CONECTE-SE! REVISTA INTERDISCIPLINAR DE EXTENSÃO

Pró-reitoria de Extensão | PUC Minas

Relato de experiência extensionista: programa ginástica para todos da UFTM

Maria Laura de Paulo Justino[1]

Camila Papini[2]

Karina Bunheroti[3]

Kamila dos Santos[4]

RESUMO

O Programa de Extensão Ginástica para Todos da Universidade Federal do Triângulo Mineiro tem o intuito de complementar as práticas de ensino, pesquisa e extensão, contribuindo na formação e capacitação dos discentes do curso de Educação Física. O programa, que se iniciou em 2017, abrangeu diversas modalidades, promoveu eventos e se consolidou como um recurso fundamental para os discentes alinharem teoria e prática, adquirirem conhecimento, aumentarem o leque de possibilidades de atuação, realizarem pesquisas, além de proporcionar inúmeros benefícios aos usuários do programa.

PALAVRAS-CHAVE: ginástica artística; ginástica rítmica; extensão universitária; monitoria; aprendizado baseado na experiência.

Report on extension experience: UFTM's “Gymnastics or All” program

ABSTRACT

The Gymnastics for All Extension Program at the Federal University of Triângulo Mineiro, launched in 2017, aims to complement teaching, research, and outreach activities. It has played a key role in the academic development and professional training of Physical Education students. By offering a range of activities and events, the program has enabled students to bridge theory and practice, expand their professional horizons, engage in research, and contribute to community well-being through physical activity.

[1] Universidade Federal do Triângulo Mineiro. marialaura_justino@hotmail.com.

[2] Universidade Federal do Triângulo Mineiro. camila.papini@uftm.edu.br.

[3] Universidade Estadual de Campinas. karina_brunheroti@outlook.com.

[4] Universidade Federal do Triângulo Mineiro. kamilafrancisca001@gmail.com.

de Paulo Justino, M. L., Papini, C., Bunheroti, K., & dos Santos, K. Relato de experiência extensionista: programa ginástica para todos da UFTM. *Conecte-Se! Revista Interdisciplinar De Extensão*. Recuperado de https://periodicos.pucminas.br/conecte-se/article/view/36082

KEYWORDS: artistic gymnastics; rhythmic gymnastics; university extension; tutoring; experience-based learning.

1 INTRODUÇÃO

Com o objetivo de fomentar ações no tripé ensino-pesquisa-extensão, tão preconizadas no ambiente universitário, criou-se o Programa de Extensão Ginástica para Todos, vinculado ao Departamento de Ciências do Esporte da Universidade Federal do Triângulo Mineiro (UFTM), na cidade de Uberaba-MG, Brasil. De acordo com a Política Nacional de Extensão Universitária:

> A Extensão Universitária, sob o princípio constitucional da indissociabilidade entre ensino, é um processo interdisciplinar, educativo, cultural, científico e político que promove a interação transformadora entre a universidade e outros setores da sociedade (PNEU, 2012, p. 28).

Embora, a maioria dos cursos superiores de educação física ou esporte inclua disciplinas relacionadas ao conteúdo de ginástica em seus programas curriculares, ainda é pequeno o número de profissionais capazes de explorar esse potencial e orientar a prática fundamentada na experiência e nas pesquisas (Nunomura; Nista-Piccolo, 2003).

Profissionais precisam considerar a ginástica com outro olhar, como uma atividade possível, acessível e não restrita a centros de treinamento altamente especializados, mas ao alcance de todos (Brochado; Brochado, 2005). Em consonância a isso, Cesário e Pereira (2009) afirmam que a formação profissional em educação física deve possibilitar reflexões sobre o papel da ginástica em diferentes contextos, juntamente com uma base de conhecimento para o ensino desse conteúdo. Desse modo é enfatizada a importância dos programas e projetos de extensão nessa área.

