

**Grupos de Ginástica da Secretaria de Esportes e Lazer de Valinhos-SP:
Entendendo seu significado para as alunas por meio da análise do discurso****Gymnastics Groups of the Sports and Leisure Department of Valinhos-SP:
Understanding its meaning for students through discourse analysis**

DOI:10.34117/bjdv6n12-720

Recebimento dos originais:13/11/2020

Aceitação para publicação:29/12/2020

Caroline Giolo-Melo

Mestra em Ciências da Atividade Física, Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo – EACH / USP

E-mail: caroline_giolo@alumni.usp.br

Reinaldo Tadeu Boscolo Pacheco

Mestre e Doutor em Educação, Faculdade de Educação da Universidade de São Paulo – FE / USP

Docente do curso de Bacharelado em Lazer e Turismo

Docente e orientador dos Programas: Mestrado em Ciências da Atividade Física e Mestrado e Doutorado em Turismo - EACH / USP

Endereço: Av. Arlindo Béttio, 1000 - Ermelino Matarazzo, CEP: 03828-000 - São Paulo-SP

E-mail: repacheco@usp.br

RESUMO

Esta pesquisa observou o Programa de Ginástica da Secretaria de Esportes e Lazer da Prefeitura Municipal de Valinhos, um exemplo de Política Pública de Esporte e Lazer consolidada, que existe há cerca de trinta anos e com baixa rotatividade de praticantes, tendo o intuito de Promoção da Saúde e Promoção do Lazer, ocasionando melhora da qualidade de vida das participantes. Trata-se de um estudo qualitativo, com o objetivo geral de compreender o que representa para as alunas a sua participação no grupo de ginástica, mediante a aplicação de um questionário semiestruturado, no primeiro semestre de 2017, contendo apenas uma questão dissertativa, na qual se solicitou que cada uma escrevesse o que representava para ela participar do seu grupo, tendo como objetivos específicos, entender os critérios de ingresso e permanência neste Programa. Os sujeitos da pesquisa foram cinquenta e nove mulheres, com idades entre trinta e sete e sessenta e nove anos. A análise dos relatos ocorreu mediante a categorização dos termos que foram identificados durante a primeira leitura e na segunda leitura verificou-se a frequência de citação de cada categoria. Os resultados foram analisados utilizando-se a técnica de Análise do Discurso, em uma perspectiva discursiva, mobilizando-se o conceito de recorte formulado por Orlandi (2001) e apresentado por Indursky (1989), autora base para a análise dos resultados. Como resultado, observou-se que as categorias mais citadas foram: amizades, saúde, gostar da professora, entender a aula como um espaço de sociabilização, considerar a aula um momento de lazer, gostar do grupo e equilíbrio emocional, e as menos citadas foram: melhorar o condicionamento cardiorrespiratório, controlar a pressão arterial, envelhecimento saudável, considerar a aula um compromisso, melhorar a consciência corporal e gostar de fazer atividade física. Dessa forma, concluiu-se que os benefícios psicológicos, emocionais e sociais foram mais valorizados e citados que os benefícios físicos proporcionados pela prática de atividade física regular e orientada. A análise dos relatos permitiu compreender que os benefícios físicos apareceram mais ligados aos critérios de ingresso ao programa, no entanto, identificou-se que a participação no grupo proporcionou

experiências que influenciaram diretamente o bem-estar mediante benefícios psicológicos e sociais da atividade física, e estes se tornaram motivação para a permanência nas aulas, o que influencia diretamente a baixa rotatividade no Programa de Ginástica, que passa a ser visto pelas alunas como um momento de lazer e descontração para cuidar da saúde e melhorar a qualidade de vida, por meio do momento aula de ginástica enquanto espaço de sociabilização.

Palavras-chave: Análise do Discurso, Ginástica, Atividade Física, Política Pública, Sociabilização.

ABSTRACT

This research observed the Gymnastics Program of the Sports and Leisure Department of the Valinhos city hall, an example of consolidated Sports and Leisure Public Policy, which has existed for about thirty years and with low turnover of practitioners, with the aim of Promotion Health and Leisure Promotion, leading to an improvement in the participants' quality of life. This is a qualitative study, with the general objective of understanding what their participation in the gymnastics group represents for the students, through the application of a semi-structured questionnaire, in the first semester of 2017, containing only one essay question, in which each one was asked to write what it meant for her to participate in her group, with the specific objectives of understanding the criteria for accession and staying in this Program. The research subjects were fifty-nine women, with aged between thirty-seven and sixty-nine years. The analysis of the reports occurred by categorizing the terms that were identified during the first reading, and in the second reading, the frequency of citation of each category was verified. The results were analyzed using the Discourse Analysis technique, in a discursive perspective, using the concept of clipping formulated by Orlandi (2001) and presented by Indursky (1989), base author for the analysis of the results. As a result, it was observed that the categories most mentioned were: friendships, health, liking the teacher, understanding the class as a space for sociability, considering the class a moment of leisure, liking the group and emotional balance, and the least mentioned were: improving cardiorespiratory conditioning, controlling blood pressure, healthy aging, considering the class as a commitment, improving body awareness and enjoy practicing physical activity. Thus, it was concluded that the psychological, emotional and social benefits were more valued and cited than the physical benefits provided by the practice of regular and guided physical activity. The analysis of the reports allowed us to understand that the physical benefits appeared more linked to the criteria of accession to the program, however, it was identified that the participation in the group provided experiences that directly influenced the well-being through psychological and social benefits of physical activity, and these became motivation for staying in classes, which directly influences the low turnover in the Gymnastics Program, which is seen by students as a moment of leisure and relaxation to take care of health and improve quality of life, through the moment of class of gymnastics as a space for sociability.

Keywords: Discourse Analysis, Gymnastics, Physical Activity, Public Policy, Sociability.

