

UNIVERSIDADE FEDERAL DE JUIZ DE FORA
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA

Cláudia Xavier Correa

Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos

Juiz de Fora

2026

Cláudia Xavier Correa

Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos

Tese apresentada ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito parcial à obtenção do título de Doutora em Educação Física. Área de concentração: Exercício e Esporte

Orientadora: Profa. Dra. Clara Mockdece Neves

Coorientadora: Profa. Dra. Michele Vivienne Carbinatto

Juiz de Fora

2026

Ficha catalográfica elaborada através do programa de geração automática da Biblioteca Universitária da UFJF, com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)

Correa, Cláudia Xavier.

Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos / Cláudia Xavier Correa. -- 2026.

175 p. : il.

Orientadora: Clara Mockdece Neves

Coorientadora: Michele Viviane Carbinatto

Tese (doutorado) - Universidade Federal de Juiz de Fora, Faculdade de Educação Física. Programa de Pós-Graduação em Educação Física, 2026.

1. Ginástica para Todos. 2. Sociedade 5.0. 3. 5F's. 4. Norbert Elias. 5. Tecnologias Digitais. I. Neves, Clara Mockdece, orient. II. Carbinatto, Michele Viviane, coorient. III. Título.

Cláudia Xavier Correa

Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos

Tese apresentada ao Programa de Pós-graduação em Educação Física da Universidade Federal de Juiz de Fora como requisito parcial à obtenção do título de Doutora em Educação Física. Área de concentração: Exercício e Esporte

Aprovada em 15 de julho de 2026.

BANCA EXAMINADORA

Profª. Drª. Michele Viviane Carbinatto - Coorientadora
Universidade de São Paulo

Prof. Dr. Daniela Bento-Soares
Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho

Prof. Dr. Heglison Custódio de Toledo
Universidade Federal de Juiz de Fora

Profª. Drª. Ludmila Nunes Mourão
Universidade Federal de Juiz de Fora

Profª. Drª. Maria Luísa Ávila da Costa
Faculdade de Desporto da Universidade do Porto

Juiz de Fora, 27/06/2026.



Documento assinado eletronicamente por **Maria Luísa Barata da Rocha Gagliardini Graça Ávila da Costa, Usuário Externo**, em 16/07/2026, às 11:30, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Heglison Custodio Toledo, Professor(a)**, em 16/07/2026, às 15:02, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Ludmila Nunes Mourao, Professor(a)**, em 16/07/2026, às 16:26, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Daniela Bento Soares, Usuário Externo**, em 16/07/2026, às 17:43, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Michele Viviane Carbinatto, Usuário Externo**, em 17/07/2026, às 08:16, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no § 3º do art. 4º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no Portal do SEI-Ufjf (www2.ufjf.br/SEI) através do ícone Conferência de Documentos, informando o código verificador **3053526** e o código CRC **116D2540**.

AGRADECIMENTOS

Institucionais:

À Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e ao seu Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos, por garantirem a infraestrutura e o respaldo ético (Parecer CAAE: 67311223.6.0000.5147) necessários para a realização deste rigoroso percurso acadêmico.

Ao Programa de Pós-Graduação em Educação Física da Faculdade de Educação Física e Desportos – FAEFID/UFJF, por sua excelência acadêmica.

À Capes, pelas bolsas concedidas e pelo financiamento para realização do Programa Doutorado Sanduíche na FADEUP/Universidade do Porto, em Portugal.

À Federação Internacional de Ginástica (FIG), na figura do Presidente do Comitê de Ginástica para Todos (GPT), pela acolhida e pelas reflexões essenciais para o desenvolvimento deste estudo.

À Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), na figura da gestora da GPT, bem como aos 16 coordenadores de todas as regiões do Brasil, que disponibilizaram seu tempo em entrevistas via Google Meet, permitindo desvelar a “trama viva” da modalidade.

Aos 97 praticantes brasileiros de diferentes faixas etárias, cujas respostas via Google Forms forneceram a base empírica e a validação plural indispensáveis para consolidar a dimensão quantitativa deste mosaico.

Aos grupos de pesquisa LABESC (FAEFID/UFJF) e GYMNUSP (EEFE/USP), que foram indispensáveis para a sustentação deste trabalho. Ao LABESC, por constituir o solo fértil onde as primeiras inquietações foram semeadas, proporcionando o diálogo necessário para que cada peça deste mosaico encontrasse seu sentido e lugar. Ao Gymnusp, pela acolhida generosa e pelo intercâmbio de excelência acadêmica. A convivência com esse grupo permitiu um adensamento fundamental sobre a Ginástica para Todos. Aos colegas de ambos os grupos, agradeço por materializarem os valores de amizade (*Friendship*) e coletividade, provando que a ciência, assim como a GPT, é uma conquista da colaboração e do encontro.

Pessoais:

À Clara Mockdece Neves, pela orientação nessa “figuração em movimento”, equilibrando a abstração teórica com o suporte necessário para que cada peça deste mosaico encontrasse seu encaixe perfeito. Você acreditou desde o início!

À Michele Viviene Carbinatto, pela coorientação e célebre competência e domínio sobre a Ginástica para Todos, fundamentais para conferir nitidez e solidez a cada peça deste mosaico.

À Maria Luísa Ávila da Costa, da FADEUP/Universidade do Porto, por me receber com tanta generosidade em meu Doutorado Sanduíche. Agradeço por sua delicadeza e amizade, que foram essenciais para ampliar meu olhar para a sociologia e a filosofia, permitindo que as peças deste mosaico ganhassem a profundidade teórica e a sensibilidade necessárias para investigar a humanidade compartilhada. Sua acolhida em Portugal foi vital, transformando a experiência internacional em um verdadeiro exercício de expansão intelectual e de afeto.

À minha família e aos meus amigos, agradeço por compreenderem cada momento em que me distanciei fisicamente, e por serem o porto seguro que me garantiu força e motivação para continuar. Se hoje este ciclo se encerra e o desenho deste mosaico torna-se nítido, é porque vocês sustentaram cada lacuna com amor e paciência. Vocês são o meu maior e mais precioso “*Forever*”!

A todos que, de alguma forma, estiveram comigo durante essa trajetória.

A Deus, autor da vida, pela fé que iluminou cada passo dessa jornada e pela certeza de que este mosaico chegaria ao seu encaixe final. Agradeço pela força espiritual que me sustentou durante esses quatro anos.

Por fim, agradeço à própria Ginástica para Todos, por ser a inspiração constante deste trabalho e por materializar hoje a centralidade humana que o futuro ainda tenta construir.

Não serei o poeta de um mundo caduco
Também não cantarei o mundo futuro
Estou preso à vida e olho meus companheiros
Estão taciturnos mas nutrem grandes esperanças
Entre eles, considero a enorme realidade
O presente é tão grande, não nos afastemos
Não nos afastemos muito, vamos de mãos dadas...

Carlos Drummond de Andrade (2012).

RESUMO

Esta tese de doutorado, de natureza qualitativa e quantitativa está organizada no modelo escandinavo como um mosaico de sete artigos que integram ensaios teóricos, revisão sistemática e pesquisas de campo. Tem como objeto de estudo a Ginástica para Todos (GPT) e por objetivo geral investigar a GPT como um referencial analítico e propositivo voltado à humanização da Sociedade 5.0, examinando de que maneira os referidos 5 F's operam como filtros éticos e mecanismos de resistência dentro de uma figuração em movimento diante dos desafios da virtualização em um novo panorama civilizatório marcado pela integração entre o físico e o digital. A principal referência teórica mobilizada inclui o arcabouço de Norbert Elias, especificamente os conceitos de processos civilizadores e figurações. O Artigo 1, *Society 5.0 and Gymnastics for All: a systematic review*, Mapeou a literatura e encontrou convergências científicas entre os pilares da Sociedade 5.0 e os 5F's da GPT. O Artigo 2, *Por uma Ginástica 5.0: inovação e inclusão na sociedade superinteligente*, examinou de que modo a GPT, pode servir como modelo analítico e propositivo para orientar e humanizar a centralidade do ser humano e a qualidade das interações sociais no projeto tecnológico da Sociedade 5.0. Propôs assim o conceito teórico de "Ginástica 5.0". O Artigo 3, *Ginástica para Todos como fenômeno social: inteligência coletiva, sociedade em rede e os paradoxos da transparência na Sociedade 5.0*, objetivou compreender de que modo a GPT, enquanto prática corporal coletiva, é reconfigurada pelas lógicas de cooperação, poder e vigilância na cultura digital, mostrando que a GPT opera como uma figuração em movimento que negocia gestos e ritos, equilibrando o potencial da inteligência coletiva com os riscos de vigilância e disciplinarização dos corpos. O Artigo 4, *Norbert Elias na Sociedade 5.0: o lugar da Ginástica para Todos no novo panorama civilizatório*, aplicou os conceitos centrais de Norbert Elias (processo civilizador e figurações) para analisar a prática da GPT e sua reconfiguração na Era Digital, observando que a modalidade negocia seus valores humanísticos com as pressões da Sociedade 5.0. O Artigo 5, *Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos: resistência e reinvenção?* examinou e explorou a visão institucional da GPT na Sociedade 5.0 através da lente do presidente do Comitê de GPT da Federação Internacional de Ginástica (FIG), analisando a articulação entre os princípios da modalidade e as demandas tecnológicas e sociais atuais. O Artigo 6, *A trama viva da Ginástica para Todos: processos e figurações à luz de Norbert Elias*, analisou, sob a perspectiva da gestora da CBG e de coordenadores de grupos, de que maneira os princípios fundamentais da GPT dialogam com os desafios e as tensões da virtualização, utilizando a teoria de Elias para desvelar os sentidos desses discursos. O Artigo 7, *As percepções de praticantes de Ginástica para Todos sobre o uso das tecnologias digitais*, buscou compreender as percepções de praticantes de GPT sobre o uso e o futuro das tecnologias digitais na modalidade, investigando as tensões entre a inovação técnica e a preservação da essência humanizadora da prática. As peças destes 7 artigos revelaram que, enquanto a Sociedade 5.0 anuncia a centralidade humana como uma promessa futura, a GPT já a materializa no presente através de suas teias de interdependência e afeto. Os procedimentos metodológicos foram estruturados em frentes complementares, iniciando com uma revisão sistemática da literatura sob as diretrizes do protocolo PRISMA nas bases Scopus, Scielo e Periódicos Capes. A fase de validação empírica envolveu uma abordagem de métodos mistos, compreendendo um estudo de caso global com entrevista ao Presidente do Comitê de GPT da Federação Internacional de Ginástica (FIG), dezessete entrevistas semiestruturadas via Google Meet com a gestora da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) e 16 coordenadores de todas as regiões do Brasil, além da aplicação de formulários eletrônicos com noventa e sete praticantes brasileiros com idades entre 18 e 86 anos. O tratamento de dados qualitativos seguiu a análise de conteúdo de Bardin, enquanto os dados quantitativos foram submetidos à análise estatística descritiva no software

Jamovi. Os resultados revelaram que a GPT é uma prática corporal capaz de conferir substância à promessa de “centralidade humana” da Sociedade 5.0, funcionando como um dispositivo crítico onde a tecnologia serve ao desenvolvimento humano integral. Emergiu das vozes dos participantes a existência de um “núcleo sensorial irreduzível” — o toque, o olhar e a respiração sincronizada — que a tecnologia não consegue replicar, posicionando a modalidade como uma prática de resistência contra a lógica neoliberal de performance fria e a disciplinarização dos corpos. Em conclusão, o trabalho consolida a ideia de que a GPT já materializa no presente a centralidade humana que o futuro tenta construir, atuando como uma tecnologia social de vanguarda. A tese encerra-se reafirmando que a tecnologia deve atuar como suporte pedagógico e motor de expansão, mas que o encontro presencial e o calor humano permanecem como os critérios últimos e inegociáveis de qualquer avanço tecnológico voltado à celebração da humanidade compartilhada.

Palavras-chave: ginástica para todos; sociedade 5.0; 5f's; Norbert Elias; tecnologias digitais.

ABSTRACT

This doctoral dissertation, which is both qualitative and quantitative in nature, is organized according to the Scandinavian model as a mosaic of seven articles that integrate theoretical essays, a systematic review, and field research. Its subject of study is Gymnastics for All (GfA), and its general objective is to investigate GfA as an analytical and propositional framework aimed at the humanization of Society 5.0, examining how the aforementioned 5 F's operate as ethical filters and mechanisms of resistance within a figuration in motion in the face of the challenges of virtualization in a new civilizational landscape marked by the integration of the physical and the digital. The main theoretical framework employed includes Norbert Elias's framework, specifically the concepts of civilizing processes and figurations. Article 1, "*Society 5.0 and Gymnastics for All: A Systematic Review*," mapped the literature and identified scientific convergences between the pillars of Society 5.0 and the 5 F's of GPT. Article 2, "*Toward Gymnastics 5.0: Innovation and Inclusion in the Super-Intelligent Society*," examined how GPT can serve as an analytical and propositional model to guide and humanize the centrality of the human being and the quality of social interactions within the technological project of Society 5.0. It thus proposed the theoretical concept of "Gymnastics 5.0." Article 3, "*Gymnastics for All as a Social Phenomenon: Collective Intelligence, Networked Society, and the Paradoxes of Transparency in Society 5.0*," aimed to understand how GPT, as a collective physical practice, is reconfigured by the logics of cooperation, power, and surveillance in digital culture, showing that GPT operates as a figuration in motion that negotiates gestures and rituals, balancing the potential of collective intelligence with the risks of surveillance and the disciplining of bodies. Article 4, "*Norbert Elias in Society 5.0: The Place of Gymnastics for All in the New Civilizational Landscape*," applied Norbert Elias's central concepts (the civilizing process and figurations) to analyze the practice of GPT and its reconfiguration in the Digital Age, noting that the discipline negotiates its humanistic values with the pressures of Society 5.0. Article 5, "*Society 5.0 and Gymnastics for All: Resistance and Reinvention?*" examined and explored the institutional perspective on Gymnastics for All in Society 5.0 through the lens of the president of the Gymnastics for All Committee of the International Gymnastics Federation (FIG), analyzing the relationship between the discipline's principles and current technological and social demands. Article 6, "*The Living Fabric of Gymnastics for All: Processes and Figurations in the Light of Norbert Elias*," analyzed—from the perspective of the CBG manager and group coordinators—how the fundamental principles of Gymnastics for All engage with the challenges and tensions of virtualization, using Elias's theory to uncover the meanings behind these discourses. Article 7, "*Perceptions of Gymnastics for All Practitioners Regarding the Use of Digital Technologies*," sought to understand the perceptions of GPT practitioners regarding the use and future of digital technologies in the sport, investigating the tensions between technical innovation and the preservation of the humanizing essence of the practice. The findings of these seven articles revealed that, while Society 5.0 heralds human-centeredness as a future promise, "Gymnastics for All" already embodies it in the present through its webs of interdependence and affection. The methodological procedures were structured along complementary lines, beginning with a systematic literature review following the PRISMA protocol guidelines in the Scopus, Scielo, and Periódicos Capes databases. The empirical validation phase involved a mixed-methods approach, comprising a global case study featuring an interview with the Chair of the GPT Committee of the International Gymnastics Federation (FIG), seventeen semi-structured interviews via Google Meet with the manager of the Brazilian Gymnastics Confederation (CBG) and 16 coordinators from all regions of Brazil, as well as the administration of electronic questionnaires to ninety-seven Brazilian gymnasts aged 18 to 86 years. Qualitative data were analyzed using Bardin's content analysis, while quantitative data underwent descriptive statistical analysis using Jamovi software. The results revealed that GPT is a physical practice capable of giving substance to

Society 5.0's promise of "human-centeredness," functioning as a critical mechanism in which technology serves integral human development. The participants' voices highlighted the existence of an "irreducible sensory core"—touch, gaze, and synchronized breathing—that technology cannot replicate, positioning the modality as a practice of resistance against the neoliberal logic of cold performance and the disciplining of bodies. In conclusion, this study reinforces the idea that GPT already embodies in the present the human-centeredness that the future seeks to build, acting as a cutting-edge social technology. The thesis concludes by reaffirming that technology should serve as a pedagogical support and a driver of expansion, but that in-person encounters and human warmth remain the ultimate and non-negotiable criteria for any technological advancement aimed at celebrating our shared humanity.

Keywords: gymnastics for all; society 5.0; 5f's; Norbert Elias; digital technologies.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

Figura 1 – Anais do FIGG 2003	18
Figura 2 – Coreografia Circo	19
Figura 3 – Coreografia Instituto Federal Sudeste MG	19
Figura 4 – World Team 2019	20
Figura 5 – Coreografia World Team 2019	20
Figura 6 – GYM + FAEFID 2023	21
Figura 7 – Coreografia Pipas WG 2023	21
Figura 8 – Certificado FIG 2023	22
Figura 9 – FADEUP 2024	22
Figura 10 – Jogos Olímpicos de Paris 2024	23
Figura 11 – Mundial GR 2025, no Rio de Janeiro	23
Figura 12 – Fluxograma para a seleção de publicações para revisão elaborado de acordo com o PRISMA 2020	34
Figura 13 – A jornada civilizatória: dos primórdios ao digital	55
Figura 14 – Os quatro pilares da Sociedade 5.0: humanização, conhecimento, fusão digital-física e dados	61
Figura 15 – Os pilares da Sociedade 5.0 sob crítica: entre utopia e distopia	66
Figura 16 – A Ginástica em sua coreografia social	69
Figura 17 – Estatística World Gymnaestrada 2025	72
Figura 18 – Estatística Gym For Life Challenge 2025	73
Figura 19 – Diferenças na evolução social	105
Figura 20 – Teias de relações mediadas pela tecnologia	110
Figura 21 – Caminho analítico percorrido	120
Quadro 1 – Categorias e temáticas de análise	121
Quadro 2 – Caracterização dos entrevistados	142
Quadro 3 – Categoria Processo	143
Quadro 4 – Categoria Figurações	148

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Estudos incluídos na revisão	30
Tabela 2 – Caracterização da Amostra, Percepções e Impacto das Tecnologias Digitais na GPT (N = 97)	158
Tabela 3 – Grupos, regiões e Instituições	160

LISTA DE ABREVIATURA E SIGLAS

5F's	Cinco F's da FIG
AmI	Inteligência Ambiental
CAPES	Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior
CBG	Confederação Brasileira de Ginástica
CIGNUS	Grupo Ginástico da Universidade de Goiás
CONGPT	Congresso de Ginástica para Todos
COVID	Doença do Coronavírus
FAEFID	Faculdade de Educação Física e Desportos
FIG	Federação Internacional de Ginástica
GA	Ginástica Artística
GG	Ginástica Geral
GGD	Grupo Ginástico Diamantina
GFA	Gymnastics for All
GOOGLE MEET	Ferramenta de videoconferência
GPT	Ginástica para Todos
GR	Ginástica Rítmica
G3	Grupo Ginástico Granbery
GT	Grupo de Trabalho
GYM BRASIL	Festival de Ginástica para Todos da CBG
GYM +	Grupo de Ginástica de Grande Área FAEFID
GYMNARTEIROS	Grupo de Ginástica da Universidade do Ceará
GYMNUSP	Grupo de Ginástica da USP
IoT	Internet das Coisas
LABESC	Laboratório de Estudos do Corpo
PAGU	União Panamericana de Ginástica
PRISMA	Principais itens para relatar revisões sistemáticas
SCIELO	Scientific Electronic Library <i>On-line</i>
SCOPUS	Base de Dados
TCLE	Termo de Consentimento Livre e Esclarecido
UEG	Universidade do Estado de Goiás
UFJF	Universidade Federal de Juiz de Fora

UNESCO	Organização das Nações Unidas para a Educação, Ciência e Cultura
UTI	União Internacional de Telecomunicações
UTOKYO	Universidade de Tokyo
WG	World Gymnaestrada
YOUTUBE	Plataforma de TV
ZOOM	Ferramenta de videoconferência

SUMÁRIO

1 MOTIVAÇÕES PARA ESTUDAR E VIVER GINÁSTICA!.....	17
2 INTRODUÇÃO	24
3 ARTIGO 1 – SOCIEDADE 5.0 E A GINÁSTICA PARA TODOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA	30
4 ARTIGO 2 – POR UMA GINÁSTICA 5.0: INOVAÇÃO E INCLUSÃO NA SOCIEDADE SUPERINTELIGENTE.....	52
5 ARTIGO 3 – GINÁSTICA PARA TODOS COMO FENÔMENO SOCIAL: INTELIGÊNCIA COLETIVA, SOCIEDADE EM REDE E OS PARADOXOS DA TRANSPARÊNCIA NA SOCIEDADE 5.0	81
6 ARTIGO 4 – NORBERT ELIAS NA SOCIEDADE 5.0: O LUGAR DA GINÁSTICA PARA TODOS NO NOVO PANORAMA CIVILIZATÓRIO.....	101
7 ARTIGO 5 – SOCIEDADE 5.0 E GINÁSTICA PARA TODOS: RESISTÊNCIA E REINVENÇÃO?	114
8 ARTIGO 6 – A TRAMA VIVA DA GINÁSTICA PARA TODOS: PROCESSOS E FIGURAÇÕES À LUZ DE NORBERT ELIAS	137
9 ARTIGO 7 – AS PERCEPÇÕES DE PRATICANTES DE GINÁSTICA PARA TODOS SOBRE O USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS	154
10 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	173
APÊNCIDE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO	178
ANEXO A – PARECER CEP	179

1 MOTIVAÇÕES PARA ESTUDAR E VIVER GINÁSTICA!

A Ginástica para Todos como Eixo de Vida e Pesquisa.

O despertar e as primeiras práticas na Ginástica para Todos (GPT) teve um marco decisivo em 2003, quando, ao iniciar o mestrado, participei do II Fórum Internacional de Ginástica Geral em Campinas. Sob o tema “O Mundo da Ginástica Geral na Ginástica Geral do Mundo”, descobri uma nova forma de conceber a modalidade, o que me impulsionou a fundar o G3 (Grupo Ginástico Granbery). Naquela época, a GPT – então denominada Ginástica Geral – desafiava compreensões tradicionais, fundindo ginástica, dança, circo e teatro em um “corpo feliz em se movimentar”. Após um período dedicado à maternidade, retomei a prática docente em 2018 no Instituto Federal Sudeste/MG, onde a GPT se consolidou como uma rica experiência pedagógica para alunos do Ensino Médio.

A expansão internacional e o amadurecimento acadêmico aconteceram entre 2019 e 2023. O ano de 2019 representou uma virada fundamental com minha participação na World Gymnaestrada, na Áustria, integrando o World Team. Essa imersão transcultural, somada ao período de reflexão imposto pela pandemia, inspirou-me a aprofundar os estudos teóricos e encarar o desafio do doutorado. Desde então, minha atuação buscou unir a organização de eventos, a prática e a formação técnica.

Em 2022, tive a oportunidade de vivenciar uma gestão e experimentação com a idealização do evento “GYM +” na FAEFID/UFJF, promovendo a vivência da Ginástica de Grande Área em campos de futebol.

Em 2023, participei da Gymnaestrada de Amsterdam, 2023 (Coreografia Pipas), e concluí o Curso Fundamentos da FIG, que ampliou significativamente minha visão técnica e pedagógica.

O engajamento científico foi contínuo, sempre marcando presença em fóruns essenciais da área, como o CONGPT e o GYMBRASIL, consolidando 2023 como um ano de intensa produção e aprendizado.

No ano de 2024, ocorreu a consolidação do olhar científico (2024-2025). A internacionalização da minha pesquisa avançou com o Doutorado Sanduíche na cidade do Porto. Essa estadia na Europa, para além da Faculdade de Desportos da Universidade do Porto (FADEUP), permitiu uma análise crítica de megaeventos esportivos, como os Jogos Olímpicos de Paris, onde pude vivenciar o espírito olímpico para além da ginástica. Complementando essa visão, o voluntariado no Mundial de Ginástica Rítmica no Rio de Janeiro, em 2025, ofereceu-

me a perspectiva do ambiente competitivo, essencial para contrastar e valorizar a natureza inclusiva da GPT. Participei de mais um Fórum Internacional de GPT em Campinas, com uma apresentação remota de Portugal. De longe, me senti abraçada pelos amigos e pude compartilhar mais uma experiência na GPT.

As experiências aqui relatadas, registradas em um acervo pessoal que atravessa décadas de festivais, coreografias e certificados, não são meramente cronológicas, mas, sim, a base que sustenta meu amadurecimento como pesquisadora. O trânsito entre o movimento, a arte e o estudo acadêmico justifica meu interesse em contribuir para o engrandecimento da GPT. Este estudo, portanto, nasce da união entre a vivência prática e a inquietação científica, visando a oferecer novos olhares sobre a modalidade que moldou minha carreira.

As imagens abaixo (Figuras 1 a 11) retratam alguns dos momentos acima citados.

Figura 1 – Anais do FIGG 2003



Fonte: Anais do II Fórum Internacional de Ginástica Geral (2003)¹.

¹ Para mais, acessar: <https://www.forumgpt.com/2018/anais>.

Figura 2 – Coreografia Circo



Fonte: Acervo pessoal (2007).

Figura 3 – Coreografia Instituto Federal Sudeste/MG



Fonte: Acervo pessoal (2019).

Figura 4 – World Team 2019



Fonte: Acervo pessoal (2019).

Figura 5 – Coreografia World Team 2019



Fonte: Acervo pessoal (2019).

Figura 6 – GYM + FAEFID 2023



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Figura 7 – Coroografia PIPAS WG 2023



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Figura 8 – Certificado FIG 2023



Fonte: Acervo pessoal (2023).

Figura 9 – FADEUP 2024



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Figura 10 – Jogos Olímpicos de Paris 2024



Fonte: Acervo pessoal (2024).

Figura 11 – Mundial GR 2025, no Rio de Janeiro



Fonte: Acervo pessoal (2025).

2 INTRODUÇÃO

O modo de produção de conhecimento desta tese segue o modelo escandinavo. Os sete artigos aqui produzidos compõem um mosaico que integram ensaios teóricos, revisão sistemática e pesquisas de campo. Essa escolha parte de uma decisão que reflete a própria natureza do objeto estudado: a Ginástica para Todos (GPT). Assim como em uma coreografia de GPT, na qual diferentes corpos, ritmos e movimentos se integram para compor uma unidade de sentido sem anular as individualidades, esta tese se apresenta como um mosaico intelectual.

Cada artigo aqui apresentado atua como uma peça que, ao final, revela um desenho entre a tecnologia digital e o toque humano irreduzível. Essa estrutura permitiu dialogar com a abstração teórica de Norbert Elias em seu contributo de *O Processo Civilizador*, onde demonstrou que a sociedade não evolui por rupturas isoladas, mas por processos históricos de longa duração. A tecnologia, portanto, faz parte desse processo e a GPT deve ser compreendida dentro dessas relações processuais. O diálogo incorporou vozes pulsantes de praticantes, coordenadores, uma gestora brasileira e um gestor internacional. Essa imersão nas múltiplas camadas da realidade torna-se urgente ao observarmos o cenário que se delineia no horizonte contemporâneo: a humanidade encontra-se no limiar da Sociedade 5.0, um projeto que promete transcender a Era da Informação para fundir o ciberespaço e o espaço físico em prol do bem-estar social. A Sociedade 5.0 deve ser compreendida não como um agente autônomo que realiza transformações sociais, mas como um modelo normativo e uma visão estratégica formulada originalmente pelo governo japonês em seu 5º Plano Básico de Ciência e Tecnologia (2016-2020). Trata-se de uma proposta conceitual que estabelece diretrizes para uma futura sociedade superinteligente, na qual o desenvolvimento de ferramentas como a Inteligência Artificial e o Big Data é intencionalmente orientado para a centralidade humana e a resolução de desafios sociais. Contudo, cada fragmento deste mosaico social revela uma tensão: sob a promessa da centralidade humana, ocultam-se riscos de uma regressão disfarçada de progresso, uma vigilância algorítmica, o capitalismo de dados e a disciplinarização de corpos.

No centro deste mosaico, reside o problema central deste estudo, e coloca-se a seguinte questão: de que maneira a Ginástica para Todos (GPT), por meio de seus valores estruturantes (os 5F's – *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*), pode funcionar como um referencial analítico e propositivo para humanizar a Sociedade 5.0?

A GPT oferece um caminho que se materializa nos valores propostos pela Federação Internacional de Ginástica (*World Gymnastics*), os 5F's (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*), os quais representam uma ginástica alegre e divertida que pode contribuir

para a saúde e o bem-estar a partir do aprendizado de movimentos básicos, em um ambiente fraterno. Esses valores possibilitam que essa prática seja perene. A hipótese deste estudo é que os 5F's, como valores estruturantes da GPT favorecem formas de apropriação das tecnologias digitais que preservam dimensões relacionais e corporais frequentemente tensionadas pelas lógicas predominantes da Sociedade 5.0.

Nesse sentido, o objetivo geral desta tese é investigar em que medida a Ginástica para Todos pode constituir um referencial analítico e propositivo voltado à humanização da Sociedade 5.0, examinando de que maneira os 5F's (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship e Forever*) operam como filtros éticos e mecanismos de resistência dentro de uma figuração em movimento. Este estudo observa como essa teia viva de interdependências negocia gestos, ritos e afetos diante dos desafios da virtualização, em um novo panorama civilizatório marcado pela profunda integração entre o físico e o digital.

O estudo apresenta relevância social num momento em que a humanidade vive momentos de transição a caminho da Sociedade 5.0. Nesse cenário, torna-se urgente investigar práticas corporais que valorizam as experiências humanas frente às pressões da virtualização. A Ginástica para Todos, por sua natureza coletiva, inclusiva e não competitiva, oferece um campo privilegiado para essa investigação. Destaca-se por sua característica pedagógica, peculiaridade da GPT brasileira que prioriza o processo e a vivência coletiva em detrimento do desempenho técnico puramente competitivo. Os grupos se interessam mais pelo congraçamento e a demonstração. Essa característica pedagógica encontra-se justamente nas relações afetivas dos ginastas entre si e com a prática da Ginástica.

O estudo também apresenta relevância teórica, preenchendo uma lacuna. Embora a literatura já explore a Sociedade 5.0 em áreas como engenharia, administração e políticas públicas, são escassos os estudos que articulam esse novo paradigma com as práticas corporais e, mais especificamente, com a Ginástica para Todos. Esta tese preenche essa lacuna ao mobilizar um arcabouço teórico plural para analisar as tensões entre virtualização e experiência sensível do corpo. Diferentemente de estudos que apenas levantam problemas, esta pesquisa oferece um caminho concreto, uma relevância prática e propositiva a partir dos 5F's (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*) que poderão orientar o uso de tecnologias digitais na ginástica e em outras práticas corporais coletivas. A hipótese é que esses valores podem ajudar grupos, coordenadores e instituições a incorporar a tecnologia como ferramenta de democratização e complemento, e nunca como substituta, do encontro presencial, do toque e da respiração compartilhada. Acredita-se que a multiplicidade de vozes ouvidas (gestores, coordenadores de todas as regiões do Brasil e praticantes de diferentes gerações) confere à

pesquisa uma validação plural, evitando visões unilaterais ou meramente especulativas sobre a modalidade e complementando o estudo em relevância empírica e intergeracional.

Esta tese apresenta contribuições importantes como: aproximar a GPT da Sociedade 5.0; interpretar a GPT pela teoria figuracional de Elias; propor os 5f's como categoria analítica e integrar evidências de diferentes níveis (FIG, CBG, coordenadores e praticantes de GPT).

Para que o mosaico final da tese se tornasse nítido, os sete artigos se organizaram na seguinte progressão com os respectivos objetivos específicos:

O Artigo 1, *Society 5.0 and Gymnastics for All: a systematic review*, traz uma revisão sistemática PRISMA que valida categorias de convergência entre a GPT e a Sociedade 5.0. Foi o primeiro passo dado a fim de identificar o estado da arte da modalidade frente às mudanças sociais. Esse artigo teve como objetivo identificar como as aspirações da Sociedade 5.0 estão alinhadas aos preceitos da GPT na literatura especializada, verificando a convergência entre os 5F's e os pilares da sociedade futura.

O Artigo 2, *Por uma Ginástica 5.0: inovação e inclusão na sociedade superinteligente*, lança o conceito de “Ginástica 5.0”, estabelecendo o diálogo entre a utopia tecnológica e o humanismo da GPT. O objetivo foi examinar de que modo a GPT, enquanto expressão da “Ginástica 5.0”, pode servir como modelo analítico e propositivo para orientar e humanizar a centralidade do ser humano e a qualidade das interações sociais no projeto tecnológico da Sociedade 5.0.

O Artigo 3, *Ginástica para Todos como fenômeno social: inteligência coletiva, sociedade em rede e os paradoxos da transparência na Sociedade 5.0*, convoca Lévy, Castells e Han para decifrar os paradoxos da inteligência coletiva, do poder e da vigilância digital. Objetivou compreender de que modo a GPT, enquanto prática corporal coletiva, é reconfigurada pelas lógicas de cooperação, poder e vigilância na cultura digital, utilizando-se dessas lentes teóricas.

O Artigo 4, *Norbert Elias na Sociedade 5.0: o lugar da Ginástica para Todos no novo panorama civilizatório*, utilizou-se de Elias para ler a GPT como um processo civilizador contemporâneo. Esse ensaio aplicou os conceitos centrais de Norbert Elias (processo civilizador e figurações) para analisar a prática da GPT e sua reconfiguração na Era Digital, observando como a modalidade negocia seus valores humanísticos com as pressões da Sociedade 5.0.

O Artigo 5, *Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos: resistência e reinvenção?*, oferece uma visão institucional da GPT, confirmando que a modalidade já opera sob a lógica da centralidade humana. O artigo examinou e explorou a visão institucional da GPT na Sociedade 5.0 através da lente do presidente do Comitê de GPT da Federação Internacional de Ginástica

(FIG), analisando a articulação entre os princípios da modalidade e as demandas tecnológicas e sociais atuais.

O Artigo 6, *A trama viva da Ginástica para Todos: processos e figurações à luz de Norbert Elias*, analisa a voz da gestora da CBG (Confederação Brasileira de Ginástica) e coordenadores brasileiros, identificando o “núcleo sensorial irreduzível” da prática. O objetivo foi analisar, sob a perspectiva da gestora da CBG e de coordenadores de grupos, de que maneira os princípios fundamentais da GPT dialogam com os desafios e as tensões da virtualização, utilizando a teoria de Elias para desvelar os sentidos desses discursos.

O Artigo 7, *As percepções de praticantes de Ginástica para Todos sobre o uso das tecnologias digitais*, revela a percepção de 97 praticantes, apontando para um futuro híbrido no qual a tecnologia serve à democratização, mas o “calor humano” permanece soberano. O artigo buscou compreender as percepções de praticantes de GPT sobre o uso e o futuro das tecnologias digitais na modalidade, investigando as tensões entre a inovação técnica e a preservação da essência humanizadora da prática.

A arquitetura deste mosaico intelectual exigiu um desenho metodológico plural e rigoroso, capaz de transitar entre a abstração teórica e a pulsação da realidade empírica. O percurso foi estruturado em frentes complementares que permitem uma compreensão holística do fenômeno investigado. Por esse motivo, cada um dos artigos apresenta separadamente e detalhadamente o seu percurso metodológico próprio para atingir aos objetivos propostos.

O ponto de partida residiu no mapeamento do estado da arte por meio de uma Revisão Sistemática de Literatura, conduzida sob as diretrizes do protocolo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). Foram consultadas as bases de dados Scopus, SciELO e Periódicos Capes, abrangendo a produção científica entre 2016 e 2024. Esse levantamento foi essencial para identificar, na literatura especializada, como as aspirações da Sociedade 5.0 já encontram ressonância nos preceitos da GPT, consolidando a base de evidências para os estudos subsequentes.

Para desvelar as tensões entre a promessa tecnológica e a realidade social, a tese utilizou Ensaaios Teóricos fundamentados em pensadores contemporâneos: Norbert Elias, cujos conceitos de processos civilizadores e figurações serviram como a principal lente sociológica para analisar as redes de interdependência da GPT. Pierre Lévy e Manuel Castells, para compreender a inteligência coletiva e as disputas de poder na sociedade em rede. Byung-Chul Han e Michel Foucault, para escrutinar os paradoxos da transparência, da vigilância e do controle dos corpos no ambiente digital.

A validação do mosaico ocorreu por meio de uma pesquisa qualitativa e descritiva, organizada em três fases:

Global (Institucional): Realizou-se um Estudo de Caso por meio de uma entrevista livre com o Presidente do Comitê de GPT da Federação Internacional de Ginástica (FIG), explorando a visão estratégica e institucional da modalidade frente à inovação.

Nacional (Gestão e Coordenação): Foram conduzidas 17 entrevistas semiestruturadas *on-line*. A primeira com a gestora de GPT da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), somada a 16 coordenadores de grupos representativos de todas as regiões do Brasil.

Prática (Praticantes): Aplicou-se um estudo de método misto via formulário eletrônico, capturando a percepção de 97 praticantes brasileiros, com idades entre 18 e 86 anos, garantindo uma visão intergeracional sobre o hibridismo da modalidade.

No que tange ao tratamento dos dados, a tese empregou uma abordagem rigorosa e diversificada para dar conta da natureza mista das investigações. Para o material qualitativo, proveniente das entrevistas e das questões abertas, utilizou-se a Análise de Conteúdo, de Bardin, seguindo as fases de leitura flutuante, pré-análise, exploração do material e categorização por núcleos de sentido.

Complementarmente, os dados quantitativos e descritivos, apresentados no artigo 7 foram submetidos à análise estatística descritiva. Esse processamento foi realizado com o suporte do *software* Jamovi, versão 2.7.24, que permitiu a organização de frequências e percentuais que evidenciaram as tendências e os contrastes da realidade investigada.

Todo o percurso foi balizado por critérios éticos, contando com a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisas com Seres Humanos da Universidade Federal de Juiz de Fora, sob o parecer CAAE: 67311223.6.0000.5147.

A costura deste mosaico em uma unidade plural utilizou a GPT como fio condutor que atravessou as múltiplas camadas da investigação, desde a fundamentação teórica até a validação empírica. O desenho foi se tornando nítido a partir das evidências encontradas na revisão PRISMA, na qual a modalidade e seus preceitos confirmaram sua contribuição ao novo modelo social emergente. As tensões dessa nova Era adquiriram profundidade sociológica e ajudaram a analisar a GPT como fenômeno social. Complementando essa análise, a teoria de Norbert Elias veio para justificar a GPT como uma figuração em movimento no novo panorama civilizatório, no qual a negociação é o que permite a sobrevivência da essência humanizadora diante da virtualização.

A parte final do mosaico confronta a teoria com a prática em quatro diferentes conjuntos de atores: a chancela institucional da FIG, confirmando que os 5F's atuam como dispositivos

críticos que orientam a modalidade frente à inovação. A “trama viva” brasileira sob a ótica da gestora da CBG e de coordenadores de todas as regiões do Brasil, identificando o toque e a respiração sincronizada como o núcleo sensorial irreduzível que resiste às telas. Por fim, o mosaico se completa com a percepção de 97 praticantes, apontando para um futuro híbrido, no qual a tecnologia democratiza o acesso, mas o “calor humano” permanece como o porto seguro da prática.

Ao concluir esse desenho, a tese demonstra que as peças deste mosaico intelectual, embora guardem suas individualidades, convergem para uma única certeza: que o bom mesmo é celebrar presencialmente, é colocar a coreografia no palco, na praça, no ginásio; e na tela, só quando a gente precisar desse recuso. A tecnologia, assim, é ferramenta, recurso, complemento, acessório, aquela que nos ajudará pontualmente a continuar fazendo GPT. É a partir dessa visão que apresentamos, a seguir, os artigos que materializam esta investigação.