A existência do programa em questão se justifica pelo suprimento de demandas nacionais e locais, como a oportunidade oferecida tanto à comunidade, quanto aos discentes de graduação de acessar um esporte de forma tão abrangente. Sendo assim, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência do programa Ginástica para Todos, desde a sua concepção, ao

modelo atual de intervenção, como também discutir sobre a contribuição dele na formação discente.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Este texto se constitui em um estudo descritivo, com relatos apresentados a partir das experiências dos autores e da análise de produtos acadêmicos apresentados em formato de resumo em eventos científicos. O programa de extensão Ginástica Para Todos é vinculado ao Departamento de Ciências do Esporte da Universidade Federal do Triângulo Mineiro, registrado na Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Esporte da UFTM por meio do Sistema Integrado UFTMNet e aprovado e homologado pelo Conselho de Extensão, Cultura e Esporte da mesma Instituição.

2.1 Início do Programa

Esse Programa aconteceu inicialmente em forma de projeto social, no segundo semestre de 2017. Nesse primeiro momento foi firmado um empréstimo do Pavilhão de Ginástica da UFTM ao Projeto Social Plantar Sementes para colher Cidadania, coordenado pela Associação de Moradores do Bairro Tutunas, em Uberaba-MG. Ao todo, quinze crianças (entre 10 e 13 anos) desse Projeto eram atendidas, por meio do trabalho voluntário de uma docente e quatro estudantes do curso de educação física da UFTM. Era oferecida uma aula por semana, com duração de 90 minutos, que incluía na sua maior parte fundamentos da Ginástica Artística, e de forma secundária, os fundamentos das Ginásticas Rítmica, Acrobática e de Trampolim. A partir dessa vivência e experiência, viu-se a necessidade de transformar o que era projeto social num programa de extensão para atender a comunidade e oportunizar experiência aos discentes do curso de bacharelado em Educação Física. Assim, em 2018 foi criado o Programa de Extensão Ginástica para Todos.

2.2 Programa de Extensão Ginástica para Todos

Os objetivos do Programa são: 1) oportunizar ao discente do curso de Educação Física a experiência do ensino das modalidades de Ginástica Artística, Ginástica Rítmica e Ginástica Acrobática, tornando-os mais preparados para atuarem nessa área; 2) desenvolver a aprendizagem e o desenvolvimento motor de crianças e adolescentes nas modalidades ginásticas, desde os movimentos básicos até a execução dos fundamentos nos aparelhos das modalidades; 3) desenvolver a aprendizagem de discentes da UFTM nas modalidades ginásticas, desde os movimentos básicos até os mais avançados.

O Programa é cadastrado semestralmente, e a oferta dos projetos é de acordo com o número de estagiários, a disponibilidade e interesses dos discentes do curso de Educação Física, sendo a regularidade da matrícula nesse curso o único critério exigido para participação no Programa. As primeiras semanas dos projetos são destinadas à divulgação das ações e inscrição dos participantes (realizada pelos pais ou responsáveis para os menores de 18 anos). Para essas atividades utilizamos a página de mídia social, tanto do Programa quanto da Universidade; as inscrições são realizadas via formulário *online*, e as vagas são destinadas aos membros da comunidade que são incluídos nos projetos ao se encaixarem na faixa etária dele e de acordo com a disponibilidade de vagas.

As atividades do Programa são planejadas, organizadas e ministradas pelos discentes do curso de Educação Física da UFTM os quais acompanham as primeiras aulas de maneira observacional e gradualmente vão sendo orientados pelos docentes a executarem as ações, a partir de reuniões após as aulas. Os treinos são planejados com o objetivo de proporcionar a prática do esporte por meio de trabalho pedagógico, em um ambiente prazeroso, educativo e social, contribuindo para o desenvolvimento e a formação de futuros profissionais de Educação Física, assim como também contribuindo para a inclusão social, o lazer e a saúde das crianças, adolescentes e discentes atendidos. Durante o desenvolvimento do programa Ginástica para Todos, foram ofertados distintos projetos e ações, descritos abaixo:

2.2.1 Ginasticando

O projeto Ginasticando é aberto a toda a comunidade da cidade, e tem atualmente a participação de 63 crianças (entre 4 e 8 anos). Nesse projeto são enfatizados a aprendizagem e o aprimoramento dos fundamentos, capacidades e habilidades da Ginástica Artística, em especial. Atualmente, para atender a demanda, os treinos do Projeto Ginasticando têm duração de 45 minutos. Ele é desenvolvido desde 2018, ano da criação do programa de extensão.

2.2.2 *Captains - cheer*

O projeto *Captains* foi ofertado nos anos de 2022 e 2023, e visava montar uma equipe de *cheerleaders* para apresentações em eventos esportivos. Os treinos eram ofertados por discentes do curso de Educação Física, com duas sessões semanais de 45 minutos em 2022, e com uma sessão semanal de 120 minutos em 2023. Os participantes eram discentes de distintos cursos da UFTM.

2.2.3 GiUni

O projeto GiUni (Ginástica Universitária) foi ofertado nos anos de 2019 e 2023. Tinha como objetivo ofertar treinos de Ginástica Artística para os discentes de distintos cursos da UFTM. A frequência e a duração dos treinos foram estabelecidas de acordo com os participantes e disponibilidade dos voluntários, sendo um treino semanal de 60 minutos em 2019 e um treino semanal de 90 minutos em 2023.

2.2.4 AcroUFTM

O projeto AcroUFTM foi ofertado nos anos de 2022 e 2023 em parceria com uma Associação sem fins lucrativos de Ginástica Acrobática, e tinha como objetivo trabalhar a aprendizagem e o treinamento avançado da modalidade. Foram ofertadas 70 vagas, para crianças e adolescentes (5 a 17 anos) distribuídas em turmas de iniciantes, intermediários e avançados. Os treinos eram ministrados pelos profissionais da Associação parceira e com acompanhamento dos discentes do curso de Educação Física.

2.2.5 Festival de Ginástica e Dança da UFTM

O Festival de Ginástica e Dança da UFTM é um evento aberto ao público no qual são realizadas apresentações dos alunos da graduação do curso de Educação Física das disciplinas de Fundamentos da ginástica 3, Fundamentos da GA e GR, e Fundamentos da Dança, das crianças e adolescentes participantes dos projetos de extensão do Programa Ginástica para Todos e de grupos de apresentação de outros projetos de extensão da UFTM e/ou grupos externos à Universidade. Para os graduandos o festival marca a conclusão da disciplina. Os alunos são divididos em grupos de aproximadamente 6 pessoas e ficam responsáveis por escolher a música e criar a coreografia da apresentação. Nesse processo, a professora responsável pela disciplina orienta com sugestões e dicas durante as aulas. No entanto, a construção da coreografia e a realização dos ensaios também ocorrem em momentos extracurriculares. Além disso, é comum que os alunos padronizem sua vestimenta e personalizem os aparelhos (arco, bolas e/ou fitas) para tornar a apresentação mais harmônica.

As apresentações das crianças e adolescentes contam com auxílio da docente responsável e dos discentes do Projeto de extensão. Os mesmos colaboram na criação da coreografia, escolha da música, padronização da vestimenta, personalização dos aparelhos utilizados (arco, bolas e/ou fitas) e ensaio das crianças. O objetivo principal é a demonstração do que foi aprendido ao longo do projeto, sem caráter competitivo e com movimentos básicos, conforme o desenvolvimento motor das crianças. Tanto na apresentação dos alunos da graduação quanto das crianças, são combinados elementos da ginástica artística, ginástica rítmica, ginástica acrobática e da dança, como velas, cambalhotas e saltos ginásticos. O evento é aberto para que os pais, amigos e familiares possam prestigiar a evolução dos participantes.