1 INTRODUÇÃO

Com o aumento mundial da expectativa de vida nas últimas décadas, um estilo de vida ativo com o intuito de envelhecimento saudável configura-se como primordial. Nessa perspectiva, a prática de atividade física regular e orientada torna-se protagonista.

Atualmente, há muita divulgação, principalmente por intermédio da mídia e das orientações médicas, sobre os benefícios dos exercícios físicos. Assim, neste momento em que a população já

conhece ou ouviu falar sobre tais benefícios, tornam-se essenciais medidas para ampliar o acesso a estas práticas.

Nesse contexto, as políticas públicas de esporte e lazer configuram-se como importantes medidas de acesso à prática de atividade física regular e orientada, de acordo com Sawitzki (2012), a garantia do oferecimento da prática esportiva e do lazer ao cidadão é dever do poder público e deve ser assegurado mediante políticas públicas e ações concretas, as quais possam propiciar as condições mínimas de ingresso e permanência em programas efetivos. Assim, não só democratizam-se os espaços públicos, como também se estimula a sociedade a envolver-se em práticas esportivas e de lazer.

É nessa perspectiva de política pública, que surge o Programa de Ginástica da Secretaria de Esportes e Lazer da Prefeitura Municipal de Valinhos-SP, o qual se iniciou em meados da década de oitenta e é ofertado de forma ininterrupta há cerca de trinta anos, sempre com baixa rotatividade de alunas, e inclui aulas de ginástica e alongamento em vários bairros da cidade, sendo que o maior número de atendimentos ocorre nas aulas de ginástica. As aulas são ministradas por quatro professoras de educação física, as quais atendem cerca de setecentas munícipes por semana.

Para ingressar no programa é necessário ser morador da cidade, do sexo feminino, ter idade entre dezoito e cinquenta e nove anos e apresentar atestado médico liberando a participante para a prática de atividade física, sendo que para menores de dezoito anos são oferecidas várias modalidades esportivas e para maiores de sessenta anos existe um programa específico para Terceira Idade.

As aulas ocorrem duas vezes por semana, com duração de uma hora cada, em pontos públicos específicos da cidade, como centros comunitários, ginásios ou quadras. Em relação à estrutura da aula de ginástica, são realizados exercícios musculares localizados com halteres, caneleiras, faixas elásticas, elásticos, bastões ou bolas (dinâmicos ou isométricos) exercícios aeróbicos (aeróbica, dança, caminhada, corrida, step), circuitos com exercícios aeróbicos e/ou localizados, treinamento funcional, alongamento e flexibilidade. E nas aulas de alongamento são priorizados exercícios de alongamento e flexibilidade, mobilidade articular, correção postural, coordenação motora, equilíbrio e fortalecimento muscular de baixa intensidade.

Tanto na ginástica quanto no alongamento, também são realizadas aulas temáticas e comemorativas em datas especiais, festa julina (com dança da quadrilhada), confraternização de final de ano (com brincadeira do amigo secreto), uma ou duas excursões por ano, para locais escolhidos pela maioria das alunas ou definidos pelas professoras em acordo com os grupos, sendo que sempre ocorre grande adesão nestas atividades que promovem interações sociais.

De acordo com Mota (2001), atividade física enquanto fenômeno orientado para realização do sujeito parece ser um domínio no qual a sociedade tem obtido maior conscientização, dessa forma, tem

sido associada aquilo que é favorável e condizente com os aspectos mais elevados do nível de qualidade de vida do indivíduo, ou seja, seu bem-estar.

Por conseguinte, já que cada vez mais pessoas buscam atividade física por seus benefícios psicológicos e sociais, ao trabalhar com aulas em grupo, é importante que o profissional de educação física repense sua prática, com o enfoque não apenas no desempenho físico, mas também com o entendimento de que a atividade física, inclusive como promoção do lazer, pode propiciar outros benefícios além dos físicos, principalmente os relacionados com as interações sociais que as aulas em grupo proporcionam, e as quais influenciam positivamente na qualidade de vida do praticante. De acordo com Pereira e Silva (2020, p. 75005), “para além do contexto da saúde, é pertinente dizer que a prática de atividade física realizada como lazer, melhora o bem estar do indivíduo”.

Nesse contexto, a presente pesquisa qualitativa observou o Programa de Ginástica da Secretaria de Esportes e Lazer de Valinhos, tendo como objetivo principal compreender o que representa para as alunas participar do seu grupo de ginástica, e como objetivos específicos, entender os critérios de ingresso e permanência neste programa.

2 MÉTODOS

Trata-se de um estudo de natureza qualitativa, e para levantamento dos dados em campo foi aplicado um questionário semiestruturado, no primeiro semestre de 2017, contendo apenas uma questão dissertativa, na qual foi solicitado que cada aluna escrevesse o que representava para ela participar do seu grupo. Os sujeitos da pesquisa foram cinquenta e nove mulheres com idade entre trinta e sete e sessenta e nove anos de idade, pertencentes a seis turmas diferentes, as quais estavam presentes na aula no dia da aplicação do questionário, aceitaram participar da pesquisa e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

Para apresentação dos resultados, foram realizadas duas leituras dos relatos, sendo que na primeira ocorreu a categorização dos termos identificados, e na segunda leitura verificou-se a frequência de cada categoria, com o intuito de analisar as que possuem maior e menor relevância para as alunas de ginástica.

Os resultados foram analisados utilizando-se a técnica de Análise do Discurso, em uma perspectiva discursiva, mobilizando-se o conceito de recorte formulado por Orlandi (2001) e apresentado por Indursky (1989), autora base para a análise dos resultados. Dessa forma, na discussão, apresentou-se os Recortes Temáticos, Recortes Enunciativos, A Construção do Locutor, A Construção dos Enunciadores e Posições Enunciativas e Recortes Temáticos (relação entre citações e unidades temáticas).

