

# RELATO DE EXPERIÊNCIA COMO BOLSISTA DO DESPORTO EM GINÁSTICA

## IX Encontro de Experiências Estudantis

Maryana de Franca Lima, Kássia Mitally da Costa Carvalho, Antonio Andrade Neto, Lorena Nabanete dos Reis

Há 10 anos tive a chance de ingressar em uma escolinha de ginástica rítmica, na qual nasceu meu amor pela modalidade, mas principalmente por motivos financeiros tive que desistir da prática. Ao ingressar no curso de Educação Física da Universidade Federal do Ceará (UFC), tive contato com a modalidade de ginástica por meio da extensão em Ginástica Para Todos (GPT). Desde então me engajei no grupo participando dos treinos. Pleiteei bolsa do Desporto Universitário e fui contemplada, o que possibilitou a minha permanência definitiva no grupo, pois com a bolsa posso focar totalmente nos meus estudos e treinos. Como atividades previstas para a bolsa, tenho os objetivos de aprender e aperfeiçoar técnicas, contribuir para elaborar e ministrar oficinas e treinos, participar de festivais e congressos da área da Ginástica. Além disso, participamos do grupo de estudos que tem como objetivo aprofundar o conhecimento teórico sobre as modalidades gímnicas e contribuir com o conhecimento científico na área. Os treinos específicos acontecem nas quartas e sextas, no ginásio do IEFES. Nos treinos são contemplados preparação física específica, técnicas básicas de solo, elementos corporais, ensaio coreográfico, treino de flexibilidade, vivência com aparelhos e oficinas relacionadas à ginástica que advenham das próprias experiências dos participantes do grupo, além de três vezes na semana ter o treino no Laboratório de Força Aplicada ao Esporte e a Saúde (LAFSAES) do IEFES. Sendo assim, a bolsa tem me proporcionado aprofundamento teórico, no grupo de estudos, treinamento específico das modalidades e melhoramento das minhas habilidades gerais no LAFSAES, além dos aprendizados práticos e conviver com um grupo heterogêneo com o qual troco saberes. Destaco como resultado, minha participação no VIII do Fórum Internacional de Ginástica Para Todos 2016, importante evento internacional, que foi possível graças ao espaço de prática e pesquisa encontrado no IEFES com apoio da UFC.

Palavras-chave: Ginástica Para Todos. Experiências. Desporto.