3 ARTIGO 1 – SOCIEDADE 5.0 E A GINÁSTICA PARA TODOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Cláudia Xavier Correa Federal
Juliana de Andrade Vitral
Michele Viviane Carbinatto
Luísa Ávila da Costa
Clara Mockdece Neves

RESUMO

Na Sociedade 5.0, a integração da tecnologia com a vida humana visa a colocar o ser humano no centro de todos os processos, garantindo que as inovações respeitem e melhorem a verdadeira essência da experiência humana. A Ginástica para Todos (GPT) é uma prática reconhecida por sua pluralidade, desenvolvida e praticada coletivamente, e flexível aos interesses do grupo. Esta revisão sistemática tem como objetivo identificar como as aspirações da Sociedade 5.0 são consistentes com os preceitos da GPT na literatura especializada. Realizamos uma busca nas bases de dados SciELO, Scopus e Periódicos CAPES. A busca foi conduzida com o termo “Ginástica para Todos”, em português e inglês. Foram identificados 430 artigos, dos quais 28 foram analisados. Os resultados são apresentados em cinco categorias relacionadas à Sociedade 5.0: Qualidade de Vida; Competências Comportamentais (*Soft Skills*); Cultura; Corporeidade; e Tecnologia. Argumentamos que o potencial da GPT se alinha às demandas da Sociedade 5.0, contribuindo para a promoção de um esporte que valoriza uma corporeidade ativa, essencial para o desenvolvimento humano na contemporaneidade. Os achados mostram que a GPT pode promover a qualidade de vida, alinhada ao bem-estar humano, foco da Sociedade 5.0, desenvolvendo habilidades sociais e cooperação, essenciais para a coexistência e o desenvolvimento pessoal. A valorização cultural em eventos e festivais promove uma compreensão crítica e democrática da cultura popular. A GPT promove a autonomia e a autoestima, importantes para o desenvolvimento pessoal e coletivo, e demonstrou adaptabilidade tecnológica em tempos de crise, integrando tecnologia e bem-estar humano. Portanto, a GPT está alinhada aos anseios da Sociedade 5.0 ao centrar o ser humano e promover uma qualidade de vida multifatorial.

Palavras-chave: ginástica para todos; sociedade; esporte; cultura.

INTRODUÇÃO

A Sociedade 5.0 propõe uma jornada rumo a um futuro social e tecnológico, tirando partido de inovações concebidas para melhorar a saúde, a mobilidade, a educação, a produtividade, os desafios sociais, os dados abertos, a cibersegurança e a governança global de dados (Fukuyama, 2018). Concebe o ser humano como o ponto central do desenvolvimento, exortando-o a reconectar-se com os seus valores essenciais, como viver harmoniosamente em comunidade, preservando as suas identidades individuais. O conceito de Sociedade 5.0 transcende a mera busca por avanços tecnológicos. Na sua essência, trata-se de uma

convergência holística de todas as tecnologias, visando principalmente à simplificação e à melhoria da existência humana. Por ser a mais recente Era da evolução, envolve também a compreensão de que tudo no futuro estará conectado, que a sociedade terá de ser adaptável e que essa mudança promete revolucionar a sociedade para um bem maior: a humanidade (Fukuyama, 2018).

Na Sociedade 5.0, a integração da tecnologia com a vida humana procura colocar o ser humano no centro do processo, garantindo que as inovações respeitem e melhorem a verdadeira essência da experiência humana. No anseio pela melhoria da existência humana, o fenômeno desportivo pode ser considerado uma forma social de motricidade humana de popularidade indiscutível, permitindo à humanidade desenvolver uma vasta gama de possibilidades e soluções para os problemas que surgem. É necessário compreender o fenômeno desportivo como uma possibilidade de aprendizagem e de desenvolvimento de valores morais e éticos. Nesse sentido, para além de uma experiência simplista, de exercícios repetitivos e do treino de fundamentos técnicos, o desporto pode ser utilizado como um contributo para a humanização dos homens. A experiência do desporto tem valor social, pois favorece o aperfeiçoamento da humanidade, a autonomia, a autodeterminação, a assunção de responsabilidades, o crescimento moral do indivíduo e da coletividade, e pode animar sonhos, criar símbolos, propor ideais, estabelecer princípios, construir a honestidade, propor o riso e tornar eficaz a experiência do jogo da vida (Sobreira; Nista-Piccolo; Moreira, 2020).

Nesse contexto desportivo, a Ginástica para Todos (GPT) é reconhecida pela sua pluralidade enquanto prática ginástica, desprovida de regulamentação técnico-gestual e com a atenção centrada na participação. É desenvolvida e praticada coletivamente, sendo também flexível aos interesses do grupo. A Federação Internacional de Ginástica (FIG) indica que a GPT pode ser a base das modalidades de ginástica, apoiando o repertório de iniciação à ginástica. Essa proposta acredita que os futuros ginastas compreendem a importância da aptidão física para a execução dos fundamentos e a experimentam num ambiente divertido e amigável (FIG, 2020).

Assim, a GPT baseia-se em cinco fundamentos apontados pela FIG (2023): diversão e lazer, cuidados de saúde, aprendizagem e desenvolvimento de aptidões e capacidades, relações afetivas e coletivas, e uma vida longa preenchida pela prática da ginástica, respetivamente os 5F's – *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*. Assim, prevê-se a articulação da prática da GPT com a Sociedade 5.0, uma vez que os seus praticantes podem se beneficiar de um aumento do bem-estar em termos de saúde, físico, social, intelectual e psicológico.

Tais fundamentos atraem a atenção dos investigadores, uma vez que a GPT, enquanto objeto de estudo, cresce consideravelmente na esfera acadêmica (Menegaldo; Bortoleto, 2020). Existem estudos relativos à ginástica na escola (Saints *et al.*, 2018; Lee *et al.*, 2015), práticas pedagógicas (Henrique, 2020), participação em festivais de ginástica (Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016), extensão universitária (Batista, 2019) e relações sociais (Menegaldo; Bortoleto, 2020; Menegaldo, 2020).

Assim, levantamos a hipótese de que as inspirações da Sociedade 5.0 listadas estão interligadas com os fundamentos apresentados pela FIG no que diz respeito à prática da GPT por meio de questões específicas, tais como: redução dos problemas do envelhecimento e aumento da expectativa de vida com saúde e qualidade de vida, dando voz ao ser humano como protagonista de todos os processos; oportunidade de desenvolvimento humano baseado na aprendizagem e no conhecimento prático e experiencial, promovendo a capacidade de utilizar a informação de forma eficaz; desenvolvimento de competências sociais, tais como a capacidade de trabalhar em equipe e a comunicação plural (ações colaborativas); e promoção da participação na sociedade na construção de ideias e projetos. De forma inédita, esta revisão sistemática visa a identificar de que modo as aspirações da Sociedade 5.0 estão em consonância com os preceitos da GPT na literatura especializada.

METODOLOGIA

A presente revisão sistemática seguiu as diretrizes PRISMA – *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PAGE, 2021). A pesquisa de artigos foi realizada nas seguintes bases de dados: Scopus, SciELO e Periódicos Capes, seguindo estratégias relativas a descritores e data de publicação. O termo utilizado para as pesquisas foi “Ginástica para Todos”, em português e inglês, e o período de publicação dos artigos foi de 2016 a 2023. As pesquisas ocorreram em novembro de 2023 e foram atualizadas em novembro de 2024. Após a identificação dos estudos de interesse, os arquivos .RIS das referências bibliográficas foram exportados das bases de dados para o aplicativo *on-line* Rayyan, para triagem e seleção dos artigos.

Os critérios de elegibilidade para a seleção dos estudos e a pesquisa foram conduzidos por dois investigadores, de forma independente. A primeira etapa de exclusão ocorreu com a ferramenta automática para identificação de artigos duplicados. Em seguida, foram utilizados parâmetros para a seleção: artigos disponíveis na íntegra, artigos publicados em inglês ou português. Foram excluídos artigos que não tratassem de GPT, revisões de literatura, artigos

históricos, artigos sobre gestão, ensaios, editoriais e aqueles com foco na Educação Física Escolar.

Na investigação qualitativa, o risco de viés é relevante porque o processo envolve interpretações subjetivas. Algumas práticas podem reduzir esses riscos, tais como a revisão por pares, a leitura integral dos artigos selecionados, a avaliação da relevância de cada artigo procurando alinhamento temático; a importância do artigo para a investigação; métodos e abordagens que inspiram; inovações encontradas; resultados significativos; contribuição para o campo investigado; autoridade dos autores. Os artigos selecionados foram organizados numa tabela de modo a descrever as seguintes informações: autoria, ano, objetivos e categorias.

RESULTADOS

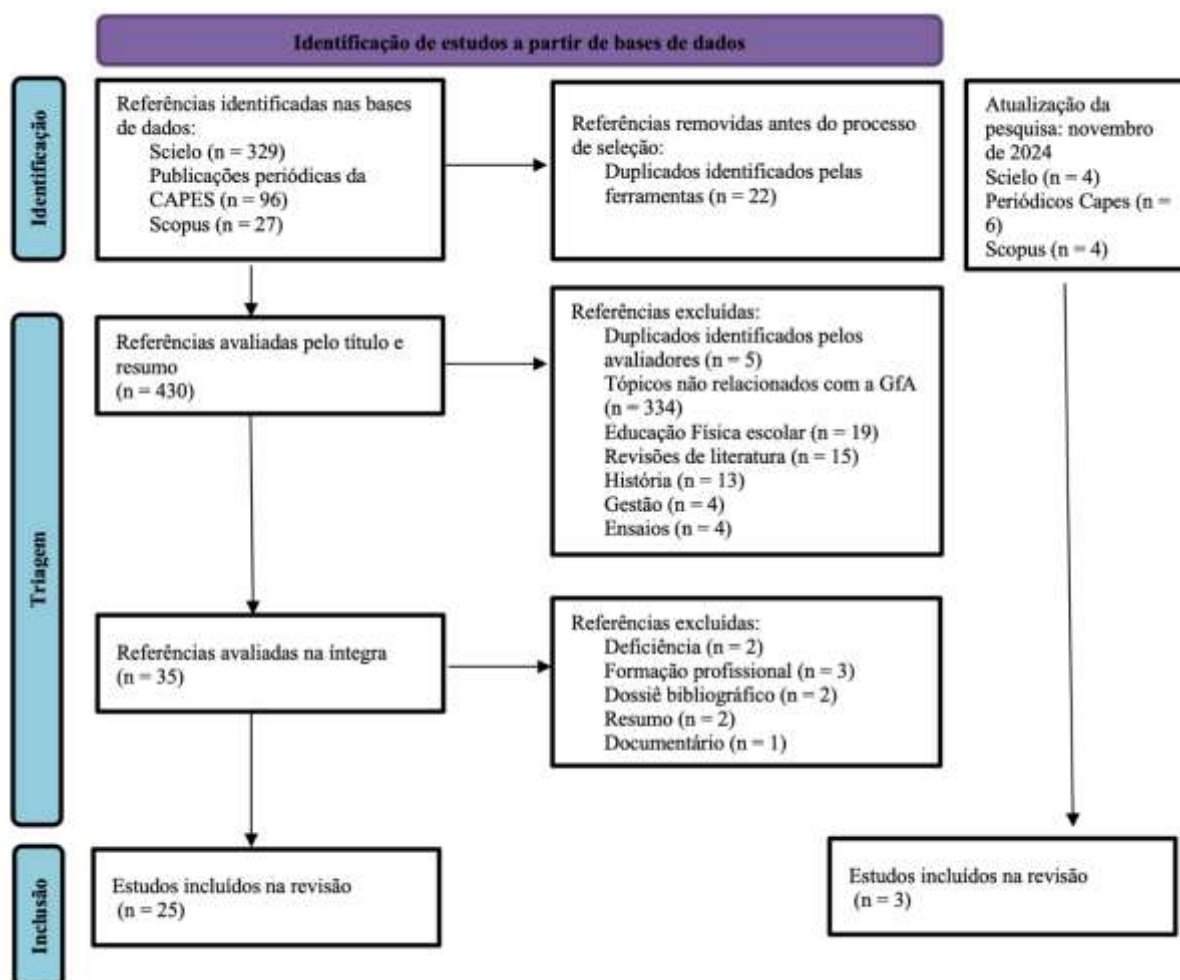
A pesquisa resultou em 452 artigos, dos quais $n = 329$ foram extraídos da base de dados SciELO, $n = 96$ da base de dados Periódicos Capes e $n = 27$ da base de dados Scopus. A Figura 12 apresenta o fluxograma dos artigos analisados nesta revisão, com um total de 25 artigos incluídos.

Inicialmente, a ferramenta Rayyan identificou automaticamente 22 referências duplicadas, que foram removidas antes do processo de seleção. Em seguida, as referências foram avaliadas pelo título e resumo ($n = 430$). Os processos de elegibilidade para a seleção dos artigos foram conduzidos por dois investigadores, de forma independente, utilizando o modo duplo-cego disponível na ferramenta.

Foram excluídos artigos que tratavam de temas não relacionados com a GPT ($n = 334$), artigos sobre Educação Física Escolar ($n = 19$), revisões de literatura ($n = 15$), artigos históricos ($n = 13$), artigos sobre gestão ($n = 4$), ensaios ($n = 4$) e editoriais ($n = 1$). Os conflitos foram então debatidos até que se chegasse a um consenso quanto à inclusão ou exclusão. Trinta e cinco referências foram selecionadas para avaliação do texto completo, entre as quais, manualmente e por consenso, foram excluídos os seguintes: artigos sobre pessoas com deficiência ($n = 2$); formação profissional ($n = 3$); dossiê bibliográfico ($n = 2$); resumo ($n = 2$); documentário ($n = 1$).

Na atualização da pesquisa realizada em novembro de 2024, seguindo os mesmos parâmetros anteriores, foram encontrados 14 artigos (Capes Periódicos = 6; SciELO = 4; Scopus = 4). Foram excluídos: artigos de revisão de literatura ($n = 2$); formação profissional ($n = 1$); história ($n = 1$); ensaio ($n = 1$); duplicados ($n = 6$). O número total de artigos incluídos foi de ($n = 3$).

Figura 12 – Fluxograma para a seleção de publicações para revisão elaborado de acordo com o PRISMA 2020



Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

A Tabela 1 apresenta os estudos incluídos nesta revisão sistemática, que cumprem o objetivo do estudo: a relação entre a GPT e as aspirações da Sociedade 5.0. A tabela indica os autores, o ano de publicação, os objetivos e as categorias.

Tabela 1 – Estudos incluídos na revisão

Autores	Aspecto(s) da Sociedade 5.0 identificado(s)	Objetivos	Amostra
Batista <i>et al.</i> , 2023	Cultura	Analisar as estratégias metodológicas de grupos universitários de ginástica considerados referência no Brasil.	17 participantes de nove grupos de ginástica artística
Lopes e Carbinatto, 2023	Competências sociais / Cultura	Analisar a cultura e as manifestações populares regionais num grupo de Ginástica para Todos (GPT).	32 membros do projeto
Patrício e Carbinatto, 2023	Competências Transversais / Corporeidade	Refletir sobre as experiências vividas por 16 participantes de uma equipe de Ginástica para Todos na XVI World Gymnaestrada.	16 participantes de uma equipa de GPT
Henrique <i>et al.</i> , 2023	Competências sociais	Identificar os princípios da GPT em dois grupos de ginastas, sendo um deles centrado no aluno e o outro centrado no professor.	Rapazes e raparigas com idades compreendidas entre os 6 e os 12 anos
Lopes e Carbinatto, 2023	Competências sociais / Cultura	Verificar a pedagogia de Freire como base metodológica para o desenvolvimento de uma coreografia de GPT.	32 membros inscritos no Grupo de Ginástica de Diamantina
Carbinatto <i>et al.</i> , 2023	Competências Transversais / Corporeidade	Compreender as experiências do “mundo vivido” na ginástica face a diferentes metodologias de ensino: centrada no professor e centrada no aluno.	49 alunos do projeto de extensão universitária GYMNUSP; 4 professores-investigadores; 4 professores-monitores
Oliveira, 2023	Competências Transversais / Tecnologia	Analisar a escuta e a escrita de idosos praticantes de GPT / projeto de extensão Cignus – UEG.	18 idosos do Grupo Cignus
Bortoleto <i>et al.</i> , 2023	Competências sociais	Analisar a motivação dos participantes para participar na XVI World Gymnaestrada (WG), realizada em Dornbirn (Áustria) em 2019.	1.024 participantes (813 mulheres e 211 homens), com idades entre os 18 e os 85 anos
Mota <i>et al.</i> , 2022	Corporeidade / Tecnologia	Descrever as experiências vividas num festival da GPT realizado remotamente.	31 grupos e 586 pessoas
Silva <i>et al.</i> , 2022	Competências sociais	Analisar o impacto da prática da GPT em idosos, no que diz respeito às relações sociais entre os praticantes	3 coordenadores e 6 membros de 3 grupos diferentes de GPT no Brasil
Antualpa <i>et al.</i> , 2021	Competências sociais / Cultura / Tecnologia	Analisar se o processo coreográfico da GPT abre espaço para reivindicação e representatividade	Grupo Gegimba
Lopes e Niquini, 2021	Cultura	Analisar a aproximação de sujeitos que participam num projeto de extensão universitária de cultura popular regional.	Grupo GGD – 17 pessoas
Franco <i>et al.</i> , 2021	Competências sociais / Qualidade de vida	Analisar o projeto de extensão “De Pernas Pro Ar – FAEFID/UFJF” sobre a experiência das atividades no campo da GPT.	33 estudantes da FAEFID/UFJF

Contessoto <i>et al.</i> , 2021	Competências sociais	Analisar a experiência dos membros do projeto GPT: “Ginástica para Corpos Experientes”. As relações entre esta experiência com a GPT e as experiências em outras práticas corporais.	9 membros
Lopes e Santos, 2021	Competências sociais	Analisar a experiência do projeto de extensão “Ginástica na melhor idade” (UFVJM)	25 pessoas inscritas no projeto Ginasticando na melhor idade (50+)
Wichmann, 2020	Corporeidade	Investigar como os participantes da World Gymnaestrada percebem e vivem o processo de transposição da sua vida normal para o ambiente liminoide e também de regresso.	Equipa Alemã de Ginástica: 500 participantes
Oliveira <i>et al.</i> , 2020	Competências sociais	Identificar experiências e percepções mais significativas durante o processo coreográfico na GPT na perspetiva dos praticantes	12 idosos, dos quais 11 mulheres e um homem. Programa UniversIDADE
León <i>et al.</i> , 2019	Competências sociais	Observar a cooperação durante a participação num evento desportivo não competitivo.	478 ginastas / XII Gymnaestrada de Extremadura
Carbinatto e Furtado, 2019	Competências sociais	Analisar o processo coreográfico da GPT através da participação coletiva e criativa de todos.	2 grupos da GPT (Gymnarteiros, e GYMNUSP)
Bortoleto <i>et al.</i> , 2019	Competências sociais	Identificar o que motivou as pessoas a participar na edição de 2015 da World Gymnaestrada.	86 participantes adultos com idades compreendidas entre os 17 e os 69 anos.
Oliveira <i>et al.</i> , 2018	Cultura	Analisar a composição coreográfica a partir de diálogos com a eco-história (o cerrado brasileiro).	Grupo Cignus
Moreno <i>et al.</i> , 2018	Qualidade de Vida	Investigar a percepção de idosos praticantes de Ginástica para Todos (GPT) sobre as influências dessa prática na sua saúde.	11 pessoas, 9 mulheres e 2 homens, com idade média de 76 anos
Patrício <i>et al.</i> , 2016	Competências Transversais	Organizar e apresentar as nuances dos festivais de ginástica.	Festivais de ginástica
Paoliello <i>et al.</i> , 2016	Cultura	Analisar a participação dos membros da Federação Nacional da União Pan-Americana de Ginástica (PAGU) na 14.ª edição da World Gymnaestrada, realizada em Lausanne.	8 chefes de delegação das 11 federações nacionais pan-americanas participantes
Silva e Zylberg, 2016	Cultura	Enumerar possibilidades coreográficas com a inserção da cultura popular da região norte do Brasil.	6 bolseiros do grupo de Dança Popular - Oré Anacã
Menegaldo e Bortoleto, 2024a	Competências sociais, Qualidade de vida	Identificar o perfil dos grupos de Ginástica para Todos (GPT) no Brasil.	378 membros adultos de 22 grupos
Menegaldo e Bortoleto, 2024b	Competências sociais	Investigar a relação entre o tamanho do grupo e o desenvolvimento de quatro variáveis da dimensão social da Ginástica para Todos: relações de amizade, competências sociais, participação ativa e encontros sociais.	378 membros adultos de 22 grupos
Ferreira <i>et al.</i> , 2024	Corporeidade e competências sociais	Discutir a percepção da experiência vivida em 2 eventos da GPT: um de caráter competitivo e outro de caráter demonstrativo.	29 crianças de um projeto de extensão universitária.

Fonte: Elaborado pelos autores (2024).

DISCUSSÃO

Os 28 artigos selecionados foram categorizados em cinco temas, nomeadamente: Qualidade de vida (3 artigos); Competências sociais (16 artigos); Cultura (8 artigos); Corporeidade (5 artigos) e Tecnologia (3 artigos). Essas categorias foram determinadas com base numa revisão aprofundada da literatura existente sobre a Sociedade 5.0. A escolha dessas categorias não foi arbitrária, mas, sim, fundamentada num processo rigoroso de revisão e síntese das principais tendências e preocupações abordadas nos estudos analisados. Deve-se notar que alguns artigos foram incluídos em mais de uma categoria.

Qualidade de vida

Múltiplos fatores determinam a qualidade de vida das pessoas ou das comunidades. A combinação desses fatores molda e diferencia a vida cotidiana dos seres humanos, resultando numa rede de fenômenos e situações que podem ser designadas por qualidade de vida. Geralmente, fatores como o estado de saúde, a longevidade, a satisfação profissional, o salário, o lazer, as relações familiares, a disposição, o prazer e até a espiritualidade estão associados a essa expressão (Nahas, 2017). Numa visão holística, a qualidade de vida pode ser: “a percepção de bem-estar resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que os seres humanos vivem” (Nahas, 2017, p. 15).

A qualidade de vida é fundamental na Sociedade 5.0, porque esse modelo visa a utilizar tecnologias avançadas, como a Inteligência Artificial e a Internet das Coisas, para resolver problemas sociais e melhorar o bem-estar humano. Portanto, a qualidade de vida é um indicador crucial do sucesso dessas inovações tecnológicas na criação de uma sociedade mais equilibrada e centrada no ser humano (Fukuyama, 2018).

A prática da GPT destaca a importância de um estilo de vida ativo na promoção da saúde e da qualidade de vida, especialmente em populações vulneráveis, como os idosos. A visão holística da qualidade de vida sugere que as intervenções devem ser abrangentes, considerando não só fatores físicos, mas também emocionais, sociais e ambientais. A GPT tem potencial integrador e inclusivo, servindo a várias dimensões da vida humana (Franco *et al.*, 2021).

O texto de Nahas (2017) e os artigos analisados (Franco *et al.*, 2021; Moreno; Tsukamoto, 2018) proporcionam uma base sólida para compreender a complexidade da qualidade de vida e a importância de uma abordagem multifatorial e holística. A prática da GPT

destaca-se como interessante na promoção do envelhecimento saudável e na melhoria da qualidade de vida, sublinhando a necessidade de considerar múltiplos aspetos na formulação de estratégias de saúde e bem-estar. O estudo de Franco (2021), desenvolvido com trinta e três idosos, destacou a possibilidade de realizar atividades corporais que desencadeiam interação social associada à prática de atividade física, com o objetivo de melhorar também a saúde física. Para Moreno e Tsukamoto (2018), a prática da GPT pareceu estimular o autocuidado, a autonomia, a diversão e o bom humor. Assim, foi possível construir um cenário multifatorial relacionado com a saúde dos idosos, e a GPT surge como uma possibilidade para desenvolver a promoção da saúde desse público. De acordo com Menegaldo e Bortoleto (2024), a ausência de um código gestual e de categorias etárias aproxima a GPT dos interesses educativos, centrados no lazer e na promoção de uma vida ativa.

Competências sociais

As competências sociais são competências comportamentais e delineiam a forma como nos relacionamos socialmente e as nossas posturas perante diversas circunstâncias (Novaes; Ortiz, 2022). Essas competências incluem a capacidade de se comunicar, expressando ideias de forma clara e eficaz, e a prática da escuta ativa. Abrangem também a capacidade de colaborar, resolver conflitos e dar um contributo positivo para o contexto coletivo. Além disso, a competência emocional, que envolve o reconhecimento, a compreensão e a gestão das próprias emoções e das dos outros, destaca-se também como um componente essencial das competências sociais, cada vez mais valorizadas, uma vez que promovem indivíduos inovadores e colaborativos (Novaes; Ortiz, 2022).

Os 16 artigos selecionados sublinham o desenvolvimento das competências sociais. Isso é evidente através do reconhecimento de: 1) cooperação entre os participantes num determinado festival de ginástica (Léon K. *et al.*, 2019); 2) o papel crucial das competências sociais na promoção de aspetos formativo-educativos, na preservação das tradições da ginástica e na defesa de valores de ordem social; e 3) as diversas motivações para participar no festival não competitivo World Gymnaestrada (Patrício *et al.*, 2016). Bortoleto *et al.* (2023) observaram que a Afiliação Social foi o fator motivacional mais importante, seguido pelo Desenvolvimento de Competências e pela Gestão da Saúde. É conveniente pensar nos festivais da GPT como uma prática pedagógica que desenvolve a autonomia e o pensamento crítico-reflexivo sobre as mais distintas modalidades desportivas e artes do movimento (Antualpa *et al.*, 2021).

O processo de aprendizagem é destacado nos estudos de Lopes e Carbinatto (2022) quando relatam impactos e mudanças na compreensão dos membros do grupo de GPT sobre manifestações da cultura popular regional, favorecendo o processo formativo dos envolvidos. Antualpa *et al.* (2021) salientam que a “aprendizagem” leva os grupos a celebrar o reconhecimento da representação negra na Bahia (Antualpa *et al.*, 2021) em coreografias que ampliam as percepções e libertam o potencial humano, contribuindo para uma maior compreensão de si mesmo e do mundo. Nas aulas de GPT, exploram-se as possibilidades de diálogo entre o indivíduo e os diversos elementos que o rodeiam (Carbinatto; Furtado, 2019). A pluralidade da GPT ganha vida nos movimentos, performances, temas e perfis dos ginastas. Além disso, estes trazem desenvolvimento profissional. É importante gerir, estudar e investigar a GPT. A promoção das experiências vividas em eventos de ginástica também deve ser valorizada como um espaço eficaz de aprendizagem, encantamento e promoção da GPT (Patrício; Carbinatto, 2023).

Ainda sobre o tema da aprendizagem, o estudo de Lopes e Carbinatto (2023) evidencia a construção de conhecimento vivenciada de forma crítica, coletiva, colaborativa e democrática, na qual a autonomia e a horizontalidade foram postas em prática, resultando em conscientização e transformações sociais para os envolvidos.

O estudo de Henrique (2022) identificou os princípios da GPT por dois grupos de ginastas em aprendizagem, um deles com experiências de aula centradas no aluno e o outro, centradas no professor. O movimento ginástico, por si só, foi apontado como o prazer da prática (Henrique, 2022). A aprendizagem mecânica dos movimentos parece incoerente, uma vez que estamos em busca de experiências humanas a partir das quais possamos aprender através do movimento corporal, visando aos acontecimentos do mundo por meio dele.

A interação social é destacada em Franco *et al.* (2021), ao verificar que as experiências em atividades corporais desencadeiam a socialização e a interação social associadas à prática da atividade física. O projeto “Ginástica para Corpos Experientes” proporcionou a oportunidade de praticar a GPT, contribuindo simultaneamente para as exigências e os interesses sociais, físicos e psicológicos, característicos do processo de envelhecimento, proporcionando oportunidades para a prática da ginástica de forma flexível, motivada e poderosa para a constituição de relações sociais (Contessoto *et al.*, 2021).

No estudo de Oliveira (2023), a interação social foi uma das características mais recorrentes nas narrativas, e as relações com o outro e consigo mesmo foram bastante evidentes. Os idosos demonstraram melhorias na autoestima, afetividade, autonomia, independência, convivência e no fortalecimento dos laços familiares e comunitários. Bortoleto *et al.* (2022)

salientam que o aumento da participação no desporto é um objetivo tanto para o governo como para as organizações desportivas, e que é necessário enfatizar que o conceito de desporto para todos visa a promover o desenvolvimento cultural, relacionado com políticas que procuram estender os benefícios do desporto a todos.

Estudos demonstram que os festivais de ginástica proporcionam um ambiente propício à cooperação, ao desenvolvimento de competências sociais e à preservação das tradições culturais (Patrício *et al.*, 2016). A participação nesses eventos, motivada, principalmente, pela integração social, pelo desenvolvimento de competências e pela promoção da saúde, reforça a importância dos desportos não competitivos para o crescimento individual e coletivo.

A GPT apresenta-se como uma prática participativa que dialoga com as premissas atuais da diversidade (cultural, estética, de gênero), além de integrar participantes de várias idades com as mais variadas competências e experiências (Menegaldo; Bortoleto, 2024).

Essa integração dos grupos é também destacada por Ferreira *et al.* (2024), no empenho, responsabilidade e cuidado para que a coreografia do grupo, após horas de treino, contato e respeito, seja concluída com sucesso. Durante o evento e o processo que a ele conduz, o grupo torna-se um só. Segundo Menegaldo e Bortoleto (2024), essas relações tornam-se mais complexas à medida que o número de membros aumenta dentro dos grupos. O desenvolvimento do potencial coletivo dessa prática ginástica depende de vários fatores, que devem ser pensados e intencionalmente modulados na construção do contrato lúdico de cada coletivo.

A interação social, especialmente entre idosos, é outro aspeto crucial abordado pelos estudos. As atividades de GPT facilitam a socialização e a interação, satisfazendo as necessidades sociais, físicas e psicológicas dos participantes. Assim, é essencial que tanto o governo como as organizações desportivas promovam o conceito de desporto para todos, alargando os benefícios culturais e sociais do desporto à comunidade em geral.

Cultura

A cultura é entendida como um sistema de significados partilhados que são transmitidos e perpetuados através de símbolos (Geertz, 1989). Além disso, segundo o autor, são como “teias de significado” que os seres humanos tecem e nas quais ficam suspensos.

A GPT, enquanto movimento cultural e educativo, pode ser vista como um sistema de significados que envolve rituais, símbolos e práticas específicos que refletem e reforçam as identidades e os valores dos participantes. A Sociedade 5.0 conceitualiza o ser humano como o ponto central do desenvolvimento, encorajando-o a reconectar-se com os seus valores

essenciais, com os significados e símbolos culturais decorrentes de uma vida harmoniosa em comunidade, preservando as suas identidades individuais (Fukuyama, 2018).

A GPT envolve uma variedade de eventos, tais como espetáculos, coreografias e festivais. Cada uma dessas atividades têm significados simbólicos que podem ser interpretados para compreender como os participantes percebem e expressam a sua identidade, comunidade e valores culturais. A nossa investigação indica que a GPT permite que os indivíduos expressem as suas identidades culturais através do movimento e da demonstração. Analisar como diferentes grupos integram elementos das suas culturas locais nas práticas da GPT pode mostrar como a cultura é continuamente vivida e renegociada e reforça os laços sociais e comunitários (Antualpa, 2021).

Na Sociedade 5.0, a cultura é essencial para integrar tecnologias com valores humanos, preservando e promovendo o património cultural de forma acessível e interativa. A cultura fomenta a criatividade, que é fundamental para a inovação, e promove a inclusão e a diversidade, garantindo que as tecnologias atendam às necessidades de diferentes grupos sociais. Além disso, pode preparar os indivíduos para vivenciar a tecnologia e a humanidade de forma interconectada. Assim, a cultura garante que os avanços tecnológicos sejam implementados de forma humana, inclusiva e inovadora.

Oito estudos foram temáticos a partir das perspetivas da cultura e destacam também os processos coreográficos, a extensão universitária e a ginástica no continente americano, entrelaçados com a cultura. O processo coreográfico da GPT, segundo Antualpa e colaboradores (2021), destaca-se como um espaço de reivindicação e representação coletiva, e revela-se de grande valor para proporcionar reflexões estruturais profundas, mostrando de forma subtil e artística a Bahia que fica na sombra: a “Bahia que não se vê”.

Ainda sobre coreografia, o estudo de Oliveira *et al.* (2018) relata que a composição coreográfica na GPT tem o poder de trazer para a sua linguagem outras realidades e (re)leituras regionais, com base nos seus temas, movimentos, música, figurinos, entre outros aspetos, que de forma integrada constituem a coreografia.

Silva e Zylberberg (2016) procuraram tornar a Ginástica para Todos um difusor de cultura de forma inovadora, sem perder a autenticidade das tradições, incentivando os profissionais da área a criarem novas coreografias com maior diversidade cultural.

No que diz respeito à extensão universitária, o estudo de Lopes e Niquini (2021) defende uma extensão orientada por processos educativos plurais, científicos e sensíveis ao mundo que nos rodeia, interdisciplinares, dialógicos, críticos, reflexivos, transformadores, humanizantes e, acima de tudo, emancipatórios, rompendo com ideias naturalizadas e criando o pensamento

livre e novas formas de ver o mundo. No que diz respeito ao reconhecimento e à apropriação da cultura regional, Batista *et al.* (2023) constataram que alguns grupos de extensão se caracterizam pela criação de coreografias que representam a cultura local, a região ou uma cultura diferente. Na esfera da GPT, os aspectos culturais estão fortemente entrelaçados na criação coreográfica e expõem a valorização das histórias dos povos.

Guiados pela leitura do mundo, principalmente pelo cenário das culturas populares regionais e por temas emergentes na conjuntura nacional, Lopes e Carbinatto (2023) trazem o espírito investigativo presente no grupo de extensão universitária, o que os levou a uma imersão no tema e, conseqüentemente, à exploração de questões relacionadas ao assunto, fatores que contribuíram para a ampliação dos níveis de criticidade neles. Houve (re)construção de sentidos e significados sobre o contexto em questão. Na ginástica, é possível (re)construir sentidos e significados sobre o contexto cultural abordado, evidenciando transformações sociais nos sujeitos, um princípio essencial em propostas formativas que se pretendem humanizantes e emancipatórias (Lee; Carbinatto, 2022).

O estudo de Paoliello *et al.* (2016) analisou a participação das Federações Nacionais membros da União Pan-Americana de Ginástica (PAGU) na 14ª edição do WG, realizada em Lausanne, na Suíça, em 2011. A participação da PAGU contribuiu para aumentar a diversidade de culturas e experiências nas Américas. Os autores acreditam que as oportunidades de partilha e intercâmbio cultural por meio de um diálogo bem estruturado e de iniciativas coletivas (de grupos e organizações financiadoras que promovem o desenvolvimento da ginástica) podem ser benéficas para aproximar esses grupos e são cruciais para o desenvolvimento da Ginástica para Todos no continente.

Os oito estudos analisados neste tema enfatizam a riqueza cultural e a diversidade das práticas coreográficas, a importância da extensão universitária e o papel da ginástica na cultura do continente americano. A GPT destaca-se como o espaço democrático do momento coreográfico que permite a expressão de diferentes realidades e culturas, incentivando criações originais. Na extensão universitária, a promoção de processos educativos emancipa os participantes e promove transformações sociais.

Corporeidade

A corporeidade é um conceito multidimensional que abrange a totalidade da experiência corporal humana, indo além das simples dimensões físicas e biológicas do corpo. É uma construção social que reflete as práticas corporais de uma determinada comunidade ou grupo

social. Salienta também a importância de considerar as dimensões sociais e culturais na compreensão do corpo humano e na prática da Educação Física (Moreira; Nóbrega, 2008). Segundo Moreira e Nóbrega (2008), o caminho é longo e estamos num momento de novas possibilidades para a compreensão de um corpo em movimento, em que podemos entender essa dinâmica não mais partindo exclusivamente do movimento, mas sim do ser humano que se move.

A corporeidade na Sociedade 5.0 é crucial para a interação natural e eficaz entre seres humanos e tecnologias, promovendo a saúde, a inclusão, o desempenho físico e o bem-estar geral. Na Educação Física e nos desportos, o uso da tecnologia pode enriquecer a atividade física e os programas de treino, otimizando o desenvolvimento humano e a saúde dos indivíduos. Quatro estudos apresentam essas possibilidades.

Carbinatto *et al.* (2023) procuraram compreender as experiências do “mundo vivido” na ginástica face a diferentes metodologias de ensino: centrada no professor e centrada no aluno. A partir da perspectiva fenomenológica, a prática pedagógica só pode ser vivida como um encontro entre o educador e o aluno, e entre os próprios alunos: entre corporeidades. Investir em métodos que promovam uma experiência existencial significativa parece superar as barreiras utilitárias que foram impostas ao desporto, incluindo a ginástica, ao longo dos séculos. Viver a ginástica na sua essência pura permite um regresso às raízes da prática, focando-se na sua essência primordial: o prazer (Carbinatto; Henrique; Patrício, 2023).

Patrício e Carbinatto (2023) tiveram como objetivo refletir sobre as experiências vividas por 16 participantes de uma equipe de Ginástica para Todos no XVI evento World Gymnaestrada (WG). A experiência proporcionou aos participantes uma compreensão mais profunda do que significa a Ginástica para Todos. Ser espectador e ser ginasta e/ou fazer parte de uma equipe de ginástica criou situações que raramente, ou nunca, tinham sido vividas antes. Foi um universo de ginástica vivido e experimentado. Por isso, gerir, estudar e investigar o evento de Ginástica para Todos é essencial. Promover experiências em eventos de ginástica deve ser valorizado como um espaço de aprendizagem eficaz, encantamento e apoio à GPT.

De forma inovadora, Mota *et al.* (2022) trouxeram para o palco um evento de ginástica à distância. A percepção de uma experiência *on-line* enumerou sentimentos e sensações típicos da prática desportiva e da sua valorização dos eventos, tais como a atitude estética intrínseca à ginástica, a busca pela (auto)superação, o reconhecimento e o pertencimento social. Segundo o autor, quando os ecrãs foram desligados, os ecos da experiência vivida ressoaram, com saudades do momento de se mover livremente com os corpos. O evento fortaleceu grupos e

equipes não só para manter a sensação de pertença e/ou de estarem juntos, mas, acima de tudo, para se moverem.

Wichmann (2020) investigou como os participantes da World Gymnaestrada, o evento mundial oficial de Ginástica para Todos puramente não competitiva, percebem e vivem o processo de transição da sua vida cotidiana para o ambiente liminoide e vice-versa. O efeito liminoide, segundo o autor, refere-se a experiências fora dos contextos tradicionais que proporcionam uma sensação semelhante de estar entre pares e de viver com liberdade, criatividade, com novas formas de ver e de estar no mundo. A vida cotidiana parecia desaparecer das mentes e da imaginação dos ginastas. Esse processo inverteu-se no regresso à casa: agora, as experiências do evento estavam ligadas e fundiram-se com o ambiente familiar e a vida cotidiana em casa, que se aproximaram novamente. O estudo ajudou a compreender como a interação entre a liminaridade e a vida cotidiana proporciona *insights* sobre a forma como um evento é vivido, percebido e compreendido.

O estudo de Ferreira *et al.* (2024) aborda a sensibilidade oferecida pelas coreografias da GPT, além da reprodução cinematográfica de elementos corporais com música, em que as coreografias entram no mundo do sensível e o gesto corporal extrapola a demonstração física, criando momentos significativos tanto para os artistas quanto para o público. As formações no espaço, as mudanças de planos e as combinações inesperadas oferecem um momento de sabedoria, não só para quem assiste, mas também para o ginasta-intérprete, acrescentam os autores.

A produção de conhecimento nas premissas da Sociedade 5.0 levará a uma redefinição da forma como o corpo é tratado, uma vez que a corporeidade implica vida, existência. As investigações acima mencionadas destacam a importância de vivenciar e compreender o mundo vivido na prática da ginástica, tanto em ambientes de ensino como em eventos internacionais e virtuais. Em suma, os estudos enfatizam a importância de valorizar e estudar as experiências vividas na ginástica, tanto em contextos pedagógicos como em eventos de grande escala, para promover uma aprendizagem eficaz, o encantamento e o apoio à prática.