Cabe ressaltar que todas as transcrições presentes neste artigo respeitaram a escrita dos relatos dos sujeitos da pesquisa, ou seja, as citações das alunas foram transcritas exatamente como estas escreveram no questionário, portanto, os erros de gramática e ortografia não foram corrigidos, a fim de manter-se a fidedignidade dos dados coletados. Para garantir o anonimato, os nome das alunas cujas citações serão apresentadas a seguir, foram substituídos por números.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

Por meio da leitura dos relatos, foi possível verificar que as alunas mencionaram os fatores mais relevantes na sua participação no grupo, seja para o ingresso ou permanência no programa. No quadro 1 são apresentadas todas as respostas e o número de vezes em que apareceram.

Cabe ressaltar, que estas foram separadas em categorias para facilitar a interpretação, bem como uma mesma categoria pode se referir a mais de uma unidade temática, dependendo do enfoque dado pela aluna, como será demonstrado na discussão.

Quadro 1 – Categorização das citações realizadas pelas alunas do Programa de Ginástica da Secretaria de Esportes e Lazer de Valinhos-SP, em relação ao que representa a sua participação nas aulas do seu grupo.

Nº de citações	Categorias citadas nos relatos
39	Amizades
35	Saúde
33	Gostar da professora
32	Entender a aula como um espaço de sociabilização
31	Considerar a aula um momento de lazer
30	Gostar do grupo
26	Equilíbrio emocional
23	Escreveu um elogio à professora
19	Participar das excursões/passeios
18	Participar das confraternizações e festas
14	Trabalhar o corpo
13	Saúde física e mental
11	Trabalhar/exercitar a mente
11	Auxiliar nas atividades de vida diária
10	Melhorar a saúde mental
9	Bem-estar
9	Sentir menos dores no corpo
8	Aconselhamento médico
8	Qualidade de Vida
7	Melhorar a autoestima
6	Melhorar as capacidades físicas
5	Sentir-se feliz
4	Encontros agradáveis e divertidos
4	Ficar em forma / Perder e manter o peso

4	Controlar o colesterol e os triglicérides
3	Aprender a conviver com as diferenças
3	Considerar a aula uma terapia
3	Melhorar a estrutura física (ossos, músculos e articulações)
3	Entrou pensando em benefícios físicos e depois mudou o foco
3	Não ser sedentária
2	Tornar-se uma pessoa melhor
2	Melhorar o condicionamento cardiorrespiratório
2	Controlar a pressão arterial
2	Aprender a conciliar corpo e mente
1	Envelhecimento saudável
1	Melhor que ir à academia
1	Considerar a aula um compromisso
1	Aprender a respeitar os limites de cada uma das alunas
1	Melhorar a consciência corporal
1	Gostar de fazer atividade física

Fonte: elaborado pela autora.

Mediante a análise do quadro 1, pode-se observar que o fator mais relevante para as alunas do programa de ginástica são as amizades, o que pode ser relacionado com a baixa rotatividade nos grupos, e está presente em falas como: “As amizades que fazemos só nos enriquece.” (ALUNA 1).

Utilizando-se a técnica de Análise do Discurso para a análise dos dados, nesta fala o posto é que a aluna utiliza a palavra enriquecer, não no sentido financeiro, mas sim em tornar a vida melhor e mais feliz, e o pressuposto (aquilo que não é expresso no discurso de forma explícita, mas pode ser subentendido) é que isso demonstra a grande importância dada às amizades do grupo e o quanto ela gosta de tê-las.

A análise do quadro 1, possibilita verificar que os benefícios psicológicos e sociais foram mais citados nos relatos do que os benefícios físicos proporcionados pela prática de atividade física regular e orientada, e estes, em sua maioria, escritos de forma impessoal, como se fossem verdades absolutas. No relato a seguir, pode-se verificar essa diferença:

Participar desse grupo é um bem-estar físico e emocional gratificante. Além de obter melhoras físicas, tais como diminuição do colesterol, foi essa atividade em grupo que me ajudou a superar um dos momentos mais difíceis da minha vida, a perda da minha mãe. Graças a isso superei minha depressão. (ALUNA 2)

Neste relato, o posto é que a aluna menciona os benefícios físicos e emocionais da sua participação no grupo de ginástica, todavia, o benefício físico é escrito de forma impessoal, e o emocional em primeira pessoa, sendo que também é dado maior enfoque a este. Como pressuposto, pode-se perceber que a aluna entende que existem dois tipos de benefícios, mas o físico é citado como uma verdade absoluta, ou seja, como se isso já fosse esperado, o que pode ser justificado pelo discurso

da área médica, muito relevante em indicações da prática de atividade física para melhoria e manutenção da saúde por meio dos seus benefícios físicos, entretanto, a aluna demonstra que os benefícios emocionais foram muito mais significantes, a ponto de ajudá-la a melhorar seu emocional e curar a depressão.

Na sequência, os resultados apresentados serão analisados em uma perspectiva discursiva, mobilizando-se o conceito de recorte formulado por Orlandi (2001) e apresentado por Indursky (1989), autora base para a análise dos resultados. Também será realizado um diálogo com outros textos em que apareçam expressões relacionadas com as citações mais realizadas pelas participantes deste estudo, recurso conhecido como intertexto, ocorrendo também o interdiscurso, ou seja, uma inter-relação entre os discursos. Seguindo o modelo de análise polifônica (INDURSKY1989), foram realizados os dois tipos de recorte: o temático e o enunciativo.