2.2.6 Torneio de Ginástica Artística da UFTM

No torneio de Ginástica Artística da UFTM são apresentadas, pelas crianças, séries de elementos no solo e trave, as quais são elaboradas pela professora responsável e pelos graduandos participantes do Projeto de extensão e treinadas pelas crianças durante as aulas que precedem o evento. Dessa maneira, são padronizados os fundamentos básicos da GA

conforme o condicionamento físico e motor dos alunos, de modo que os alunos mais avançados podem ter elementos mais complexos adicionados em suas séries. O objetivo do torneio é a demonstração das habilidades adquiridas durante o Projeto, e ao final das apresentações todos os participantes recebem medalhas como forma de reconhecimento e incentivo pelo desenvolvimento apresentado. Trata-se de um evento mais interno, voltado para a presença de familiares e amigos das crianças que se apresentam.

2.2.7 SerAtivo

O projeto SerAtivo (Servidor Ativo) é uma ação desenvolvida desde 2024 como projeto de ginástica laboral e foi incorporada no ano de 2026 ao programa Ginástica Para Todos. Tem como o objetivo promover a ginástica laboral como uma estratégia de promoção da saúde e bem-estar dos colaboradores, bem como promover ações de conscientização. Essa ação é aberta para creditação de discentes dos cursos da área da saúde da UFTM, incentivando a multiprofissionalidade.

2.3 Estrutura física e materiais

O Pavilhão de Ginástica da UFTM possui amplo espaço, e dispõe de um tablado de solo tamanho oficial (12x12m), aparelhos de ginástica rítmica em grande quantidade (corda, bola, maça, fita e arco), aparelhos de ginástica artística (1 mini-trave, 2 traves, 1 barra fixa, 1 barra assimétrica, 1 barra paralela, 1 cavalo com alças, 1 mesa de salto), 1 cama elástica suspensa, além de aparelhos auxiliares como trampolim horizontal, mini-trampolins, plintos e colchões. O pavilhão também possui arquibancada para acomodação do público nos eventos abertos à comunidade. O projeto SerAtivo é desenvolvido *in loco* nos setores administrativos da Universidade.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão, reafirma a Extensão Universitária como processo acadêmico (PNEU, 2012), e o Programa Ginástica para Todos busca contemplar essa tríade nas suas ações.

As ações realizadas no espaço da Universidade em prol da comunidade e a promoção de atividade física por meio dos esportes gímnicos torna o programa ainda mais significativo, visto que vai ao encontro da diretriz Interação Dialógica da PNEU (2012) que conduz o estreitamento das relações entre universidade e setores sociais da comunidade e afirma a necessidade de produção de conhecimento juntamente com os atores sociais que participam dessas ações. Destaca-se também que o Programa atende aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável das Nações Unidas no Brasil, “Saúde e bem-estar” e “Redução das desigualdades” (ONU, 2015).

Tabela 1 – Apresentação dos projetos e principais indicadores

Ano	Projeto	N participantes	N turmas	Frequência e duração treino semanalmente (dias x min.)	Discentes voluntários
2018	Ginasticando	12	1	1x60	7
2019	GiUni	6	1	1x60	2
	Ginasticando	12	1	2x60	10
2020	PANDEMIA – Atividades suspensas				
2021					
2022	Ginasticando	28	2	2x60	10
	AcroUFTM	40	3	2x60 3x60	1
	Captains - cheer	15	1	2x45	1
2023	Ginasticando	40	3	1x60	7
	GiUni	15	1	1x90	2
	Captains - cheer	8	1	1x120	3
	AcroUFTM	40	3	2x60 3x60	1
2024	Ginasticando	63	5	1x 45	12
2025	Ginasticando	125	9	1x45	25
2026	Ginasticando	150	11	1x45	31
	SerAtivo	30	04	1x15	4

Fonte: Elaborada pelos autores (2026).