Tecnologia

A internet é crucial para a inovação tecnológica e o desenvolvimento de novas aplicações e serviços. Inclui tecnologias de informação e comunicação interligadas, tais como a *web*, as redes sociais, a internet móvel em desenvolvimento e a Internet das Coisas, incluindo,

por exemplo, a computação em nuvem, os megadados e a robótica, que são cada vez mais centrais para as tecnologias em rede (Unesco, 2017).

Para Lévy (1998), os ambientes virtuais proporcionados pela internet podem gerar cooperação, participação e acessibilidade ao conhecimento. O autor utiliza o termo inteligência coletiva para definir a partilha de conhecimento em grande escala: um ciberespaço antropológico, um local de interação humana e cultural que tem vindo a transformar a cultura.

A Sociedade 5.0 integra profundamente tecnologias avançadas, como Inteligência Artificial, Internet das Coisas, *big data*, robótica e 5G, na sociedade para melhorar a qualidade de vida e resolver desafios complexos. Ao contrário da Sociedade 4.0, focada na eficiência industrial, a Sociedade 5.0 coloca os seres humanos no centro, utilizando a tecnologia para abordar problemas como o envelhecimento da população, as alterações climáticas e as desigualdades sociais. Assim, a tecnologia torna-se uma ferramenta para promover o bem-estar, a sustentabilidade e novas oportunidades econômicas, estimulando inovações que beneficiam tanto a economia como a sociedade (Fukuyama, 2018).

Além disso, a Sociedade 5.0 transforma a educação e a formação, preparando os indivíduos para se adaptarem às rápidas mudanças tecnológicas. A relação entre a tecnologia e a Sociedade 5.0 é, portanto, de cooperação, sendo a tecnologia essencial para construir uma sociedade mais avançada, inclusiva e sustentável.

Na GPT, a tecnologia tem-se revelado útil e cada vez mais frequente, de acordo com os três estudos que privilegiam esse tema. Mota *et al.* (2022) descreveram experiências vividas num festival de Ginástica para Todos realizado remotamente. Nessa perspetiva remota, foram propostas diferentes manifestações de ginástica no Brasil. Esse estudo aborda o primeiro festival de ginástica *on-line*, baseado na Ginástica para Todos, realizado em agosto de 2020. Intitulado IX Festival GYMNUSP, o evento foi transmitido pelas plataformas YouTube® e Zoom®, com 37 coreografias apresentadas, nas quais os ginastas deveriam estar nas suas casas. As coreografias, editadas em vídeos, cumpriram as normas de segurança em vigor durante a pandemia. O festival revelou que a internet permite a criação de novos tipos de comunidades, supera restrições geográficas e possibilita o encontro de pessoas que partilham interesses comuns. A virtualidade pode estabelecer novas relações que aproximam as pessoas.

O estudo de Antualpa (2021) aborda a coreografia “Mundo Negro”, apresentada num festival *on-line*. A recepção por parte do público interno (grupos participantes) e externo (público em geral) foi gratificante, tendo-se observado nos comentários dos *chats* de participação de ambas as plataformas as impressões que a coreografia causou no público em geral. Percebeu-se o impacto e o potencial de representação gerados pela coreografia, devido a

comentários como: “Bahia linda terra linda”; “Alô Baeeeeaaaa”; “Bora Bahiaaaa”, e também elogios ao trabalho apresentado: “Bela coreografia!!!”, “Estou adorando!!”, “A Bahia arrasou”, “Isso é incrível”, mostram o poder da GPT e dessa coreografia para o cenário brasileiro. Mesmo que de forma virtual, revelou-se de grande valor para proporcionar reflexões estruturais profundas, revelando de forma sutil e artística a Bahia que é ofuscada, ou seja, a “Bahia que não se vê”.

O estudo de Oliveira (2022) analisou cartas de mulheres idosas praticantes de Ginástica para Todos durante a pandemia. Além da escrita de cartas, foram estimuladas mensagens em grupos do WhatsApp, onde a amizade e o sentimento de pertença eram categorias proeminentes. As relações entre as mulheres foram reforçadas nesse período de isolamento social. O estudo concluiu que o grupo de GPT constituiu, mesmo que virtualmente, uma rede de apoio durante a pandemia.

A tecnologia, especialmente no contexto da pandemia, revelou-se crucial para a Ginástica para Todos (GPT), permitindo a realização de eventos remotos que superaram barreiras geográficas e fortalecem as comunidades. O festival de ginástica *on-line* de Mota *et al.* (2022) demonstrou a possibilidade de criar conexões e comunidades através da internet. Antualpa (2021) destacou o impacto emocional e cultural de uma coreografia apresentada *on-line*, enquanto Oliveira (2022) sublinhou como a comunicação virtual reforçou os laços de amizade e apoio entre praticantes idosos da GPT. Esses estudos revelam que a virtualidade pode enriquecer e expandir o alcance e o impacto da GPT, criando novas formas de interação social e apoio.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Neste artigo, identificamos que a Ginástica para Todos (GPT) pode, de fato, melhorar a qualidade de vida de populações, incluindo grupos vulneráveis, como os idosos, ao fortalecer as ligações sociais e emocionais, bem como a saúde. Além disso, deve ser destacada a importância das competências sociais, cultivadas tanto através da prática da modalidade como do envolvimento em festivais de ginástica.

A GPT apresenta-se também como promotora da cultura, da educação e da transformação social, oferecendo um ambiente inclusivo que valoriza a diversidade cultural e o desenvolvimento pessoal. Os resultados mostram que a GPT não só melhora a saúde, como também fortalece os laços comunitários, promove a inclusão e a expressão de identidades

culturais diversas, alinhando-se com a literatura sobre integração cultural e educativa nas práticas desportivas.

Estudos sugerem que a promoção de experiências significativas e existenciais na GPT é fundamental para o desenvolvimento pessoal e a compreensão profunda da prática. A centralidade do aluno nas metodologias de ensino e a valorização das experiências em eventos são essenciais para fortalecer a prática da GPT e maximizar os seus benefícios.

A tecnologia foi crucial na adaptação da Ginástica para Todos (GPT) durante a pandemia, possibilitando eventos remotos que superaram barreiras geográficas e fortaleceram as comunidades. A virtualidade enriquece a GPT, criando novas formas de interação, apoio social e expressão cultural, ao mesmo tempo em que continua a promover a saúde, o bem-estar e a coesão social.

Esta revisão sistemática demonstrou que a Ginástica para Todos (GPT) se alinha com as aspirações da Sociedade 5.0, centrando o ser humano e promovendo uma qualidade de vida multifatorial. Assim, os resultados não só respondem aos objetivos propostos, como também fornecem pistas valiosas para a continuidade e expansão da prática da GPT.

Este estudo orienta a investigação futura para estudos empíricos, entrevistas com líderes de grupo, gestores e praticantes de GPT.

“Este estudo foi financiado em parte pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior • Brasil (CAPES) – Código de Financiamento 001”.

REFERÊNCIAS

ANTUALPA, Kizzy Fernandes; SANTOS, Emilena Sousa; NASCIMENTO, Vitória Lima; LIMA, Letícia Bartholomeu de Queiroz. A Ginástica para Todos e a Bahia que não se vê. **Motrivivência**, v. 33, n. 64, p. 1-18, 2021. Doi: <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2021.e81117>.

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e educação física escolar**. 2. ed. Campinas: Unicamp, 2007.

BATISTA, Mellina Souza. **Extensão universitária: análise dos grupos de Ginástica para Todos**. 2019. Dissertação (Mestrado em Educação Física e Esporte) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019. Doi: <https://doi.org/10.11606/D.39.2019.tde-20082019-094852>.

BATISTA, Mellina Souza; PATRÍCIO, Tamiris Lima; HENRIQUE, Nayane Ribeiro; REIS-FURTADO, Lorena Nabanete dos; CARBINATTO, Michele Viviene. Extensão universitária e ressonâncias na formação profissional: análise de grupos de Ginástica para Todos.

Motrivivência, v. 35, n. 66, p. 1-22, 2023. Doi: <https://doi.org/10.5007/2175-8042.2023.e94377>.

BORTOLETO, Marco Antônio Coelho *et al.* What motivates people to participate in a non-competitive gymnastics festival? – A case study of World Gymnastics. **Science of Gymnastics Journal**, v. 11, n. 1, p. 15-22, 2019. Disponível em: <https://cev.org.br/biblioteca/what-motivates-people-to-participate-in-a-non-competitive-gymnastics-festival-a-case-study-of-world-gymnaestrada-1/>.

BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; MENEGALDO, Fernanda Raffi; VALÉRIO, Rogério; HEINEN, Thomas. World Gymnaestrada: reasons to join a massive Gymnastics Festival. **Journal of Physical Education and Sport (JPES)**, v. 23, n. 3, p. 756-763, 2023. Disponível em: <https://efsupit.ro/images/stories/martie2023/Art%2093.pdf>.

CARBINATTO, Michele Viviene; FURTADO, Lorena Nabanete Reis. Choreographic process in Gymnastics for All. **Science of Gymnastics Journal**, v. 11, n. 3, p. 343-353, 2019. Doi: <https://doi.org/10.52165/sgj.11.3.343-353>.

CARBINATTO, Michele Viviene; HENRIQUE, Nayane Ribeiro; PATRÍCIO, Tamiris Lima. Se-Movimentar ginástico: um olhar fenomenológico sobre o processo de ensino e aprendizagem da ginástica. **Educação & Realidade**, v. 49, e202349248, 2023. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202349247388>.

CONTESSOTO, Gabriela Simoneti de Moraes; MENEGALDO, Fernanda Raffi; PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos e corpos experientes: um diálogo entre a ginástica e outras práticas corporais. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 2, p. 57-63, 2021. Doi: <https://doi.org/10.36453/cefe.2021.n2.27405>.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All**. Paris: FIG, 2020. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/site/discipline.php?disc=1>.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All**. Manual. Paris: FIG, 2023. Disponível em: https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_Gymnastics%20for%20All%20Manual,%20Edition%202023.pdf.

FERREIRA, Aline *et al.* Festival or championship? Gymnastics experiences for everyone. **Journal of Physical Education**, v. 35, e3509, 2024. Doi: <https://doi.org/10.4025/jphyseduc.v35i1.3509>.

FRANCO, Neil; CRESCÊNCIO, Fernando Araújo; OLIVEIRA, Bianca Damasceno; BRANQUINHO, Gustavo Bernardes Padovan. Ginástica Geral/Ginástica para Todos: possibilidades de vivência da inclusão e do respeito às diferenças pela via da prática de atividade física na perspectiva do lazer. **Revista Educação e Fronteiras**, v. 11, n. 2, e021031, 2021. Doi: <https://doi.org/10.30612/eduf.v11iesp.2.16489>.

FUKUYAMA, Mayumi. Society 5.0: aiming for a new human-centered society. **Japan SPOTLIGHT**, p. 47-50, 2018. Disponível em: https://www.jef.or.jp/journal/pdf/220th_Special_Article_02.pdf.

GALVÃO, Maria Cristiane Barbosa; RICARTE, Ivan Luiz Marques. Revisão sistemática da literatura: conceituação, produção e publicação. **Logeion**, v. 6, n. 1, p. 57-73, 2020. Doi: <https://doi.org/10.21728/logeion.2019v6n1.p57-73>.

GEERTZ, Clifford. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: LTC, 1989.

HENRIQUE, Nayane Ribeiro. **Aula centrada no aluno e aula centrada no professor: experiência na Ginástica para Todos**. 2020. Dissertação (Mestrado em Educação Física e Esporte) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020. Doi: <https://doi.org/10.11606/D.39.2020.tde-14052021-203514>.

HENRIQUE, Nayane Ribeiro; PATRÍCIO, Tamiris Lima; BATISTA, Mellina Souza; REIS-FURTADO, Lorena Nabanete dos; CARBINATTO, Michele Vivienne. Percepção de ginastas a diferentes propostas pedagógicas na ginástica para todos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 30, n. 3, 2022. Doi: <https://doi.org/10.31501/rbcm.v30i3.14327>.

LEÓN, Kiko; GAMONALES, José Martín; GÓMEZ-CARMONA, Carlos David; LEAL-BELLO, Guadalupe; MUÑOZ-JIMÉNEZ, Jesús. Análisis de los factores que influyen en la cooperación deportiva en las actividades gimnásticas grupales no competitivas. **Retos**, v. 37, p. 532-539, 2019. Doi: <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71399>.

LEVY, Pierre. **A inteligência coletiva: por uma antropologia do ciberespaço**. São Paulo: Loyola, 1998.

LIMA, Leticia Bartholomeu de Queiroz; MURBACH, Marina Aggio; AFONSO, Paulo Roveri de; SANTOS, Patrícia Gracioli dos; SCHIAVON, Laurita Marconi. A Ginástica Geral no Ensino Fundamental na cidade de Rio Claro/SP: a perspectiva dos alunos. **Conexões**, v. 13, n. esp., p. 27-38, 2015. Doi: <https://doi.org/10.20396/conex.v13iEsp..8637574>.

LOPES, Priscila; CARBINATTO, Michele Vivienne. Ginástica para Todos e cultura popular: (re)conhecimento e valorização de manifestações populares. **Conexões**, v. 20, e022031, 2022. Doi: <https://doi.org/10.20396/conex.v20i00.8670839>.

LOPES, Priscila; CARBINATTO, Michele Vivienne. Princípios da pedagogia freiriana na extensão universitária em Ginástica para Todos. **Revista Brasileira de Educação**, v. 28, e280008, 2023. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-24782023280008>.

LOPES, Priscila; NIQUINI, Cláudia Mara. Do barro à arte: experiências de diálogo entre a extensão universitária e a cultura popular. **Revista de Educação, Ciência e Cultura**, v. 26, n. 1, p. 1-19, 2021. Doi: <https://doi.org/10.18316/recc.v26i1.7512>.

LOPES, Priscila; SANTOS, Loizy Maria Gomes. “Ginasticando na melhor idade”: experiências da Ginástica para Todos em um projeto de extensão universitária. **LICERE**, v. 24, n. 1, p. 797-828, 2021. Doi: <https://doi.org/10.35699/2447-6218.2021.29535>.

MENEGALDO, Fernanda Raffi. **Ginástica para Todos: por uma noção de coletividade**. 2018. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2018. Doi: <https://doi.org/10.47749/T/UNICAMP.2018.1005441>.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. O impacto do tamanho do grupo no desenvolvimento do potencial social da Ginástica para Todos: uma análise a partir da Praxiologia Motriz. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 46, e20230093, 2024. Doi: <https://doi.org/10.1590/rbce.45.e20230093>.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. The role of time and experience to the Gymnastics for All practice: building a sense of collectivity. **Science of Gymnastics Journal**, v. 12, n. 1, p. 19-26, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/341447701_THE_ROLE_OF_TIME_AND_EXPERIENCE_TO_THE_GYMNASTICS_FOR_ALL_PRACTICE_BUILDING_A_SENSE_OF_COLLECTIVITY.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Who are “all”? Investigating the profile of Brazilian Gymnastics for All groups. **Educación Física y Ciencia**, v. 26, n. 2, e297, 2024. Doi: <https://doi.org/10.24215/23142561e297>.

MOREIRA, Wagner Wey; NÓBREGA, Terezinha Petrucia. Fenomenologia, Educação Física, Desporto e Motricidade: convergências necessárias. **Revista Cronos**, v. 9, n. 2, p. 349-360, 2008. Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/cronos/article/view/1781>.

MORENO, Natália Lopes; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Influências da prática da Ginástica Para Todos para a saúde na velhice: percepções dos praticantes. **Conexões**, v. 16, n. 4, p. 468-487, 2018. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8653930>.

MOTA, Kaio César Celli; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Vivienne. “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um Festival de Ginástica para Todos em tempos de pandemia. **Movimento**, v. 28, e28026, 2022. Doi: <https://doi.org/10.22456/1982-8918.120258>.

NAHAS, Markus V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo. 7. ed. Florianópolis: Ed. do autor, 2017.

NOVAES, Danyelle; ORTIZ, Graciela. **Soft Skills**: muito além de diplomas. Goiânia: Kelps, 2022.

OLIVEIRA, Jéssica Shizuka Yahiro da Silva; SILVA, Felipe de Souza; MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos: notas sobre a composição coreográfica por praticantes idosas. **Motricidades – Revista da Sociedade de Pesquisa Qualitativa em Motricidade Humana**, v. 4, n. 3, p. 272-285, 2020. Doi: <https://doi.org/10.29181/2594-6463-2020-v4-n3-p272-285>.

OLIVEIRA, Michele Ferreira de. Sobre a escuta e a escrita de idosas praticantes de Ginástica para Todos na pandemia. **Conexões**, v. 20, e022036, 2022. Doi: <https://doi.org/10.20396/conex.v20i00.8670990>.

OLIVEIRA, Michele Ferreira de; IWAMOTO, Thiago Camargo; SOUZA, Lúcia Acyoli. de; TOLEDO, Eliana. de. Desmistificando a Ginástica para Todos: as percepções de participantes

de um projeto de extensão. **Conexões**, v. 16, n. 2, p. 207-224, 2018. Disponível em: <https://periodicos.sbu.unicamp.br/ojs/index.php/conexoes/article/view/8654054>.

PAGE, Matthew J. *et al.* The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. **Systematic Reviews**, v. 10, n. 89, p. 1-11, 2021. Doi: <https://doi.org/10.1186/s13643-021-01626-4>.

PAOLIELLO, Elizabeth *et al.* Participation of the Pan-american gymnastics union in the 2011 World Gymnaestrada. **Science of Gymnastics Journal**, v. 8, n. 1, p. 71-83, 2016. Disponível em: <https://journals.uni-lj.si/sjg/article/view/22241>.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; CARBINATTO, Michele Viviene. Festivais de ginástica no mundo e no Brasil: reflexões gerais. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, v. 30, n. 1, p. 199-216, 2016. Doi: <https://doi.org/10.1590/1807-55092016000100199>.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. Lived experiences of participants in the World Gymnaestrada: recognizing “for all”. **Science of Gymnastics Journal**, v. 15, n. 1, p. 109-119, 2023.

SANTOS, Thyago Thacyano de Souza dos; NOBRE, Juliana Nogueira Pontes; NIQUINI, Cláudia Mara; LOPES, Priscila. Ginástica para Todos nas aulas de Educação Física: um estudo de caso. **Conexões**, v. 16, n. 4, p. 450-467, 2018. Doi: <https://doi.org/10.20396/conex.v16i4.8653973>.

SILVA, Tailan Ewerk Dantas da; ZYLBERBERG, Tatiana Passos. Possibilidades de inserção da cultura popular da região norte do Brasil em coreografias de Ginástica para Todos. **Conexões**, v. 14, n. 4, p. 47-75, 2016. Doi: <https://doi.org/10.20396/conex.v14i4.8648070>.

SILVA, Felipe de Souza; MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos: um olhar sobre o desenvolvimento das relações sociais em grupos de idosos. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, v. 30, n. 1, 2022. Doi: <https://doi.org/10.31501/rbcm.v30i1.12098>.

SOBREIRA, Vickle; NISTA-PICCOLO, Vilma Lení; MOREIRA, Wagner Wey. A Ciência do Desporto na perspectiva de Jorge Bento para a formação de professores de Educação Física. **Olhares & Trilhas**, v. 22, n. 2, p. 326-345, 2020. Doi: <https://doi.org/10.14393/OT2020v22.n.2.52363>.

UNESCO. **As pedras angulares para a promoção de sociedades do conhecimento inclusivas**: acesso à informação e ao conhecimento, liberdade de expressão, privacidade e ética na Internet global. Paris: UNESCO, 2017. Disponível em: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000260742>.

WICHMANN, Angela. From everyday life into the liminoid and back again: transportation processes in the case of the world gymnastics for all event, the Gymnaestrada. In: LAMOND, I. R.; MOSS, J. (ed.). **Liminality and Critical Event Studies**. Berlim: Springer, 2020. p. 119-133.

4 ARTIGO 2 – POR UMA GINÁSTICA 5.0: INOVAÇÃO E INCLUSÃO NA SOCIEDADE SUPERINTELIGENTE

Cláudia Xavier Correa
Heglison Custódio de Toledo
Michele Viviane Carbinatto
Clara Mockdece Neves

RESUMO

A Sociedade 5.0 emerge como um paradigma promissor, colocando o ser humano no centro do desenvolvimento tecnológico para melhorar a qualidade de vida. Este estudo reconhece seu potencial, mas adota uma postura crítico-construtiva, investigando como é possível garantir essa centralidade humana diante de riscos reais, como a vigilância e a apropriação de dados. Para isso, introduz o conceito de “Ginástica 5.0”, tomando a Ginástica para Todos (GPT) como lente de leitura privilegiada, ou seja, um ideal de prática corporal capaz de materializar, na experiência concreta, valores de cooperação, criatividade e acolhimento das diferenças. Dialogando com pensadores como Elias (processos civilizatórios), Foucault (cuidado de si) e Zuboff (riscos do controle), o artigo busca uma síntese que vai da crítica à proposição. O objetivo é examinar de que modo os pilares da GPT – diversão, saúde, aprendizagem, amizade e prática ao longo da vida – podem orientar e humanizar o projeto tecnológico da Sociedade 5.0. Considera-se que a Sociedade 5.0 encontrará seu pleno potencial não na simples adoção de tecnologias, mas na sua fusão consciente com princípios humanistas, como os encarnados pela GPT.

Palavras-chave: sociedade 5.0; ginástica; ginástica para todos; tecnologia; inclusão.

INTRODUÇÃO

A aceleração nas transformações sociais é uma realidade palpável, reconfigurando desde os hábitos mais corriqueiros até as estruturas mais complexas do trabalho, do lazer e da educação. À beira do que se convencionou chamar de Sociedade 5.0, deparamos com um modelo, concebido inicialmente no Japão, que coloca o ser humano como o foco do desenvolvimento tecnológico. O conceito de Sociedade 5.0 foi originalmente proposto pelo governo japonês como parte do 5º Plano Básico de Ciência e Tecnologia (2016-2020), representando uma nova etapa civilizatória que sucede a Sociedade da Informação ao integrar o ciberespaço e o espaço físico para solucionar problemas sociais e promover o bem-estar humano. Esse paradigma promete harmonizar o progresso digital com a qualidade de vida e a resolução de desafios sociais urgentes por meio da convergência de *big data*, Inteligência Artificial e Internet das Coisas (Hitachi, 2020).

Contudo, este artigo propõe uma reflexão crítica e construtiva sobre esse modelo, indo além de sua visão otimista e unilateral. Por trás do discurso, persistem questões fundamentais, que serão o cerne de nossa investigação: O homem estará realmente no centro ou será um produto dessas transformações? Os benefícios serão distribuídos de forma equitativa? A promessa de liberdade e bem-estar não ocultaria, na verdade, mecanismos mais refinados de controle e vigilância? Para enfrentar essas questões, nosso referencial teórico se apoia em autores como Foucault (1999; 2019), com sua análise do poder disciplinar e do biopoder; Elias (1990; 1994), com sua teoria do processo civilizatório; e Zuboff (2020), com a denúncia do “capitalismo de vigilância”. Seus alertas sobre os riscos de instrumentalização da tecnologia são fundamentais para construirmos, de forma consciente, uma integração mais equilibrada entre o humano e o tecnológico.

É nesse cenário de tensão entre utopia e distopia que este artigo se insere, propondo um diálogo inovador e conciliador entre a Sociedade 5.0 e a Ginástica para Todos (GPT). A GPT, enquanto prática gímnica desvinculada do rendimento esportivo e centrada na coletividade (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2016), encontra uma definição conceitual precisa no trabalho de Menegaldo e Bortoleto (2020). Esses autores aprofundam a análise ao caracterizarem a GPT como uma prática sociomotriz, realçando o seu carácter eminentemente grupal. Eles salientam que a ausência de regras e códigos gestuais rígidos implica múltiplas possibilidades de combinação entre os elementos constituintes da prática, nomeadamente diferentes espaços, diversos implementos (materiais) e distintos perfis de praticantes. Essa natureza flexível e inclusiva é o que a torna uma ferramenta conceitual privilegiada para inspirar e modelar a Sociedade 5.0. Se, por um lado, a experiência da GPT para o ambiente digital durante a pandemia demonstrou o potencial da tecnologia para ampliar o acesso e fomentar novas formas de interação (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2024), por outro, levantou o desafio de preservar a riqueza da vivência coletiva, na qual sincronia e coesão grupais se constroem na partilha de um mesmo espaço físico. Esse exemplo prático ilustra a necessidade central que este artigo defende: a de que a tecnologia deve ser moldada por princípios humanistas.

Ao articular esse debate, este artigo aspira contribuir não apenas para a discussão acadêmica sobre o futuro das práticas corporais, mas também para a construção de uma visão mais plural, inclusiva e consciente da relação entre tecnologia e sociedade na emergente Sociedade 5.0. Para tal, introduz o conceito de “Ginástica 5.0”, tomando a GPT – com seus pilares de diversão, saúde, aprendizagem, amizade e prática ao longo da vida – como um modelo inspirador. Assim, define-se como objetivo examinar de que modo a GPT, enquanto expressão da “Ginástica 5.0”, pode servir como modelo analítico e propositivo para orientar e

humanizar a centralidade do ser humano e a qualidade das interações sociais no projeto tecnológico da Sociedade 5.0.

DESVELANDO AS TENSÕES DA SOCIEDADE 5.0: O DISCURSO E A CRÍTICA

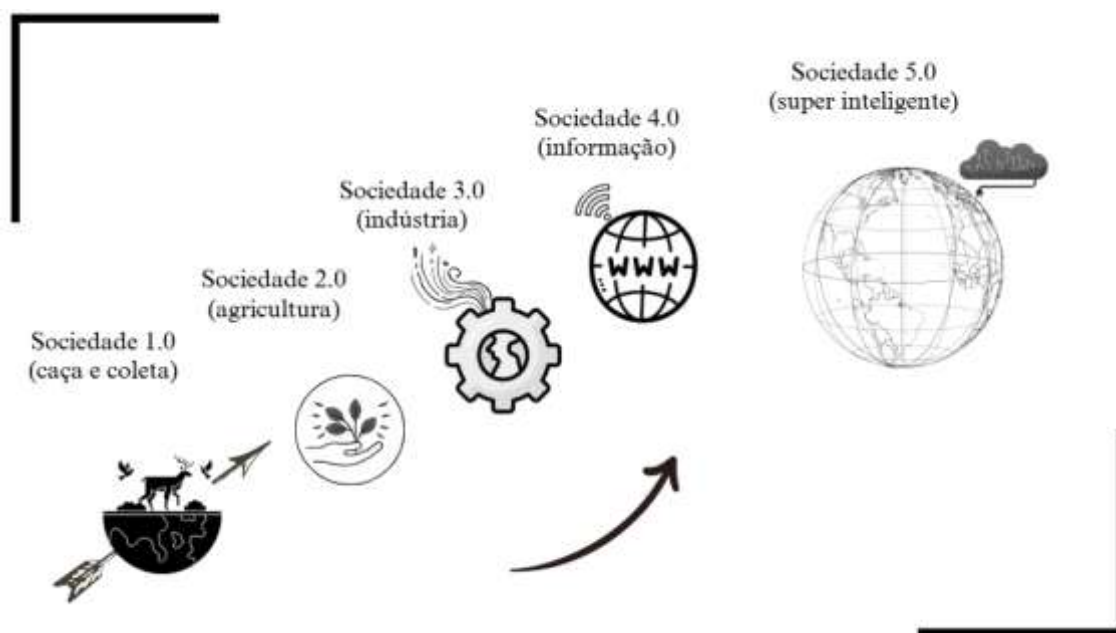
Nos últimos anos, a sociedade vem se transformando em velocidade acelerada. Basta pensar no surgimento dos *smartphones*, nos diferentes formatos de compras, trabalho, estudo, lazer e prática de exercícios físicos. À beira de uma nova Era, emerge a Sociedade 5.0. Esta conceitualiza o ser humano como ponto focal do desenvolvimento, incitando-o a se reconectar com seus valores essenciais, como viver harmoniosamente em comunidade, preservando suas identidades individuais. Esse modelo social está entrelaçado à tecnologia, a fim de fornecer soluções que melhorem a vida das pessoas. A Sociedade 5.0 propõe uma viagem rumo a um futuro socialmente tecnológico desvelando-se no horizonte e lançando mão das fronteiras das tecnologias cibernéticas para melhorar saúde, mobilidade, educação, produtividade, desafios sociais, dados abertos, segurança cibernética e governança mundial de dados (Guimarães *et al.* 2019).

Em 2016, o governo japonês divulgou o 5º Plano Básico de Ciência e Tecnologia propondo a ideia de uma sociedade futura superinteligente orientada pela inovação científica e tecnológica (Hitachi, 2020). Embora o termo e as pesquisas relacionadas à Sociedade 5.0 sejam relativamente recentes, o Japão vem discutindo ativamente um reposicionamento de tecnologias desenvolvidas, principalmente, por interesse próprio para melhorar a qualidade de vida dos japoneses (Fukuyama, 2018). O termo “5.0” é utilizado porque reconhece que a sociedade já superou três fases evolutivas, estando atualmente na Sociedade 4.0, conhecida como a Era da Informação, o século XX, berço da globalização, que aglutina transformações complexas, reunindo aspectos econômicos e tecnológicos.

As três fases anteriores foram a Sociedade 1.0 caçadora-coletora e nômade, na qual a atividade humana e sua relação com a natureza acontecia de modo exploratório; a Sociedade 2.0 agrária e organizada em estados, cuja atividade agrícola continua sendo a ocupação predominante, mas inicia-se o desenvolvimento do comércio, diversificando as atividades laborais; e a Sociedade 3.0 é aquela da produção em massa, industrial, com o consumo fundamentado pela economia de fornecimento de bens e serviços demandados pela sociedade. A Sociedade 4.0 caracterizou-se pelo advento da internet e pela globalização. Essas transformações na organização social nos mostram novas formas de vida, e consequentemente o encontro de novas culturas, direcionando o homem a encontrar-se consigo mesmo (Toledo;

Bara Filho, 2019). A Figura 13 abaixo ilustra a evolução social destacando a Sociedade 5.0 como uma evolução natural das etapas anteriores, centrada na tecnologia para enfrentar os desafios contemporâneos.

Figura 13 – A jornada civilizatória: dos primórdios ao digital



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Utilizando-se de tecnologias como *big data*, Inteligência Artificial e Internet das Coisas (IoT – *Internet of Things*), a Sociedade 5.0 pretende criar soluções com foco nas necessidades humanas. Esse modelo busca prover os serviços necessários para o bem-estar a qualquer hora, em qualquer lugar e para qualquer pessoa. Questões como envelhecimento da população, mudanças climáticas, escassez de recursos e problemas de saúde serão beneficiadas pelos avanços da tecnologia. Busca-se criar um ambiente em que as tecnologias colaborem com os seres humanos para melhorar a qualidade de vida, promover a sustentabilidade e resolver problemas urgentes (Hitachi, 2020).

Algumas características dessa Sociedade 5.0 se destacam, como: conexão total a partir de uma infraestrutura de comunicação altamente desenvolvida que conecta todos os aspectos da vida cotidiana, permitindo a troca instantânea de informações e serviços; uso de dados em que a coleta, a análise e o seu uso ético em grandes quantidades serão úteis para tomar decisões informadas e personalizar serviços; a integração da Inteligência Artificial em várias aplicações para automatizar tarefas, melhorar a tomada de decisões e a eficiência; a colaboração homem-máquina numa interação harmoniosa entre seres humanos e máquinas, com tecnologias que apoiam e aprimoram a capacidade humana; e a solução de problemas sociais na aplicação dessas

tecnologias para abordar desafios como saúde, mobilidade, educação, energia e meio ambiente (Hitachi, 2020).

Em essência, trata-se de uma convergência holística de todas as tecnologias, visando primordialmente à simplificação e ao aprimoramento da existência humana. Sendo ela a mais nova Era da evolução, passa, ainda, pela compreensão de que tudo no futuro estará conectado, que a sociedade terá que ser adaptável, e que essa mudança promete revolucionar a sociedade por um bem maior: a humanidade (Guimarães *et al.* 2019).

Dessa forma, a sociedade futura consolidará valores e desenvolverá serviços com o propósito de melhorar a qualidade de vida das pessoas, tornando-a mais sustentável e adaptável. Essa sociedade tem a perspectiva de oferecer soluções para desafios como envelhecimento da população, longevidade humana, cura de doenças graves, previsão e gestão de catástrofes; com ela, emerge a Inteligência Ambiental (AmI), entendida como a capacidade de integrar práticas humanas, tecnológicas e sociais de forma a preservar e regenerar o ambiente, otimizando a relação entre inovação, bem-estar humano e sustentabilidade sistêmica. Além disso, a sociedade futura irá contar com infraestrutura avançada e transformação das *fintechs*, em que o dinheiro será virtual e a própria concepção de riqueza sofrerá mudanças. Os avanços tecnológicos almejados incluem a restauração da mobilidade para aqueles que a perderam, a redução da dependência física na locomoção, a integração de *drones* e robôs como membros da família, além da redefinição do conceito de velhice (Fukuyama, 2018; Gams *et al.*, 2019).

No entanto, também levanta questões sobre privacidade, segurança cibernética, ética e necessidade de garantir que os benefícios sejam distribuídos de forma justa e equitativa para toda a população. De acordo com a ética na esfera global, as normas, as regras e os procedimentos que regem o comportamento *on-line* e o desenho da internet e das mídias digitais afins estão baseados em princípios éticos ancorados nos direitos humanos e voltados à proteção da dignidade e da segurança dos indivíduos no ciberespaço, promovendo acessibilidade, abertura e inclusão na internet. Por exemplo, o uso da internet deve ser sensível a considerações éticas, como a não discriminação baseada em gênero, idade ou deficiência. Ademais, seu uso deve ser moldado pela ética, em vez de ser usado para justificar práticas e políticas de forma retrospectiva, focando na intencionalidade das ações, assim como nos resultados das políticas e práticas de internet (UNESCO, 2017).

OS QUATRO PILARES ESTRUTURANTES DA SOCIEDADE 5.0

Conforme proposto por Hitachi (2020), a Sociedade 5.0 define-se por ser centrada no ser humano, intensiva em conhecimento, caracterizada pela fusão entre o ciberespaço e o espaço físico e orientada por dados. Esses quatro conceitos serão desenvolvidos abaixo.

O primeiro conceito traz a ideia de que o “homem está no centro do processo”. Isso significa que as tecnologias e os sistemas são projetados e implementados com o objetivo principal de melhorar a qualidade de vida das pessoas e atender às necessidades humanas. Essa abordagem coloca os seres humanos no centro das considerações e decisões relacionadas à tecnologia e à inovação, em contraposição à busca por avanços tecnológicos por si só. A tecnologia estará a serviço de melhorias para a humanidade, garantindo uma vida de qualidade e conforto, e soluções dos problemas sociais.

É possível que algumas pessoas fiquem assustadas com a velocidade do desenvolvimento tecnológico no mundo atual, e o conceito de Sociedade 5.0 pode trazer algum tipo de alívio. Esqueça aquele medo de distopias, em que a Inteligência Artificial evolui de tal modo que as máquinas tomam o controle do planeta. Na Sociedade 5.0, o foco do desenvolvimento de soluções tecnológicas está no bem-estar humano, na qualidade de vida e na resolução de problemas sociais. Embora pareça ficção científica, em termos de complexidade tecnológica, essa é uma realidade bastante palpável. O maior desafio não é técnico e sim a mobilização e articulação entre autoridades, desenvolvedores da tecnologia e cidadãos em torno do objetivo comum de tornar a Sociedade 5.0 real.

Alguns aspectos-chaves desse conceito estão no foco das necessidades humanas com o propósito de melhorar a qualidade de vida, resolver problemas e facilitar a vida das pessoas. As tecnologias da informação e comunicação são usadas como ferramentas para capacitar os indivíduos, tornando suas vidas mais convenientes, eficientes e satisfatórias. Objetiva-se criar sistemas nos quais humanos e máquinas colaborem de maneira eficaz e harmoniosa. As máquinas são projetadas para apoiar as habilidades humanas e não para substituí-las. Valoriza-se a personalização e a inclusão, por meio das quais produtos, serviços e experiências atendam às necessidades individuais (Hitachi, 2020).

Além disso, busca-se garantir que a tecnologia seja acessível e inclusiva para todas as pessoas, independentemente de suas habilidades ou circunstâncias. Por fim, ética e responsabilidade são fundamentais na tomada de decisões relacionadas à tecnologia. Isso envolve preocupações com privacidade, segurança, transparência e justiça no uso de tecnologias avançadas (Hitachi, 2020).

Em resumo, na proposta original da Sociedade 5.0, concebida por pesquisadores e planejadores japoneses, a tecnologia é postulada como uma ferramenta benigna para aprimorar a qualidade de vida e solucionar problemas sociais, econômicos e ambientais, colocando os seres humanos no centro do processo. Essa narrativa fundadora visa a assegurar que os avanços tecnológicos beneficiem a sociedade como um todo e promovam o bem-estar humano. Contudo, é crucial salientar que essa visão representa predominantemente o lado “bom” da equação, focando nas potencialidades e intenções positivas, enquanto os possíveis desdobramentos negativos, contradições e efeitos colaterais de tal modelo foram, em grande parte, deixados em segundo plano na formulação inicial. É precisamente sobre essa lacuna discursiva que o presente estudo irá se debruçar, problematizando e retrucando tais afirmativas ao longo de seu desenvolvimento.

O segundo conceito diz respeito a uma sociedade intensiva em conhecimento, colocando ênfase significativa no uso, produção e disseminação de conhecimento como um dos principais impulsionadores de seu desenvolvimento e progresso. Nesse contexto, no conhecimento formal, incentiva-se aprender coisas diferentes e de maneiras distintas por experiências, projetos, testes e muita “mão na massa”: uma cultura do conhecimento voltada para a inovação, a invenção, a resolução de problemas, a programação, a colaboração e a cultura *maker*. No conhecimento prático e experiencial, valoriza-se a capacidade de utilizar as informações de forma eficaz (Guevara, 2007).

Um dos aspectos desse conceito é a “economia do conhecimento”, em que o uso e o comércio de conhecimento e de informações incluem setores como tecnologia da informação, pesquisa e desenvolvimento, educação avançada e indústrias criativas. O acesso à educação é amplo e de alta qualidade em todos os níveis, desde a educação infantil até a educação superior e o aprendizado ao longo da vida. Isso é fundamental para capacitar as pessoas a adquirirem conhecimento e habilidades relevantes. A inovação tecnológica é incentivada e apoiada, e o conhecimento é usado para impulsionar o desenvolvimento de novas tecnologias, produtos e serviços que melhorem a vida das pessoas e a eficiência econômica. Uma sociedade intensiva em conhecimento promove a colaboração e o compartilhamento de informações e experiências. Isso pode ocorrer entre indivíduos, organizações, instituições de pesquisa e governos. O conhecimento é usado para tomar decisões informadas em todos os aspectos da vida, desde a gestão de negócios até as políticas públicas. A análise de dados e informações é uma parte fundamental desse processo (Hitachi, 2020).

A aprendizagem ao longo da vida é incentivada e as pessoas são estimuladas a se desenvolver pessoal e profissionalmente, adquirindo novos conhecimentos e habilidades ao

longo de suas vidas. O conhecimento é visto como uma fonte de criação de valor econômico e social. As empresas e as pessoas são incentivadas a criar valor por meio da inovação, da resolução de problemas e da geração de ideias. Com a globalização e a conectividade, uma Sociedade 5.0 intensiva em conhecimento busca se envolver na troca e difusão de conhecimento e na colaboração em escala global. De acordo com a UNESCO (2017), as Sociedades do Conhecimento universais baseiam-se em uma internet livre, aberta e confiável que proporcione às pessoas a possibilidade não apenas de acessar recursos de informação do mundo inteiro, mas, também, de contribuir com informação e conhecimento para comunidades locais e globais. O conhecimento está no centro do desenvolvimento social, econômico e tecnológico, reconhecendo sua importância na solução de problemas, na melhoria da qualidade de vida e no avanço da sociedade como um todo.