Recortes Temáticos

Os questionários respondidos pelas alunas apresentam em seu interior várias unidades temáticas (UT) que se inter-relacionam, o que possibilita a união de citações com uma determinada homogeneidade ou identidade temática, da seguinte forma:

- UT1- Objetivos e motivações para ingressar no grupo;
- UT2- Objetivos e motivações para permanecer no grupo;
- UT 3- Percepção dos benefícios físicos e psicológicos da prática de atividade física regular e orientada;
- UT4- Aula de Ginástica enquanto espaço de sociabilização;

Recortes Enunciativos

Os recortes analisados a seguir objetivam descrever as diferentes figuras enunciativas constituídas nas respostas dos questionários: as duas representações do locutor (locutor responsável pela enunciação e locutor impessoal) e os diferentes enunciadores que a enunciação do locutor abriga, entendendo-se por enunciação o ato de produzir um enunciado, ou seja, aquilo que foi anunciado, exposto ou declarado.

De acordo com modelo de análise polifônica (INDURSKY, 1989), locutor é o agente responsável pela enunciação no discurso, sendo a ele que se referem o pronome eu e as demais marcas de primeira pessoa, e os enunciadores são os personagens apresentados no enunciado como realizadores dos atos do discurso, são definidos como seres discursivos intermediários entre o locutor e os pontos de vista, sendo a fonte desses pontos de vista. Assim, o locutor é um ser do discurso e o enunciador é caracterizado como figura de enunciação.

A Construção do Locutor

Nas respostas dos questionários, o locutor constituiu-se em duas representações que serão examinadas a seguir:

Recorte 1-A representação do locutor enquanto responsável pela enunciação (L).

Trata-se do locutor mais verificado nos questionários respondidos, no qual as alunas apresentam-se como responsáveis pela enunciação, o que pode ser verificado em falas realizadas em primeira pessoa do singular, como as seguintes: “Não existe nenhuma parte favorita para mim, todos os momentos, exercícios e amizades são bem aproveitados.” (ALUNA 3). “A minha participação na ginástica melhorou muito minha disposição para realizar as atividades diárias e inclusive meu humor e principalmente minha qualidade de vida.” (ALUNA 4). “Eu me descobri uma pessoa melhor, aprendendo a conviver em harmonia com as diferenças.” (ALUNA 5). “Como dona de casa, participar deste grupo é um modo de fazer uma atividade física que auxilia na saúde e bem estar.” (ALUNA 6)

Recorte 2 – A representação do locutor impessoal (LI).

O locutor impessoal também foi verificado nos questionários respondidos, porém, em porcentagem menor que o apresentado anteriormente, encontra-se presente em falas nas quais o locutor aparentemente apaga-se por trás de estruturas linguística que tornam o texto impessoal, no intuito de expressar sua opinião como verdade comprovada pela ciência, assim o locutor trata objetivamente o assunto acreditando conferir maior credibilidade ao texto, como se ele contivesse verdades universais indiscutíveis, como nas citações: “Praticar exercícios físicos proporciona uma melhor qualidade de vida para todos, adquire mais harmonia entre saúde do corpo e mente.” (ALUNA 7) “A participação no grupo faz a sociabilização do indivíduo, isto é, não fica em suas rotinas diárias.” (ALUNA 8) “A ginástica faz bem pra saúde pra alma e para o coração.” (ALUNA 9) “Os benefícios dos exercícios só aparecerão se ele for praticado com rotina, organização, objetividade e persistência, com boa alimentação e descanso.” (ALUNA 10)

A Construção dos Enunciadores

Os recortes seguintes examinam a construção dos diversos enunciadores coletivos incorporados à enunciação do Locutor (L), ou seja, as vozes não explicitadas, mas que são veiculadas por meio da enunciação.

- Recorte 3 – A representação da crença popular.
- Recorte 4 – A representação do discurso da mídia.
- Recorte 5 – A representação do discurso da área médica.
- Recorte 6 – A representação do discurso dos profissionais do programa.

- Recorte 7 – A representação da divulgação que as alunas fazem do grupo de ginástica para pessoas do seu convívio.
- Recorte 8- A representação do objetivo da Secretaria de Esportes e Lazer ao implantar o programa de ginástica.

Posições Enunciativas e Recortes Temáticos

Na sequência, será verificada a relação entre as citações e as unidades temáticas (UT), como o locutor se representa em cada unidade temática, assim como identificado as vozes que se manifestam por meio de sua enunciação.

UT1- Objetivos e motivações para ingressar no grupo

Mediante o relato das alunas, verificou-se a citação dos seguintes fatores, em relação aos objetivos e motivações para ingressar no programa de ginástica, ou seja, os critérios de ingresso: amizades, saúde, trabalhar o corpo, aconselhamento médico, qualidade de vida, ficar em forma/perder e manter o peso (objetivo estético), controlar o colesterol e triglicérides, melhorar as estruturas físicas (ossos, músculos e articulações), entrou pensando em benefícios físicos e depois mudou o foco, não ser sedentária e gostar de fazer atividade física

Observa-se que a maioria das citações refere-se aos benefícios físicos da prática de atividade física, inclusive as citações relacionadas à palavra saúde, o que está relacionado ao Recorte 4 – A representação do discurso da mídia, que muito estimula a prática de atividade física por seus benefícios físicos na saúde, e ao Recorte 5 – A representação do discurso da área médica, que cada vez mais orienta sobre a importância da atividade física para melhora ou manutenção da saúde e prevenção das doenças crônicas não-transmissíveis, como doenças cardiovasculares, respiratórias crônicas, hipertensão e diabetes.

Apenas uma aluna mencionou que o seu motivo de ingresso foi gostar de fazer atividade física e outra citou que tinha como um dos objetivos não ser sedentária, também relacionados aos Recortes 4 e 5.

O principal fator apresentado foram as amizades, no sentido do convite ou do estímulo para o ingresso ter originado de amigas que já participavam, o que se relaciona ao Recorte 7 – A representação da divulgação que as alunas fazem do grupo de ginástica para pessoas do seu convívio.

