto Ginástica Artística	

2- Custo do Projeto:	Tipo de Contrato: MEI
Valor do Instrutor: R\$3.500,22	Valor anual do Instrutor: R\$ 35.002,24
Observação: o pagamento será realizado mediante a apresentação, pelo instrutor, dos documentos comprobatórios da prestação dos serviços.	

3- Justificativa:
<p>A Ginástica Artística é uma modalidade esportiva que contribui significativamente para o desenvolvimento físico, motor e emocional das crianças. Por meio de movimentos desafiadores e progressivos, o esporte desperta o senso de iniciativa, a autoconfiança e a capacidade de lidar com situações novas, favorecendo o domínio gradual do risco de forma segura e orientada.</p> <p>A prática da ginástica artística possibilita que a criança desenvolva a consciência corporal, o equilíbrio, a coordenação motora, a força e a flexibilidade, ampliando o controle sobre as possibilidades de movimento do próprio corpo. Quando conduzida de maneira adequada, a modalidade contribui para a formação integral da criança, estimulando a criatividade, a espontaneidade, a segurança emocional e o autocontrole.</p> <p>Diante da necessidade crescente de atividades voltadas à formação física e emocional das crianças, a ginástica artística apresenta-se como uma importante ferramenta educativa, por ser um esporte desafiador que utiliza o próprio corpo como instrumento de aprendizado, promovendo saúde, desenvolvimento e bem-estar.</p>

4- Objetivo Geral:
Promover a prática da ginástica artística por meio de aulas regulares, contribuindo para o desenvolvimento físico, motor, emocional e social das crianças, estimulando a consciência corporal, a autoconfiança, o equilíbrio e a formação integral.

5- Objetivos Específicos:
<ul style="list-style-type: none">• Oportunizar a crianças e adolescentes a prática da ginástica artística, promovendo o desenvolvimento das aptidões físicas e motoras relacionadas à modalidade;

- Desenvolver habilidades como coordenação motora, equilíbrio, força, flexibilidade e consciência corporal;
- Contribuir para a formação física, psíquica e emocional dos participantes, por meio de atividades orientadas e progressivas;
- Estimular a autoconfiança, a disciplina e o autocontrole, respeitando as capacidades individuais;
- Favorecer a integração social e o convívio em grupo por meio da prática esportiva;
- Promover hábitos saudáveis e a valorização do esporte como ferramenta de desenvolvimento integral.

6- Metodologia Utilizada:

As aulas de Ginástica Artística serão desenvolvidas de forma sistemática e progressiva, respeitando as etapas de desenvolvimento motor de cada criança. As atividades propostas serão planejadas e continuamente ajustadas de acordo com o repertório motor identificado pela treinadora, a partir de avaliações diagnósticas realizadas nas aulas iniciais e da observação permanente ao longo do processo.

As turmas serão organizadas pela treinadora considerando a faixa etária, o nível de desenvolvimento motor e o desempenho dos alunos, com o objetivo de garantir melhor aproveitamento das atividades, segurança na execução dos movimentos e evolução gradual das habilidades.

Por meio da prática regular da ginástica artística, as crianças serão estimuladas a desenvolver a consciência corporal, o controle postural, a coordenação motora, a força, a flexibilidade e o equilíbrio, ampliando suas possibilidades de movimento e promovendo o domínio progressivo do próprio corpo, de maneira lúdica, segura e pedagógica.