O terceiro conceito proposto está na fusão entre o ciberespaço e o espaço físico, referindo-se à integração cada vez mais profunda das tecnologias digitais e da internet com o mundo físico em que vivemos. Isso envolve a interconexão e a sobreposição entre o ambiente virtual (ciberespaço) e o ambiente real (espaço físico) de maneira que as fronteiras entre eles se tornem menos distintas. Essa fusão tem várias implicações e aplicações significativas: A IoT é um componente-chave da Sociedade 5.0, na qual os objetos do mundo real são conectados à internet e podem coletar e fazer troca de dados. Essa interconexão permite que os objetos físicos se tornem inteligentes e possam ser controlados remotamente ou tomem decisões autonomamente com base nos dados coletados. A fusão do ciberespaço com o espaço físico também inclui o uso de tecnologias de realidade aumentada e realidade virtual para criar experiências imersivas que combinam elementos virtuais com o mundo real. Isso pode ser aplicado em áreas como jogos, treinamento, medicina, educação e *design*. Nas cidades inteligentes, sensores, redes de comunicação e análise de dados são usados para melhorar a qualidade de vida dos cidadãos. Isso pode incluir sistemas de transporte inteligentes, monitoramento ambiental em tempo real e gerenciamento eficiente de recursos urbanos (Cunha *et al.*, 2016).

A capacidade de trabalhar e aprender remotamente, com a ajuda da tecnologia, é uma manifestação clara da fusão entre o mundo virtual e o mundo físico. Isso se tornou especialmente evidente durante a pandemia de COVID-19. A fusão entre o ciberespaço e o espaço físico também traz desafios relacionados à segurança cibernética e à proteção da privacidade, uma vez que a interconexão entre os dois ambientes pode expor sistemas e dados a ameaças digitais. Em resumo, a fusão entre o ciberespaço e o espaço físico na Sociedade 5.0 se refere à integração de tecnologias digitais, conectividade e dados com o mundo real para

melhorar a eficiência, a qualidade de vida e a resolução de problemas. Isso está transformando a forma como vivemos, trabalhamos, nos comunicamos e interagimos com o ambiente ao nosso redor (Hitachi, 2020).

Para a integração da tecnologia na vida das pessoas, as *soft skills* (habilidades interpessoais) são fundamentais e, de fato, podem se tornar ainda mais relevantes na Sociedade 5.0, pois desempenham um papel crítico para garantir uma sociedade equitativa, bem-sucedida e orientada para o bem-estar. Segundo Novaes e Ortiz (2022), *soft skills* são competências comportamentais que definem a maneira como interagimos socialmente e as nossas atitudes diante de diferentes contextos ou situações. À medida que a comunicação digital se torna onipresente, a capacidade de se comunicar de forma clara é crucial. Isso inclui a capacidade de se expressar bem por escrito, em vídeo e em plataformas de mídia social. Em uma sociedade cada vez mais digital, a capacidade de compreender e se relacionar com as emoções e necessidades dos outros é essencial para manter relações humanas significativas e promover a empatia nas interações *on-line*.

As interações digitais se tornam mais comuns, com isso os conflitos também podem surgir. Habilidades de resolução de conflitos são importantes para lidar com mal-entendidos de maneira construtiva. Pessoas com a habilidade de se adaptar rapidamente a novas tecnologias e aprender continuamente terão vantagem. Muitos trabalhos e projetos são realizados remotamente; a capacidade de colaborar efetivamente com colegas de todo o mundo se torna importante. Os líderes na Sociedade 5.0 devem ser capazes de criar ambientes inclusivos e diversificados, onde pessoas de diferentes origens e habilidades podem contribuir de maneira significativa. Desenvolver e cultivar as *soft skills* são fundamentais para o sucesso e a prosperidade nessa Era de avanços tecnológicos (Novaes; Ortiz, 2022).

O quarto conceito traz uma sociedade orientada por dados, com ênfase significativa na coleta, análise e uso de dados como parte fundamental de suas operações, tomadas de decisão e desenvolvimento. Nesse contexto, os dados são considerados um recurso valioso que impulsiona a inovação, a eficiência e o progresso em diversos setores da sociedade, incluindo governos, empresas e instituições. A coleta de dados é abundante, generalizada e abrange uma ampla gama de fontes, incluindo sensores, dispositivos móveis, redes sociais, transações financeiras e muito mais. Essa coleta é, muitas vezes, contínua e em tempo real. A análise de dados é realizada com o uso de tecnologias como Inteligência Artificial, aprendizado de máquina e análise de *big data*. Isso permite a identificação de tendências, padrões e *insights* que podem orientar a tomada de decisões. As tomadas de decisões em uma Sociedade 5.0 são frequentemente informadas por dados sólidos e análises rigorosas (Hitachi, 2020).

Os serviços são frequentemente personalizados com base nos dados do usuário, proporcionando experiências mais relevantes e eficazes. Isso se aplica a áreas como saúde, educação, transporte, segurança pública e muito mais; comum também em áreas como *marketing*, entretenimento e comércio eletrônico. Os dados são usados para prever eventos futuros e, em alguns casos, para preveni-los. Por exemplo, a análise de dados pode ser usada para prever epidemias, problemas de tráfego ou falhas em equipamentos industriais. A otimização de processos e sistemas com base em dados ajuda a melhorar a eficiência em setores como manufatura, logística e energia. A gestão eficaz de recursos – como energia, água e transporte – é facilitada pela análise de dados em tempo real (Schonberger; Cukier, 2013).

Por fim, o conhecimento acumulado de um lugar poderá ser aplicável a nações emergentes, ultrapassando barreiras físicas e temporais. Em qualquer área de atuação humana, a utilização de dados ajuda a identificar e traçar estratégias. Os dados estão se tornando ativos de valor na Era Digital, de onde podem ser extraídos *insights*, valores, conhecimento, orientando seu uso adequado. Esses dados ajudam a modelar situações do ciberespaço para o mundo físico real.

A Figura 14 sintetiza os quatro pilares da Sociedade 5.0 abordados neste subitem.

Figura 14 – Os quatro pilares da Sociedade 5.0: humanização, conhecimento, fusão digital-física e dados



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A VIRADA CRÍTICA: PROBLEMATIZANDO O DISCURSO OFICIAL

A proposta elaborada pelo Laboratório Hitachi – UTokyo não apresenta claramente os caminhos para resolver e implantar os conceitos acima apresentados, deixando muitas perguntas em aberto. De todo, pretende-se neste estudo estimular discussões sobre a relação entre tecnologia e sociedade e como essa relação evoluirá no futuro. Cabe aqui, de forma curiosa e desafiadora, aproximar esse debate da GPT, por sua inegável contribuição para a sociedade, quer seja na obtenção de saúde e qualidade de vida, quer seja na aquisição de aptidões motoras proporcionadas pela ampla gama cultural de movimentos, e na aprendizagem, desenvolvimento e vivência de valores fraternos, lúdicos, morais, sociais e éticos.

Entretanto, é pertinente destacar que para realizar plenamente seu potencial, a Sociedade 5.0 precisa enfrentar tensões e oportunidades ocultas. O homem no centro do processo aponta para um conceito abstrato e universal: um sujeito ocidental, branco e produtivo. Segundo Santos (2010), a centralidade do ser humano deve incluir vozes plurais, não apenas as que o capitalismo reconhece como produtivas. O autor faz uma crítica ao universalismo e valoriza os saberes plurais: “[...] o reconhecimento da pluralidade de conhecimentos além da ciência moderna, sem hierarquizá-los, admitindo que diferentes saberes podem dialogar e cooperar entre si para enfrentar os desafios contemporâneos” (Santos, 2010, p. 30).

De acordo com Freire (2021), a intensificação do conhecimento pode reforçar desigualdades quando associada apenas à inovação corporativa e tecnológica, desvalorizando saberes tradicionais, coletivos ou contra hegemônicos. Quando o conhecimento é instrumentalizado pelo mercado, tende a ser transformado em mercadoria. O conhecimento deve emancipar e não apenas tecnificar a realidade. Uma sociedade intensiva em conhecimento deve evitar a tecnocracia e valorizar a consciência crítica. “Ensinar não é transferir conhecimento, mas criar as possibilidades para a sua própria produção ou a sua construção” (Freire, 2021, p. 47).

Uma leitura atenta, amparada por pensadores críticos, revela que a fusão do ciberespaço com o espaço físico pode, em determinados contextos, levar à intensificação da vigilância e da captura de dados pessoais, especialmente em contextos em que a regulação é fraca e os direitos digitais são desiguais (Zuboff, 2020). Nessa perspectiva, percebe-se que a cibersociedade pode reforçar o controle e a disciplina dos corpos. [...] “Trata-se de um poder que se exerce sobre a vida, um poder biopolítico” (Foucault, 1999, p. 128), por meio de tecnologias que podem reproduzir lógicas capitalistas de produtividade e rastreamento, “[...] uma vasta arquitetura computacional com práticas comerciais para prever e moldar o comportamento humano como

meio de lucro” (Zuboff, 2020). Zuboff adverte que nessa sociedade orientada por dados, há o risco de as informações que deveriam servir ao bem comum, sejam apropriadas por grandes corporações com o intuito de prever, manipular e lucrar com o comportamento humano, sem consentimento explícito ou transparência. “Os dados comportamentais deixam de ser um subproduto da experiência digital para se tornarem uma matéria-prima a ser extraída, analisada e comercializada” (Zuboff, 2020, p. 132).

Diante desse cenário, as perguntas que se impõem são: O homem ocupando a posição de centralidade apontada pela Sociedade 5.0 terá papel de ator ou de produto das transformações sociais? Quais os riscos e desafios dos novos tempos digitais que precisam ser mitigados? Será um avanço inequívoco ou trará consigo o risco de uma regressão disfarçada de progresso?

O homem está no centro do processo? Trazendo um pequeno recorte de Foucault ao debate, a Sociedade 5.0 poderá ser um empreendimento verdadeiramente disciplinar, exercendo-se implacável sobre os corpos e os espíritos. O autor foi, sem dúvida, o pensador que mais insistiu nesse aspecto corrompido da modernidade – a disciplina – cuja finalidade consiste mais em controlar e docilizar os homens do que em libertá-los. A disciplina é um conjunto de regras e técnicas específicas que têm por efeito produzir uma conduta normatizada e padronizada, adestrar os indivíduos e submetê-los a uma fôrma idêntica para lhes otimizar as faculdades produtivas (Foucault, 2019).

Em “Vigiar e Punir”, a disciplina, segundo Foucault (1999), é uma forma de controle social. Nela, o poder deixa de se manifestar por meio de punições espetaculares e violentas, típicas de outrora, e passa a operar de maneira mais invisível, contínua e eficaz, moldando o comportamento humano através da vigilância, da normalização e do exame. Seu objetivo é produzir corpos dóceis, úteis, obedientes e adaptáveis às exigências das instituições modernas.

Essa análise ressoa com a teoria de Elias (1990), na qual ele descreve como, ao longo da modernidade ocidental, o comportamento dos indivíduos foi sendo gradualmente moldado por normas sociais cada vez mais refinadas e internalizadas. Nesse sentido, o que Foucault (2019) chama de “disciplina” pode ser compreendido como um desdobramento técnico e institucional do processo civilizador: uma normatização que não atua apenas sobre os corpos, mas também sobre os afetos, os desejos e os hábitos cotidianos. Ambos os autores, embora por caminhos distintos, identificaram uma tendência moderna de regulação dos indivíduos que se dá de forma difusa e profundamente internalizada. Se Elias (1994) destaca a suavização das relações sociais e o autocontrole como evidências de civilidade, Foucault (2019) lança uma crítica incisiva ao modo como esse autocontrole é induzido por mecanismos de poder invisíveis, que fabricam sujeitos conforme às normas dominantes sem que se percebam como dominados.

É nesse ponto que a crítica à chamada Sociedade 5.0 ganha pertinência. Promovida inicialmente pelo governo japonês como um modelo de sociedade centrada no ser humano e alicerçada em tecnologias como Inteligência Artificial, *big data* e Internet das Coisas (IoT), a Sociedade 5.0 promete resolver problemas sociais através de uma hiperconectividade eficiente e libertadora (Hitachi, 2020). No entanto, ao observar essa proposta à luz das análises de Foucault e Elias, percebe-se que tal sociedade não está isenta de perigos. O homem ocupando a posição de centralidade apontada pela Sociedade 5.0 terá papel de “ator x autor”; “produtor x produto” das transformações sociais?

O que parece a promessa de liberdade e bem-estar esconde uma realidade de controle totalizante, na qual a autorregulação dos sujeitos é induzida por tecnologias que aprendem, julgam e interferem com base em padrões normativos definidos por interesses corporativos e estatais. Na prática, os mecanismos da Sociedade 5.0 podem representar um aperfeiçoamento extremo do panoptismo foucaultiano. A vigilância agora é digital, automatizada, algorítmica e profundamente enraizada em dispositivos cotidianos: celulares, câmeras inteligentes, plataformas de ensino remoto, aplicativos de saúde, entre outros. A coleta massiva de dados permite uma forma de exame constante e silencioso, que não apenas observa, mas também prevê, classifica, corrige e direciona comportamentos. Essas características são exploradas na crítica contemporânea de Zuboff (2020), revelando que o capitalismo de vigilância explora dados comportamentais para prever e direcionar ações humanas, transformando a subjetividade em matéria-prima para a extração de valor. A autora analisa como as grandes corporações digitais criaram um regime de poder baseado na coleta massiva de dados pessoais. Para ela, vivemos sob uma nova forma de controle que opera através da predição e modulação de comportamentos e amplia o panoptismo de Foucault para o plano digital, mostrando como a vigilância não é apenas estatal, mas corporativa, preditiva e lucrativa (Zuboff, 2020).

Essa análise sugere que aquilo que se apresenta como progresso pode, se não for devidamente orientado, representar a consolidação de um novo tipo de sujeição mais sutil, mas não menos profundo. A pergunta crucial, então, não é se a tecnologia é boa ou má, mas como podemos garantir que seja um avanço efetivo para a humanidade. Ao cruzar as contribuições de Foucault e Elias, torna-se possível desenvolver uma análise mais densa da Sociedade 5.0. Se por um lado ela representa um avanço técnico sem precedentes, por outro, ela tem o potencial de intensificar os mecanismos de controle e vigilância, ampliando o alcance das disciplinas modernas em escala global. A questão central que emerge, portanto, é saber se essa sociedade hiperconectada será capaz de produzir sujeitos verdadeiramente autônomos ou apenas indivíduos altamente adaptados, porém cada vez menos livres. É precisamente nesse espaço de

interrogação que a proposta de uma “Ginástica 5.0” ganha relevância, oferecendo um paradigma alternativo de sociabilidade. Cada geração precisa asseverar sua vontade e imaginação à medida que novas ameaças exigem que julguemos a situação sempre de novo em cada época (Zuboff, 2020).

É necessário reconhecer que a história e as raízes culturais desempenham um papel vital na formação de um futuro mais justo e equitativo, contrapondo-se à natureza impessoal que se apresenta no mundo digital. Essa conexão é indispensável para a compreensão da vida pelas futuras gerações. “O futuro precisará do passado. Nos tratam como números em um livro contábil, como se estivessem lendo a quantidade de vítimas em um acidente aéreo. Eles acreditam que o futuro pertence apenas a eles” (Zuboff, 2020, p. 77). A autora se refere a “eles”: O Vale do Silício, que abriga as maiores empresas de tecnologia do mundo. Algumas das principais são: Google, Apple, Facebook (Meta), Intel, HP, Netflix, Oracle, Twitter e LinkedIn, entre outras. Talvez nesse Vale, afirma a autora, se encontre o maior espaço não governado do mundo, já que o mundo *on-line* não é realmente amarrado por leis terrestres; enfatiza, ainda, a necessidade urgente de regulamentação e conscientização sobre as práticas das grandes empresas de tecnologia para proteger os direitos fundamentais e a liberdade dos indivíduos na Era Digital (Zuboff, 2020).

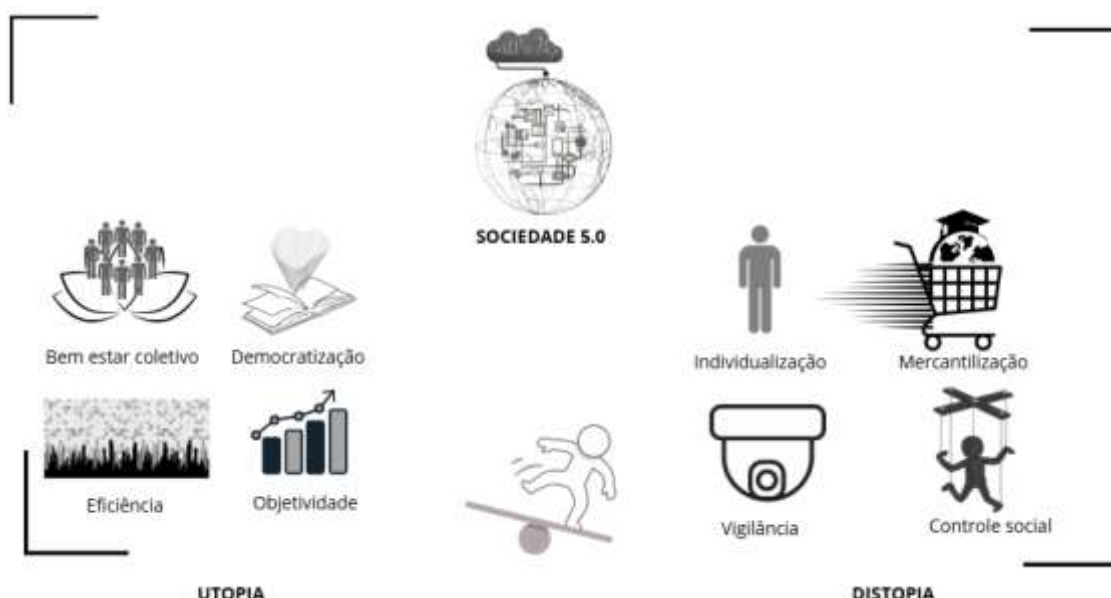
Essa transição para a Era Digital pode trazer riscos e desafios. Um dos principais riscos é a fragilização das interdependências sociais concretas, essenciais para o processo civilizatório, conforme destacado por Elias (1990, p. 185): “A formação do *habitus* civilizatório ocorre através de uma rede de ações recíprocas, onde os indivíduos se observam e se regulam mutuamente”. No contexto digital, essa regulação mútua pode ser enfraquecida, já que as interações mediadas por tecnologia, muitas vezes, substituem a presença física e a coesão grupal. No caso específico da GPT, sua essência coletiva e não competitiva promove expressões corporais livres, lúdicas e intergeracionais, características que fortalecem os laços sociais. No entanto, ao migrar para o ambiente digital, há o risco de se perderem elementos fundamentais, como a sincronia dos movimentos, a construção conjunta de coreografias e a escolha colaborativa de figurinos, aspectos que, no presencial, reforçam a vivência partilhada e a correção descrita por Elias.

Por outro lado, o digital também apresenta oportunidades. Se bem integrado, pode ampliar o acesso à GPT, permitindo a participação em eventos e festivais de forma mais inclusiva, além de fomentar novas formas de interação coletiva. O desafio, portanto, é equilibrar as vantagens da tecnologia com a manutenção dos vínculos sociais concretos, evitando que a virtualização das relações fragilize a dimensão civilizatória da coletividade. Como aponta

Menegaldo (2022), é possível que a GPT – e outras práticas sociais – encontrem no digital um meio de favorecer a coletividade sem descuidar dos interesses individuais, reinaugurando uma nova etapa civilizatória em que o físico e o virtual coexistam de forma harmoniosa.

Esse é o ponto de convergência fundamental: na Sociedade 5.0, o objetivo declarado é usar a tecnologia para humanizar o mundo. Na GPT, já se pratica o uso do movimento para humanizar as relações. Em ambos os casos, o centro deve ser a pessoa – física, emocional, social e criativa. A GPT, portanto, encarna no presente muitos dos princípios que a Sociedade 5.0 almeja para o futuro. Portanto, ao inscrever-se no processo evolutivo social, a GPT potencializa uma transformação significativa. Como prática não competitiva, ela fomenta expressões corporais mais livres, coletivas e intergeracionais, materializando o conceito de Elias (1993) de que os atos humanos, ao se engrenarem, têm por sentido a civilização. A atuação da GPT em eventos e grupos, assim, não é um episódio isolado, mas o prenúncio de uma etapa civilizatória em que a integração entre o digital e o social se tornará cada vez mais intrínseca e fundamental.

Figura 15 – Os pilares da Sociedade 5.0 sob crítica: entre utopia e distopia



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A Figura 15 sintetiza a dualidade inerente ao projeto da Sociedade 5.0. De um lado, a narrativa utópica de um futuro eficiente e centrado no humano; de outro, os riscos distópicos de vigilância, controle e fragilização dos laços sociais que se ocultam sob a superfície tecnológica. É precisamente nesse território de tensões que a GPT se insere, não como mera espectadora, mas como uma prática corpórea e social consolidada que historicamente tem

respondido às demandas de seu tempo. Para compreender em profundidade como a GPT pode operar como lente de análise e proposta para esse novo paradigma social, torna-se imperioso resgatar a sua própria trajetória.

O PERCUSSO DA GINÁSTICA NA SOCIEDADE

É atraente recordar, mesmo que de forma sucinta, os caminhos percorridos pela sociedade, sobretudo da ginástica, que no decorrer de muitos séculos se desenvolveu, adaptando-se às mudanças sociais e políticas, e o desenvolvimento da ciência na tentativa de atender às necessidades humanas, sejam elas materiais, econômicas, espirituais, culturais, sociais, morais e afetivas. Segundo Ramos (1982),

[...] dentro da acadêmica divisão da história, acompanhando a marcha ascensional do homem, documentada, sobretudo no mundo ocidental, somos levados a afirmar que a ginástica, compreendida como prática dos exercícios físicos, vem da pré-história, afirma-se na antiguidade, estaciona na idade média, fundamenta-se na idade moderna e sistematiza-se nos primórdios da idade contemporânea. Torna-se mais desportiva e universaliza seus conceitos nos nossos dias e dirige-se para o futuro, plena de ecletismo, moldada pelas novas condições de vida e ambiente (p. 15).

Nos primórdios, em meio hostil, a ginástica utilitária, guerreira, ritual e recreativa objetivava a luta pela vida, os ritos e cultos, a preparação guerreira, as ações competitivas e as práticas recreativas (Ramos, 1982). Surgia a Ginástica 1.0! A sociedade de caçadores-coletores é pré-histórica, durante a qual os grupos humanos dependiam da caça, da pesca e da coleta de alimentos e recursos naturais para sobreviver, vivendo em comunidades nômades e desenvolvendo uma cultura adaptada ao seu ambiente natural.

Nas civilizações antigas, os povos orientais tinham na ginástica um meio de realização de rituais e festividades de preparação para a vida e a moral. Consequentemente, surgiram os torneios e a apreciação pelo esporte. No período clássico, a ginástica tem suas raízes na Grécia Antiga, onde era uma parte fundamental da educação e do treinamento militar.

A origem etimológica do termo ginástica vem do grego *gymnikos*, adjetivo que é relativo aos exercícios do corpo, e de *gymn(o)*, elemento de composição culta que traduz a ideia de nu, do grego *gymnós*, que se limita a ser alguém ou alguma coisa, puro e simples, sem acessórios ou modificações... que não traz vestuário exterior, que só traz a roupa interior, a túnica; sem armaduras ou armas (Machado, 1977, p. 151).

Os gregos valorizavam o equilíbrio entre mente e corpo, e a ginástica grega incluía exercícios como corrida, salto, lançamento de disco e pentatlo. Os romanos adotaram muitos elementos da ginástica grega em sua própria cultura, incorporando exercícios físicos em sua formação militar e praticando esportes como corrida, luta e arremesso de dardo. A sociedade medieval era predominantemente agrária e rural, e a maioria das pessoas vivia em comunidades agrícolas. A agricultura era a base da economia e fornecia os alimentos e matérias-primas necessários para sustentar a população. Na Idade Média, a ênfase na ginástica diminuiu na Europa à medida que as atividades físicas eram frequentemente associadas ao treinamento militar e à cavalaria (Ramos, 1982). Algumas formas de ginástica continuaram a ser praticadas, muitas vezes, em contextos religiosos ou de entretenimento. Nesse cenário, essas características podem representar a Ginástica 2.0.

A Idade Moderna inaugura a Sociedade 3.0 por meio da industrialização, tornando possível a produção em massa. Na Europa, ao longo do século XIX, a ginástica científica afirma-se como parte significativa desses novos códigos de civilidade. O corpo reto, o porte rígido, o adestramento corporal asseguram o lugar da ginástica na sociedade burguesa. Nos primórdios da Idade Contemporânea, se exige da ginástica romper com seu núcleo primordial, cuja característica centrava-se no campo dos divertimentos. A ginástica como expressão da cultura, as festas populares, os espetáculos de rua e o circo gradativamente dão lugar a reformulações baseadas na fisiologia, na ciência, na técnica, em uma nova mentalidade científica (Soares, 2002). Essa ginástica racional representa aqui a Ginástica 3.0.

Na Idade Contemporânea, os primeiros sistemas regulares de Educação Física emergiram e foram elaborados com certa ordenação e obedeciam a determinados princípios pedagógicos, a partir da segunda metade do século XVIII (Oliveira; Nunomura, 2012). A Europa foi o palco da construção e consolidação de uma nova sociedade na qual os exercícios físicos desempenharam um papel significativo (Soares *et al.*, 1994). Surgiram novas formas de conceber os exercícios físicos batizados de escolas ou métodos ginásticos. Estes se originaram na Alemanha, Suécia, França e Inglaterra. A Escola Inglesa teve um caráter com enfoque no esporte.

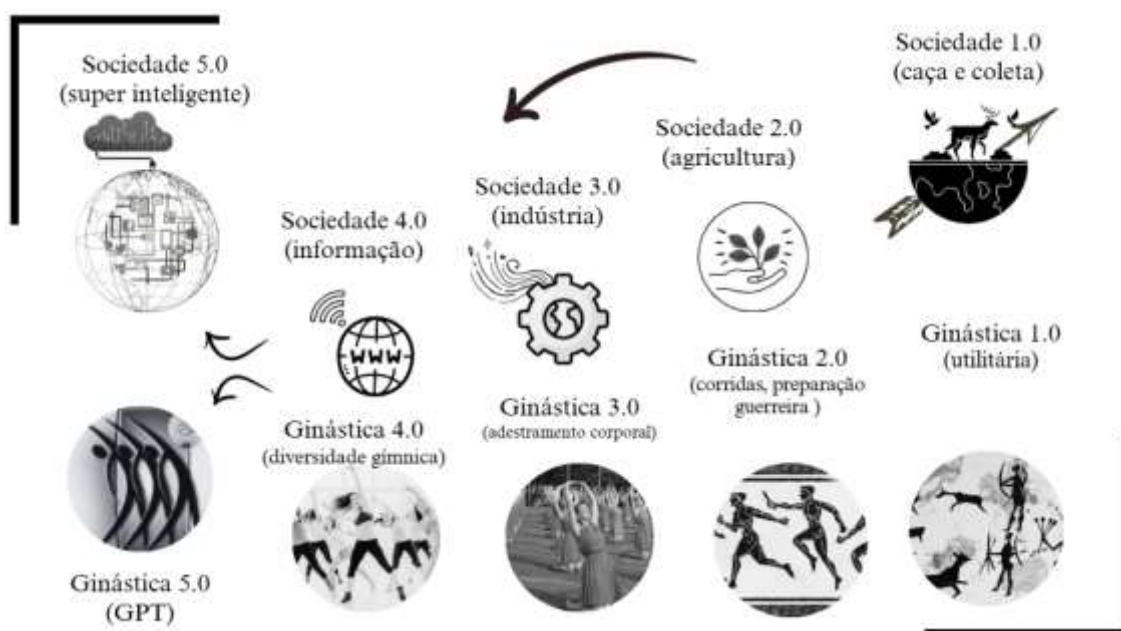
As escolas ginásticas, de modo geral, possuíam finalidades similares: regenerar a raça; promover a saúde; desenvolver a vontade, a coragem, a força, a energia de viver (para servir à pátria nas guerras e na indústria) e desenvolver a moral (Soares, 2002).

Segundo Ayoub (2003, p. 32), a ginástica “vai perdendo pouco a pouco suas características artísticas, lúdicas e de globalidade, permanecendo cada vez mais restrita às explicações dadas pela ciência e pela técnica”. A ginástica rompe com a arte de exercitar o

corpo, pois não foi fundamentada nos mesmos preceitos dos pensadores gregos que afirmavam estreita relação entre o corporal e o espiritual.

Após 1939, ocorre a universalização dos conceitos de ginástica e uma influência recíproca que culminou com as ginásticas que podemos visualizar na atualidade, as quais estão organizadas em cinco campos, a saber: ginásticas de condicionamento, ginásticas de competição, ginásticas de conscientização corporal, ginásticas fisioterápicas e ginástica de demonstração (Souza, 1992). A ginástica se situa nesse contexto, e suas múltiplas facetas e diferentes manifestações e utilizações possibilitaram a sua expansão e apropriação na sociedade. Vale destacar que a ginástica de demonstração, citada acima, pode ser representada pela GPT. Aqui encontramos características representativas da Ginástica 4.0. Essas classificações surgem a partir de percepções do próprio desenvolvimento da ginástica e o simbolismo cultural impregnado nas ações gímnicas. Cada transição, remete aos impulsos característicos de cada momento, do 1.0 ao 5.0, nessa esteira evolutiva, conforme ilustrado na Figura 16.

Figura 16 – A Ginástica em sua coreografia social



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Se a trajetória histórica ilustrada demonstra como a ginástica sempre se reinventou, espelhando e respondendo às transformações de cada momento, é a GPT que se apresenta hoje como a expressão mais contemporânea desse diálogo, corporificando os princípios daquilo que se propõe como “Ginástica 5.0”. Mais do que uma modalidade, a GPT emerge como um

fenômeno sociocultural complexo, cujos fundamentos oferecem um contraponto tangível e uma lente de análise privilegiada para os desafios postos pela Sociedade 5.0.

GINÁSTICA PARA TODOS: A GPT COMO EXPRESSÃO DA GINÁSTICA 5.0.

É no decurso dessa coreografia social que a GPT desvinculada do utilitarismo, nacionalismo e domesticação dos corpos se configura numa mistura de arte, ludicidade, inclusão e resistência à esportivização enquanto uma prática gímnica, desprovida de regulamento técnico-gestual com atenção voltada à participação. É nessa essência que reside seu potencial como modelo para a Sociedade 5.0. A GPT é desenvolvida e praticada coletivamente, e flexível aos interesses grupais (Bento-Soares; Schiavon, 2020). A Federação Internacional de Ginástica (FIG) indica que a GPT pode ser a base das modalidades gímnicas, embasando o repertório da iniciação em ginásticas com reconhecimento dos elementos básicos constituintes do universo gímnico (rolamentos, balanceios, apoios, equilíbrios, saltos, entre outros), compreendendo a importância do condicionamento físico para a execução dos fundamentos e a vivência em ambiente divertido e amistoso (FIG, 2025).

A GPT é uma prática gímnica que pode incorporar as manifestações do fazer ginástica, podendo mesclar ginástica artística, rítmica, acrobática, aeróbica, trampolim e *parkour* com outras manifestações da cultura corporal e tem como seu produto recorrente as composições e apresentações coreográficas (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2016; Patrício; Carbinatto, 2021). Para Bento e Schiavon (2020), a GPT é uma forma de praticar ginástica moldada pelos objetivos, interesses e aspectos socioculturais de cada grupo ou praticante. Por não ser uma disciplina com regras predefinidas ou requisitos obrigatórios, pode ser adaptada a diferentes propósitos. Menegaldo e Bortoleto (2020) sinalizam a GPT como uma prática sociomotriz, ou seja, uma prática realizada em grupo, afirmando que a ausência de regras e códigos gestuais implicam múltiplas possibilidades de combinação entre os elementos que compõe a prática, a saber: diferentes espaços, diferentes implementos (materiais) e distintos perfis de praticantes. Apesar da diversidade conceitual, há um ponto em comum: uma prática para todos conforme afirmam Toledo, Tsukamoto e Carbinatto (2024).

A GPT está embasada em cinco fundamentos apontados pela FIG (2023), sendo eles: a diversão e o lazer, o cuidado com a saúde, o aprendizado e desenvolvimento de capacidades, as relações afetivas e coletivas e a vida longa embalada pela prática da ginástica, respectivamente os 5F's – *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*. Assim sendo, a GPT poderá

promover saúde, bem-estar físico, social, intelectual e psicológico (Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016).

O *fun*, responsável por produzir prazer e divertimento, potencializa o desenvolvimento da criatividade. O *fitness* oportuniza novos significados às práticas de aptidão física, promovendo o gosto pela vida ativa. Quanto ao *fundamentals*, ele é visto como alicerce, aprendizado de saberes inerentes à prática das ginásticas, numa dinâmica geradora de reflexão, resultando em responsabilidade, independência e autonomia ao praticante. O *friendship*, fazer amizades, compartilhar, cooperar e estimular a ajuda mútua, na ginástica e na vida. O *forever* indica uma prática ao longo da vida.

A GPT, por suas características peculiares, tem despertado a atenção de pesquisadores brasileiros. Seus princípios – *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever* – estabelecem, na prática, um conjunto de princípios de bem-estar integral que dialoga diretamente e pode inspirar os pilares de uma Sociedade 5.0 verdadeiramente humanizada, uma vez que, enquanto objeto de estudo, cresce consideravelmente no âmbito acadêmico (Carbinatto *et al.*, 2016).

Notam-se diferentes segmentos de pesquisas que envolvem a GPT, tais como: a ginástica na escola (Oliveira; Barbosa Rinaldi; Pizani, 2020; Ayoub, 2007), as práticas pedagógicas (Henrique, 2020; Graner; Bortoleto; Paoliello, 2017); a participação em festivais ginásticos (Carbinatto; Eirenberg, 2020; Bortoleto *et al.*, 2019; Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016); a extensão universitária (Batista, 2019); as relações sociais (Menegaldo, 2018); a participação da sociedade na construção de ideias e projetos, ou seja, o protagonismo social (Lopes; Carbinatto; 2023); e as dinâmicas difundidas na GPT, sobretudo por teóricos brasileiros (Carbinatto; Lopes, 2023). Soma-se a esses pesquisadores este estudo, que aborda sobre o futuro socialmente tecnológico e o grande potencial da GPT na caminhada rumo a ele.

No Brasil, a valorização do esporte está aliada às práticas competitivas com grande atenção da mídia e consequente conhecimento popular, fato que não condiz com a GPT, prática gímnica preferencialmente não competitiva reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica (FIG) e, também, pela Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) há algumas décadas (Menegaldo, 2018; Patrício *et al.* 2016).

Embora muitas pesquisas evidenciem o valor educativo e social da GPT, limitações de ordem administrativa e escasso investimento por parte das instituições federativas dificultam seu desenvolvimento. Nessa caminhada por reconhecimento e valorização, a GPT tem muito a trilhar. Percebe-se que a política nacional, com claro reflexo na ação da CBG e das Federações estaduais, é fundamentalmente voltada ao esporte de alto rendimento, reforçando a visibilidade dessas práticas e mantendo a GPT em segundo plano (Patrício; Bortoleto; Toledo, 2020). Esse

cenário, no entanto, não diminui o valor da GPT; antes, realça seu caráter de vanguarda ao priorizar valores que a Sociedade 5.0 declara buscar, como inclusão, cooperação e desenvolvimento humano integral, em contraposição a uma lógica puramente performática.

A trajetória da GPT no Brasil é ainda recente, trazendo atenção para si no início da década de 1980 com a criação do comitê técnico pela CBG, subordinada à FIG. Surgia uma ginástica que não estava interessada em medalhas e que se inseriu aos eventos e festivais mundo afora desde 1953. Os festivais internos, desde 1982, se expandiram ao longo dos anos, bem como os eventos de cunho científicos, os grupos de estudo e pesquisa inaugurados pela Unicamp, seguidos pelos Fóruns brasileiros e internacionais que datam dos anos 2000 (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2024).

Historicamente, a GPT é associada a demonstrações em festivais: a World Gymnaestrada é o mais famoso evento festivo da Federação Internacional de Ginástica (FIG). É um festival com uma atmosfera envolvente, no qual ginastas de todo o mundo compartilham rotinas criativas e surpreendentes. O festival enfatiza a diversão, a boa forma, os fundamentos da ginástica, o fomento da amizade internacional e a prática ao longo da vida. A proposta de criação do festival foi do holandês Johann Heinrich François Sommer, concretizado em 1953. A efetivação da Gymnaestrada Mundial (GM) como responsabilidade da FIG e sua inclusão no calendário oficial da entidade consagrou a modalidade. Em 1984, fundou-se o Comitê Técnico de Ginástica para Todos, que ampliou as atividades da GPT para além da organização da GM, pois abriu o debate para a promoção e massificação da ginástica pelo mundo nos mais diferentes setores da sociedade. De maneira geral, os festivais ginásticos permitem aos participantes uma celebração e representatividade nacional parecida com os Jogos Olímpicos, no entanto, mais inclusiva e para todos, pois proporcionam atividades de diferentes modalidades e níveis de habilidades (Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016).

A World Gymnaestrada desperta interesse com participação de pessoas e federações de todo mundo o que revela o gosto da comunidade ginasta em eventos de cunho festivo. Veja a Figura 17 abaixo:

Figura 17 – Estatística World Gymnaestrada 2025

FIG WORLD GYMNAESTRADA - EVENTS STATISTICS																	
WG 53	WG 57	WG 61	WG 65	WG 69	WG 75	WG 82	WG 87	WG 91	WG 95	WG 99	WG 03	WG 07	WG 11	WG 15	WG 19	WG 23	WG 27
R'dam	Zagreb	Stuttgart	Vienna	Basel	Berlin	Zurich	Herning	A'dam	Berlin	G'borg	Lisboa	Dornbirn	Lausanne	Helsinki	Dornbirn	A'dam	Lisboa
																	
Total	Federations	14	17	16	26	28	20	22	20	30	34	38	45	53	55	53	65
	Participants	5000	6000	10000	15800	9600	10500	14200	17300	18400	19200	20633	21027	21096	19090	20473	18021

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Recentemente, a FIG se abriu a eventos de GPT de cunho competitivo com uma roupagem que combina regras com liberdade artística, diversidade de participantes e foco na experiência coletiva, reconhecendo a excelência sem caráter excludente. É uma competição para grupos de GPT que querem suas performances avaliadas com base na criatividade e originalidade. O evento foi estabelecido em 2009 e acontece a cada quatro anos. Mesmo sendo competitivo, a atmosfera é leve, pois o desafio gira em torno de uma disputa suave entre os grupos, e o objetivo do evento compartilha dos ideais da World Gymnaestrada, cujo foco é a diversão e a amizade entre culturas diversas (FIG, 2025)².

Todos os participantes são homenageados igualmente, e as avaliações especializadas concedem distinções de Ouro, Prata e Bronze. O Gym for Life Challenge leva a ginástica para espaços públicos, dando aos moradores e turistas locais a oportunidade de vivenciar a alegria da ginástica de perto. *Workshops* e diversão cultural constam na programação, aberta a todos os participantes, com oficinas que incluem: artes circenses, dança, ginástica acrobática, entre outras. As oficinas são uma oportunidade fantástica para aprender novas habilidades e interagir com outros ginastas em um ambiente divertido e descontraído (FIG, 2025).