O Recorte 3 – A representação da crença popular, pode ser verificada nas citações relacionadas a ficar em forma ou perder e manter o peso (no sentido estético) e o Recorte 8 – A representação do objetivo da Secretaria de Esportes e Lazer ao implantar o programa de ginástica e o Recorte 6 – A representação do discurso dos profissionais do programa, foram encontrados nas citação que faziam referência à busca por melhor saúde e qualidade de vida.

Em relação à construção do locutor, nesta unidade temática ocorreu apenas o Recorte 1 – A representação do locutor enquanto responsável pela enunciação.

É importante ressaltar, que algumas alunas relataram que entraram no grupo pensando simplesmente nos benefícios físicos, mas verificaram que também existem outros benefícios, o que culminou na mudança de foco do seu objetivo principal, como, por exemplo:

A princípio, entrei nesse grupo, simplesmente pensando no benefício físico. Com o passar do tempo foi se expandindo os benefícios; fiz novas e boas amizades; as festas, tem momentos de pura descontração e divertimento, que faz muito bem, para o corpo, mente e alma. (ALUNA 11)

Nesse relato, o posto é que a aluna inicialmente tinha como objetivo apenas os benefícios físicos da prática de atividade física, mas que ao começar a participar do grupo conseguiu perceber que existem benefícios em outras esferas, o pressuposto é que a aluna adquiriu benefícios que não esperava encontrar e dos quais gostou muito, os quais hoje também influenciam a motivação para continuar no grupo, ou seja, critérios de permanência.

Nessa perspectiva, Silva (2013, p.31), em seu estudo intitulado: “Papel do grupo de ginástica no processo do envelhecimento”, afirma que:

Desde de 2004 trabalhando com grupos de ginástica, observo que as pessoas em um primeiro momento procuram o grupo com a intenção de praticar atividade física para manter a saúde. Mas com o decorrer do tempo, a permanência no grupo por mais tempo diz respeito às relações de amizade conquistadas, e que talvez se tornam duradouras.

Dessa forma, tem-se como posto que estas alunas ingressaram nos grupos de ginástica com o intuito de melhorar ou manter a saúde física, mas a permanência destas ocorreu devido às amizades ali realizadas. Assim como apresentado por Silva (2013), na citação anterior, as alunas adquiriram benefícios que vão além dos fisiológicos proporcionados pela atividade física, neste caso as relações de amizade conquistadas no grupo, o que influencia a motivação para permanência no mesmo. Assim, observa-se que nos dois casos os alunos permaneceram no grupo por sentir-se bem e felizes com os benefícios das interações sociais proporcionadas pela atividade física, os quais não imaginavam no momento do ingresso.

Nesse sentido dos benefícios sociais, um estudo realizado por Ferenci e Fontanella (2020), intitulado: “A percepção dos pais e responsáveis sobre a influência do treinamento físico funcional no tratamento de crianças e adolescentes com câncer”, demonstrou que um programa de treinamento físico funcional ministrado para crianças e adolescentes em tratamento oncológico, além de melhoras físicas e funcionais, também proporcionou alterações sociais.

Buscou-se com este estudo colaborar com o desenvolvimento integral da criança através de dois aspectos que surgiram na pesquisa e que aqui chamamos de categorias: a primeira em relação aos benefícios funcionais ou motores, já a segunda se referindo as alterações sociais através da prática do treinamento físico funcional, assim podemos verificar na colaboração pessoal dos entrevistados os benefícios da prática do treinamento estão além de uma atividade física ou de uma reabilitação, mas relacionada também ao bem-estar, além de ajudar no seu desenvolvimento social, liberando energias e autoconfiança para interagir com o meio que estão promovendo e motivando crianças e adolescentes para enfrentarem o tratamento. Os relatos foram positivos quanto ao aumento do repertório motor da criança dentro do Instituto do Câncer Infantil e mesmo no ambiente doméstico quando este retornava para casa. Já em casa, o relato dos pais e responsáveis trouxe alento quanto a sua empolgação ao relatar a nova atividade, bem como, de sua relação com os profissionais de educação física. (FERENCI; FONTANELLA, 2020, p. 55247)

Corroborando com este discurso, Furtado (2008, p. 7), em seu estudo: “Convívio social, diversão e entretenimento como valor de uso e promessa nas academias de ginástica híbridas”, afirma que:

A primeira necessidade do aluno que procura academia está relacionada com a aliança saúde-estética. A partir do momento que o aluno passa a frequentar a academia outra necessidade é enfocada: a necessidade de convívio social, diversão e entretenimento. A mercadoria vendida pela academia, portanto, além da saúde-estética, enfoca também esses elementos e, para isso, potencializa seu espaço como um espaço de lazer.

Nesta citação, assim como verificado nos grupos de ginástica deste estudo, pode-se perceber que após ingressar em uma atividade física regular e orientada, o aluno começa a perceber as necessidades e vantagens do convívio social, como se o local da aula fosse um ponto de encontro, percebendo-o como um espaço de sociabilização, como afirma Saba (2006, p. 55), no livro “Liderança e gestão: para academias e clubes esportivos”.

[...] uma coisa é certa: quem quiser ir em frente com seu negócio deve transformá-lo num grande centro de relacionamento. Ali, os clientes cuidam do corpo e da saúde, mas também conhecem outras pessoas, namoram, casam, encontram amigos. A academia tem que ser um ponto-de-encontro, onde as pessoas frequentam para ver e serem vistas. É como um bar, uma boate, em que não se bebe, nem se fuma.

O que demonstra que esta realidade além de conhecida e discutida na área acadêmica, não ocorre apenas em programas de Políticas Públicas de Esporte e Lazer, mas também é ressaltada no mundo dos negócios, neste ponto, como ferramenta para atrair mais clientes e obter mais lucro.