7- Conteúdo Programático:

- Apresentação da modalidade e normas básicas de segurança
- Consciência corporal e noções espaciais
- Exercícios de aquecimento e alongamento
- Coordenação motora ampla e específica
- Desenvolvimento do equilíbrio estático e dinâmico
- Força, flexibilidade e agilidade
- Movimentos básicos da ginástica artística (rolamentos, apoios, saltos e giros)
- Progressões pedagógicas nos aparelhos adaptados
- Atividades lúdicas e jogos ginásticos
- Exercícios de relaxamento e volta à calma

8- Público Alvo: (Faixa Etária)

Crianças e adolescentes de 05 anos até 17 anos

9- Carga Horária:

14 (quatorze) horas semanais, além da participação em atividades institucionais e apresentações de acordo com as solicitações da Fundação Itanhanduense

10- Vagas Ofertadas: 50 alunos**Quantidade Mínima: 10 alunos**

Até 10 alunos por turma ou de acordo com a demanda

11- Avaliação:

A avaliação se dará durante todo o desenvolvimento do projeto, observando o envolvimento, participação e interesse dos alunos. Pretende-se avaliar se o aluno consegue aprofundar-se no conhecimento dos limites e das possibilidades de o próprio corpo de forma a poder controlar algumas de suas posturas e atividades corporais com autonomia e a valorizá-las como recurso para melhoria de sua aptidão física. Se ele integra a dimensão emocional e sensível do corpo à cultura corporal de movimento ampliando sua compreensão de saúde e bem-estar. Como o aluno se apropria de informações e experiências da cultura corporal de movimento, e de que modo estabelece relações entre esses conhecimentos no plano dos procedimentos, conceitos, valores e atitudes, tendo em vista a promoção da saúde e a qualidade de vida.

Para garantir o acompanhamento adequado, o instrutor deverá apresentar à Fundação os seguintes instrumentos de avaliação: chamada e registro de frequência; relatório fotográfico mensal e relatórios trimestrais de atividades.

12- Referências:

BRASIL. Base Nacional Comum Curricular (BNCC). Brasília: Ministério da Educação, 2018.

BETTI, Mauro. Educação Física e Sociedade. São Paulo: Movimento, 2009.

DARIDO, Suraya Cristina; RANGEL, Irene Conceição Andrade. Educação Física na Escola: implicações para a prática pedagógica. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2012.

GALLAHUE, David L.; OZMUN, John C.; GOODWAY, Jacqueline D. Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos. Porto Alegre: AMGH, 2013.

FERNANDES, José Carlos; NISTA-PICCOLO, Vilma Leni. Ginástica artística: iniciação e treinamento. São Paulo: Phorte, 2008.

PAOLI, Priscila Barros; BÖHME, Maria Tereza Silveira. Iniciação esportiva e desenvolvimento motor. São Paulo: Phorte, 2010.

13- Culminância do Projeto:

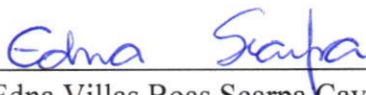
Os alunos poderão participar de eventos promovidos pela Prefeitura Municipal de Itanhandu e pela Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo, sempre que solicitados, fortalecendo a integração entre o projeto, a comunidade e as ações culturais e educacionais do município.

Como momento final e significativo do processo pedagógico, será realizada uma Mostra de Ginástica Artística, que poderá ocorrer como evento específico ou integrar o calendário oficial da Fundação, como a Semana Cultural. Essa mostra representará uma oportunidade de socialização das aprendizagens, valorizando o esforço, o desenvolvimento motor e o percurso construído pelos alunos ao longo do ano.

14- Período de Execução:

10 meses – início e término à critério da Fundação

Itanhandu/MG, 16 de dezembro de 2025.



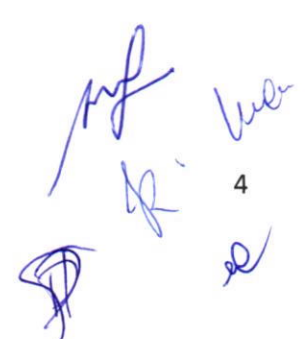
Edna Villas Boas Scarpa Cavalcanti

Presidente

Fundação Itanhanduense de Educação e Cultura Dilza Pinho Nilo



Rodrigo Aparecido Ribeiro
Secretário Municipal de Esportes



4