Quanto às questões do ensino, o Programa promove a interdisciplinaridade no planejamento das ações articulando o conteúdo de distintas disciplinas da graduação do curso de Educação Física, como Fundamentos da Ginástica, Fundamentos da Ginástica Artística e Rítmica, Desenvolvimento Motor, Aprendizagem Motora, Psicologia do Esporte, contribuindo, assim, para a formação integral do discente. São desenvolvidas habilidades técnicas referentes ao ensino das modalidades ginásticas, desde questões de segurança, como preparar o aparelho com os colchões, como também habilidades para auxiliar os participantes na aprendizagem dos fundamentos técnicos. As habilidades profissionais envolvem responsabilidades, proatividade, linguagem e comunicação, entre outras. Além disso, o Programa atende uma comunidade com vulnerabilidade e risco social, permitindo ao acadêmico se reconhecer como agente de garantia de direitos e deveres e de transformação social.

Com o intuito de fortalecer o programa de extensão, a realização de pesquisas vinculadas aos projetos é incentivada aos estagiários voluntários, com o objetivo de orientar a prática profissional e motivar a produção de artigos, resumos e apresentação de trabalhos em eventos científicos. Até o momento foram apresentados 8 trabalhos em formato de resumo em eventos científicos, descritos no Quadro 1.

Quadro 1 – Trabalhos científicos apresentados em eventos científicos e publicados em seus respectivos Anais

Autor	Ano	Evento	Objetivo
FERREIRA, P. R. de C *et. al.*	2018	IX FÓRUM INTERNACIONAL DE GINÁSTICA PARA TODOS	Relatar a experiência do Projeto Ginástica para Todos, desde a sua concepção ao modelo atual de intervenção.
SILVA, A. S. L *et. al.*	2018	4º JIEPE UFTM	Verificar a contribuição do Projeto de Extensão na formação dos discentes do curso de Educação Física.
ROCHA, Y.Y.F.; PAPINI, C. B.; MAGNO, F.A.L.	2018	4º JIEPE UFTM	Relatar a experiência de monitoria da disciplina Fundamentos da Ginástica III.
HEGER, L.; RAMOS, G.S.A.; PAPINI, C. B.	2019	5º JIEPE UFTM	Avaliar a importância do projeto na formação profissional por meio do discurso de ex-estagiários.
RAMOS, G. S. A.; Heger, L.; PAPINI, C. B.	2019	5º JIEPE UFTM	Verificar o nível de satisfação dos participantes do Projeto Ginasticando.
CORRÊA, K. K. S.; PAPINI, C. B.	2023	9º JIEPE UFTM	Realizar um relato de experiência do Projeto Ginasticando.
JUSTINO, M. L. de P.; PAPINI, C. B.	2023	9º JIEPE UFTM	Promover uma reflexão acerca da contribuição do projeto ginasticando para a formação profissional dos discentes.
RIBELA, R. C. C *et al.*	2024	10º JIEPE UFTM	Conhecer a percepção dos pais em relação aos benefícios do projeto na vida de seus filhos.

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

Os resultados indicam que o programa Ginástica para Todos representa uma importante ferramenta para aliar a teoria aprendida dentro da sala de aula com a prática. A vivência no Programa gera um conhecimento pedagógico que o profissional de educação física irá levar para as diversas situações que podem ocorrer no ambiente de trabalho,

independentemente da área de atuação (Silva *et. al.*, 2018), no sentido da capacitação de aspectos como comunicação, estruturação de aulas, organização de materiais e espaço para melhor dinamização das aulas, solução de problemas e imprevistos (Justino; Papini, 2023).

Em uma avaliação do programa de extensão realizada com 8 ex-estagiários foram obtidas 100% de respostas positivas em relação à experiência vivenciada no Projeto, na qual relataram que conseguiram enriquecer os conhecimentos da modalidade com a vivência das particularidades da aprendizagem. O programa mostra-se importante na vida acadêmica e profissional dos estagiários, proporcionando-lhes conhecimento e experiência na área e uma grande melhora na responsabilidade e na confiança (Heger; Ramos; Papini, 2019).