UT2- Objetivos e motivações para permanecer no grupo

A leitura dos relatos sobre o que representa para as alunas participar do grupo de ginástica permitiu identificar as seguintes citações relacionadas às motivações para estas continuarem participando, ou seja, os critérios de permanência: amizades, saúde, gostar da professora, gostar do grupo, equilíbrio emocional, escreveu um elogio à professora, participar das confraternizações e festas, saúde física e mental, trabalhar/exercitar a mente, bem-estar, sentir menos dores no corpo, qualidade

de vida, sentir-se feliz, encontros agradáveis e divertidos, ficar em forma/perder e manter o peso, considerar a aula uma terapia, envelhecimento saudável, melhor que à academia e considerar a aula um compromisso.

Nesta unidade temática, as citações relacionadas às amizades aparecem no sentido de amizades feitas no grupo e a possibilidade de encontrar-se com as amigas, e a saúde é mencionada no sentido de sua participação ser relacionada a estar cuidando e melhorando a saúde física e mental e conseqüentemente a qualidade de vida.

Um fator interessante desta unidade temática foram os relatos sobre gostar da professora e do grupo, inclusive em muitos questionários apareceram elogios à docente, como por exemplo: “Em primeiro lugar eu quero agradecer a Deus pela oportunidade de ser aluna da profª Carol. Agradeço também por ela ser tão dedicada e comprometida.” (ALUNA 12) Por meio desse relato pode-se observar que o posto é que a aluna encontra-se muito agradecida pela trabalho da profissional, e o pressuposto é que isso representa uma felicidade para ela, já que agradece até ao ser superior da sua crença religiosa. Assim, demonstra-se a importância do ambiente das aulas na aderência ao programa, o que apareceu também nas menções dos encontros serem agradáveis e divertidos, de considerar a aula um momento de terapia e de ser melhor que ir à academia.

Nesse ponto, os elogios demonstram um sucesso na atuação profissional, que vai de encontro ao que Furtado (2008, p. 24) afirma: “por se tornar um espaço com convívio social, a diversão e o entretenimento ganhando maior evidência, a academia híbrida passa a exigir do professor de Educação Física que ele possua competências e características de trabalho que contribua para isso.”

Desse modo, a postura e a técnica do profissional necessitam possibilitar o convívio social dos alunos da melhor forma possível, para que sua intervenção seja efetiva na qualidade de vida do aluno, mas não apenas da saúde física.

Também ocorreram várias menções em relação a participar das confraternizações e festas. Foi possível verificar que se trata de algo que as alunas gostam muito, como se pode observar: “Nós divertimos dançando quadrilha e comendo coisas gostosas que trazemos, adoro o final de ano quando tem amigo secreto e também quando fazemos viagem.” (ALUNA 13)

Em relação aos benefícios da sociabilização que motiva os alunos a continuarem a frequentar um grupo de Atividade Física, Silva (2013, p. 33) apresenta o relato de um aluno:

Em 2008 fui para o grupo de ginástica do Sareste. Fez um bem danado. Depois que me separei fiquei muito só, fechado. Fui perdendo amigos do parque: uns mudaram, outros foram morrendo. É muito boa a relação de amizade. Tinha muitos momentos de angústia, depois eles foram rareando. Eu me divirto muito. Os dias de ginástica são manhãs luminosas.

Nesse caso, o posto é o bem-estar que a participação no grupo possibilitou ao aluno e que a solidão proporcionada pela separação foi superada através das amizades conquistadas no grupo de ginástica. O pressuposto é que participar do grupo representa felicidade e sensação de bem-estar para o aluno, e que as amizades de lá possibilitaram a superação de um divórcio, por este se sentir amparado e por ter momentos de descontração com os amigos da ginástica. Inclusive ele usa a expressão “manhãs luminosas”, para dizer que as manhãs dos dias de aula são mais alegres e felizes, como se até o sol brilhasse mais, para demonstrar o quanto gosta de participar do grupo.

Dessa forma, Silva (2013, p. 33) corrobora com este relato ao afirmar que:

O convívio social somente tem significado quando se desenvolvem relacionamento, vínculos e um sentido de pertinência. Em minha prática observo o que muitos estudiosos afirmam sobre o vínculo ser a condição básica para o sucesso do grupo, pois é quando o indivíduo se torna significativo para o outro, quando surgem o acolhimento, o afeto, a camaradagem e a amizade.

Ainda analisando-se os objetivos e motivações para permanecer no grupo de ginástica, é necessário relatar que apenas uma aluna citou que participa das aulas porque para ela é um compromisso assumido.

Em relação à construção do locutor, existe grande predominância do Recorte 1 – A representação do locutor enquanto responsável pela enunciação, mas o Recorte 2 – A representação do locutor impessoal, apareceu em algumas citações relacionadas a: saúde física e mental, trabalhar e exercitar a mente, sentir menos dores no corpo, ficar em forma/perder e manter o peso e envelhecimento saudável, como se estes fossem fatores motivacionais pré-estabelecidos como verdade absolutas da prática de atividade física.

A construção dos enunciadores pode ser relacionada às citações da seguinte forma:

- **Recorte 5 – A representação do discurso da área médica:** saúde, trabalhar/exercitar a mente, bem-estar, sentir menos dores no corpo, qualidade de vida, ficar em forma/perder e manter o peso (aqui citado não no sentido estético como na unidade temática anterior, pois neste caso, a aluna melhorou sua saúde mediante a diminuição do peso corporal) e envelhecimento saudável.
- **Recorte 6 – A representação do discurso dos profissionais do programa e Recorte 8 – A representação do objetivo da Secretaria de Esportes e Lazer ao implantar o programa de ginástica:** saúde, bem-estar, qualidade de vida, envelhecimento saudável, saúde física e mental e participar das confraternizações e festas.
- **Recorte 7 – A representação da divulgação que as alunas fazem do grupo de ginástica para as pessoas do seu convívio:** amizades, gostar e elogiar a professora, gostar do grupo, equilíbrio emocional, gostar de participar das confraternizações e festas, sentir-se feliz, encontros agradáveis e

divertidos, considerar a aula uma terapia, melhor que ir à academia e considerar a aula um compromisso.