A Figura 18 abaixo mostra o interesse da comunidade gímnica ao Gym For Life:

Figura 18 – Estatística Gym For Life Challenge 2025

FIG WORLD GYM FOR LIFE CHALLENGE - EVENTS STATISTICS					
Years	WGfLC 09	WGfLC 13	WGfLC 17	WGfLC 21	WGfLC 25
Cities	Dornbirn	Cape Town	Vestfold	Lisboa	Lisboa
Country					
Participantes	1956	1179	2076	COVID-19	3729

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

No Brasil, a CBG promove o Gym Brasil, um festival anual de ginástica aberto à participação a qualquer entidade esportiva brasileira cadastrada no Sistema de Gestão da CBG. Grupos internacionais poderão participar como convidado, mas deverão realizar solicitação oficial da participação à CBG via federação nacional. A CBG premiará com o “Troféu (Prêmio) Massificação” um grupo de Ginástica para Todos no “Gym Brasil”, seguindo o seguinte critério: número de participantes (ginastas) ativos inscritos pela instituição participante no Gym Brasil. O critério de desempate obedecerá a seguinte ordem: o grupo geograficamente mais distante da sede do Gym Brasil (considerando a cidade sede cadastrada no sistema de gestão);

² Para mais, acessar: www.gymnastics.sport/site/pages/disciplines/gfa-presentation.php.

maior diversidade de idades dentre os ginastas ativos na coreografia apresentada (cálculo pautado na pirâmide etária no Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística); melhor distribuição da quantidade de ginasta por faixa etária; maior diversidade de ginastas do sexo masculino e sexo feminino (cálculo pela média simplificada) (CBG, 2025)³.

Entretanto, a GPT deve ser compreendida também para além de eventos e festivais. A rotina de pertencer a um grupo e praticá-la como um exercício diário ou semanal reverbera no praticante doses de alegria, saúde, aprendizado e fraternidade. Seja nos eventos festivos, nas competições ou convívio grupal, a GPT, no contexto tecnológico futuro da Sociedade 5.0 poderá ressignificar a existência humana, com formas de convivência e de reencantamento do corpo numa Era de crescente desmaterialização das relações humanas. Vale lembrar que o contexto tecnológico foi muito explorado pela GPT em tempos pandêmicos a fim de mantê-la ativa. Toledo, Tsukamoto e Carbinatto (2024) afirmam que grupos vinculados às mais diversas instituições se mobilizaram a fim de organizarem encontros, festivais e cursos de capacitação. Em agosto de 2020, o IX Festival GYMNUSP inaugurou o formato de evento *on-line*, mobilizando 533 pessoas, 31 grupos de todas as regiões brasileiras. Na esteira dessa inovação implementada pelo GYMNUSP, vieram outros festivais e capacitações. A Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) se reinventou ofertando uma capacitação *on-line* disponível no Youtube. A onda de *Lives* também foi aderida por diferentes grupos de estudos de GPT (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2024, p. 22-23).

A experiência pandêmica permitiu perceber a viabilidade simbiótica de eventos híbridos nesse novo cenário da GPT. É oportuno lembrar que o futuro socialmente tecnológico da Sociedade 5.0 poderá se beneficiar com os princípios filosóficos propostos pela FIG para a GPT: na redução dos problemas advindos com o envelhecimento e aumento da expectativa de vida com saúde e qualidade de vida, no homem como protagonista de todos os processos sociais e comunitários; na oportunidade de desenvolvimento humano a partir de aprendizagens e conhecimento prático, experiencial, promovendo a capacidade de utilizar as informações de forma eficaz; no desenvolvimento de *soft skills*, como a capacidade de trabalho em equipe e comunicação plural (ações colaborativas); e na promoção da participação da sociedade na construção de ideias e projetos. Na prerrogativa da qualidade de vida, a GPT coaduna com a vida ativa e a ginástica retomando seu núcleo base: prazer pela prática, orientação ao lazer, movimentos para além do paradigma performático e competitivo voltado a sua esportivização (Soares, 2002; Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2016).

³ Para mais, consultar:

https://sge.cbginastica.com.br/_uploads/orgaoAnexo/1rCoQzyjFOoUSUsFOiQTa_YbMSTRycYg0.pdf.

Outro ponto é o estímulo ao conhecimento, desenvolvimento de *soft skills*, ações colaborativas, trabalho em equipe e importância de colocar o homem no centro dos processos. Estudos que versam sobre metodologias de ensino na GPT indicam a centralidade do praticante no processo (Carbinatto; Henrique; Patrício, 2023) e suscitam as características de trabalho em grupo, os valores democráticos e a retomada da experiência prévia e história de vida que, consequentemente, instigam o coletivo. No âmbito social, a GPT poderá favorecer a coletividade, sem que se perca de vista os interesses individuais (Menegaldo, 2022).

Por conseguinte, a participação da sociedade na construção de ideias e projetos, ou seja, o protagonismo social (Lopes; Carbinatto; 2023), é acessado nas dinâmicas difundidas na GPT, sobretudo por teóricos brasileiros, quando da composição de coreografias, em que temas, figurinos, músicas e movimentos se retroalimentam para a apresentação.

Parece oportuno relembrar que os festivais ginásticos de GPT realizados de forma virtual e, portanto, com a tecnologia a seu favor, durante a pandemia de COVID-19, potencializaram o encontro durante o distanciamento social e a motivação para a vida ativa (Mota; Patrício; Carbinatto, 2022). Aparelhos conectados encurtaram fronteiras e se abriram para a ginástica que buscava um de seus princípios mais elementares: o movimentar-se.

Em suma, se por um lado o futuro aposta nos avanços científicos e tecnológicos, por outro, a sociedade carece de práticas corporais que almejam alegria, prazer, bem-estar, saúde, longevidade, amizades e empoderamento daquele que se movimenta. A GPT se apresenta não como uma fuga desse futuro tecnológico, mas como a sua necessária contraparte humanizadora. Seu potencial coreográfico e relacional oferece caminhos para que os avanços tecnológicos da Sociedade 5.0 sejam dinamizados por uma compreensão mais profunda do que significa viver bem em comunidade. A GPT nasceu desinteressada em adquirir medalhas e em contar pontos, mas com expectativas em contar histórias divertidas com o corpo. Creditamos à GPT e seu potencial coreográfico caminhos potencializadores somados aos avanços tecnológicos, convergências que dinamizam a compreensão da Sociedade 5.0.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este artigo partiu de um questionamento: o que a GPT pode ensinar/colaborar sobre como construir uma sociedade tecnológica mais humana? A resposta encontrada é: a GPT já é, em si mesma, um modelo tecnológico em funcionamento, daquilo que a Sociedade 5.0 almeja ser. Enquanto o discurso convencional sobre tecnologia fala em “centralidade humana” de forma abstrata, a GPT mostra isso na prática. Ela revela que quando a tecnologia é colocada a

serviço das pessoas, o resultado não é eficiência fria, mas sim conexão genuína, cuidado mútuo e alegria compartilhada. Os cinco pilares da GPT – diversão, saúde, aprendizado, amizade e prática para a vida – oferecem critérios concretos e humanizados para avaliar e orientar o desenvolvimento tecnológico.

A experiência da pandemia foi importante para a GPT. Ela explorou a tecnologia e a abraçou como ferramenta vital de resistência e continuidade. Mostrou que a tecnologia pode, de fato, conectar e manter vivos os laços comunitários. No entanto, essa mesma experiência confirmou, na carne e no sentimento de falta, a riqueza insubstituível do estar-junto, da sincronia dos corpos no espaço físico e na criação coletiva presencial.

Por isso, a pergunta que fica não é como tornar a GPT mais tecnológica, mas como podemos aprender com a GPT para tornar a tecnologia mais humana. Como criar ferramentas que, à sua semelhança, favoreçam a cooperação em vez da competição; celebrem a diversidade em vez da padronização; e nos lembrem que, antes de usuários ou consumidores, somos corpos que precisam de movimento, de contato, de pertencimento.

O futuro que queremos não está em máquinas mais inteligentes, mas em tecnologias que nos ajudem a ser mais humanos quando estamos juntos. E nisso a GPT já está décadas à frente, oferecendo um repertório vivo de possibilidades.

A Ginástica para Todos é a tradução corporal dos ideais da Sociedade 5.0. Em sua simplicidade, profundidade e potência, não é um refúgio do tecnológico; é a demonstração de que a mais avançada das tecnologias é aquela que, no fim, ajuda a celebrar a nossa humanidade compartilhada.

REFERÊNCIAS

AYOUB, Eliana. **Ginástica geral e educação física escolar**. 2. ed. Campinas: Unicamp, 2007.

BATISTA, Mellina Souza. **Extensão universitária: análise dos grupos de ginástica para todos**. 2019. 97 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2019.

BENTO-SOARES, Daniela; SCHIAVON, Laurita Marconi. Gymnastics for all: different cultures, different perspectives. **Science of Gymnastics Journal**, v. 12, n. 1, p. 5-18, 2020.

BORTOLETO, Marco Antônio Coelho *et al.* What motivates people to participate in a non-competitive gymnastics festival: a case study of World Gymnaestrada. **Science of Gymnastics Journal**, v. 11, n. 1, p. 15-22, 2019.

CARBINATTO, Michele Viviene *et al.* Campos de atuação em ginástica: estado da arte nos periódicos brasileiros. **Movimento**, v. 22, n. 3, p. 1-15, jul./set. 2016.

CARBINATTO, Michele Viviene; EHRENBURG, Mônica Caldas (org.). **Festival ginástico e isolamento social**: retratos de um evento on-line. Curitiba: Bagai, 2020.

CARBINATTO, Michele Viviene; HENRIQUE, Nayane Ribeiro; PATRÍCIO, Tamiris Lima. Se-Movimentar ginástico: um olhar fenomenológico sobre o processo de ensino e aprendizagem da ginástica. **Educação & Realidade**, v. 49, e202349248, 2023.

CUNHA, Maria Alexandra *et al.* **Smart cities**: transformação digital de cidades. São Paulo: Programa Gestão Pública e Cidadania, 2016. 161 p.

ELIAS, Norbert. **A sociedade dos indivíduos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador**: formação do estado e civilização. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993. v. 2.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador**: uma história dos costumes. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994. v. 1.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All** – the social side of our sport. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/site/news/displaynews.php?urlNews=4454531>. Acesso em: 14 jun. 2025.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All** – history. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/site/pages/disciplines/gfa-history.php>. Acesso em: 14 jun. 2025.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir**: nascimento da prisão. 42. ed. Petrópolis: Vozes, 2019.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 60. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

FUKUYAMA, Mayumi. Society 5.0: aiming for a new human-centered society. **Japan SPOTLIGHT**, p. 47-50, jul./ago. 2018. Disponível em: https://www.jef.or.jp/journal/pdf/220th_Special_Article_02.pdf. Acesso em: 5 maio 2023.

GAMS, M. *et al.* Artificial intelligence and ambient intelligence. **Journal of Ambient Intelligence and Smart Environments**, v. 11, n. 1, p. 71-86, 2019. Doi: <https://doi.org/10.3233/AIS-180508>.

GEBARA, Ademir. Norbert Elias no Brasil. In: GEBARA, A.; COSTA, C. J.; SARAT, M. (org.). **Leituras de Norbert Elias**: processo civilizador, educação e fronteiras. Maringá: Eduem, 2014. p. 19-40.

GRANER, Larissa; PAOLIELLO, Elizabeth; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Grupo Ginástico Unicamp: potencializando as ações humanas. In: BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; PAOLIELLO, Elizabeth (org.). **Ginástica para todos**: um encontro com a coletividade. Campinas: Unicamp, 2017.

GUEVARA, Aroldo. **Da sociedade do conhecimento à sociedade da consciência.** Princípios, Práticas e Paradoxos. São Paulo: Saraiva, 2007.

GUIMARÃES, Daiane Costa *et al.* Produção científica sobre a sociedade 5.0. In: SIMPÓSIO DE GESTÃO DA INOVAÇÃO TECNOLÓGICA (SIMTEC), 10., 2019, Aracaju. **Anais [...]**. Aracaju: ISTI, 2019. p. 82-91.

HENRIQUE, Nayane Ribeiro. **Aula centrada no aluno e aula centrada no professor:** experiência na ginástica para todos. 2020. 102 f. Dissertação (Mestrado em Ciências) – Universidade de São Paulo, São Paulo, 2020.

HITACHI – UTokyo Laboratory. **Society 5.0: A People-centric Super-smart Society.** [S.l.]: Springer, 2020.

LOPES, Priscila; CARBINATTO, Michele Viviene. Princípios da pedagogia freiriana na extensão universitária em Ginástica para Todos. **Revista Brasileira de Educação**, v. 28, e280008, 2023.

MACHADO, José Pedro. **Dicionário etimológico da língua portuguesa.** 3. ed. Lisboa: Livros Horizonte, 1977. v. 3.

MACHADO DE OLIVEIRA, Vinícius; DE SOUZA, Juliano. Divergências e reticências em torno da obra de Norbert Elias no campo acadêmico-científico da educação física no Brasil. **Caderno CRH**, v. 37, e024012, 2024. Doi: 10.9771/ccrh.v37i0.35113. Acesso em: 8 jun. 2025.

MENEGALDO, Fernanda Raffi. **Ginástica para todos:** por uma noção de coletividade. 2018. 142 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2018.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos: o que a Praxiologia Motriz diz sobre isso? **Conexões**, Campinas, v. 18, e020014, p. 1-17, 2020.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Uma nova razão de mundo: ensaio sobre as potencialidades da ginástica para todos frente à racionalidade neoliberal. **Revista Didática Sistemática**, v. 24, n. 1, p. 130-142, 2022.

MOTA, Kaio César Celli; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um festival de ginástica para todos em tempos de pandemia. **Movimento**, Porto Alegre, v. 28, e28026, 2022.

NOVAES, Danyelle; ORTIZ, Graciela. **Soft Skills, muito além de diplomas.** Goiânia: Kelps, 2022.

OLIVEIRA, Maurício Santos; NUNOMURA, Myriam. A produção histórica em ginástica e a constituição desse campo de conhecimento na atualidade. **Conexões**, Campinas, v. 10, n. Especial, p. 80-97, 2012.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; CARBINATTO, Michele Vivienne. Festivais de ginástica no mundo e no Brasil: reflexões gerais. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 199-216, 2016.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Vivienne. Merleau-Ponty e Ginástica para Todos: repensando paradigmas na Educação Física/Esporte. **Conexões**, Campinas, v. 19, e021025, 2021.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; TOLEDO, Eliana de. Institucionalização da ginástica para todos no Brasil: três décadas de desafios e conquistas (1988-2018). **Pensar a Prática**, Goiânia, v. 23, 2020.

RAMOS, Jayr Jordão. **Os exercícios físicos na história e na arte**: do homem primitivo aos nossos dias. São Paulo: IBRASA, 1992.

RINALDI, Ieda Parra Barbosa *et al.* A teoria sociológica de Norbert Elias e a produção científica em educação física no Brasil: uma revisão sistemática. **LICERE**, Belo Horizonte, v. 22, n. 4, p. 464-494, dez. 2019.

SANTOS, Boaventura de Sousa. **Epistemologias do Sul**. São Paulo: Cortez, 2010.

SCHONBERGER, Victor Mayer; CUKIER, Kenneth. **Big data**: a revolução que vai transformar como vivemos, trabalhamos e pensamos. Tradução de Ana Guardioli. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2013.

SOARES, Carmen Lúcia *et al.* **Metodologia do ensino de Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1994.

SOARES, Carmen Lúcia. **Imagens da educação no corpo**: um estudo a partir da ginástica francesa no século XIX. Campinas: Autores Associados, 2002.

SOUZA, Elizabeth Paoliello Machado. **A busca do autoconhecimento através da consciência corporal**: uma nova tendência. 1992. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 1992.

TOLEDO, Eliana de; TSUKAMOTO, Mariana; CARBINATTO, Michele Vivienne. Fundamentos da Ginástica Para Todos. In: NUNOMURA, M. (org.). **Fundamentos da ginástica**. 2. ed. Jundiaí: Fontoura, 2016.

TOLEDO, Eliana de; TSUKAMOTO, Mariana; CARBINATTO, Michele Vivienne. Fundamentos da Ginástica Para Todos. In: NUNOMURA, M. (org.). **Fundamentos da ginástica**. 3. ed. Jundiaí: Fontoura, 2024.

TOLEDO, Heglison Custódio; BARA FILHO, Maurício Gattás. **Esporte 4.0** – uma realidade na era digital. São Paulo: Nova Literarte, 2019.

UNESCO. **As pedras angulares para a promoção de sociedades do conhecimento inclusivas**. Acesso à informação e ao conhecimento, liberdade de expressão, privacidade e ética na Internet global. Paris, 2017.

ZUBOFF, Shoshana. **A era do capitalismo de vigilância:** a luta por um futuro humano na nova fronteira do poder. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2020.

5 ARTIGO 3 – GINÁSTICA PARA TODOS COMO FENÔMENO SOCIAL: INTELIGÊNCIA COLETIVA, SOCIEDADE EM REDE E OS PARADOXOS DA TRANSPARÊNCIA NA SOCIEDADE 5.0

Cláudia Xavier Correa
 Maria Luísa Ávila da Costa
 Michele Vivienne Carbinatto
 Clara Mockdece Neves

RESUMO

Este ensaio propõe uma análise da Ginástica para Todos (GPT) como fenômeno sociocultural contemporâneo, interrogando suas relações com as tecnologias digitais a partir de três perspectivas teóricas fundamentais que representam dimensões complementares como cooperação, desigualdade estrutural e controle e visibilidade: a inteligência coletiva de Pierre Lévy (1999; 2003), as advertências de Castells (1999) acerca da sociedade em rede como campo de disputa de poder e as críticas de Byung-Chul Han (2017) aos paradoxos da transparência na Era digital. Assim, o objetivo central deste artigo é compreender de que modo a GPT, enquanto prática corporal coletiva, é reconfigurada pelas lógicas de cooperação, poder e vigilância na cultura digital. Enquanto Lévy compreende a tecnologia como espaço de cooperação que potencializa saberes coletivos, aspecto que encontra ressonância na prática da GPT, Castells alerta que a exclusão digital representa uma nova forma de desigualdade social, desafio que a GPT enfrenta ao buscar inclusão. Han, por sua vez, enxerga a tecnologia como mecanismo de controle e dispositivo de poder que reconfigura relações sociais, oferecendo lentes críticas para examinar como a GPT navega entre a expressão autêntica e as demandas de visibilidade impostas pela sociedade contemporânea. O estudo posiciona a GPT como campo privilegiado para observar essas tensões, analisando como essa prática pode ser reconfigurada no horizonte discursivo da Sociedade 5.0, negociando valores comunitários com lógicas tecnológicas emergentes.

Palavras-chave: ginástica para todos; sociedade 5.0; tecnologia; inteligência coletiva; corporeidade.

INTRODUÇÃO

A Sociedade 5.0 se apresenta como um modelo social que coloca o ser humano no centro do desenvolvimento, utilizando tecnologias avançadas como meio para resolver grandes desafios e melhorar a qualidade de vida com foco no bem-estar coletivo, sustentabilidade e governança social (Fukuyama, 2018). Proposta como sucessora da sociedade da informação, ela visa a criar uma sociedade superinteligente que ofereça soluções personalizadas para questões complexas. No entanto, sua realização enfrenta o crítico desafio de garantir que a tecnologia seja guiada por uma ética humanista, sob o risco de aprofundar desigualdades e contradizer seus próprios princípios de autonomia e harmonia.

É justamente nesse cenário de tensão entre inovação tecnológica e valores humanos que emergem novas questões sobre o lugar das práticas corporais na contemporaneidade. O termo prática corporal diz respeito a expressões do corpo estabelecidas como forma de linguagem, abarcando danças, jogos, esportes, acrobacias, lutas... um conceito hoje consolidado, que indica a preocupação com os conteúdos subjetivos, individuais e coletivos postos em ação, para além dos efeitos orgânicos mais imediatos, se contrapondo ao conceito de atividade física com sua base reducionista (Silva, 2014). As práticas corporais se tornam um terreno privilegiado para examinar como se processa essa negociação fundamental.

Para investigar essa interface, este trabalho tomará como base a prática da GPT, com sua ênfase na inclusão, na expressão coletiva e na diversidade de movimentos, servindo como um fenômeno revelador para analisar como dimensões sociais cruciais como participação, criatividade compartilhada e pertencimento são interpretadas, potencializadas ou desafiadas na transição para um paradigma tecnológico. Dessa forma, a análise da GPT permitirá explorar, de forma concreta, os conceitos de tecnologias sociais e dimensão social no âmbito da Sociedade 5.0.

A GPT consolida-se como uma prática gímnica distintiva pela sua capacidade de incorporar e sintetizar diversas manifestações do universo ginástico. Conforme elucidam Toledo, Tsukamoto e Carbinatto (2016) e Patrício e Carbinatto (2021), a GPT possui a singularidade de mesclar elementos das diferentes modalidades gímnicas e *parkour* com outras expressões da cultura corporal, sendo as composições e apresentações coreográficas seus produtos mais recorrentes.

Essa visão é complementada pela perspectiva de Bento e Schiavon (2020), que conceptualizam a GPT como uma forma de praticar ginástica moldada pelos objetivos, interesses e aspetos socioculturais específicos de cada grupo ou praticante. A ausência de regras predefinidas ou requisitos obrigatórios constitui uma característica fundamental, permitindo a sua adaptação a diferentes propósitos e contextos.

Menegaldo e Bortoleto (2020) aprofundam essa análise ao caracterizarem a GPT como uma prática sociomotriz, realçando o seu carácter eminentemente grupal. Os autores salientam que a ausência de regras e códigos gestuais rígidos implica múltiplas possibilidades de combinação entre os elementos constituintes da prática, nomeadamente diferentes espaços, diversos implementos (materiais) e distintos perfis de praticantes.

Apesar da diversidade conceptual apresentada por esses autores, Toledo, Tsukamoto e Carbinatto (2024) identificam um ponto de convergência fundamental: a GPT configura-se

como uma prática para todos, reafirmando o seu carácter inclusivo e adaptável como eixo central da sua identidade.

Este artigo propõe uma análise das tecnologias digitais a partir de uma dimensão sociocultural. A tecnologia será aqui interrogada, tomando como eixo central as perspectivas de Pierre Lévy (1999; 2003) em defesa da inteligência coletiva, as advertências de Castells (1999) sobre A Sociedade em Rede como um campo de poder, onde corporações e estados disputam controle, e o filósofo Byung-Chul Han (2017) que critica a autoexposição compulsória da sociedade da transparência. Enquanto Lévy vê a tecnologia como espaço de cooperação, permitindo aos grupos humanos um coletivo inteligente do saber, Castells afirma que a exclusão digital é a nova forma de desigualdade no século XXI, e Han enxerga a tecnologia como mecanismo de controle e um dispositivo de poder que reconfigura relações sociais.

Diante dessas perspectivas, equilibrar potenciais e riscos exige reconhecer que a tecnologia não é neutra, que ela amplifica tanto as utopias de cooperação quanto as distopias de vigilância e alienação. O desafio está em apropriar-se criticamente das ferramentas digitais, transformando-as em instrumentos de emancipação, sem ignorar suas armadilhas. Se Lévy convida a cocriar saberes, Castells lembra que as redes são também campos de disputa, e Han adverte que a transparência total pode esvaziar a experiência humana. Cabe, então, sugerir alternativas para um uso ético e consciente da tecnologia, no qual a colaboração não mascare desigualdades, a conexão não signifique controle, e a exposição não anule a profundidade do ser. Torna-se, por isso, fundamental equacionar que a futura Sociedade 5.0 não se circunscreverá apenas a imposições algorítmicas, podendo, contudo, apontar para um contributo social mais humanizador.

Nesse cenário de transformações aceleradas, a GPT se configura como uma prática corporal fundamental para equilibrar as tensões inerentes ao futuro emergente da Sociedade 5.0. A GPT está embasada em cinco fundamentos apontados pela FIG (2025), sendo eles: a diversão e o lazer, o cuidado com a saúde, o aprendizado e desenvolvimento de capacidades, as relações afetivas e coletivas e a vida longa embalada pela prática da ginástica, respectivamente os 5F's – *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*. Assim sendo, a partir da prática da GPT, a sociedade poderá se beneficiar com o incremento na saúde e no bem-estar físico, social, intelectual e psicológico (Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016), um espaço privilegiado para conciliar inovação tecnológica e valores humanísticos.

Nesse processo de conciliação, a GPT não apenas se adapta ao novo contexto social, mas posiciona-se como uma prática transformadora, capaz de humanizar o panorama da

Sociedade 5.0. Ela garante que o progresso tecnológico sirva, efetivamente, à realização humana em suas múltiplas dimensões. Um exemplo dessa sinergia foi documentado no estudo “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um festival de Ginástica Para Todos em tempos de pandemia (Mota; Patrício; Carbinatto, 2022). A pesquisa revelou que, para além do “fazer ginástica”, os participantes se engajaram em um intenso “fazer remoto”. Para muitos, a tecnologia se tornou um novo aprender: como gravar? Onde apoiar o celular? Qual a melhor luz? Como editar e enviar o vídeo? Para outros, foi a oportunidade do aprimoramento técnico e da descoberta de novas formas de expressão corporal mediadas pela tela.

Posicionando-se como prática corporal inclusiva e fenômeno sociocultural relevante para a Sociedade 5.0, a GPT é o objeto de análise deste artigo, que se propõe a examiná-la através das lentes teóricas de Pierre Lévy, Manuel Castells e Byung-Chul Han, por representarem três dimensões complementares: cooperação digital, desigualdade estrutural e regimes de visibilidade e controle. O objetivo central é compreender, por meio desse arcabouço conceitual, os desafios e potencialidades da GPT no contexto tecnológico atual.

PIERRE LÉVY: A INTELIGÊNCIA COLETIVA COMO HORIZONTE

Pierre Lévy (2003) convida a pensar além do impacto das técnicas sobre a sociedade e a expandir o intercâmbio de conhecimentos: a inteligência coletiva. Para ele, toda técnica é imbricada com cultura e poder e, se outrora a tecnologia era entendida como ferramenta neutra a serviço do progresso, hoje se impõe a necessidade de compreender melhor sua complexidade que se confunde para além da técnica, reinterpretada pelo autor em três grandes categorias: mecânicas, quentes e frias. Essa evolução técnica oferece uma lente poderosa para analisarmos diferentes práticas corporais. Esse exercício reflexivo será observado ao longo do texto.

As tecnologias mecânicas controlam o ponto de aplicação das forças humanas, animais ou naturais (ferramentas, armas, instrumentos, arados, velas etc.), a transição dessas forças (rodas, polias, árvores, engrenagens etc.) e a reunião simples de materiais: nós, tecidos, arquitetura primitiva etc. (Lévy, 2003, p. 50).

Essas tecnologias promovem a aceleração do tempo e a padronização, e representam um estágio fundamental da evolução técnica humana, atuando como extensões materiais que amplificam, direcionam e organizam forças físicas, sejam elas humanas, animais ou naturais. Ao citar ferramentas, armas, rodas e engrenagens, o autor enfatiza que essas tecnologias não apenas controlam a aplicação de energia (como um arado que canaliza a força do boi ou do

agricultor), mas também mediam sua transmissão (por meio de polias e engrenagens) e estruturam a matéria-prima (como tecidos ou construções rudimentares) (Lévy, 2003).

No esporte, esse estágio encontra seu equivalente em alguns aparelhos e equipamentos gímnicos: as barras assimétricas e argolas (engenharia de forças), o trampolim (transmissão de impulso), o próprio design de uma bola, são extensões materiais que amplificam, direcionam e potencializam o gesto esportivo. Para Lévy, esse estágio mecânico é a base sobre a qual se desenvolveram formas mais complexas de tecnologia como as digitais, mas com uma diferença importante: enquanto as mecânicas operam no plano físico e tangível, as tecnologias contemporâneas atuam sobre fluxos de informação e relações simbólicas, reconfigurando não apenas a matéria, mas o próprio pensamento e a cooperação humana (Lévy, 2003). Essa passagem revela, portanto, uma visão evolutiva da técnica, redefinindo radicalmente a relação entre humanos, natureza e conhecimento.

As técnicas quentes produzem energia e transformam as qualidades internas dos materiais. A arte de acender e conservar o fogo e cozinhar é, sem dúvida, a mais antiga das técnicas quentes, seguidas do surgimento da civilização do carvão e do aço da Revolução Industrial no século XVIII e, na sequência, a indústria química, por meio de aquecimentos, misturas, reações em massa, de alto custo energético, poluidora e produtora de dejetos. Um salto do fogo pré-histórico às refinarias de petróleo. Um domínio na transformação da matéria, na qual o homem não apenas adaptou-se à natureza, mas reescreveu suas regras (Lévy, 2003).

O estudo de Bortoleto e Coelho (2016) sobre as superfícies elásticas na Ginástica Artística oferece um caso concreto para pensarmos a evolução técnica no esporte nas lentes de Lévy. Esses equipamentos representam a *sofisticação das técnicas mecânicas* baseadas no princípio da mola para otimizar impulsão e absorção de impacto. Esse hibridismo revela como, no esporte de alto rendimento, a busca pelo máximo desempenho exige uma *simbiose entre categorias técnicas*: a lógica mecânica de controle de forças é potencializada pelos materiais transformados pela civilização quente. Contudo, essa conquista pelas técnicas quentes carregou um custo: a civilização industrial, embora potente, revelou-se predatória, expondo a tensão entre inovação técnica e sustentabilidade. Aqui, Lévy antevê a urgência de uma transição para técnicas pós-quentes, como as digitais, que priorizam informação sobre combustão, e cooperação sobre exploração (Lévy, 2003).

As tecnologias frias são reinterpretadas por Lévy, cuja frieza não é uma limitação técnica, mas um convite à inteligência coletiva partilhada pela internet, um espaço onde os usuários não apenas interpretam, mas constroem o conhecimento. Essa evolução reflete a passagem para uma cultura de redes e da capacidade de virtualizar relações humanas. O autor

aposta no potencial cognitivo e social da evolução tecnológica digital que, para além de frias, são geradoras de novos mundos com foco em conceitos como ciberespaço, inteligência coletiva e virtualização.

As tecnologias digitais permitem cooperação em tempo real e criação coletiva de conhecimento, criando espaços flexíveis no qual os usuários cocriam significados. O ciberespaço não é um meio de comunicação unidirecional, mas um ambiente de interação contínua, onde cada gesto dos participantes modifica o conjunto. “Esse espaço é habitado por intelectuais coletivos, imaginantes coletivos e reconfiguração dinâmica em busca de comunicação” (Lévy 2003, p. 121). Aqui, novamente o estudo de caso do festival remoto “Longe, mas Juntos” (Mota; Patrício; Carbinatto, 2022) oferece uma prova empírica. Nele, as tecnologias frias de comunicação (WhatsApp, Zoom) e produção de mídia (câmeras, editores de vídeo) deixaram de ser ferramentas neutras para se fundirem à experiência humanística da GPT. A dificuldade de gravar um vídeo caseiro tornou-se uma aventura coletiva (*Fun*); os grupos de mensagem transformaram-se em redes de suporte técnico e emocional (*Friendship*); o domínio do enquadramento e da edição passou a compor os novos fundamentos (*Fundamentals*) da prática; e a persistência no formato digital reafirmou o compromisso (*Forever*) com a comunidade. Assim, a GPT demonstra que a apropriação crítica da tecnologia não a esvazia em frieza, mas a aquece com os valores que dão sentido à sua existência, servindo como modelo para uma Sociedade 5.0, onde o progresso técnico e a realização humana são indissociáveis.

Assim, a frieza das tecnologias digitais, sob a ótica do autor, transcende a mera classificação técnica, é uma chamada à construção de mundos mais democráticos, onde o conhecimento não é apenas transmitido, mas coletivamente reinventado. Lévy (2003) oferece um projeto ainda mais ousado: a possibilidade de reescrevermos juntos as regras do real, transformando o ciberespaço não apenas em um reflexo da sociedade, mas em seu laboratório vivo. Essa visão, porém, não é ingênua, carrega a urgência de enfrentarmos os novos desafios que surgem nesse território da desinformação à exclusão digital, lembrando que a inteligência coletiva só se realiza quando a tecnologia é apropriada criticamente, e não apenas consumida passivamente.

O ciberespaço abriga um conjunto de tecnologias intelectuais que atuam na ampliação, exteriorização e reconfiguração de diversas funções cognitivas humanas, como a memória (por meio de bancos de dados, hiperdocumentos e arquivos digitais), a imaginação (com as simulações), a percepção (através de sensores digitais, dispositivos de telepresença e realidades virtuais) e o raciocínio (com o uso de Inteligência Artificial e modelos computacionais de

fenômenos complexos). “Tais dispositivos não apenas transformam as formas de acesso à informação, mas também instauram novos modos de pensar e produzir conhecimento, favorecendo o desenvolvimento da inteligência coletiva nos grupos humanos” (Lévy, 1999, p. 157).

Lévy (1999) conclui que o ciberespaço se constitui como expressão de um novo estágio evolutivo das relações sociotécnicas, no qual emerge uma cibercultura caracterizada pela constituição de uma comunidade global interconectada, ainda marcada por assimetrias, exclusões e conflitos. A virtualização, entretanto, não deve ser compreendida como um destino inevitável, mas como um espaço de disputa simbólica, política e cultural, no qual é definido se os sujeitos ocuparão posições passivas de consumo ou se atuarão como agentes ativos na construção dos sentidos da experiência humana contemporânea.

Embora Lévy (1999) destaque o potencial das tecnologias intelectuais para ampliar a inteligência coletiva e transformar os modos de produção do conhecimento, é preciso reconhecer que a conectividade promovida pelas redes digitais não elimina as desigualdades sociais. Manuel Castells (1999), ao analisar a sociedade em rede, chama atenção para os mecanismos de exclusão e concentração de poder que se articulam no ambiente digital. Aqui, a rede não é apenas colaborativa, mas estruturadora de relações sociais, econômicas e políticas. Como afirma o autor, “a nova economia é informacional, global e organizada em redes” (Castells, 1999, p. 77), o que implica reconhecer que os fluxos de informação e capital seguem lógicas seletivas, favorecendo atores hegemônicos e marginalizando aqueles que não dispõem de acesso ou capacidade de integração às redes. Essa perspectiva amplia a análise, deslocando o foco da colaboração para as disputas pelo controle dos fluxos informacionais no espaço global.

À luz do arcabouço de Lévy, a GPT se revela uma prática efervescente para os desafios da Sociedade 5.0. Seu espaço para a atuação em grupo, principalmente quando das apresentações de rotinas coreográficas, aparentam suscitar um valor colaborativo e de um intelectual coletivo em ação. Na GPT, a colaboração transcende a mera coordenação de movimentos para se constituir como um processo criativo coletivo e não hierárquico. Como demonstram Carbinatto e Reis Furtado (2019), a elaboração coreográfica opera como um laboratório de criação; a coreografia é entendida como um esboço em constante transformação, influenciado pelo diálogo entre os participantes, e não como um produto fechado. Essa dinâmica, que aceita o conflito como parte constitutiva, materializa no plano corporal os princípios da inteligência coletiva, transformando a prática em uma poderosa pedagogia para a

autonomia, o pensamento crítico e a cooperação, valores fundamentais para uma sociedade em rede.

No entanto, a virtualização e a migração para aulas *on-line*, os festivais remotos durante a pandemia de COVID-19, colocaram em jogo as categorias de Lévy: a dimensão mecânica da adaptação dos corpos às câmeras; a lógica quente da energia afetiva do grupo, agora mediada por telas; e, crucialmente, o potencial frio do ciberespaço para ampliar o acesso e reinventar, de forma democrática, os significados da prática.

Ou seja, mesmo com a possibilidade da experiência no virtual, há um desejo recorrente de retornar ao contato físico, ao espaço compartilhado do ginásio, à energia conjunta que só o presencial proporciona, como expresso por uma ginasta do Grupo Atenas:

Se eu tenho que escolher, eu prefiro o presencial, a energia do grupo, estar todas juntas, subir ao palco, fazer com que tem que fazer, essa energia que se compartilha que é tão empolgante... é diferente! A energia que você vive uma do lado da outra é uma energia que você vibra! (Patrício; Carbinatto, 2020, p. 55).

É justamente nesse território de tensão que se deve reconhecer, como apontam Correa *et al.* (2026), o potencial da virtualidade para enriquecer a GPT, criando novas formas de interação, suporte social e expressão cultural, de modo a promover saúde, bem-estar e coesão social. Mas, o processo deverá ser cuidadoso. Não perder de vista seus princípios será o grande desafio. A pergunta que Lévy nos deixa é: a comunidade da GPT conseguirá se apropriar criticamente dessas ferramentas para fortalecer sua essência ou será levada por uma corrente de padronização e consumo passivo? Que tensões internas existem na GPT? Quem é incluído/excluído? Como a tecnologia pode também reforçar hierarquias no interior dos próprios grupos? São questionamentos que podemos problematizar e refletir.

É justamente nessa fronteira, que a análise de Lévy encontra seus limites e a teoria de Manuel Castells se faz necessária. Se Lévy ilumina o potencial cognitivo e cooperativo do ciberespaço, Castells fornecerá as lentes para analisar as infraestruturas de poder e os mecanismos de exclusão que estruturam a sociedade em rede. Ao avançar para a análise de Castells, pode-se investigar como a GPT navega não apenas nas possibilidades da inteligência coletiva, mas também nas desigualdades materiais e simbólicas da Era informacional.

MANUEL CASTELLS: AS REDES COMO CAMPO DE DISPUTA

Castells (1999) nos adverte que é preciso levar a sério as mudanças introduzidas em nosso padrão de sociabilidade em razão das transformações tecnológicas e econômicas. O autor complementa que essas transformações fazem com que a relação dos indivíduos e da própria sociedade com o processo de inovação técnica sofra alterações consideráveis.

A “Sociedade em Rede” é baseada no paradigma econômico tecnológico da informação ao se traduzir não apenas em novas práticas sociais, mas em alterações da própria vivência do espaço e do tempo como parâmetros da experiência social.

[...] houve uma constelação de grandes avanços tecnológicos, nas duas últimas décadas do século XX. No que se refere a materiais avançados, fontes de energia, aplicações na medicina, técnicas de produção (já existentes ou potenciais tais como a nanotecnologia) e tecnologia de transportes, entre outros. Além disso, o processo atual de transformação tecnológica expande-se exponencialmente em razão de sua capacidade de criar uma interface entre campos tecnológicos mediante uma linguagem digital comum na qual a informação gerada, armazenada, recuperada, processada é transmitida. Vivemos em um mundo que se tomou digital (Castells, 1999, p. 68).

Nesse contexto, o surgimento da internet é emblemático. Longe de ser fruto de uma única iniciativa estatal ou corporativa, a rede mundial de computadores resultou da convergência de diversos esforços acadêmicos e científicos, marcados por uma lógica descentralizada e colaborativa (Castells, 1999). Além disso, a criação da *World Wide Web* por Tim Berners-Lee ilustra como a arquitetura técnica da internet foi, desde o início, orientada por princípios de compartilhamento, interatividade e expansão horizontal. No entanto, esse ambiente tecnicamente aberto não impediu a formação de estruturas de poder e exclusão, o que evidencia a necessidade de compreender a internet como uma arena de disputas e não apenas como um espaço neutro de conexão (Castells, 1999).

Logo, “vivemos em um mundo que se tornou digital” (Castells, 1999, p. 68), e esse processo, além de técnico, é social, cultural e político. A interligação em rede redefine não apenas a economia e a produção, mas também os modos de vida, os vínculos sociais e as formas de controle e de resistência que atravessam o cotidiano das sociedades contemporâneas. Essa nova configuração digital, porém, não se realiza de forma homogênea ou equitativa. Ao mesmo tempo em que amplia possibilidades de conexão e transformação social, ela também produz novas assimetrias.