Com relação ao ensino, foi constatado que as atividades desenvolvidas na monitoria auxiliaram o processo ensino-aprendizagem além de proporcionar grande aprendizado, com obtenção de conhecimentos técnicos e específicos da área da Ginástica que contribuirão para a atuação profissional. Além disso, a monitoria proporcionou maior facilidade na comunicação (aluno–professor) e no trabalho em grupo; como também maior envolvimento dos discentes em todas as atividades realizadas (Rocha; Papini; Magno, 2018).

Os eventos abertos ao público são realizados anualmente. O Festival de Ginástica e Dança da UFTM é uma oportunidade para os alunos da graduação vivenciarem a junção das áreas de ensino e extensão na prática e, para os participantes do Projeto, uma oportunidade de demonstrar sua evolução, resultado do esforço e empenho nas aulas. O Quadro 2 informa os eventos realizados.

Quadro 2 – Eventos abertos à comunidade

Ano	Evento	Data
2017	1º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	5/7
	2º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	19/11
2018	3º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	21/11
	4º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	7/11
2019	5º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	20/6
	6º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	14/11
2020	Pandemia - Atividades Suspensas	
2021		
2022	7º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	1º/6
	8º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	27/9

	1º Torneio de Ginástica Artística da UFTM	14/12
2023	9º Festival de Ginástica e Dança da UFTM	23/8
2024	2º Torneio de Ginástica Artística da UFTM	7/12
2025	3º Torneio de Ginástica Artística da UFTM	29/11

Fonte: Elaborado pelos autores (2026).

Por fim, a satisfação dos participantes do programa e o impacto social são importantes *feedbacks* para a continuidade e as melhorias no programa. Em uma pesquisa realizada com crianças do Projeto Ginasticando (n=7, do sexo feminino com idades entre 8 e 12 anos) foi constatado que as participantes estão satisfeitas com o Projeto. Todas as entrevistadas afirmaram que gostam do projeto e que este influenciou no dia a dia de maneira positiva. As crianças sugeriram inclusão de horários no período matutino, mais aulas semanais e expansão do projeto Ginasticando para crianças acima dos 12 anos (Ramos; Heger; Papini, 2019).

No ano de 2024, os pais e responsáveis pelas crianças do Projeto Ginasticando foram convidados a preencher um questionário *online* sobre o impacto social do projeto, com as seguintes perguntas: “Qual a importância do projeto para seu/sua filho(a)?” e, “Em quais aspectos o projeto contribui para a qualidade de vida do seu/sua filho(a)?” Ao todo, 29 pais responderam ao formulário, sendo que 41,4% responderam que o Projeto é importante para o “Desenvolvimento integral das crianças”, contemplando a melhora e o auxílio no desenvolvimento físico, mental, cognitivo, motor e social. E 24,1% acreditam que a relevância está na oportunidade que o projeto possibilita aos participantes de viverem o “Amor/sonho em aprender a ginástica”. Sobre as contribuições do Projeto para a qualidade de vida das crianças, a maioria acredita que a “Melhora no aspecto social” é a contribuição mais relevante, com 93,1% de frequência nas respostas. As aulas proporcionaram melhorias na convivência e nos relacionamentos entre as crianças. A “Melhoria na saúde física” e a “Melhoria nas habilidades motoras”, tiveram ambas frequência de 86,2%. Três opções de respostas tiveram o mesmo percentual de 79,3%, “Melhoria da saúde mental”, “Contribui para o nível de atividade física” e “Melhora o aspecto cognitivo”.