Nesse ponto, cabe ressaltar que o equilíbrio emocional encontra-se em sétima posição nas citações dos relatos no quadro 1, e muitas alunas mencionaram que conseguiram equilibrar o emocional e melhorar problemas de depressão, síndrome do pânico e ansiedade, por meio das aulas de ginástica, como pode ser observado:

Lembro-me que nos primeiros dias de aula, há quase dois anos atrás, nos primeiros exercícios, minhas turbulências e emoções interiores se misturavam aos exercícios, e em algumas vezes, o meu emocional um tanto quanto conturbado, até atropelavam e confundiam os exercícios. Mas com o tempo da ginástica frequente, tais movimentos emocionais foram assentando e ficando em seu devido lugar. Aconteceu o equilíbrio emocional. Hoje, se estou deprimido, justamente no dia da aula de ginástica, saliento que então, é o dia de IR! Pois, volto outra!
(ALUNA 14)

Nesse relato, o posto é que no início das aulas o emocional da aluna influenciava sua concentração durante os exercícios, mas isso melhorou com a prática da ginástica e foi possível obter maior equilíbrio emocional, dessa forma, hoje ela entende que não deve faltar à aula, uma vez que se sente melhor ao final desta. O pressuposto é que a sua situação emocional em desequilíbrio influenciava sua concentração e repercutia em seu desempenho, o que foi melhorando com a prática da ginástica, e atualmente a aluna consegue perceber que isso só foi possível mediante sua participação nas aulas e por isso, principalmente se está se sentindo deprimida, precisa se obrigar a ir, justamente por perceber que o bem-estar do exercício a fará se sentir melhor.

Assim, pode-se dizer que o equilíbrio emocional ocorre tanto pela prática da atividade física regular e orientada, quanto pelo convívio social proporcionada por esta, e que este não representa um discurso comum na mídia, ocorrendo, neste caso, por fazer referência ao **Recorte 5 – A representação do discurso da área médica**, que diante do aparecimento cada vez mais frequente de casos de problemas psicológicos na atualidade, passou a investir na atividade física como profilaxia ou estratégia não farmacológica e complementar ao tratamento médico.

Na sequência será abordada a percepção dos benefícios da prática de atividade física regular e orientada.

UT 3- Percepção dos benefícios físicos e psicológicos da prática de atividade física regular e orientada

Nesta unidade temática, foram consideradas as citações em que as alunas mencionam a percepção de algum benefício físico e/ou psicológico proporcionado por sua participação no grupo de ginástica, conforme segue: considerar a aula um momento de lazer, auxiliar nas atividades de vida diária, melhorar a saúde mental, a autoestima, as capacidades físicas e o condicionamento

cardiorrespiratório, controlar a pressão arterial, aprender a conciliar corpo e mente e melhorar a consciência corporal.

Considerar a aula um momento de lazer foi o mais citado, ocupando a quinta posição do quadro 1, neste caso, algumas alunas mencionaram que este é seu único momento de lazer e outras que sair de casa para ir à aula de ginástica tornou-se um momento de lazer e descontração em meio às rotinas diárias de mãe, profissional e dona de casa.

Este discurso da atividade física enquanto momento de lazer corrobora com o estudo realizado por Marcellino (2003), “Academias de ginástica como opção de lazer”, pesquisa realizada em academias da cidade de Campinas-SP, na qual a aplicação de formulários para os frequentadores obteve como um dos resultados que:

Mais de 90% consideraram a frequência a academias como uma de suas atividades de lazer, justificando pela possibilidade de escolha, prazer, diminuição do estresse, relaxamento, conhecer pessoas, encontrar amigos e quebra da rotina. [...] Podemos concluir que as academias são espaços específicos de lazer, quer do ponto de vista da sua organização e funcionamento quer na sua representação dos seus frequentadores. (MARCELLINO, 2003, p. 53)

Dessa forma, o estudo mencionado também demonstra o sentimento e entendimento do aluno em relação ao discurso da atividade física enquanto um momento de lazer para o praticante.

Em relação à construção do locutor, nesta unidade apareceu apenas o Recorte 1 – A representação do locutor enquanto responsável pela enunciação, e a relação entre a construção dos enunciados e as citações ocorreu da seguinte forma:

- **Recorte 5 – A representação do discurso da área médica:** auxiliar nas atividades de vida diária, melhorar o condicionamento cardiorrespiratório e controlar a pressão arterial.
- **Recorte 6 – A representação do discurso dos profissionais do programa e Recorte 8 – A representação do objetivo da Secretaria de Esportes e Lazer ao implantar o programa de ginástica:** auxiliar nas atividades de vida diária, melhorar a saúde mental, as capacidades físicas, a consciência corporal e o condicionamento cardiorrespiratório, aprender a conciliar corpo e mente e controlar a pressão arterial.
- **Recorte 7 – A representação da divulgação que as alunas fazem do grupo de ginástica para as pessoas do seu convívio:** considerar a aula um momento de lazer, melhorar a saúde mental e a autoestima.

UT4- Aula de Ginástica enquanto espaço de sociabilização

A seguir serão apresentadas as citações que se relacionam à ligação entre o que representa para a aluna participar do grupo de ginástica e sua percepção da aula enquanto um espaço de sociabilização: amizades, entender a aula como um espaço de sociabilização, participar das confraternizações e festas, aprender a conviver com as diferenças, tornar-se uma pessoa melhor e aprender a respeitar os limites de cada uma das alunas

Assim como na unidade anterior, ocorreu apenas o **Recorte 1- A representação do locutor enquanto responsável pela enunciação.**

Os fatores mais comuns presentes nos relatos foram: momento de interagir, conversar, descontrair, compartilhar idéias e experiências, oportunidade de convívio social com outras pessoas e com as diferenças, aprender a trabalhar em grupo e interagir com as demais, fazer amizades, ter vínculos afetivos, receber o carinho das amigas e da professora, única possibilidade de encontro com um grupo, sentir-se bem com a união da turma, aprender a aceitar as diferenças e as limitações de cada um, tornando-se uma pessoa melhor e sentir-se feliz e motivado para participar das confraternizações e festas.