A promessa de universalização da tecnologia convive, na prática, com diferentes formas de exclusão, sejam elas técnicas, territoriais ou simbólicas. De acordo com Castells (1999), a sociedade em rede está organizada a partir de fluxos de informação e conexões digitais que influenciam diretamente as relações econômicas, políticas e culturais. No entanto, o acesso a essas redes não é igualmente distribuído. Muitas pessoas, grupos e regiões ainda permanecem desconectados ou com acesso limitado, o que dificulta sua participação ativa nas dinâmicas sociais contemporâneas. Afinal, “a exclusão da lógica da rede significa, na prática, exclusão da fonte de poder dominante” (Castells, 1999, p. 502). Em outras palavras, quem não está conectado, ou não domina os códigos dessa conectividade, acaba ficando à margem de oportunidades, decisões e visibilidade. Assim, a conectividade se torna um recurso estratégico e desigual, funcionando como um novo critério de inclusão ou exclusão na vida social.

Tais conceitos, que parecem abstratos, foram brutalmente concretizados durante a pandemia da COVID-19, especialmente no contexto do esporte de formação. Quando equipes esportivas migraram seus treinamentos para o ambiente *on-line*, as desigualdades no acesso ao capital digital e ao capital físico (espaço adequado e equipamentos) atuaram como novos e potentes mecanismos de exclusão. Um estudo com jovens atletas de Ginástica Artística durante esse período evidenciou essa fratura de forma mensurável: a migração para o treinamento remoto resultou em uma queda de mais de 50% na Carga Interna de Treinamento e em um declínio de 29.5% no desempenho em testes de flexibilidade, atribuído justamente à impossibilidade de reproduzir, no ambiente doméstico, os estímulos específicos e o uso dos aparelhos da modalidade (Martins, 2021). Essa pesquisa demonstrou que, para esses atletas, a conectividade (no sentido amplo de acesso à rede e às condições ideais de treino) foi um recurso estratégico e escasso. A barreira não foi apenas ter ou não uma câmera ligada, mas ter as condições materiais e espaciais para sustentar um treinamento de alto rendimento. Dessa forma, a promessa de universalidade do treino *on-line* revelou-se, na prática, um espelho e um amplificador das desigualdades sociais, em que a exclusão da lógica da rede e de seus requisitos materiais significou, conforme alerta Castells (1999), a exclusão de uma oportunidade fundamental de desenvolvimento esportivo e manutenção da performance. Esse exemplo, embora seja de uma ginástica competitiva e de alto rendimento, ilustra mecanismos gerais de exclusão digital e desigualdade material que também podem atravessar a GPT, ainda que em contextos ou graus diferentes.

Além disso, se, por um lado, as redes digitais ampliam as possibilidades de comunicação, acesso à informação e participação social, por outro, tornam-se também palco de disputas intensas entre diferentes atores pelo controle do conhecimento, da atenção e dos fluxos

comunicacionais. Corporações globais, Estados e cidadãos disputam o poder de definir o que circula, como circula e quem tem acesso a dados e sistemas de vigilância. Nesse cenário, a própria noção de soberania se reconfigura, deslocando-se dos territórios físicos para as infraestruturas digitais, nas quais algoritmos, protocolos e plataformas desempenham papéis decisivos.

O domínio de *softwares*, a manipulação de imagens e a costura de vídeos passaram a chamar atenção no cenário esportivo contemporâneo. Federações que souberam usufruir dessas ferramentas angariaram mais *likes*, visualizações e engajamento. Mas até que ponto esse modelo de comunicação “pop” substitui projetos esportivos de formação sólida e de longo prazo? Quando a mídia social se torna nuclear em uma instituição, o que se perde em termos de políticas públicas, investimento em base e democratização do acesso? Será possível que o sucesso esportivo de uma nação seja, hoje, mais medido pela qualidade de suas fotos e vídeos do que pela consistência de suas estruturas para o esporte de base e para todos? E, sobretudo, até que ponto a imagem perfeita nas redes sociais pode esconder limitações reais de infraestrutura, inclusão e formação humana no esporte?

Castells (1999) afirma que “o poder passa a residir nos fluxos de informação e na capacidade de programar redes de forma estratégica” (p. 505), destacando que, na sociedade em rede, o domínio tecnológico não é neutro: ele molda relações sociais, condiciona políticas públicas e redefine os limites entre público e privado. Assim, compreender a lógica das redes é também compreender as novas formas de poder que estruturam a vida social na Era digital.

A tecnologia, longe de ser apenas uma ferramenta técnica, configura-se como um fenômeno social profundamente enraizado nas dinâmicas culturais, políticas e econômicas do nosso tempo. A partir da noção de inteligência coletiva de Pierre Lévy (1999), foi possível reconhecer o potencial transformador das tecnologias digitais na ampliação do saber compartilhado. No entanto, ao considerar a análise crítica de Castells (1999), observa-se que a lógica das redes também produz novos mecanismos de desigualdade, seletividade e exclusão.

Assim, refletir sobre a tecnologia no contexto contemporâneo implica não apenas valorizar suas promessas, mas também compreender criticamente suas implicações sociais. Para áreas como a educação, a cultura e a própria prática corporal, como é o caso da ginástica, esse debate torna-se urgente: afinal, as formas de agir, aprender e se comunicar estão sendo continuamente reconfiguradas por mediações digitais que não são neutras, mas carregadas de sentidos, interesses e disputas.

No olhar da sociedade em rede descrita por Castells, a GPT se revela uma prática situada na tensão entre a potência conectiva e as novas exclusões. Se, por um lado, as plataformas

digitais permitem que a GPT amplie seu alcance, constituindo redes de compartilhamento coreográfico e pedagógico, por outro, essa mesma lógica a submete aos critérios seletivos do capital informacional no acesso aos meios de produção digital, câmeras, *softwares*, banda larga, podendo reproduzir desigualdades já existentes, criando uma hierarquia entre grupos “conectados” e “desconectados”. Nesse contexto, a GPT, enquanto fenômeno social, é desafiada a negociar sua orientação inclusiva com a lógica excludente inerente aos fluxos da rede, nos quais, como alerta Castells, a desconexão significa marginalização da principal fonte de poder social. Contudo, as estruturas de poder identificadas por Castells operam não apenas em nível macro, mas também moldam a subjetividade e as relações internas à comunidade da GPT.

Pensemos, pois, nos 30 segundos que a rede espera da nossa atenção. As dinâmicas das redes sociais digitais tendem a privilegiar conteúdos breves, visualmente impactantes e imediatamente espetaculares. Nesse contexto, coreografias longas e narrativas corporais mais sutis, características frequentes da GPT, podem tornar-se menos compatíveis com os padrões de consumo acelerado de atenção. Tal lógica pode induzir uma valorização seletiva do que é mais performativo, mais rápido e mais “viral”, criando tensões com o caráter inclusivo e processual da prática.

É nesse ponto que a análise pode ser radicalmente aprofundada com a contribuição de Byung-Chul Han. Se Castells desvenda a arquitetura societal das redes, Han investiga a psicopolítica que as sustenta, os mecanismos internos de pressão e controle que transformam a conexão em obrigação e a visibilidade em imperativo. A transição para esse autor permite examinar como a lógica da transparência e da performance constante pode estar reconfigurando a experiência subjetiva dos praticantes e a própria expressão corporal na GPT.

BYUNG-CHUL HAN: OS PARADOXOS DA TRANSPARÊNCIA

No capítulo inicial de *A Sociedade da Transparência*, Han (2017) descreve a passagem de uma sociedade disciplinar para uma sociedade positiva, caracterizada não mais pela repressão, mas pela saturação de estímulos, comunicações e performances.

As coisas se tornam transparentes quando eliminam de si toda e qualquer negatividade, quando se tornam rasas e planas, quando se encaixam sem qualquer resistência ao curso raso do capital, da comunicação e da informação. As ações se tornam transparentes quando se transformam em operacionais, quando se subordinam a um processo passível de cálculo, governo e controle (Han, 2017, p. 9-10).

Nessa nova configuração social, o sujeito deixa de ser obediente para tornar-se empreendedor de si, gerindo sua própria exposição como um capital simbólico. A positividade da transparência, apresentada como liberdade, autenticidade e participação, mascara um novo regime de dominação que opera pela hipercomunicação e pela exigência de constante produtividade (Han, 2017). Assim, a transparência digital, longe de garantir emancipação, torna-se uma forma eficaz de vigilância, pois atua pela via da sedução e da voluntariedade.

As coisas, o tempo, as imagens, o dinheiro “[...] quando despojadas de qualquer dramaturgia, coreografia e cenografia, de toda profundidade hermenêutica [...]” (Han, 2017, p. 10) de todo sentido, tornam-se transparentes, estabilizando e acelerando o sistema, tornando-o uniformizado. A diferença, a alteridade, a resistência atrapalham e retardam a comunicação rasa do igual.

O excesso de visibilidade conduz ao esvaziamento da alteridade e do mistério, neutralizando diferenças e ocasionando uma padronização estética que supera a autenticidade individual. Como exemplo, os eventos de GPT. A participação em uma Gymnaestrada Mundial⁴, maior evento de ginástica organizado pela FIG em número de ginastas participantes e ativos (foram aproximadamente vinte mil pessoas em sua última edição, 2023), pressupõe apresentar-se com seu grupo, mas também ser espectador de tantos outros. A saturação de imagens e coreografias disponíveis *on-line* pode reduzir o efeito de novidade e reconfigurar as formas de reconhecimento e encantamento nos grandes festivais. As transições, os temas, a expressão e os movimentos não são mais novidade. Nada surpreende. Ainda que a experiência vivida abarque viajar com o grupo para um evento e tudo o que isso suscita, talvez, no plano gímico, pode perder-se em valorização de uns com os outros.

Por outro lado, nos eventos, temos um espaço/tempo amplificador de conteúdos, e, se soubermos bem utilizá-los, de conteúdo ginástico! Ora, é curioso mostrar a quantidade de participantes; é motivador exprimir a representatividade de um país, um clube, um grupo de ginástica; é interessante divulgar as relações entre trocas de uniformes, típicas desse evento⁵; é instigante postar a variedade de materiais nas coreografias. É expandir a GPT por meio de postagens que serão acessadas pelo núcleo familiar e local de cada participante, fazendo-os se sentirem capazes e parte desse universo e, aí, angariar possíveis novos praticantes.

A GPT, em sua prática festiva, revela-se como uma experiência corporal coletiva que transcende o movimento técnico. Por meio da vivência em festivais, os participantes não apenas

⁴ FIG (2022, v. 1); FIG (2025, v. 2).

⁵ Patrício (2021).

incorporam novos modos de ser e movimentar-se no mundo, mas também potencializam encontros sensíveis entre corpos, consolidando relações afetivas e identitárias. O evento constitui uma atmosfera singular, marcada pela circulação intensa de emoções, da alegria à preocupação, que se inscrevem na memória individual e grupal. Nesse espaço, a GPT mostra sua força plural e inclusiva, reforçando seu papel como ambiente educativo e motivador de interações sociais significativas, em consonância com estudos que reconhecem os festivais ginásticos como espaços privilegiados de aprendizagem e construção de coletividade, conforme apresenta a tese de Patrício (2021) a partir de uma análise fenomenológica.

A exigência pela imagem perfeita e pela comunicação contínua transforma a face em mercadoria, anestesiando a reflexão e elevando a superfície ao reino único do visível, o que o autor classifica como uma sociedade exposta: “[...] tudo está voltado para fora, desvelado, despido, desnudo, exposto” (Han, 2017, p. 32).

Aprofundando a crítica à visibilidade não apenas como recurso, mas como uma meta na qual tudo deve ser demonstrado e exposto, desaparecem as resistências, os segredos e o silêncio que, segundo o autor, são fundamentais para uma sociedade plural e reflexiva. “Com base nisso, a transparência retira das coisas todo e qualquer atrativo, proibindo à fantasia tecer suas possibilidades” (Han, 2017, p. 41). Essa lógica também atravessa o universo das práticas corporais na contemporaneidade, em especial na forma como a ginástica, o universo *fitness* e a moda da corrida se apresentam nas redes sociais digitais. No Instagram, YouTube ou TikTok, observa-se a construção de uma estética do corpo ativo, saudável e permanentemente feliz, veiculada por vídeos curtos, tutoriais e performances coreografadas que priorizam a exibição visual e a mensurabilidade dos resultados. A visibilidade passa a ser critério de validação simbólica, cujo movimento deve ser filmado, compartilhado e curtido. Assim, o corpo em movimento torna-se imagem a ser consumida, muitas vezes, padronizada por algoritmos que favorecem determinadas estéticas.

As práticas corporais, nesse contexto, correm o risco de perder a ludicidade, a espontaneidade, a beleza e o sentido comunitário que historicamente a constituem, sendo reconfigurada por lógicas de visibilidade, performance e autocontrole. Mediadas por plataformas digitais, simulam relações, mas podem eliminar o encontro e a coletividade real o que é um desafio para a GPT, que valoriza o coletivo, o encontro, a ludicidade.

A lógica da transparência, centrada na exposição imediata e contínua, compromete a densidade estética e simbólica dessas experiências, impondo uma temporalidade acelerada e superficial. Como afirma Han (2017), “belo não é o brilho instantâneo do espetáculo, do estímulo imediato, mas o pós-luzir silencioso, a fosforescência do tempo [...] A transparência

não fosforesce” (p. 77). A beleza, tal como a experiência corporal significativa, requer tempo, sedimentação e espessura, valores que contrastam com a lógica do conteúdo instantâneo e da performatividade exigida pelas redes. Assim, a prática corporal digitalizada, quando guiada exclusivamente pela lógica da exposição, empobrece a experiência sensível e afetiva, afastando-se de princípios que orientam a GPT.

Diante desse cenário, torna-se pertinente valorizar e trazer à cena práticas corporais que resistam à lógica da exposição e reafirmem valores como o tempo vivido, a alteridade, o encontro e a expressividade não instrumental (Patrício, 2021).

A GPT, ao priorizar o coletivo, a diversidade e a ludicidade, oferece um potente contraponto à normatização estética e à performance exigida pelas redes digitais. Mais do que um repertório técnico ou uma vitrine corporal, ela se configura como um espaço de resistência simbólica, em que o corpo pode experimentar outras temporalidades, outras formas de presença e de relação. Em um mundo saturado pela visibilidade e governado por algoritmos, cultivar práticas que acolham o silêncio, o erro, a pausa e a convivência pode ser, como propõe Han, um gesto estético e ético contra a lógica do igual e do transparente. Retomar a beleza que “fosforesce” (Han, 2017, p. 77) é, nesse contexto, também reivindicar a potência do corpo sensível e coletivo como forma de imaginar outros modos de vida possíveis.

Tal fato é confirmado por dados empíricos sobre a experiência vivida na GPT. No estudo de Patrício (2021), um episódio marcante ocorreu durante os ensaios, quando uma ginasta sofreu um acidente. O incidente, longe de fragmentar o grupo, intensificou os laços afetivos e a responsabilidade coletiva, evidenciando como momentos de vulnerabilidade e cuidado podem reforçar o sentido de pertencimento e a resiliência do grupo dentro do contexto festivo da GPT.

Com base na pesquisa de Corrêa (2022), observa-se que a GPT se configurou como um espaço de ressignificação cultural e identitária na Amazônia. Ao incorporar elementos da cultura local como a cuia, os barcos, os rios e as narrativas ribeirinhas, os participantes não apenas representaram visualmente sua herança cultural, mas também passaram a aceitar e valorizar suas próprias histórias de vida como matéria-prima para a criação coreográfica. Diferente das narrativas padronizadas veiculadas em plataformas digitais, a GPT permitiu uma expressão autêntica e decolonial, na qual o corpo amazônico pôde se movimentar de forma crítica, criativa e profundamente significativa. Esse processo evidenciou a construção de uma identidade coletiva que integra a pluralidade individual e fortalece o senso de pertencimento, demonstrando que a prática gímnica pode ser um caminho potente para a valorização cultural e a educação corporal sensível ao contexto.

A partir das transformações provocadas pelas tecnologias digitais, a análise conjunta de Lévy, Castells e Han permite compreender a complexidade dos fenômenos contemporâneos. Pierre Lévy (1999) destaca o potencial emancipador da inteligência coletiva mediada pelas redes, valorizando o ciberespaço como um novo espaço de construção do saber comum e da cooperação entre os sujeitos.

No entanto, essa perspectiva otimista é tensionada por Manuel Castells (1999), que aponta para os mecanismos de exclusão, concentração de poder e reconfiguração das relações sociais na sociedade em rede. A conectividade, longe de ser neutra, torna-se elemento central na disputa por capital simbólico, político e econômico, definindo novas formas de desigualdade e marginalização.

Byung-Chul Han (2017), por sua vez, desloca a crítica para o plano subjetivo e cultural, ao evidenciar como a lógica da transparência e da exposição voluntária transforma a liberdade em vigilância e a comunicação em um novo regime de dominação. Ao articular essas três perspectivas, este artigo buscou mostrar que as tecnologias digitais não apenas moldam estruturas de informação, mas também produzem sentidos, afetos e corpos. No campo das práticas corporais e da GPT, é urgente uma reflexão crítica sobre os usos das tecnologias, de modo que o corpo continue sendo lugar de encontro, ludicidade e pluralidade e não apenas mais uma vitrine da lógica neoliberal da performance.

Sob a lente de Han, a GPT se configura como um espaço de resistência estética e ética à lógica da transparência. Enquanto as redes sociais digitais exigem corpos performáticos, calculáveis e permanentemente expostos, convertidos em imagens planas e “positivas”, a GPT preserva uma dimensão mais diversa e complexa. Sua beleza não reside no brilho instantâneo de uma coreografia filmada para viralizar, mas na “fosforescência” (Han, 2017, p. 77) de um processo marcado pela imprevisibilidade do encontro, pela aceitação do “erro” como parte humana da expressão e pela construção de sentidos que não precisam ser totalmente traduzidos ou validados pela visibilidade digital. Se seguido pelos fundamentos preconizados pela FIG (2025) e amplamente divulgado por teóricos (Toledo, Tsukamoto, Carbinatto, 2025), o valor de uma prática na GPT não é necessariamente aquele que pode ser medido em curtidas, mas aquele que se experimenta na densidade afetiva do grupo, no silêncio compartilhado da concentração e na alegria lúdica que resiste à instrumentalização.

É importante, portanto, reconhecer que a GPT não é um refúgio puro ou uma solução final, mas um campo de tensão. Sua capacidade de oferecer um contraponto está intrinsecamente ligada ao risco de sua própria instrumentalização pelos mesmos mecanismos que parece contestar. O valor crítico da prática depende, em última análise, de uma consciência

continua dessa dualidade e de uma escolha deliberada, por parte de seus praticantes, de resistir à captura total pela estetização e pela lógica do espetáculo. Sem essa vigilância, a GPT pode facilmente se degenerar em mais um produto cultural consumível, esvaziando, justamente, a profundidade simbólica que a caracteriza até então.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise desenvolvida ao longo deste artigo, mediante o arcabouço teórico de Pierre Lévy, Manuel Castells e Byung-Chul Han, permitiu alcançar o objetivo central de examinar os desafios e potencialidades da GPT no contexto tecnológico atual. A investigação revela que a GPT se posiciona numa encruzilhada crítica na Sociedade 5.0, tensionada entre forças contraditórias que, simultaneamente, ameaçam e potencializam valores historicamente associados à sua prática e experiência vivida.

Do triângulo teórico analítico emergem tensões fundamentais. Por um lado, o potencial de inteligência coletiva identificado por Lévy, que transforma a GPT em um intelectual coletivo em ação, contrasta agudamente com os mecanismos de exclusão digital descritos por Castells, cujo acesso à tecnologia determina novas hierarquias e formas de marginalização. Por outro lado, a dimensão hermenêutica da prática, que valoriza os processos coletivos e a aceitação do erro como parte constitutiva da expressão humana, enfrenta a lógica da transparência exposta por Han, que exige corpos performáticos e padronizados para consumo imediato nas redes digitais.

Essa dupla tensão desvela o cerne do desafio contemporâneo da GPT: sua capacidade de constituir formas de sociabilidade coletiva e resistência esbarra na visibilidade algorítmica que rege a sociedade em rede. Contudo, é precisamente nessa fronteira de conflito que se revela também sua maior potencialidade. A GPT afirma-se como um espaço privilegiado de observação e negociação de novos modos de existência corporal, onde o coletivo, o lúdico e o sensível podem florescer frente à aceleração e superficialidade que caracterizam nossa Era.

O futuro dessa prática corporal, portanto, dependerá de sua capacidade de negociar criativamente seus princípios com as demandas incontornáveis da digitalização, sem cair na ilusão de uma pureza possível. Ela deve transformar-se em um campo de tensão ativa, onde a resistência – para preservar as experiências sensoriais, comunitárias e simbólicas que a constituem – coexiste com o inevitável grau de absorção pelas lógicas digitais de visibilidade, estetização e mediação por plataformas.

É precisamente nessa negociação ambivalente que reside seu potencial crítico. Sua natureza inclusiva e colaborativa oferece um contraponto vital aos riscos de exclusão digital, hipereposição e padronização corporal. No entanto, essa mesma natureza é também o que a torna vulnerável a ser cooptada e espetacularizada, transformando a celebração da diversidade em produto cultural e a inteligência coletiva em capital de rede.

Assim, a força da GPT não estará em uma suposta imunidade ao digital, mas em sua consciência aguda dessa dupla face: sua capacidade de potencializar as oportunidades de conexão, democratização e diversidade, enquanto vigia ativamente contra a captura total de seus gestos e significados pelas lógicas de desempenho e consumo que busca contornar. Seu desafio último é permanecer um espaço de negociação, nunca de submissão ou negação pura.

REFERÊNCIAS

- BENTO-SOARES, Daniela; SCHIAVON, Laurita Marconi. Gymnastics for all: different cultures, different perspectives. **Science of Gymnastics Journal**, v. 12, n. 1, p. 5-18, 2020.
- BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; COELHO, Tiago Furtado. Men's artistic gymnastics: is the use of elastic surfaces systematic in the training process? **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 30, n. 1, p. 51-59, jan./mar. 2016.
- CARBINATTO, Michele Viviene; REIS FURTADO, Lorena Nabanete. Choreographic process in Gymnastics for All. **Science of Gymnastics Journal**, v. 11, n. 3, p. 343-353, 2019.
- CASTELLS, Manuel. **A sociedade em rede**. A era da informação: economia, sociedade e cultura. 18. ed. São Paulo: Paz e Terra, 2019. v. 1.
- CORREA, Cláudia Xavier *et al.* Society 5.0 and Gymnastics for All: a systematic review. **Science of Gymnastics Journal**, 2026. No prelo.
- FERERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All** - Presentation. 2025. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/site/pages/disciplines/gfa-presentation.php>. Acesso em 26 out.2025.
- FUKUYAMA, Mayumi. Society 5.0: aiming for a new human-centered society. **Japan Spotlight**, n. 4, p. 47-50, 2018. Disponível em: https://www.jef.or.jp/journal/pdf/220th_Special_Article_02.pdf. Acesso em: 26 out. 2025.
- HAN, Byung-Chul. **A sociedade da transparência**. Petrópolis: Vozes, 2017.
- INTERNATIONAL GYMNASTICS FEDERATION (FIG). **Gymnastics for All: World Wide Experiences**. 1. Lausanne: FIG, 2022. v. 1.
- INTERNATIONAL GYMNASTICS FEDERATION (FIG). **Gymnastics for All: World Wide Experiences**. Lausanne: FIG, 2025. v. 2.

LÉVY, Pierre. **Cibercultura**. Tradução de Carlos Irineu da Costa. São Paulo: Editora 34, 1999.

LÉVY, Pierre. **A inteligência coletiva: por uma antropologia do ciberespaço**. 8. ed. São Paulo: Edições Loyola, 2003.

CORRÊA, Lionela da Silva. **Me apresento pro mundo descortinando a Amazônia? O entrelaçar da identidade cultural na ginástica para todos**. 2022. Tese (Doutorado em Educação Física) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2022.

MARTINS, Gustavo Borges. **Monitoramento da carga interna de treinamento em jovens atletas de ginástica artística durante a pandemia da COVID-19 (2020-2021)**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Educação Física) – Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2021.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos: o que a Praxiologia Motriz diz sobre isso? **Conexões**, Campinas, v. 18, e020014, p. 1-17, 2020.

MOTA, Kaio César Celli; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um festival de Ginástica Para Todos em tempos de pandemia. **Movimento**. Porto Alegre, v. 28, p. e28026, 2022.

PATRÍCIO, Tamiris Lima. **Ser no mundo e ser com o outro: experiências vividas em um festival de ginástica**. 2021. Tese (Doutorado em Estudos Socioculturais e Comportamentais da Educação Física e Esporte) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; CARBINATTO, Michele Viviane. Festivais de ginástica no mundo e no Brasil: reflexões gerais. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**. São Paulo, v. 30, n. 1, p. 199-216, jan./mar. 2016.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. **Entre o real e o virtual: o fazer ginástico sob o olhar de mulheres**. In: CARBINATTO, Michele Viviene; EHRENBURG, Mônica Caldas (org.). **Festival ginástico e isolamento social: retratos de um evento on-line**. Curitiba: Bagai, 2020. p. 45-57.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviane. Merleau-Ponty e Ginástica para Todos: repensando paradigmas na Educação Física/Esporte. **Conexões**, Campinas, v. 19, e021025, 2021.

SILVA, Ana Márcia. Entre o corpo e as práticas corporais. **Arquivos em Movimento**, Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, jan./jun. 2014.

TOLEDO, Eliana de; TSUKAMOTO, Mariana; CARBINATTO, Michele Viviene. Fundamentos da Ginástica Para Todos. In: NUNOMURA, Myrian (org.). **Fundamentos da ginástica**. 2. ed. Jundiaí: Fontoura, 2016. p. 173-190.

TOLEDO, Eliana de; TSUKAMOTO, Mariana; CARBINATTO, Michele Viviene.
Fundamentos da Ginástica Para Todos. *In*: NUNOMURA, Myrian (org.). **Fundamentos da ginástica**. 3. ed. Jundiaí: Fontoura, 2024. p. 173-190.

6 ARTIGO 4 – NORBERT ELIAS NA SOCIEDADE 5.0: O LUGAR DA GINÁSTICA PARA TODOS NO NOVO PANORAMA CIVILIZATÓRIO

Cláudia Xavier Correa
Michele Viviane Carbinatto
Maria Luísa Ávila da Costa
Clara Mockdece Neves

RESUMO

Este ensaio explora a teoria de Norbert Elias para analisar a Ginástica para Todos (GPT) no contexto da Sociedade 5.0, especificamente seus conceitos de processo civilizador e figurações. A questão central que orienta essa reflexão é compreender de que modo as práticas corporais coletivas da GPT podem ser interpretadas como figurações sociais que reconfiguram, hoje, os processos civilizadores, num cenário marcado pela digitalização crescente, caracterizada pela integração de tecnologias digitais no tecido social (Fukuyama, 2018). A Sociedade 5.0 apresenta novos desafios e tensões que encontram lugar nos corpos, relações e costumes sociais. Entre essas tensões, destacam-se novas formas de regulação social, de mediação tecnológica das relações e de transformação das experiências corporais e comunitárias. Partindo da perspectiva eliasiana, a GPT pode ser entendida como um espaço privilegiado de interdependência, onde normas, sensibilidades e modos de autocontrole corporal são continuamente negociados. Este estudo argumenta que a GPT, com sua base na coletividade, inclusão e prática ao longo da vida (FIG, 2025), constitui um espaço propício para observar a reinvenção dos processos civilizadores contemporâneos. Nesse sentido, a GPT permite analisar como práticas inclusivas e coletivas podem funcionar como microfigurações capazes de responder às pressões individualizantes e tecnocráticas do presente. A análise conclui que a GPT não é passiva dessas transformações sociais emergentes, mas pode atuar como agente ativo na contribuição por um futuro tecnológico mais humanizado e equitativo.

Palavras-chave: Norbert Elias; processos; figurações; ginástica para todos; sociedade 5.0.

INTRODUÇÃO

A Sociedade 5.0 emerge com uma proposta de modelo para o futuro, posicionando-se como uma evolução da Sociedade 4.0, a Era da Informação, berço da globalização (Toledo; Bara Filho, 2019). Em 2016, o governo japonês divulgou o 5º Plano Básico de Ciência E Tecnologia, propondo a ideia de uma sociedade futura superinteligente orientada pela inovação científica e tecnológica (Hitachi, 2020): um reposicionamento estratégico inovador para melhorar a qualidade de vida dos japoneses. Sua premissa central é de uma sociedade centrada no ser humano (Fukuyama, 2018). Nela, tecnologias como Inteligência Artificial, Internet das Coisas e *big data* são integradas para resolver problemas complexos e melhorar a qualidade de vida. Seu objetivo é fundir o ciberespaço com o espaço físico, criando um ecossistema que

ofereça bens e serviços personalizados, promovendo o bem-estar e a sustentabilidade (Oliveira; Menezes, 2021).

Os quatro pilares dessa sociedade são a centralidade humana, uma sociedade intensiva em conhecimento, a fusão do físico e digital, e uma sociedade orientada por dados (Hitachi, 2020). A visão otimista aponta a tecnologia como uma ferramenta para potencializar as capacidades humanas, e não para substituí-las. No entanto, esse modelo não está isento de críticas. Perspectivas teóricas alertam que, por trás do discurso de empoderamento, podem se esconder novas formas de vigilância e controle, no qual os dados, que deveriam servir ao bem comum, são apropriados por grandes corporações para “prever, manipular e lucrar com o comportamento humano” (Zuboff, 2020, p. 132).

Críticas fundamentadas questionam se o indivíduo será, de fato, o agente central ou um produto dos algoritmos. Para Foucault (2019), tal sociedade pode representar um empreendimento disciplinar, exercendo um controle implacável sobre corpos e espíritos, produzindo “corpos dóceis e úteis”. Este ensaio interroga de que modo práticas corporais coletivas, como a GPT, podem constituir figurações alternativas face a essas novas formas de controle e mediação digital. Surge, assim, um debate crucial sobre os riscos éticos inerentes a essa hiperconexão, incluindo a erosão da privacidade e a possibilidade de uma regressão social disfarçada de progresso técnico. A concretização da Sociedade 5.0, portanto, dependerá não apenas de avanços tecnológicos, mas da capacidade de se estabelecerem regulações sólidas e de se garantir que os benefícios sejam distribuídos de forma equitativa, preservando a autonomia e a diversidade de saberes (Santos, 2010).

Assim sendo, a transição para a Sociedade 5.0, marcada pela profunda integração das tecnologias digitais na vida social, demanda reflexões críticas sobre as tensões sociais visíveis, os costumes, os corpos e as relações humanas. Nesse contexto, práticas corporais que resistam à lógica de hiperindividualização e eficiência tornam-se especialmente relevantes (Menegaldo; Bortoleto, 2022). E, aqui, aludimos que a Ginástica para Todos – foco deste estudo – é potencialmente uma prática corporal que se opõe à racionalidade neoliberal.

A Ginástica para Todos é uma prática reconhecida pela Federação Internacional de Ginástica; seus movimentos perpassam os da ginástica artística, rítmica, aeróbica, acrobática, trampolim e *parkour* em sintonia com música, dança, teatralidade e aspectos da cultura em geral, visando ao desenvolvimento de aptidão física, repertório ginástico (rotações, saltos, apoios, suspensões e equilíbrios) uníssono ao aspecto lúdico da prática em que relações de amizade são incentivadas para a permanência na prática durante toda a vida. As sessões de aula e eventos não seguem uma codificação e padronização. As vivências são diversas e,

normalmente, o produto do trabalho é apresentado em formato coreográfico apresentados em eventos festivos (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2023; FIG, 2025). A GPT pode ser entendida como uma figuração de interdependência, na qual se observam modos específicos de autocontrole, pertencimento e regulação social.

Logo, pela sua abrangência, Menegaldo e Bortoleto (2022) argumentam que a GPT confronta diretamente a lógica de competição generalizada, característica que marca a sociedade contemporânea. Por sua natureza não competitiva, orientada à demonstração coreográfica coletiva e ao lazer, a GPT favorece a cooperação, a inclusão e a construção de vínculos sociais solidários, constituindo-se como uma “prática de resistência”, priorizando a ação coletiva e a comunicação em detrimento do desempenho individual e da comparação de resultados, desafiando, assim, os pressupostos neoliberais de eficácia e concorrência. Ou seja, “a prática regular da GPT pode contribuir para a construção de uma lógica social fundamentada na coletividade” (p. 131), ressignificando conceitos como sucesso e reconhecimento.

Dessa forma, a GPT se apresenta como um contraponto viável no campo das práticas corporais, quando promove valores de coletividade e cooperação frente à individualização e à mercantilização das relações humanas, contexto inerente da Sociedade 5.0. A atuação de um contraponto como a GPT, enquanto prática social que oferece um campo de experiências relacionais alternativas, pode ser mais bem compreendida à luz de uma perspectiva processual e de longa duração sobre a formação dos indivíduos e da sociedade.

Nesse contexto, os estudos de Norbert Elias (1994) adquirem relevância. Para Elias, a civilização se constitui em processos contínuos: pela internalização de controles, pela pacificação de costumes a longo prazo e pela evolução do conhecimento social, conciliando as marcas do tempo histórico.

A opção pela teoria de Elias para analisar a GPT no contexto da Sociedade 5.0 justifica-se pela potência de seus conceitos para decifrar as transformações nas redes de interdependência e nos processos civilizadores que constituem essa prática. Reconhecida por sua pluralidade e por estar “desprovida de regulamento técnico-gestual com atenção voltada à participação” (Bento-Soares; Schiavon, 2020), a GPT é um fenômeno social efervescente para observar a tensão entre a espontaneidade dos corpos e as novas formas de controle e mediação digital.

A teoria de Norbert Elias, oferece, assim, uma lente privilegiada para observar como essa prática, flexível aos interesses do grupo está a negociar seus gestos, ritos e formas de convívio face à mediação tecnológica. Desse modo, a teoria de Elias, não só fornece o instrumental para diagnosticar as transformações na essência humanizadora da GPT, mas também posiciona essa ginástica, cujos benefícios para o “bem-estar físico, social, intelectual e

psicológico” são reconhecidos (Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016) como um microcosmo no qual é possível observar, em escala reduzida, a reinvenção contemporânea do laço social.

Nesse sentido, o artigo de Patrício *et al.* (2025) oferece subsídios empíricos e teóricos valiosos para enriquecer essa discussão. O estudo investiga, por meio de uma abordagem fenomenológica e com base nos conceitos de Hannah Arendt, as experiências vividas por um grupo brasileiro de GPT durante a World Gymnaestrada de 2019. Destaca unidades de significado centrais, como o caráter não competitivo, promovendo um engajamento desinteressado, voltado ao convívio e à expressão; a diversidade fortalecendo o sentimento de pertencimento e o reconhecimento mútuo; e a imersão coletiva intensa tecendo relações significativas, demandando habilidades sociais. Os autores concluem que a World Gymnaestrada funciona como um espaço de “inter-esse” arendtiano, onde a pluralidade, a ação e o discurso fortalecem laços sociais, pertencimento e diversidade. A partir desse estudo, é possível defender que a GPT não só se adapta às novas configurações sociais, mas ativa e modela figurações mais humanizadas, plurais e cooperativas, contribuindo para um processo civilizador contemporâneo mais equilibrado e menos excludente. A GPT pode promover interdependências baseadas na cooperação, no pertencimento e na pluralidade, atuando como um agente ativo na humanização do tecido social tecnológico, reforçando laços comunitários e contribuindo para um processo civilizador mais equitativo.

A partir das exposições acima, este ensaio visa a aplicar os conceitos centrais de Elias (1994) para analisar a prática da GPT e sua reconfiguração na Era Digital. Acredita-se que a estrutura teórica do autor forneça ferramentas poderosas para entender como a GPT negocia seus valores humanísticos centrais com as demandas e pressões da emergente Sociedade 5.0.

OS PILARES DE UMA TEORIA PROCESSUAL: LONGA DURAÇÃO, FIGURAÇÃO E CIVILIZAÇÃO

A teoria de Norbert Elias revolucionou as Ciências Sociais ao propor uma abordagem que integra o indivíduo e a sociedade através de dois eixos centrais: a análise dos processos históricos de longa duração e o estudo das figurações sociais (redes de interdependência). Os conceitos-chave são a autocontenção e o controle dos impulsos como marcas do que se conceitua como civilização, a qual se mostra como um processo histórico contínuo, com avanços e retrocessos, vinculado às transformações estruturais da sociedade (Elias, 1994).

Elias (1939) demonstra como as sociedades europeias entre os séculos XII e XVIII passaram por transformações graduais nos costumes, no controle da violência e na organização

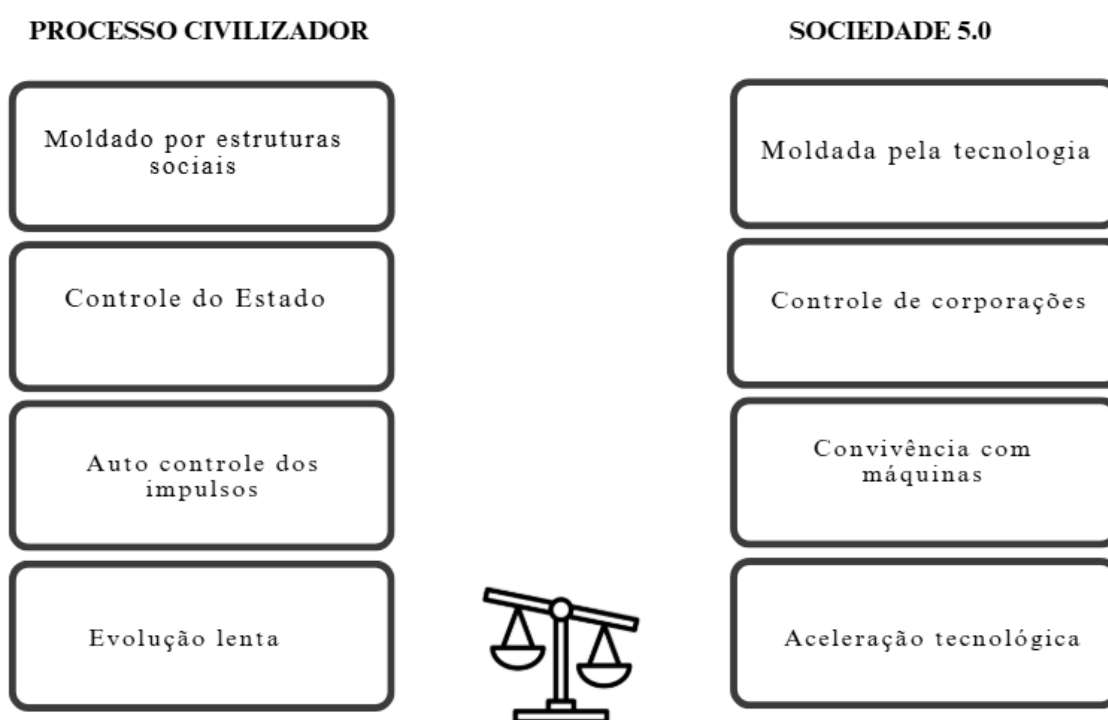
do poder. Crucialmente, esse processo não foi planejado, mas emergiu de mudanças não intencionais em configurações sociais complexas, como a centralização do poder pelos Estados Nacionais e a crescente divisão de funções sociais.

Para analisar essa dinâmica social em constante movimento, Elias substituiu a ideia de uma estrutura social rígida pelo conceito de figurações, padrões dinâmicos de relações que conectam pessoas e grupos. Essa perspectiva procura superar dicotomias clássicas entre agência individual e estrutura social. Nesse jogo de interdependências, ações individuais e ordens sociais são co-construídas (Elias, 1993).

É precisamente nesse contexto de interdependências e competição por *status* que se pode observar o cerne do processo civilizador descrito por Elias (1994). Esse processo ocorreu de forma lenta e se baseou na autodisciplina e na ação do Estado, na internalização de normas que substituíram a violência por etiquetas, costumes e regras de convívio social. Tratava-se, portanto, não apenas de avanços técnicos, mas de uma transformação histórica gradual em que os indivíduos passaram a exercer maior controle sobre seus impulsos, influenciados por mudanças nas estruturas políticas e sociais (Elias, 1990).