4 CONCLUSÃO

O “Programa Ginástica para Todos” contribui para a formação técnica, profissional e social dos discentes, tornando-os competentes para atuação na área da ginástica e em outras áreas, permitindo-os se reconhecerem como agentes de garantia de direitos e deveres e de transformação social. A caracterização apresentada permite a percepção de que a concepção do Programa supre necessidades tanto da comunidade acadêmica quanto da comunidade externa à Universidade, de modo que ambas se beneficiem. Para mais, reforça a construção do modelo atual de intervenção, que passou por ajustes ao longo do tempo e se mostra uma ação sustentável, eficiente, eficaz e efetiva, além de evidenciar a interdisciplinaridade no planejamento das ações e a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão. Tudo isso sob o pretexto de um modelo replicável e com garantia de uma formação superior mais humanizada e alinhada com as reais necessidades da sociedade e de uma ampla oportunidade de vivência do esporte a todos os envolvidos.

REFERÊNCIAS

BROCHADO, F. A.; BROCHADO, M. M. V. **Fundamentos de ginástica artística e de trampolins**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

CESÁRIO, M.; PEREIRA, A. M. A ginástica no ensino superior: (Re)definindo seus contextos de formação e de atuação profissional. *In:* IV CONGRESSO NORTE-PARANAENSE DE EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR – CONPEF, 4., 2009, Paraná. **Anais** [...]. Londrina: UEL, 2009.

CORRÊA, K. K. S.; PAPINI, C. B. Relato de experiência do Projeto Ginasticando. *In:* IX JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 9., 2023, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2023.

FERREIRA, P. R. de C *et. al.* Projeto de Extensão Ginástica para Todos da UFTM: um relato de experiência. *In:* IX FÓRUM INTERNACIONAL DE GINÁSTICA PARA TODOS, 9., 2018, São Paulo. **Anais** [...]. Campinas: UNICAMP, 2018. p. 352.

HEGER, L.; RAMOS, G. S. A.; PAPINI, C. B. Programa de extensão Ginástica para Todos: a importância na formação acadêmica através do discurso de ex-estagiários. *In:* V JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 5., 2019, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2019.

JUSTINO, M. L. de P.; PAPINI, C. B. Programa Ginástica Para Todos: a contribuição do projeto Ginasticando para a formação profissional em educação física. *In:* IX JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 9., 2023, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2023.

NUNOMURA, M.; NISTA-PICCOLO, V. L. A Ginástica artística no Brasil: reflexões sobre a formação profissional. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, Goiânia, v. 24, n. 3, 2003.

ONU - ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Transformando nosso mundo: a Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável. 2015. Disponível em: https://www.undp.org/pt/brazil/objetivos-de-desenvolvimento-sustentavel.

PNEU - POLÍTICA NACIONAL DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA. Fórum de Pró-Reitores das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras. Manaus: 2012. Disponível em: http://proex.ufsc.br/files/2016/04/Política-Nacional-de-Extensão-Universitária-e-book.pdf. Acesso em: 03 abr. 2025.

RAMOS, G. S. A.; HEGER, L.; PAPINI, C. B. Programa de extensão Ginástica para Todos: a visão dos participantes do projeto Ginasticando. *In:* V JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 5., 2019, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2019.

RIBELA, R. C. C *et. al.* Programa Ginástica para Todos. *In:* X JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 10., 2024, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2024.

ROCHA, Y. Y. F.; PAPINI, C. B.; MAGNO, F. A. L. Relato de experiência na atividade de monitoria na disciplina de fundamentos da ginástica III. *In:* IV JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 4., 2018, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2018.

SILVA, A. S. L *et. al.* Contribuição do Projeto de Extensão "Ginástica para Todos" na formação dos discentes do curso de Educação Física. *In:* IV JORNADA INTEGRADA DE ENSINO, PESQUISA E EXTENSÃO – JIEPE, 4., 2018, Minas Gerais. **Anais** [...]. Uberaba: Universidade Federal do Triângulo Mineiro, 2018.