Em relação ao discurso da atividade física enquanto espaço de sociabilização, Silva (2013, p. 29), menciona que:

O contato grupal desenvolve a sociabilidade, a criatividade e a autoestima, e quebra o isolamento a partir das trocas de experiências, de conhecimento e dos vínculos de amizade que se estabelecem, auxiliando a adaptação e conferindo novo sentido à vida. Nos grupos com os quais trabalho verifico que os indivíduos passam a ter melhora na autoestima e autoconfiança.

Esta citação relaciona-se com os resultados da Unidade Temática Quatro (UT4), ao mencionar a influência dos benefícios da atividade física regular e orientada enquanto espaço de sociabilização na saúde mental do aluno, como mencionado na Unidade Temática Dois (UT2 – Objetivos e motivações para permanecer no grupo), melhorando a autoestima e autoconfiança, o que reflete em sua qualidade de vida, por meio das interações proporcionadas pelos vínculos afetivos criados no grupo.

Na sequência, é importante relatar que na UT4 a relação das citações com a construção dos enunciadores ocorre da seguinte forma:

- **Recorte 6 – A representação do discurso dos profissionais do programa:** participar das confraternizações e festas, aprender a conviver com as diferenças e aprender a respeitar os limites de cada uma das alunas.
- **Recorte 7 – A representação da divulgação que as alunas fazem do grupo de ginástica para as pessoas do seu convívio:** amizades, entender a aula como um espaço de sociabilização e tornar-se uma pessoa melhor.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Por meio da técnica de análise do discurso, foi possível analisar os dados de forma mais detalhada e aprofundada, bem como entender as relações entre as citações e suas respectivas unidades temáticas. Também o presente estudo demonstrou que as motivações para ingressar no programa de ginástica foram principalmente relacionadas aos benefícios físicos e à indicação médica.

Em relação aos critérios para permanência no programa, pode-se dizer que as alunas constataram os benefícios esperados no ingresso e passaram a perceber sua influência na qualidade de vida. Entretanto, foi possível verificar que a participação no grupo de ginástica proporcionou novas experiências relacionadas à convivência em grupo, as quais influenciaram diretamente o bem-estar por meio de benefícios psicológicos e sociais da atividade física, e estes se tornaram motivação para a permanência nas aulas, o que influencia diretamente a baixa rotatividade de alunas nos grupos de ginástica, os quais, após o ingresso, passaram a significar um momento de lazer e descontração, no qual se pode cuidar da saúde e melhorar a qualidade de vida, mediante o entendimento do momento aula de ginástica enquanto um espaço de sociabilização, no qual ocorrem trocas de experiências, ideias ou pontos de vista, aporte social, sentimento de pertencimento ao grupo, participação em festas, confraternizações, excursões e viagens, conquista de novas amizades, momentos de encontro com as amigas, possibilidades de descontração e esquecimento das obrigações e problemas do dia-a-dia, aprendizagem do convívio com as diferenças, entre outros.

Dessa forma, torna-se necessário que ao trabalhar com atividade física em grupo, principalmente em programas públicos, o profissional repense a sua prática, a fim de que o enfoque não seja apenas nos benefícios físicos, mas também na criação de possibilidades para desenvolvimento dos benefícios psicológicos e sociais, os quais também influenciam positivamente a qualidade de vida.

REFERÊNCIAS

FERENCI, Deninson Nunes; FONTANELLA, Vinícius da Silva. A percepção dos pais e responsáveis sobre a influência do treinamento físico funcional no tratamento de crianças e adolescentes com câncer. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 8, p. 55240-55248, ago. 2020.

FURTADO, Roberto Pereira. Convívio social, diversão e entretenimento como valor de uso e promessa nas academias de ginástica híbridas. **Licere**, Belo Horizonte, v. 11, n. 2, p. 1-26, ago. 2008.

INDURSKY, Freda. **Relatório Pinotti: o jogo polifônico das representações no ato de argumentar**. In. GUIMARÃES, E. (ORG). História e sentido na linguagem. Campinas: Editora Pontes, 1989.

MARCELLINO, Nelson Carvalho. Academias de ginástica como opção de lazer. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**. Brasília, v. 11, n. 2, p. 49-54, jun. 2003.

MOTA, Jorge. Actividade física e lazer: contextos actuais e idéias futuras. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, Porto, v. 1, n. 1, p. 124-129, jan. 2001.

ORLANDI, Eni Puccinelli. **Análise de Discurso: princípios e procedimentos**. Campinas: Pontes, 2001.

PEREIRA, Gizela Pedrazzoli; SILVA, Catarina Maria Gomes Duarte. Prática de atividade física e qualidade de vida no trabalho do docente universitário: revisão bibliográfica. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 6, n. 10, p. 74997-75013, out. 2020.

SABA, Fabio. **Liderança e gestão: para academias e clubes esportivos**. São Paulo: Phorte, 2006.

SAWITZKI, Rosalvo Luis. Políticas públicas para esporte e lazer: para além do calendário de eventos esportivos. **Licere**, Belo Horizonte, v. 15, n. 1, p. 1-16, mar. 2012.

SILVA, Denise Azevedo Magalhães. Papel do grupo de ginástica no processo de envelhecimento. **Revista Portal de Divulgação**, São Paulo, n. 37, ano IV, p. 29-33, out. 2013.