Esse processo histórico, descrito por Elias, contrasta com o caráter planejado e tecnologicamente orientado da Sociedade 5.0, como ilustra a Figura 19 a seguir.

Figura 19 – Diferenças na evolução social



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A Figura 19 evidencia as distâncias entre processos civilizatórios históricos e não intencionais e projetos societários planejados. Justamente por oferecer ferramentas para analisar tais processos, o pensamento de Elias, embora tardio, encontrou eco significativo no Brasil três ou quatro décadas depois, e na Educação Física a partir dos anos 1990, graças a pesquisadores da Unicamp (Gebara, 2014) e demais estudiosos, como relata o estudo de Rinaldi *et al.* (2019). A revisão sistemática realizada pela autora (Rinaldi *et al.*, 2019) objetivou identificar os conceitos da teoria de Norbert Elias e o modo como têm sido acionados nas produções científicas em Educação Física no Brasil, publicadas no período de 2007 a 2018. Os principais conceitos-chave da teoria de Elias encontrados nas pesquisas retrataram: as teias de interdependência, o processo civilizador, as atividades miméticas, e tensão e excitação.

Os estudos brasileiros realizados pelos autores acima citados afirmam que os subsídios da teoria sociológica são relevantes para o campo da Educação Física por agregar possibilidades e significados à compreensão das relações sociais constituídas em diferentes contextos. Além disso, a verificação de como tem se dado a recepção e apropriação desse referencial teórico é válida, pois oferece elementos concretos acerca da sofisticação analítica que o campo da Educação Física no Brasil vem construindo nessas últimas décadas, sobretudo, ao estreitar suas relações com o campo das Ciências Humanas e Sociais. Elias foi responsável pelo desenvolvimento de uma teoria social, que alargou o campo dos estudos sociológicos inclinados a desvendar os processos sociais, as relações estruturais e configuracionais entre os sujeitos e os fatos sociais (Rinaldi, 2019).

O poder analítico dessa teoria, no entanto, não se restringe ao passado. Nele, o controle dos impulsos emerge de estruturas sociais em processo de interdependência. No futuro da Sociedade 5.0, essa dinâmica se intensificará em um cenário marcado pela fusão entre o físico e o digital. Nessa nova fase civilizatória, as tecnologias de ponta demandam indivíduos altamente adaptáveis, emocionalmente autônomos e capazes de navegar em sistemas integrados e globalizados.

Não por acaso, essa realidade ressoa com a tese eliasiana de que “A civilização consiste num processo de mudança do comportamento humano num sentido particular: o de uma maior regulação e diferenciação dos impulsos” (Elias, 1990, p. 139). A diferença crucial, porém, é que, enquanto no processo histórico analisado por Elias o autocontrole era mediado por instituições como a corte e o Estado, na contemporaneidade, ele se reinventa por meio de normas digitais, éticas em rede e novas formas de convivência virtual.

Nesse novo paradigma, habilidades como inteligência emocional, empatia digital e gestão da exposição *on-line* tornam-se tão essenciais quanto o domínio técnico. Se, por um lado,

isso abre caminho para potencialidades positivas, como maior conectividade e adaptabilidade a ambientes híbridos, por outro, expõe fissuras e desafios inéditos. Afinal, essa reinvenção do processo civilizador não é homogênea: enquanto países como Japão, EUA e nações europeias lideram a implantação da Sociedade 5.0, sociedades periféricas enfrentam exclusão tecnológica, dependência de infraestrutura alheia e novas formas de opressão como a vigilância algorítmica, a cobrança por produtividade constante e o esgotamento mental em ambientes hiperconectados.

Assim, se Elias (1990) descreveu um movimento civilizatório pautado na moderação de impulsos, hoje nos vemos diante de uma nova encruzilhada: até que ponto a regulação emocional e social na era digital reproduz velhas estruturas de controle, e em que medida ela inaugura, de fato, uma nova etapa na relação entre indivíduo e sociedade?

É precisamente a partir dessa perspectiva teórica, que entende a sociedade como uma rede de interdependências em constante transformação, que a dimensão da GPT será analisada. Para tanto, é fundamental compreender os dois pilares conceituais exibidos logo abaixo, que sustentam essa abordagem.

PROCESSOS E FIGURAÇÕES DE ELIAS: AS REDES DINÂMICAS DA GPT

No cerne da teoria social de Norbert Elias (1994) estão dois conceitos fundamentais e intrinsecamente ligados: processo e figuração. Para o autor, a sociedade não é uma entidade estática, mas um fluxo contínuo de mudanças interdependentes, um processo civilizador em constante movimento. Para analisar essa dinâmica, ele propõe o conceito de figuração, entendido como uma teia móvel de interdependências que conecta indivíduos em padrões específicos de relações, sejam elas de cooperação, conflito ou poder. Dessa forma, as figurações (como a corte francesa ou um grupo de ginástica) são as formas sociais observáveis por meio das quais os processos históricos de longo prazo, como a crescente internalização do autocontrole, se desdobram e se tornam concretos na vida dos indivíduos.

Para Elias (1994), os processos dizem respeito a algo que está em movimento constante, como o controle do corpo e das emoções, as relações sociais e o poder do Estado, a criação de padrões de comportamento. Esses processos ocorrem a longo prazo e se transformam no percurso da história. Ao observar a GPT através dessa lente, identifica-se um espelho desses processos: nascida como prática coletiva e presencial, ela viu sua natureza essencial ser tensionada durante a pandemia, quando a mediação tecnológica impôs novas formas de demonstração virtual.

Nessa transição, identificam-se hipóteses interpretativas em ação: 1) a internalização de controles (autocensura dos gestos para adaptá-los às telas); 2) o aumento da interdependência (cooperação em redes digitais para manter a prática); e 3) a padronização de movimentos (rituais virtuais substituindo a espontaneidade física). Essa civilização dos gestos traz um paradoxo: se por um lado a tecnologia empodera (como no caso de idosos que ganham autonomia através de aulas *on-line*), por outro cria novas exclusões (de quem não domina as ferramentas digitais) e disciplina corpos (por meio de movimentos adaptados a enquadramentos de câmera). O corpo, pela tecnologia, ao mesmo tempo que se empodera, descobre novas fragilidades (de uma perspectiva mais motora, por exemplo, o sedentarismo; mas de uma perspectiva mais simbólica, social e cultural, também impõe determinados padrões e *standards* corporais e de imagem amplamente divulgados pelos canais tecnológicos).

As questões que emergem sobre percepção sensorial, autonomia corporal e acesso tecnológico ecoam diretamente às preocupações de Elias (1990) acerca dos possíveis efeitos das rápidas mudanças sociais. O desafio que se coloca é justamente o que a teoria de Elias nos ajuda a enfrentar: como equilibrar inovação e preservação da essência da GPT nesse processo contínuo e acelerado de transformação?

Para responder a essa questão, acionamos o conceito de figurações, definida como padrões dinâmicos de relações que conectam pessoas e grupos; são redes de interdependência entre pessoas que compartilham práticas sociais numa sociedade que se modifica com a inclusão de rituais e de hierarquias. Elias (1994b) desenvolveu o conceito de figurações para superar a dicotomia indivíduo/sociedade. Para ele, as relações sociais formam redes dinâmicas de interdependência que moldam comportamentos, as quais chamamos de figurações.

Esse conceito é fundamental para analisar como a GPT se transforma na Era Digital. Diversas interdependências físicas são dificilmente traduzíveis numa mediação puramente tecnológica na GPT: a respiração sincronizada, o toque, a energia afetiva do espaço compartilhado, as “falhas” espontâneas que humanizam, corpos em interação direta que geram emoções únicas. Analisar as figurações permite entender a GPT como uma rede de relações coletivas e de rituais próprios. Permite, ainda, identificar tensões entre antigas e novas formas de interdependência, e revelar como a tecnologia reconfigura o poder dentro dos grupos.

É aqui que os conceitos de Elias oferecem ferramentas privilegiadas para interpretar a GPT: seus rituais, sua cultura não competitiva e sua capacidade de adaptação frente aos desafios de um futuro acelerado. Como Elias antecipou, “a mudança é uma característica normal da sociedade [...] as pessoas se interessam mais intensa e conscientemente do que nunca pelos problemas do desenvolvimento social” (1994, p. 222-223). Essa percepção é relevante para

entender como a GPT, prática tradicionalmente presencial e coletiva, se reconfigura na interface com a tecnologia digital.

Nesse contexto, a GPT se revela um caso emblemático para explorar as dinâmicas civilizatórias contemporâneas. Ao resistir à lógica competitiva do esporte, ela preserva valores de inclusão e espontaneidade que dialogam diretamente com os processos de autocontrole e padronização analisados por Elias. As questões que se impõem são: como essa prática corporal negociará sua essência com as demandas da digitalização? De que forma a mediação por telas transformará seus rituais e gestos?

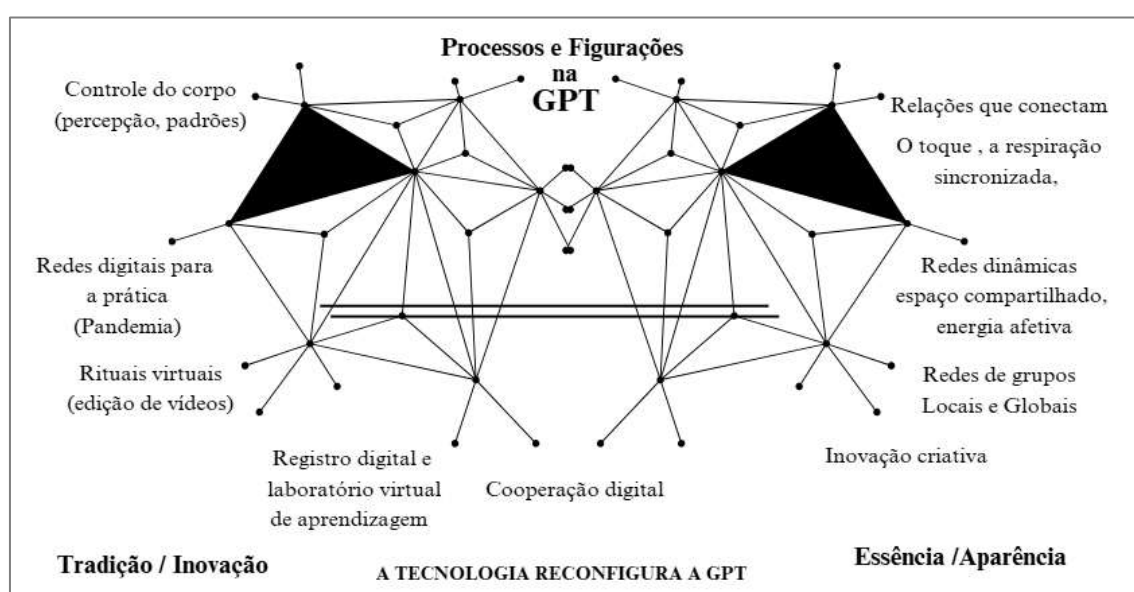
E por mencionar telas, diante do isolamento social imposto pela pandemia de COVID-19, o Grupo de Ginástica para Todos da USP (GYMNUSP) reinventou sua atuação por meio da realização do I Festival Online de Ginástica para Todos. Esse evento, além de manter viva a prática da GPT em um contexto de distanciamento, demonstrou que a virtualidade pode ser um espaço legítimo de encontro, criação coreográfica e experiência corporal coletiva, reforçando a resistência e a resiliência da comunidade ginástica em tempos de crise (Carbinatto; Ehrenberg, 2020). No livro “Festival Ginástico e Isolamento Social: Retratos de um Evento On-line”, os autores relatam experiências e reflexões sobre a transição abrupta para o virtual e a realização do festival *on-line* como uma resposta imediata à crise sanitária. Destacam que a experiência abriu novas possibilidades e mostrou que o virtual pode ser um espaço válido de encontro e prática ginástica, sugerindo que essa modalidade pode ser válida como uma alternativa complementar no futuro.

São essas tensões e transformações sociais inerentes ao mundo atual que a teoria dos processos e figurações ajuda a desvendar, convidando a observar a GPT como um microcosmo das transformações sociais em curso. E é diante desse cenário de transformações, em que as figurações tradicionais da GPT se reinventam sob pressão tecnológica e novos códigos civilizatórios, que surge um desafio: como preservar sua essência humanizadora enquanto se adapta às demandas emergentes? Se, por um lado, a teoria de Elias nos alerta para os processos inevitáveis de mudança, como a padronização de gestos e a mediação digital das relações, por outro, a GPT carrega em sua história justamente a resistência a lógicas desumanizantes.

Nesse momento de transição, espera-se que a GPT esteja atenta às provocações que se apresentam, transformando-as em oportunidades. Como herdeira dos princípios colaborativos, a GPT tem o potencial de beneficiar as demandas sociais futuras: seja nos festivais e eventos que mantêm viva a magia das coreografias, seja na promoção de experiências lúdicas que excitam o corpo. Segundo Patrício e Carbinatto (2023), os festivais de ginástica constituem momentos de intensa troca afetiva e construção de memórias coletivas; são espaços

privilegiados para a vivência de experiências significativas e a formação de identidade grupal na Ginástica para Todos. Para visualizar como esses conceitos se articulam na prática, a Figura 20 sintetiza a dinâmica entre os processos e figurações de Elias tal como se manifestam no universo da GPT. A digitalização e a busca por novas formas de sociabilidade se materializam através das redes de relações (figurações) específicas da ginástica, criando um cenário de tensões e possibilidades. É precisamente nesse jogo de interdependências que a GPT pode assumir seu papel ativo.

Figura 20 – Teias de relações mediadas pela tecnologia



Fonte: Elaborado pela autora (2025).

Ao articular o legado de Elias com os desafios atuais, conclui-se que a GPT não é apenas vítima dos processos civilizatórios, mas pode ser agente ativa na sua reconfiguração. Seu futuro dependerá justamente de como negociará, nas novas figurações digitais, aquilo que sempre definiu: a capacidade de transformar corpos em movimento em experiências de liberdade e alegria, agora intensificada, e não anuladas, pela tecnologia.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A análise desenvolvida neste ensaio conclui que a GPT não é passiva frente às transformações sociais emergentes, e pode ser interpretada como um espaço onde se negociam processos civilizatórios contemporâneos, podendo atuar como um agente ativo na construção de um futuro tecnológico mais humanizado e equitativo. Ao longo deste debate, observou-se

que as características da prática são um contraponto valioso à lógica individualizante e de performance que frequentemente acompanha a digitalização. A GPT, quando consciente de seu potencial, não precisa se render passivamente aos imperativos tecnológicos da Sociedade 5.0, pelo contrário, ela pode negociar criativamente sua inserção nesse novo contexto.

Este ensaio sugere que a GPT pode oferecer um espaço que proporcione uma saúde ampliada, que abrace todas as faixas etárias, que conceda aprendizagens sensíveis e alternativas à educação tecnicista, e que permita uma sociabilidade resiliente que se contrapõe ao isolamento digital em vivências de prazer corporal proporcionadas por ela.

Essa atuação como agente pode se concretizar de várias formas: ao utilizar plataformas digitais para ampliar o acesso e a inclusão, preservando seu caráter coletivo; ao disponibilizar conteúdos que enfatizem a expressão corporal autêntica em oposição a padrões de performance idealizados; e ao fomentar, nos ambientes virtuais, as mesmas dinâmicas de cooperação e alegria que lhe são fundamentais.

Através das lentes do processo civilizador e das figurações, foi possível enxergar a GPT não como uma prática isolada, mas como parte de uma teia mais ampla de interdependências. O futuro da ginástica, portanto, não será definido apenas pela tecnologia, mas pela forma como seus praticantes e instituições souberem ressignificar seus valores fundamentais, como a alegria, a expressão corporal e a coletividade, dentro dos novos ambientes digitais. O grande desafio em jogo reside em novas figurações de interdependência corporal e digital, cujos efeitos civilizatórios permanecem abertos e em disputa.

REFERÊNCIAS

BENTO-SOARES, Daniela; SCHIAVON, Laurita Marconi. Gymnastics for all: different cultures, different perspectives. **Science of Gymnastics Journal**, v. 12, n. 1, p. 5-18, 2020.

CARBINATTO, Michele Viviene; EHRENBERG, Mônica Caldas (org.). **Festival ginástico e isolamento social: retratos de um evento on-line**. Curitiba: Bagai, 2020. *E-book*.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador: uma história dos costumes**. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994. v. 1.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador: formação do estado e civilização**. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993. v. 2.

ELIAS, Norbert. **A sociedade dos indivíduos**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1994.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All – the social side of our sport**. Disponível em:

<https://www.gymnastics.sport/site/news/displaynews.php?urlNews=4454531>. Acesso em: jun. 2025.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e punir**: nascimento da prisão. 42. ed. Petrópolis: Vozes, 2019.

FREIRE, Paulo. **Pedagogia do oprimido**. 60. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2021.

FUKUYAMA, Mayumi. **Society 5.0**: aiming for a new human-centered society. Japan SPOTLIGHT, [S.l.], p. 47-50, jul./aug. 2018. Disponível em: https://www.jef.or.jp/journal/pdf/220th_Special_Article_02.pdf. Acesso em: 5 maio 2023.

GEBARA, Ademir. Norbert Elias no Brasil. In: GEBARA, Ademir; COSTA, Célio Juvenal; SARAT, Magda (org.). **Leituras de Norbert Elias**: processo civilizador, educação e fronteiras. Maringá: Eduem, 2014. p. 19-40.

HITACHI – UTokyo Laboratory. **Society 5.0**: A People-centric Super-smart Society. [S.l.]: Springer, 2020.

MACHADO DE OLIVEIRA, Vinícius; DE SOUZA, Juliano. Divergências e reticências em torno da obra de Norbert Elias no campo acadêmico-científico da educação física no Brasil. **Caderno CRH**, [S. l.], v. 37, p. e024012, 2024. Doi: 10.9771/ccrh.v37i0.35113. Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/crh/article/view/35113>. Acesso em: 8 jun. 2025.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Uma nova razão de mundo: ensaio sobre as potencialidades da ginástica para todos frente à racionalidade neoliberal. **Revista Didática Sistemática**, v. 24, n. 1, p. 130-142, 2022.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; CARBINATTO, Michele Viviene. Festivais de ginástica no mundo e no Brasil: reflexões gerais. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 199-216, 2016.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. Lived experiences in gymnastics festivals and its memorable moments. In: BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; HUTCHINSON, Petrina (org.). **Gymnastics for All**. Worldwide Experiences. Lausanne, SW: FIG, 2023. p. 55-61.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; CARBINATTO, Michele Viviene. Festivais de ginástica: experiências significativas na Ginástica Mundial. **Retos**, v. 65, p. 86-99, 2025.

RINALDI, Ieda Parra Barbosa *et al.* A teoria sociológica de Norbert Elias e a produção científica em educação física no Brasil: uma revisão sistemática. **LICERE**, Belo Horizonte, v. 22, n. 4, p. 464-494, dez. 2019.

SANTOS, Boaventura de Sousa. **Epistemologias do Sul**. São Paulo: Cortez, 2010.

TOLEDO, Heglison Custódio; BARA FILHO, Maurício Gattás. **Esporte 4.0** – uma realidade na era digital. São Paulo: Nova Literarte, 2019.

ZUBOFF, Shoshana. **A era do capitalismo de vigilância:** a luta por um futuro humano na nova fronteira do poder. Rio de Janeiro: Intrínseca, 2020.

7 ARTIGO 5 – SOCIEDADE 5.0 E GINÁSTICA PARA TODOS: RESISTÊNCIA E REINVENÇÃO?

Cláudia Xavier Correa
Michele Viviane Carbinatto
Clara Mockdece Neves

RESUMO

A Sociedade 5.0 caracteriza-se por uma evolução temporal, a partir de uma promessa de reposicionamento tecnológico centrado no ser humano, com vistas a melhorar a qualidade de vida das pessoas. No entanto, pode existir uma distância entre promessa e prática. É nesse contexto que a Ginástica para Todos (GPT) se insere e compartilha da ideia da centralidade humana, embasada em cinco fundamentos apontados pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), sendo eles: a diversão e o lazer, o cuidado com a saúde, o aprendizado e desenvolvimento de capacidades físicas, as relações afetivas e coletivas e a vida longa embalada pela prática da ginástica, respectivamente os 5F's – *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*. Logo, a partir de seus fundamentos, a GPT pode materializar o que a Sociedade 5.0 anuncia como promessa. Assim sendo, o estudo teve por objetivo examinar e explorar a visão institucional da GPT na Sociedade 5.0 através da lente do presidente do Comitê da FIG, analisando como a modalidade articula seus princípios com as complexas demandas atuais de saúde, cultura, *soft skills*, expressão corporal e inovação tecnológica em um mundo progressivamente orientado pela lógica digital e pela cultura do desempenho. A teoria sociológica de Norbert Elias (1994) foi base para a reflexão e compreensão do modo como a GPT pode ser interpretada a partir de figurações sociais que reconfiguram, hoje, os processos civilizadores num cenário marcado pela digitalização crescente. O artigo se caracteriza por uma pesquisa qualitativa e descritiva de um estudo de caso. Utilizou como ferramenta a entrevista livre, tendo como locutor o Presidente do Comitê de GPT da World Gymnastics (Federação Internacional de Ginástica) (WG/FIG). A entrevista ocorreu de forma presencial, com gravação, transcrição na íntegra, conferência e aprovação pelo entrevistado. A análise da entrevista ocorreu mediante a teoria da Análise do Conteúdo de Laurence Bardin (2016), identificando categorias temáticas e significados subjacentes. Os resultados apontaram cinco categorias: Saúde e Qualidade de Vida; *Soft Skills*; Corporeidade; Cultura; e Tecnologia; e mostraram que a GPT já pratica os valores que a Sociedade 5.0 deve assegurar. Os discursos do entrevistado sugerem que a GPT está alinhada aos valores de saúde integral, convivência, expressão cultural e uso ético da tecnologia.

Palavras-chave: ginástica para todos; sociedade; FIG; pesquisa qualitativa; análise de conteúdo.

INTRODUÇÃO

A transição para a denominada Sociedade 5.0 representa um marco na evolução tecnológica, propondo um modelo que posiciona o ser humano no centro do desenvolvimento para gerar soluções que ampliem a saúde e a qualidade de vida. Esse paradigma, discutido ativamente desde 2016, busca reposicionar inovações, antes voltadas prioritariamente à

eficiência produtiva, em prol do bem-estar social (Fukuyama, 2018). Contudo, esse avanço não ocorre sem tensões; o discurso de naturalidade da evolução digital pode ocultar dinâmicas de poder, lucro e controle que desafiam a autonomia humana. No domínio esportivo, essa tensão reflete a transição da Sports 4.0, focada estritamente em performance, dados e automação, para a Sports Industry 5.0, conforme proposto por Madsen e Glebova (2025). A Sports Industry 5.0 reimagina o esporte através de uma tríade fundamental: tecnologia, humanidade e sustentabilidade. Ao contrário de abordagens anteriores, defende que a inovação digital deve ser um instrumento para a centralidade humana, a inclusão social e a resiliência, transcendendo a busca por lucros ou recordes para abraçar objetivos sociais mais amplos.

Nesse cenário de reorientação do esporte, a Ginástica para Todos (GPT) emerge como uma manifestação que consolida esses ideais. De acordo com a FIG (2023), aquela prática é sustentada pela filosofia dos 5F's (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship e Forever*), respectivamente, diversão, saúde, aprendizagem, amizade e prática ao longo da vida, promovendo uma cultura de lazer, cuidado integral com a saúde e desenvolvimento de capacidades humanas ao longo de toda a vida. Enquanto a Sports Industry 5.0 busca operacionalizar a sustentabilidade e a equidade no esporte global, a GPT já opera sob uma lógica que valoriza a cooperação em detrimento da competição, posicionando-se como um pilar de humanidade dentro do ecossistema esportivo, incorporando as manifestações do fazer ginástica e mesclando ginástica artística, rítmica, acrobática, aeróbica, trampolim e *parkour* com outras manifestações da cultura corporal, tendo como seu produto recorrente as composições e apresentações coreográficas (Toledo; Tsukamoto; Carbinatto, 2016), além de promoção da saúde, bem-estar físico, social, intelectual e psicológico, conforme Patrício, Bortoleto e Carbinatto (2016).

A relevância dessa temática é sustentada por uma recente revisão sistemática de literatura (Correa *et al.*, 2026), a qual identificou que os anseios da Sociedade 5.0 coadunam com os preceitos da GPT em cinco categorias fundamentais: Qualidade de Vida, *Soft Skills*, Cultura, Corporeidade e Tecnologia. As autoras reafirmam que a GPT, como uma prática corporal, materializa a centralidade do ser humano. No âmbito da saúde, transcende a mera performance para promover um envelhecimento ativo sob a filosofia do *forever*; fomenta a cooperação, escuta ativa e lideranças a partir do *friendship*; resgata a singularidade e expressividade do corpo em contrapartida à lógica do esporte competitivo; no plano da cultura, valoriza e preserva identidades locais e nacionais através de composições coreográficas plurais; por fim, assegura que inovações digitais podem potencializar a prática e a comunicação sem descaracterizar a primazia do toque e da interação humana presencial. Essa revisão sistemática

demonstra que a GPT já pratica os valores de bem-estar integral e convivência que a sociedade futura promete assegurar.

Sob essa perspectiva, emerge a necessidade de compreender a importância de práticas corporais que ainda valorizam e comportam espaços de cooperação, afeto, expressividade, alegria e prazer. Na ótica de Norbert Elias (1990; 1993; 1994), a GPT pode ser compreendida como parte de processos civilizadores contínuos, em que a internalização de controles e a pacificação de costumes moldam redes de interdependência social. Assim, a GPT pode funcionar como um microcosmo para observar a resistência da espontaneidade humana frente às novas formas de mediação digital. Para o autor, a civilização se constitui pela evolução do conhecimento social, conciliando as marcas do tempo histórico.

Reconhecida por sua pluralidade e por estar desprovida de regulamento técnico-gestual com atenção voltada à participação (Bento-Soares; Schiavon, 2020), e cujos benefícios refletem o bem-estar físico, social, intelectual e psicológico (Patrício; Bortoleto; Carbinatto, 2016), a GPT emerge como um fenômeno social efervescente para observação da tensão entre a espontaneidade dos corpos e as novas formas de controle e mediação digital presentes na Sociedade 5.0. Nesse cenário, a GPT não apenas se adapta, mas também resiste e atua com um tecer de relações, cooperação e respeito, reafirmando seu papel civilizador.

Para desvelar tais questões pretende-se, portanto, examinar e explorar a visão institucional da GPT na Sociedade 5.0 através da lente do presidente do Comitê da FIG, analisando como a modalidade articula sua filosofia dos 5F's com as complexas demandas atuais de saúde, cultura, *soft skills*, expressão corporal e inovação tecnológica em um mundo progressivamente orientado pela lógica digital e pela cultura do desempenho.

Confrontar esses dois mundos pode ser inovador. Enquanto a Sociedade 5.0 quer avançar por meio da lógica digital (Fukuyama, 2018), e o Sports Industry 5.0 propõe o esporte num tripé entre tecnologia, humanidade e sustentabilidade (Madsen; Glebova, 2025), a GPT se afirma cada vez mais valorizando a centralidade humana (Correa *et al.*, 2026). Outro diferencial deste estudo reside em buscar a visão institucional para analisar como uma modalidade tradicional articula sua filosofia humanista (FIG, 2023) com as demandas tecnológicas atuais, reafirmando seu papel civilizador (Elias, 1990; 1993; 1994).

METODOLOGIA

Esta pesquisa possui abordagem qualitativa e descritiva, caracterizando-se em um estudo de caso, cuja preocupação é estudar um determinado indivíduo a fim de investigar em profundidade o tema apontado (Mattos, 2004).

O participante e interlocutor deste estudo foi o Presidente do Comitê de Ginástica Para Todos da Federação Internacional de Ginástica. Segundo o entrevistado, dentre as atribuições do seu cargo estão: liderar o respectivo comitê constituído por mais seis membros, atendendo aos princípios estratégicos de visão da GPT, unindo nações de um mundo de movimento e atividade física, contribuindo para a saúde, o bem-estar e a amizade globais; a missão de aprimorar a conscientização global, a qualidade e a disseminação da GPT por meio de liderança, compartilhamento de ideias, colaboração e fornecimento de aconselhamento, informações, serviços e recursos. Especificamente, o Comitê se esforça para aumentar significativamente a qualidade e o número de:

- Federações Nacionais que oferecem atividades de Ginástica para Todos;
- Pessoas de todas as idades, habilidades e culturas participando de atividades de Ginástica para Todos;
- Federações Nacionais participando de atividades de ginástica reconhecidas pela FIG (FIG, 2025).

Sendo assim, a escolha do participante como um caso a ser estudado justifica-se pela sua posição de liderança estratégica e representatividade institucional. Ele foi selecionado por ser o responsável por liderar as diretrizes globais da modalidade, com a missão de aprimorar a conscientização, a qualidade e a disseminação da GPT em escala mundial. Sua participação foi fundamental, pois permitiu articular os pilares da GPT com as categorias de análise da pesquisa, transformando a entrevista em um espaço de compreensão qualificada, contextualizada e profunda do fenômeno investigado.

Os procedimentos de coleta da entrevista seguiram a seguinte cronologia: o primeiro contato com o colaborador se deu presencialmente, em ocasião do Curso de Fundamentos da Ginástica ministrado pela FIG no ano de 2023 na cidade de Aracaju/SE. Nesse momento, o interlocutor sinalizou o aceite em conceder uma entrevista que seria agendada em momento oportuno. O segundo contato aconteceu por meio das redes sociais, onde agendou-se um encontro presencial para a realização da entrevista, a qual ocorreu na cidade de Lisboa, no dia 24 de setembro de 2024.

O instrumento utilizado para a pesquisa foi a entrevista livre, na qual o pesquisador elabora uma questão ampla inicial e conduz a entrevista deixando o entrevistado falar à vontade, com o mínimo de intervenção, permitindo que o fluxo do discurso seja determinado pelo participante. É também conhecida pelo nome de entrevista não estruturada (Mattos, 2024).

As questões abordadas ao entrevistado foram elaboradas a partir de categorias elencadas em estudo de revisão sistemática (Correa *et al.*, 2026) de onde emergiram os questionamentos apresentados no roteiro utilizado. O instrumento utilizado foi validado no Grupo de Estudos LABESC (Laboratório de estudos do Corpo), da Faculdade de Educação Física e Desportos, da Universidade Federal de Juiz de Fora.

A categoria 1 explora a relevância da GPT para a saúde e o bem-estar, investigando como essa prática promove um envelhecimento saudável e ativo (*forever*) e uma melhoria da qualidade de vida, alinhando-se, assim, a um dos pilares da sociedade futura.

A categoria 2 analisa o desenvolvimento de *soft skills* (habilidades interpessoais; *friendship*) por meio da GPT. Busca-se compreender como a prática, com sua estrutura cooperativa, pode fomentar capacidades essenciais como colaboração, escuta ativa, resolução de conflitos e liderança, competências cruciais para a coesão social na Era Digital.

A dimensão da corporeidade é examinada na categoria 3, com o objetivo de entender como a GPT contribui para uma experiência corporal integral que transcende a performance física, valorizando a expressividade, a singularidade.

A categoria 4 direciona o olhar para a preservação cultural e identitária. A pesquisa procura identificar como rituais, mitos e expressões simbólicas de diferentes culturas se manifestam nas coreografias da GPT e como a Federação Internacional de Ginástica (FIG) tem atuado para promover e valorizar essa diversidade, inclusive em comunidades vulneráveis.

Por fim, a categoria 5 investiga o uso de tecnologias digitais na GPT. O foco está em compreender como tecnologias emergentes, como Inteligência Artificial e realidade aumentada, estão sendo ou podem ser incorporadas de modo a potencializar a prática, sem, contudo, descaracterizar a primazia da interação humana.

A parte final da análise residiu em estabelecer as conexões entre os 5F's da GPT (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*) e as cinco premissas da Sociedade 5.0 (saúde, cultura, *soft skills*, corporeidade e tecnologia), explorando as sinergias filosóficas entre esses conceitos.

A entrevista foi transcrita na íntegra e devolvida ao interlocutor para sua análise e aprovação.

Fundamentado na perspectiva da tríade dialógica proposta por Bauer e Gaskell (2007), a unidade básica de comunicação para a elaboração de sentidos consiste na relação entre sujeito 1 (entrevistador) e sujeito 2 (entrevistado), orientados por um objeto comum, nesse caso, a GPT. Nesse contexto dialógico, a entrevista com o Presidente do Comitê de GPT da FIG não se configurou como um mero procedimento de coleta de dados, mas como um espaço de construção conjunta de sentido. Como destacam Bauer e Gaskell (2007, p. 75), “no decurso de tal entrevista em profundidade, ouvir a narrativa torna-se fascinante”, o que se aplica integralmente a este estudo. A experiência e a visão estratégica do entrevistado foram articuladas com as categorias de análise previamente estabelecidas, permitindo uma compreensão qualificada e contextualizada do fenômeno investigado. Essa escolha proporcionou um exercício reflexivo profundo e permitiu desvelar as camadas de significado presentes no discurso, oferecendo uma possibilidade crítica de análise.

Em seguida, foi submetida à Análise de Conteúdo (Bardin, 2016). Essa técnica de pesquisa visa à análise sistemática e objetiva de material textual, a fim de identificar padrões, temas, categorias e significados subjacentes. A Análise de Conteúdo é comumente usada em pesquisa qualitativa para examinar e interpretar o conteúdo de documentos, entrevistas, discursos, imagens ou qualquer forma de material comunicativo (Bardin, 2016). Envolve cinco etapas. 1) Pré-análise: nessa fase, os pesquisadores definem seus objetivos de pesquisa, selecionam o material a ser analisado e estabelecem critérios de inclusão/exclusão. Eles também podem elaborar um sistema de categorias ou códigos preliminares; 2) Exploração do material: os pesquisadores exploram o material de maneira aberta, familiarizando-se com seu conteúdo e fazendo anotações preliminares; 3) Codificação: nessa etapa, os pesquisadores identificam temas e elementos relevantes, atribuindo categorias a eles. A prestação pode ser feita de maneira manual ou com o auxílio de *software* específico. 4) Categorização e análise: os pesquisadores se organizam em categorias, em grupos e subgrupos, identificam padrões e tendências e iniciam a interpretação dos resultados. Podem usar técnicas estatísticas ou qualitativas, dependendo do objetivo da pesquisa. 5) Interpretação: os pesquisadores interpretam os resultados da Análise de Conteúdo à luz de suas perguntas de pesquisa e objetivos, buscando significados e implicações. Isso, muitas vezes, envolve a criação de narrativas ou relatórios explicativos (Bardin, 2016).

Dando início à pré-análise da entrevista, realizou-se uma leitura flutuante, a fim de estabelecer contato com o documento, conhecer o texto transcrito e se deixar invadir por impressões e hipóteses. Após essa preparação inicial, seguiu-se para a exploração do material, que consistiu em administrar técnicas ao corpo do texto em análise. Recortes do texto foram

escolhidos e grifados em cinco cores diferentes estabelecendo relação com as categorias anteriormente elencadas e destacando-se do conjunto. No terceiro momento, os recortes anteriormente grifados foram agrupados e codificados manualmente. Codificar é transformar dados brutos do texto, nesse caso por recorte, a fim de atingir uma representação, uma classificação pertinente do conteúdo (Bardin, 1996). No quarto momento, padrões e tendências suscitaram temáticas que resultaram na quinta e última etapa: a interpretação dos temas geradores da entrevista, por meio dos quais as temáticas são apresentadas, interpretadas e validadas por diversos estudos e autores, contando com a perspectiva sociológica de Norbert Elias. A Figura 21 abaixo ilustra o processo.

Figura 21 – Caminho analítico percorrido



Fonte: Elaborado pela autora (2026).

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas da Universidade Federal de Juiz de Fora, pelo número do parecer CAAE: 67311223.6.0000.5147.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise que se segue está organizada em cinco categorias. O Quadro 1 abaixo demonstra as categorias e temáticas de análise traçadas a partir da entrevista. No texto posterior ao quadro, cada temática é composta de recortes da entrevista, expandida e validada por autores e estudos da área.

Quadro 1 – Categorias e temáticas de análise

CATEGORIA	TEMÁTICA
Saúde e Qualidade de Vida	Para além da performance: a GPT e a filosofia do <i>forever</i> na promoção de um envelhecimento ativo.
<i>Soft Skills</i>	O festival, a coreografia, o grupo: rituais de relacionamento.
Corporeidade	Na coreografia de GPT, o corpo se expressa.
Cultura	A Ginástica para Todos como teia de significados: preservação cultural, identidade e a tensão entre autenticidade e espetáculo.
Tecnologia	Entre a tela e o toque: apropriação crítica da tecnologia na Ginástica para Todos.

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

Saúde e Qualidade de Vida

Esta categoria traz a interpretação de discursos do entrevistado analisando como a GPT materializa os anseios da Sociedade 5.0 ao colocar o bem-estar humano no centro da prática, transcendendo a lógica da performance. Por meio da filosofia do *Forever*, a GPT promove um envelhecimento ativo e significativo, no qual o corpo se torna espaço de experiência integral, pertencimento e cuidado mútuo, alinhando-se à visão de saúde e qualidade de vida preconizada pela Sociedade 5.0.

Num amplo sentido, a qualidade de vida pode ser um parâmetro da própria dignidade humana, pois pressupõe o atendimento das necessidades humanas fundamentais, sendo, numa visão holística, “a percepção resultante de um conjunto de parâmetros individuais e socioambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vive o ser humano” (Nahas, 2017, p. 15).

Essa concepção integral do bem-estar encontra eco histórico na própria genealogia da GPT. O entrevistado responde à temática proposta, contrastando as origens militares da ginástica, com a escola de Ling: *“A Ginástica tem no seu início [...] algo para o corpo e é algo que não deve ser entendido como competição. A primeira forma não é competição, a primeira forma é algo que nos traz vantagem. [...] Que é uma escola que tem toda aquela parte holística e tudo é o bem-estar do corpo”*.

O entrevistado recorre ao exemplo da pandemia de COVID-19: *“qual era a mensagem [...] para toda a população? Mexa-se pela sua saúde [...] Curioso, o que é a Ginástica? É mexer-se com qualidade e com estética”*. Se, por um lado, a GPT se alinha a um discurso global de promoção da saúde, por outro, a ênfase na “qualidade e estética” pode ser interpretada como uma internalização de um imperativo de performance. O risco, aqui, é que o corpo seja tomado como um projeto de otimização contínua, em lugar de um espaço de experiência integral e bem-estar autêntico.

Contudo, esse potencial desvio em direção a uma lógica performática é atenuado pela estrutura filosófica que rege a prática. O entrevistado destaca seus princípios fundamentais, os 5F’s, que articulam diversão/prazer pela prática (*fun*), aptidão física (*fitness*), fundamentos biomecânicos básicos (*fundamentals*), relações interpessoais (*friendship*) e vida ativa (*forever*). É precisamente nesse arcabouço que se encontra a resposta para a mera performance. A conexão entre prazer e repetição é crucial: *“eu só consigo ter uma boa condição física quando repito. Se eu tiver alegria na atividade, eu quero repetir. Portanto, fun, fitness”*. Essa lógica contrasta com a disciplina imposta e a busca por resultados que caracterizam outras práticas corporais.

Menegaldo e Bortoleto (2024) argumentam que a ausência de um código gestual e de categorias etárias aproxima a GPT aos interesses educacionais, voltados para o lazer e para a promoção de uma vida ativa. É essa mesma lógica, que coloca a experiência humana no centro, que orienta a relação da GPT com a inovação tecnológica. A dimensão da saúde atrelada à tecnologia é abordada com notável equilíbrio pelo entrevistado: *“se a tecnologia ajudar a ter uma melhor prática, mais prática e com mais qualidade de vida, então é muito bem-vinda”*.

Essa visão instrumental da tecnologia como meio, não como fim, reafirma o lugar das ferramentas digitais, as quais devem potencializar, e não substituir, as interações humanas. “A civilização consiste num processo de mudança do comportamento humano num sentido particular: o de uma maior regulação e diferenciação dos impulsos” (Elias, 1990, p. 139). A diferença crucial, porém, é que, enquanto no processo histórico analisado por Elias o autocontrole era mediado por instituições como a corte e o Estado, na contemporaneidade, ele

se reinventa por meio de normas digitais, éticas em rede e novas formas de convivência virtual.

Essa postura ilustra a dupla relação que caracteriza a GPT na contemporaneidade: ela se reinventa ao incorporar ferramentas digitais, mas resiste à tecnificação alienante que subordina o humano ao técnico. Finalmente, a perspectiva do *forever* ganha profundidade existencial na fala do entrevistado, transcendendo a noção de mera longevidade para abraçar uma filosofia de envelhecimento ativo e significativo: “*Há uma porta aberta na GPT para continuar a fazer ginástica. E não se dizer, ‘a minha vida na ginástica acabou’.* Não. *A minha vida de competição acabou*”. Nessa última fala, o entrevistado remete à possibilidade de atletas de outras modalidades competitivas encontrarem lugar na GPT.

Essa visão da GPT como prática para toda a vida redefine o envelhecer, transformando-o de um processo de perda em uma trajetória de contínua contribuição e pertencimento, encapsulada na percepção de “*a diferença entre querer estar a precisar de apoio ou poder ser aquele que dá apoio aos outros*”. Essa dimensão consolida seu papel civilizador, na esteira de Elias (1994), ao promover autonomia, dignidade e cuidado mútuo ao longo de todo o curso da vida. Para Moreno e Tsukamoto (2018), a prática da GPT parece estimular o autocuidado, a autonomia, a diversão e o bom humor. No estudo citado, as autoras afirmam ter sido possível construir um cenário multifatorial que está relacionado à saúde do idoso, sendo que a GPT surge como uma possibilidade para desenvolver a promoção da saúde desse público.

Em síntese, a GPT demonstra capacidade de adaptação à tecnologia de forma instrumental sem perder seu núcleo filosófico caracterizado pelo *Forever*, transformando a própria concepção de envelhecimento como uma nova fase de protagonismo. É resistência e reinvenção.

Soft Skills

Esta categoria analisa como a GPT se constitui como um espaço privilegiado para o desenvolvimento das *soft skills* – competências comportamentais fundamentais para a convivência social, como colaboração, escuta ativa, comunicação e respeito mútuo. Tais aptidões abrangem a habilidade de comunicação, expressando ideias de maneira clara e eficaz. Também englobam a capacidade de colaboração, resolução de conflitos e contribuição positiva para o contexto coletivo (Novaes; Ortiz, 2022). Conforme evidenciado na revisão sistemática de Correa *et al.* (2026), a GPT alinha-se aos anseios da Sociedade 5.0 ao fomentar competências socioemocionais que colocam o ser humano no centro do desenvolvimento tecnológico e social. Nos argumentos do entrevistado, a prática revela-se como um laboratório experiencial no qual

o grupo, por meio de coreografias e participação em festivais, explora a negociação coletiva e aprendizado, ecoando a perspectiva eliasiana (Elias, 1994) de que somos animais sociais, cujo processo civilizador exige o aprimoramento contínuo das formas de interação e respeito mútuo.

Diversos estudos apontam tais habilidades. Antualpa e colaboradores (2021) revelam a possibilidade dos festivais de GPT como prática pedagógica que desenvolve autonomia e pensamento crítico-reflexivo acerca das mais distintas modalidades esportivas e artes do movimento. Festivais gímnicos proporcionam um ambiente propício para a cooperação, desenvolvimento de habilidades sociais e manutenção de tradições culturais (Patrício *et al.*, 2016). Conforme o estudo de Oliveira (2023), a interação social foi uma das características mais recorrentes e evidenciadas em idosos, demonstrando melhora na autoestima, na afetividade, na autonomia, na independência, na convivência e no fortalecimento de vínculos familiares e comunitários. Nas aulas de GPT, exploram-se as possibilidades de diálogo entre o indivíduo e os diversos elementos que o cercam (Carbinatto; Furtado, 2019).

Na análise das falas do entrevistado, a GPT se revela como um espaço privilegiado para o desenvolvimento dessas competências. “*Nós somos um animal social que não vive sozinho, vive com outros e interage. E interage e tem que saber interagir respeitando*”. Essa perspectiva alinha-se à visão de Elias (1994), na qual a internalização de controles sociais e a pacificação de costumes se manifestam: “A civilização consiste num processo de mudança do comportamento humano num sentido particular: o de uma maior regulação e diferenciação dos impulsos” (Elias, 1990, p. 139).

A diferença crucial, porém, é que, enquanto no processo histórico analisado por Elias o autocontrole era mediado por instituições como a corte e o Estado, na contemporaneidade, ele se reinventa por meio de normas digitais, éticas em rede e novas formas de convivência virtual. Nesse novo paradigma, habilidades como inteligência emocional, empatia digital e gestão da exposição *on-line* tornam-se tão essenciais quanto o domínio técnico. Em síntese, a GPT consolida-se como um laboratório experiencial para o desenvolvimento das *soft skills*, fundamentais à sociedade contemporânea. Através de sua premissa de “*tirar o melhor de cada um para que se faça transparecer o grupo e não a individualidade*”, a prática corporifica valores de colaboração, comunicação não-verbal, escuta ativa e respeito mútuo. A filosofia de “*não falarmos em disabilities, mas em abilities*” fomenta a empatia e a flexibilidade, enquanto a necessidade de coordenar diferentes corpos e habilidades num projeto comum exercita continuamente a criatividade e a negociação do grupo.

Corporeidade

A corporeidade é compreendida como a condição fundamental de ser-no-mundo através do corpo. Conforme Nóbrega (2008, p. 142), é compreendida como a experiência vivida do corpo em situação, um campo criador de sentidos no qual percepção, movimento e afetividade se entrelaçam. Ultrapassando a dualidade entre corpo e consciência, a corporeidade fundamenta o conhecimento na sensibilidade e na motricidade do sujeito encarnado, que habita o mundo e produz interpretações sempre provisórias e enraizadas na experiência sensível. Ela se opõe à visão reducionista do “corpo-máquina”, propondo que o corpo é a interface primária e sensível através da qual o ser humano dialoga e atribui significado ao mundo. No contexto da GPT e da Educação Física, Patrício, Corrêa e Carbinatto (2024) afirmam que valorizar a corporeidade significa priorizar a experiência vivida do movimento, reconhecendo-o não como mero desempenho mecânico, mas como expressão e primeira forma de conhecimento, no qual a sensibilidade e a motricidade estão indissociavelmente ligadas à compreensão de si e do entorno.

Assim, para além da dimensão física do corpo, o entrevistado afirma que a GPT celebra corpos, cuja beleza está na singularidade, enquanto modalidades gímnicas competitivas exigem corpos adequados a padrões técnicos. Nessas modalidades gímnicas competitivas, *“a penalização é ser reconhecido pela diferença”*, na GPT *“é um reconhecimento”*. Como fundamenta o entrevistado, *“a Ginástica é algo para o corpo e é algo que não deve ser entendido como competição”*, constituindo-se antes como espaço onde *“cada um deve encontrar a sua própria linguagem, através da coreografia que está a apresentar”*. Essa ética do corpo significativo sobrepõe-se à lógica do corpo perfeito, sendo essa dimensão formativa relevante, e, *“nas nossas formações de treinadores, chamamos a nossa contribuição para os valores da vida”*.

No estudo de Carbinatto, Henrique e Patrício (2023), as autoras mostraram que a centralidade do aluno nas aulas de esporte revela um corpo que se alinha com as concepções de corporeidade e com as relações típicas do ser e estar humano. Investir em métodos que promovem uma experiência existencial significativa parece superar as barreiras utilitárias que foram impingidas ao esporte, incluindo a ginástica, ao longo dos séculos. Vivenciar a ginástica em sua essência pura permite um retorno às raízes da prática, focando na sua essência primordial: o prazer.

Essa concepção ampliada da corporeidade é explicitada na distinção entre *“o corpo que se movimenta”* e *“o corpo que se expressa. O corpo que se expressa, sim. Que sente”*. Na GPT,

“trabalhamos para dar o espaço para que cada um, quer individualmente, quer em grupo, possa expressar a sua cultura, a sua interpretação”. A coreografia opera como ferramenta de comunicação não-verbal no qual *“o grupo pode corporalizar essa expressão e fazer-nos viajar [...] fazer chegar ao sonho”*. O entrevistado descreve um corpo que não é disciplinado para se encaixar em padrões, mas sim para se expressar com os outros. Elias (1994) mostra que o controle dos corpos muda conforme as relações sociais mudam. Na GPT, não se compara desempenhos, destacam-se criatividade e potencialidades. A coreografia, assim, deixa de ser apenas uma sequência de movimentos e passa a ser o que Elias chamaria de uma *“figuração expressiva”*: uma teia de relações na qual o corpo encontra sentido, pertencimento e cultura.

O estudo de Ferreira e colaboradores (2024) aborda a sensibilidade ofertada pelas coreografias de GPT, para além da reprodução de elementos corporais com a música, cujas coreografias adentram o mundo do sensível, e a gestualidade corporal extrapola a demonstração física. As formações no espaço, mudanças de planos, combinações inesperadas oferecem um momento de conhecimento, não apenas a quem assiste, mas também ao ginasta-intérprete, completam os autores. Essa expressividade está intrinsecamente ligada à diversidade cultural: *“a atividade que realizamos em cada espaço, em cada país [...] tem que corporizar e tem que transmitir a cultura que nos influencia”*. O compromisso com a representatividade materializa-se em documentos oficiais onde *“têm todas as raças [...] representando as diferenças pelo mundo”*, buscando *“levar a que todos tenham o seu espaço e todos possam ter sucesso, independentemente do corpo ‘perfeito’ ou atlético”*. A GPT pode subverter a disciplinarização (Elias, 1994). Os 5F’s materializam essa filosofia: nos fundamentos, como experiência estética compartilhada; na amizade, como cocriação de corporeidades; e na permanência, como prática adaptável a *“qualquer momento da vida”*, pois *“não há uma idade ótima para começar”*.

Oliveira e pesquisadores (2018) relatam que a composição coreográfica na GPT possui potência para trazer em sua linguagem outras realidades e (re)leituras regionais, a partir dos seus temas, movimentos, músicas, figurinos, dentre outros aspectos, que de forma integrada constituem a coreografia. Esta, por sua vez, pode ser expressa a partir de olhares produzidos e pelas representações (re)construídas sobre o cotidiano, como hábitos alimentares, economia, organização urbana, tradições religiosas, rituais e mitos etc. Assim, as expressões corporais e as coreografias do grupo (incluindo-se suas escolhas temáticas, musicais e de figurino) têm a especificidade de determinados contextos culturais.

Em síntese, declarações como *“a Ginástica é algo para o corpo e é algo que não deve ser entendido como competição”* e *“cada um deve encontrar a sua própria linguagem, através da coreografia”* fundamentam uma ética do corpo significativo, em oposição à lógica do corpo

perfeito. Essa concepção ampliada consolida a coreografia como uma linguagem coletiva e culturalmente situada.

Cultura

A cultura é entendida como um sistema de significados compartilhados que são transmitidos e perpetuados por meio de símbolos. Não é algo que reside apenas na mente dos indivíduos, mas se manifesta em práticas, rituais, mitos e outras formas de expressão simbólica. São como “teias de significado” que os seres humanos tecem e nas quais estão suspensos. Interpretar esses significados ajuda a compreender a vida social, a entender como as pessoas percebem e dão sentido ao seu mundo. Essa “teia de significados” encontra na GPT um potencial ambiente de expressão e preservação (Geertz, 1989).

O estudo de Lopes e Carbinatto (2022) relata impactos e mudanças na compreensão dos integrantes do grupo de GPT sobre manifestações da cultura popular regional, favorecendo o processo formativo dos envolvidos. Antualpa e colaboradoras (2021) ressaltam que o conhecimento cultural levou grupos a celebrarem a representatividade negra da Bahia em coreografias que ampliaram as percepções e liberaram o potencial humano, contribuindo para uma maior compreensão de si mesmo e do mundo.

A cultura na GPT pode se manifestar na forma como o corpo se movimenta. *“O nosso corpo é igual em todo o mundo [...] mas como nos mexemos? Mexemos de uma forma cultural, influenciados pela nossa família, pelo nosso ambiente”*. A *“GPT é uma forma de expressão [...] de nos colocar a falar com os outros através do corpo, e esse falar é um falar cultural”*. As coreografias funcionam, assim, codificando mitos, músicas e tradições, armazenando e transmitindo saberes comunitários.

Outros estudos confirmam que a cultura se manifesta de diferentes maneiras e em diversos eventos de GPT mundo afora. O estudo de Paoliello e pesquisadores (2016) analisou a participação das federações nacionais membros da União Pan-Americana de Ginástica (PAGU) na 14ª edição da World Gymnaestrada, realizada em Lausanne, Suíça, em 2011. A participação da PAGU contribuiu para o aumento da diversidade de culturas e experiências no continente americano. Os autores acreditam que as oportunidades de compartilhamento e intercâmbio cultural através de um diálogo bem estruturado e de iniciativas coletivas (de grupos e organizações de financiamento que promovem o desenvolvimento da ginástica) podem ser benéficas para aproximar esses grupos e são cruciais para o desenvolvimento da GPT em nosso continente.

Silva e Zylberberg (2016) buscaram tornar a GPT difusora da cultura de forma inovadora sem perder a autenticidade dos costumes, incentivando os profissionais da área à criação de novas coreografias com uma maior diversidade cultural. Unir a GPT e a cultura popular é uma forma de enriquecer a nossa cultura corporal humana e valorizar nossas raízes.

O estudo de Oliveira e pesquisadores (2018) relata que a composição coreográfica na GPT possui potência para trazer em sua linguagem outras realidades e (re)leituras regionais, a partir dos seus temas, movimentos, músicas, figurinos, dentre outros aspectos que, de forma integrada, constituem a coreografia. Esta, por sua vez, pode ser expressa a partir de olhares produzidos e pelas representações (re)construídas sobre o cotidiano, como hábitos alimentares, economia, organização urbana, tradições religiosas, rituais e mitos etc. Assim, as expressões corporais e as coreografias do grupo (incluindo-se suas escolhas temáticas, musicais e de figurino) têm a especificidade de determinados contextos culturais.

No que concerne à extensão universitária, o estudo de Lopes e Niquini (2021) defende uma extensão pautada por processos educativos plurais, rompendo ideias naturalizadas e tornando livre os pensamentos e as novas formas de ver o mundo. Sobre reconhecer e se apropriar da cultura regional, Souza Batista e colaboradoras (2023) detectaram que alguns grupos extensionistas têm como característica a criação de coreografias que representam a cultura local, da região ou uma cultura diferente. Na esfera da GPT, os aspectos culturais estão fortemente entrelaçados no fazer coreográfico e expõem valorização de histórias de povos em geral. No fazer gímnico, é possível ocorrer a (re)construção de sentidos e significados sobre o contexto cultural abordado, evidenciando transformações sociais nos sujeitos, princípio essencial em propostas formativas que se pretendem humanizadoras e emancipatórias (Lopes; Carbinatto, 2022).

Outro ponto que merece destaque no discurso do entrevistado é o evento denominado Gala FIG, que faz parte de um momento especial nas Gymnaestradas. A World Gymnaestrada (WG) é um festival de ginástica organizado pela Federação Internacional de Ginástica (FIG) e pelo Comitê Local do país que recebe o evento. A GPT ganha vida em palcos e ginásios. Durante uma semana de celebração, a ginástica é vista em apresentações vibrantes, figurinos criativos e performances que transitam entre o lúdico e o técnico (Carbinatto; Stadnik, 2025). Em um desses momentos, acontece a Gala FIG, um evento que apresenta a diversidade da GPT e sua interpretação pela FIG. A Gala é concebida com grupos selecionados de diferentes federações afiliadas à FIG; é um espetáculo a parte que pretende mostrar a representatividade mundial da ginástica através de diferentes países (FIG, 2025). *“Na Gala FIG da Gymnaestrada, obrigatoriamente têm que estar todos os continentes representados [...] todos os tipos*

diferentes de praticar ginástica”, em que a FIG traz à cena um evento global que valoriza diferenças locais. “*Não queremos um olhar igual [...] queremos um olhar diferente de cada pessoa*”.

Entretanto, importa refletir criticamente sobre a própria escolha da FIG nas apresentações que compõem a Gala. Um espetáculo concorrido implica, inevitavelmente, uma mediação institucional que, ainda que bem-intencionada, pode tender a uma certa espetacularização das diferenças. A plateia espera e se encanta com performances em saltos impressionantes, figurinos extraordinários, materiais inovadores e um verdadeiro *show* de luzes e coreografia. Elias (1994) oferece uma boa compreensão para esses eventos. As sociedades não se desenvolvem de forma planejada ou linear, mas por meio de processos intencionais que envolvem disputas de poder, distinção, reconhecimento entre grupos. A escolha da FIG sobre quais grupos sobem ao palco da Gala, ainda que movida pelo desejo legítimo de representar a diversidade, pode se inserir nessa dinâmica de critérios, negociações e uma hierarquia simbólica, operando o que o autor chama de *figuração*, teias de interdependência, que conectam pessoas e instituições ajudando a enxergar que essa seleção pode não ser neutra. Elas podem refletir relações de força entre federações, países e culturas, ainda que veladas pelo discurso da celebração e da inclusão.

Esse ambiente, embora celebratório, introduz uma tensão fundamental entre a autenticidade cultural e as exigências do espetáculo. Há um risco sutil de que expressões culturais sejam editadas ou estilizadas para se enquadrarem nos moldes de um formato espetacular, cujo impacto imediato pode, mesmo que sem intenção, sobrepor-se à complexidade e ao significado ritualístico original. Essa tensão entre ser um arquivo vivo de tradições e uma atração de palco constitui um desafio permanente e profundamente relevante para a GPT enquanto plataforma de preservação cultural autêntica na Era Global.

Tecnologia

A GPT enfrenta o duplo desafio de negociar sua essência cooperativa e expressiva com as demandas de um cenário tecnológico em transformação. Nesse contexto, conforme assinala a UNESCO (2017), a internet consolida-se como infraestrutura sociotécnica abrangente, integrando desde mídias sociais até Internet das Coisas, reconfigurando as relações humanas. Segundo o entrevistado: “*O impacto maior que temos neste momento pelas tecnologias na GPT são as redes sociais [...] antes demoravas a promover, agora é rápido, é no momento*”.

O estudo de Oliveira (2022), realizado com um grupo de idosas, reforça o impacto das redes sociais durante a pandemia. Com interações promovidas via mensagens nos grupos de WhatsApp, a amizade e o pertencimento se destacaram. As relações entre as idosas se fortaleceram nesse período de isolamento social. De maneira geral, concluiu-se que o grupo de GPT se constituiu, mesmo que virtualmente, em uma rede de apoio durante a pandemia.

As redes sociais reconfiguraram os processos de interação e criação de coreografias. Para o entrevistado, as ferramentas digitais podem amplificar o processo de criação coreográfica, mas com o risco da alienação. Se a tecnologia substituir a interação humana, do toque, contato, ajudas na realização dos movimentos, das acrobacias, rompe-se a ética colaborativa da GPT. *“Espero que a IA [Inteligência Artificial] consiga trabalhar com o corpo e estar ao serviço da pessoa [...] ajudar a ter uma melhor prática”*.

Na GPT, a tecnologia tem se mostrado útil e cada vez mais frequente. O estudo de Mota e pesquisadoras (2022) aborda o primeiro festival ginástico *on-line*, pautado na GPT, realizado em agosto de 2020, na pandemia de COVID-19. Intitulado IX Festival GYMNUSP, o evento foi transmitido pelo YouTube® e pela plataforma Zoom® e contabilizou a apresentação de 37 coreografias em que os ginastas deveriam estar em suas casas. As coreografias, editadas em vídeos, atenderam às normativas de segurança no momento pandêmico. O festival desvelou que a internet permite a criação de novos tipos de comunidades, supera restrições geográficas e possibilita o encontro de pessoas que compartilham interesses em comum. A virtualidade pode elencar novas relações que aproximem as pessoas. Antualpa e colegas (2021) afirmam que, mesmo que de forma virtual, o festival *on-line* se mostrou de grande valia por proporcionar reflexões de cunho estrutural profundas, nos levando a mostrar de forma sutil e artística a Bahia que se ofusca, ou seja, a “Bahia que não se vê”.

A experiência do evento acima citado é um exemplo claro das tensões e transformações sociais inerentes ao mundo atual. Ninguém planejou uma pandemia para testar a GPT no ambiente virtual. O isolamento social impôs essa condição e os grupos responderam com os recursos que tinham, e criaram algo novo, responderam com criatividade perante a crise sanitária instalada. Para Elias (1994), novos processos e figurações. Como o autor antecipou, “a mudança é uma característica normal da sociedade... as pessoas se interessam mais intensa e conscientemente do que nunca pelos problemas do desenvolvimento social” (1994, p. 222-223). A tecnologia, que antes poderia ser vista com maus olhos, tornou-se uma ponte. E não se trata de perder a essência ou entregar-se ao virtual, e sim de reconhecer que as figurações mudaram, do toque para a tela, pelo menos por um tempo. A tecnologia reconfigurou a GPT de forma crítica e consciente.

O entrevistado se recorda: “*na Gymnaestrada [...] tudo era transmitido por aplicações [aplicativos]. Os problemas eram rapidamente divulgados. [...] A tecnologia auxiliou muito na agilidade dos processos*”. Essa fala remete à World Gymnaestrada de 2023, em Amsterdam, na qual a instantaneidade digital transformou os processos de comunicação e divulgação. “*Tecnologia para ser mais e melhores ginastas. [...] Informação rápida [...] mas com cuidado e intenção*”, em que a amizade pode ser mediada por redes, mas não reduzida a likes. “*Prática de bem-estar e saúde*”, na qual tecnologias devem ampliar acesso, e não criar barreiras geracionais. O desafio que se coloca à GPT é, portanto, o de navegar no delicado equilíbrio entre apropriação tecnológica e preservação identitária no uso de ferramentas digitais para aprofundar, e não superficializar, sua essência cooperativa.

CONSIDERAÇÕES FINAIS – “*Estes tinham que lá estar*”: os 5F’s como dispositivo crítico na relação entre GPT e Sociedade 5.0

O entrevistado teceu considerações finais nas quais consolidou a GPT como uma prática civilizadora contemporânea. Nela, os 5F’s constituem uma resposta natural aos desafios da Sociedade 5.0. “*É só dizer quais são os F’s e encontra a conexão aí, é fantástico*”. Na percepção do entrevistado, essa estrutura (5F’s) possui uma organicidade tão evidente que “*estes tinham que lá estar*”, representando precisamente a sintonia entre valores humanistas e as premissas de uma sociedade que planeja o ser humano no centro do desenvolvimento tecnológico.

Esse sistema de valores, contudo, não se alinha passivamente aos pilares da Sociedade 5.0, mas com eles negocia e resiste criticamente: o *fun* opõe-se à instrumentalização do lazer, defendendo uma alegria autêntica contra a lógica da descompressão programada em ambientes hipertecnificados. O *fitness* ressignifica a saúde preventiva, recusando sua redução a métricas de produtividade e propondo uma condição física como fruição, e não como otimização. O *friendship* materializa a cooperação corporal e presencial. O *forever* desafia a noção de envelhecimento ativo ao incluí-lo não como um imperativo de saúde pública, mas como um direito ao prazer e à expressão ao longo de toda a vida. Por fim, os *fundamentals*, que atuam como um filtro ético, garantindo que a inovação tecnológica esteja a serviço do desenvolvimento humano integral, e não o contrário, subordinando a técnica à pedagogia, ao aprendizado e à cultura.

A evolução histórica desse marco filosófico, de 4F's para 5F's, em 2023, foi revelada nas palavras do entrevistado: “os nossos eventos e tudo mais já se diziam que era para a vida”. Essa estrutura, contudo, mantém-se aberta à evolução: “não quer dizer que outros não venham a estar, outros conceitos, no futuro que façam sentido com a evolução da nossa sociedade”.

Os 5F's poderão funcionar como filtro para a incorporação tecnológica, assegurando que as ferramentas digitais potencializem as interações humanas, sem substituí-las. Eles orientam a FIG na construção do que o entrevistado denomina “*porta de entrada na ginástica*”, uma prática educativa que, na futura Sociedade 5.0, poderá conciliar inovação tecnológica com desenvolvimento humano integral.

O compromisso final, sintetizado na afirmação de que “*A Ginástica é para todos. Ficar na Ginástica é para todos, para toda a vida*”, revela a GPT como tecnologia social que concretiza os ideais teóricos da Sociedade 5.0: uma prática que usará a tecnologia para aprofundar as interações sem substituir a experiência humana, demonstrando como valores humanistas podem orientar nossa travessia para futuros tecnologicamente avançados, verdadeiro cerne do projeto civilizador que a GPT encarna na contemporaneidade.

Este estudo revela a GPT como uma prática simultaneamente resistente e reinventiva na Sociedade 5.0. A resposta à interrogação do título é, portanto, afirmativa, mas complexa. A análise evidenciou que a GPT tenta resistir à lógica produtivista e à homogeneização cultural ao celebrar corpos significativos e transformar diferenças em valor, enquanto se reinventa constantemente ao negociar sua presença digital e institucional. Os 5F's consolidam-se como princípio organizador dessa dinâmica, permitindo inovar sem abdicar do núcleo cooperativo.

As cinco categorias acima analisadas ressoaram uma nova concepção de envelhecimento com protagonismo. Para além da performance, a GPT encarna a filosofia do *forever* na promoção de um envelhecimento ativo. O festival, a coreografia, o grupo e os rituais de relacionamento acessados estimulam o afeto. Na coreografia de GPT, o corpo se expressa fundamentado numa ética do corpo significativo, em oposição à lógica do corpo perfeito. Essa concepção ampliada consolida a coreografia como uma linguagem coletiva e culturalmente situada. A GPT pode atuar como uma teia de significados na preservação da cultura, da identidade e da tensão entre ser autêntico e ser performático, e entre a tela e o toque, o desafio de não perder sua essência se apropriando criticamente da tecnologia.

O principal desafio identificado reside em sustentar essa tensão criativa: manter-se relevante tecnologicamente sem cair na espetacularização, e expandir redes globais sem descaracterizar expressões locais. Os *insights* não apenas enriqueceram academicamente esta pesquisa, mas também oferecem uma contribuição efetiva à própria GPT, mapeando seus

paradoxos, potencialidades e seu lugar singular como porta de entrada e porto seguro na ginástica.

Portanto, como resposta ao objetivo de examinar e explorar a visão institucional da GPT na Sociedade 5.0, analisando como a modalidade articula sua filosofia dos 5F's com as demandas contemporâneas de saúde, cultura, *soft skills*, corporeidade e inovação tecnológica, o estudo demonstrou que os 5F's (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship e Forever*) funcionam como um dispositivo crítico que orienta a relação da GPT com a Sociedade 5.0, permitindo à prática incorporar a tecnologia de forma instrumental sem perder seu núcleo humanista. Enquanto a Sociedade 5.0 coloca o ser humano no centro do desenvolvimento tecnológico, a GPT já opera sob essa lógica ao promover envelhecimento ativo com protagonismo, estimular rituais de relacionamento que fortalecem o afeto e a cooperação, e utilizar a coreografia como linguagem coletiva culturalmente situada. Ao resistir à lógica produtivista e à homogeneização cultural, ao mesmo tempo em que se reinventa na negociação com o digital, a GPT consolida-se como uma tecnologia social que concretiza os ideais da Sociedade 5.0: uma prática que usa a tecnologia para aprofundar interações sem substituir a experiência humana.

Sob a lente teórica de Norbert Elias (1993, 1994), essa dinâmica revela a GPT como uma figuração em movimento – uma teia viva de interdependências, na qual indivíduos e coletividade se constituem mutuamente. Os processos civilizadores contemporâneos, marcados pela internalização de novos controles mediados por telas e algoritmos, encontram na GPT um espaço de resistência e reinvenção: se, por um lado, a tecnologia impõe padronizações e novas formas de autocontrole digital, por outro, os 5F's operam como um filtro ético que recoloca a cooperação, a afetividade e a experiência corporal sensível no centro da figuração, orientando o processo civilizatório rumo a um futuro mais humano e equitativo.

REFERÊNCIAS

ANTUALPA, Kizzy Fernandes; SANTOS, Emilena Sousa; NASCIMENTO, Vitória Lima; LIMA, Letícia Bartholomeu de Queiroz. A Ginástica para Todos e a Bahia que não se vê. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 33, n. 64, 2021.

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BAUER, Martin W.; GASKELL, George. **Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático**. Tradução de P. A. Guareschi. Petrópolis: Vozes, 2007.

BENTO-SOARES, Daniela; SCHIAVON, Laurita Marconi. Gymnastics for all: different cultures, different perspectives. **Science of Gymnastics Journal**, Ljubljana, v. 12, n. 1, p. 5-18, 2020.

CARBINATTO, Michele Viviene; FURTADO, Lorena Nabanete Reis. Processo coreográfico na Ginástica Para Todos. **Revista Ciência da Ginástica**, Ljubljana, v. 3, p. 343-353, 2019.

CARBINATTO, Michele Viviene; HENRIQUE, Nayane Ribeiro; PATRÍCIO, Tamiris Lima. Se-movimentar ginástico: um olhar fenomenológico sobre o processo de ensino e aprendizagem da ginástica. **Educação & Realidade**, Porto Alegre, v. 49, e202349248, 2023.

CARBINATTO, Michele Viviene; STADNIK, Adriana Maria (org.). **O Brasil nas Gymnaestradas Mundiais**. [S. l.]: Confederação Brasileira de Ginástica, 2025. *E-book*. Acesso em: 9 fev. 2026.

CORREA, Cláudia Xavier; VITRAL, Juliana de Andrade; CARBINATTO, Michele Viviene; COSTA, Luísa Ávila da; NEVES, Clara Mockdece. Society 5.0 and Gymnastics for All: a systematic review. **Science of Gymnastics Journal**, Ljubljana, v. 18, Issue 1, p. 135-148, 2026.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador: formação do estado e civilização**. 2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1993. v. 2.

ELIAS, Norbert. **O processo civilizador: uma história dos costumes**. Rio de Janeiro: Zahar, 1994. v. 1.

Elias, Norbert. **A sociedade dos indivíduos**. Rio de Janeiro: Zahar, 1994.

FERREIRA, Aline; MOTA, Kaio César Celi; HENRIQUE, Nayane Ribeiro; REIS-FURTADO, Lorena Nabanete dos; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. Festival ou campeonato? Experiências na ginástica para todos. **Journal of Physical Education**, Maringá, v. 35, e3509, 2024.

FIG. **Gymnastics for All**. Presentation. Lausanne: Federação Internacional de Ginástica, 2023. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/site/pages/disciplines/gfa-presentation.php>. Acesso em: 12 fev. 2026.

FIG. **Gymnastics for All**. Manual. Lausanne: Federação Internacional de Ginástica, 2025. Disponível em: https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_GfA%20Manual,%20edition%202025.pdf. Acesso em: 9 fev. 2026.

FUKUYAMA, Mayumi. Society 5.0: aiming for a new human-centered society. **Japan Spotlight**, Tóquio, v. 2018, n. 4, p. 47-50, 2018. Disponível em: https://www.jef.or.jp/journal/pdf/220th_Special_Article_02.pdf. Acesso em: 9 fev. 2026.

GEERTZ, Clifford. **A interpretação das culturas**. Rio de Janeiro: LTC, 1989.

LOPES, Priscila; CARBINATTO, Michele Viviene. Ginástica para Todos e cultura popular: (re)conhecimento e valorização de manifestações populares. **Conexões**, Campinas, v. 20, e022016, 2022.

LOPES, Priscila; NIQUINI, Cláudia Mara. Do barro à arte: experiências de diálogo entre a extensão universitária e a cultura popular. **Revista de Educação, Ciência e Cultura**, Canoas, v. 26, n. 1, p. 1-18, 2021.

MADSEN, Dag Øivind; GLEBOVA, Ekaterina. Sports Industry 5.0: reimagining sport through technology, humanity, and sustainability. **Front. Sports Act.** Living 7:1640362, 2025. Doi: 10.3389/fspor.2025.1640362.

MATTOS, Mauro Gomes de. **Teoria e prática da pesquisa em Educação Física: construindo sua monografia, artigo científico e projeto de ação**. 4. ed. São Paulo: Phorte, 2004.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Quem são “todos”? Investigando o perfil dos grupos brasileiros de Ginástica para Todos. **Educación Física y Ciencia**, La Plata, v. 26, n. 2, e297, 2024.

MORENO, Natália Lopes; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. Influências da prática da Ginástica Para Todos para a saúde na velhice: percepções dos praticantes. **Conexões**, Campinas, v. 16, n. 4, p. 468-487, 2018.

MOTA, Kaio César Celli; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um festival de ginástica para todos em tempos de pandemia. **Movimento**, Porto Alegre, v. 28, p. e28026, 2022.

NAHAS, Markus V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida: conceitos e sugestões para um estilo de vida ativo**. 7. ed. Florianópolis: Ed. do autor, 2017.

NÓBREGA, Terezinha Petrúcia da. Corpo, percepção e conhecimento em Merleau-Ponty. **Estudos de Psicologia**, Natal, v. 13, n. 2, p. 141-148, ago. 2008. Disponível em: <https://ria.ufrn.br/jspui/handle/123456789/1164>. Acesso em: 20 abr. 2026.

OLIVEIRA, Michelle Ferreira de. Sobre a escuta e a escrita de idosas praticantes de Ginástica para Todos na pandemia. **Conexões**, Campinas, v. 21, e023010, 2023.

OLIVEIRA, Michelle Ferreira de; IWAMOTO, Thiago Camargo; SOUZA, Lídia Acyole de; TOLEDO, Eliana de. Desmitificando a cultura cerratense por meio da Ginástica para Todos: um estudo de caso do grupo de ginástica Cignus. **Conexões**, Campinas, v. 16, n. 4, p. 441-458, 2018.

PAOLIELLO, Elizabeth; TOLEDO, Eliana de; SOARES, Daniela Bento; ALMEIDA, Tábata Larissa; MOURA, Cíntia; DESIDÉRIO, Andréa; CARBINATTO, Michele Viviene; LOPES, Carolina Gontijo; TUCUNDUVA, Bruno Barth; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Participation of the Pan-American Gymnastics Union in the 2011 World Gymnaestrada. **Science of Gymnastics Journal**, Ljubljana, v. 8, n. 1, p. 71-83, 2016.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho; CARBINATTO, Michele Viviene. Festivais de ginástica no mundo e no Brasil: reflexões gerais. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 199-216, jan./mar. 2016.

PATRÍCIO, Tamiris Lima; CORRÊA, Lionela da Silva; CARBINATTO, Michele Viviene. Atitude fenomenológica e estudos sobre Ginástica para Todos: do imergir ao suspender. **Praxia**, Goiânia, v. 6, e2024008, 2024. Doi: <https://doi.org/10.31668/praxia.v6i0.14627>. Acesso em: 9 fev. 2026.

SILVA, Ailan Ewerk Dantas da; ZYLBERBERG, Tatiana Passos. Possibilidades de inserção da cultura popular da região Norte do Brasil em coreografias de Ginástica para Todos. **Conexões**, Campinas, v. 14, n. 4, p. 47-75, out./dez. 2016.

SOUZA BATISTA, Mellina; PATRÍCIO, Tamiris Lima; HENRIQUE, Nayane Ribeiro; REIS-FURTADO, Lorena Nabanete dos; CARBINATTO, Michele Viviene. Extensão universitária e ressonâncias na formação profissional: análise de grupos de ginástica para todos. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 35, n. 66, p. 1-22, 2023.

UNESCO. **As pedras angulares para a promoção de sociedades do conhecimento inclusivas**: acesso à informação e ao conhecimento, liberdade de expressão, privacidade e ética na Internet global. Paris: UNESCO, 2017.

8 ARTIGO 6 – A TRAMA VIVA DA GINÁSTICA PARA TODOS: PROCESSOS E FIGURAÇÕES À LUZ DE NORBERT ELIAS

Cláudia Xavier Correa
Michele Viviane Carbinatto
Clara Mockdece Neves

RESUMO

O toque, a respiração sincronizada e a presença física constituem um núcleo sensorial da Ginástica para Todos (GPT) que tenta resistir às tentativas de virtualização para o ambiente digital. No contexto dessa crescente digitalização, proposto pelo discurso da Sociedade 5.0, as práticas corporais coletivas, como a GPT, se reafirmam como espaços de negociação e preservação do humano, tomando como parâmetros sua essência filosófica ancorada nos 5F's: *Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*. Diante dessa tensão entre a essência sensorial da GPT e as pressões da virtualização impulsionadas pela Sociedade 5.0, a teoria de Norbert Elias (1993, 1994) mostra-se fecunda para analisar como a modalidade negocia sua trajetória. Os conceitos “processos” – transformações históricas de longa duração que moldam hábitos sociais – e “figurações” – teias dinâmicas de interdependência nas quais indivíduos e sociedade se constituem mutuamente – desenvolvidos por Elias, ajudam a compreender as adaptações, tensões e resistências que emergem desse contexto. Assim, o presente estudo analisou, sob a perspectiva da gestora da Confederação Brasileira de Ginástica (CBG) e coordenadores de grupos de GPT, de que maneira os princípios fundamentais dessa modalidade dialogam com os desafios e as tensões da virtualização. A pesquisa, de natureza qualitativa, realizou 16 entrevistas semiestruturadas *on-line*. Para a interpretação dos resultados, utilizou-se a Análise de Conteúdo de Laurence Bardin (2016). A perspectiva sociológica de Elias ajudou a desvelar os sentidos dos discursos, analisando como a GPT se posiciona como um pilar de centralidade humana em meio aos processos civilizadores contemporâneos, sendo encontradas duas temáticas: a) Processos; e b) Figurações. No eixo dos processos, identificaram-se cinco dinâmicas: a expansão geográfica e superação de barreiras; a disciplinarização do corpo frente às telas; a evidenciação das desigualdades de acesso; a tensão entre a edição artificial e a autenticidade do erro; e a manutenção dos vínculos afetivos. No eixo das figurações, três dinâmicas se destacaram: uma rede de interdependência composta pelo núcleo físico e sensorial irreduzível; as redes de suporte e solidariedade; e a coletividade e criatividade. Conclui-se que, embora a tecnologia digital tenha expandido as fronteiras da prática, o toque e a presença física permanecem como a essência insubstituível da GPT.

Palavras-chave: ginástica para todos; pesquisa qualitativa; entrevista; Norbert Elias; análise de conteúdo.

INTRODUÇÃO

As relações humanas, quando mediadas pelo movimento, formam tramas dinâmicas de interdependência que sustentam a saúde, o bem-estar e o sentimento de pertencimento ao longo da vida. Atividades físico-esportistas podem, portanto, mediar essas relações. Sobre esportes,

Menegaldo e Bortoleto (2024) reforçam o potencial das práticas que se constituem como lógica sociomotriz de natureza cooperativa-comunicativa que favorecem o desenvolvimento de habilidades sociais e vínculos afetivos que extrapolam o momento da prática.

Nessa perspectiva, a Ginástica para Todos (GPT) se consolida como uma trama viva, como uma prática plural, com potencial para acolher a diversidade de gêneros, idades e habilidades através de uma filosofia fundamentada nos princípios de diversão (*fun*), boa forma (*fitness*), fundamentos (*fundamentals*), amizade (*friendship*) e a prática ao longo da vida (*forever*): os 5F's (FIG, 2023). Mais do que uma base para disciplinas gímnicas, a GPT atua como um espaço no qual o corpo e o afeto se entrelaçam, criando oportunidades de conexão que atravessam as dimensões física, social e intelectual dos participantes.

Segundo Almeida, Ehrenberg e Carbinatto (2026), a GPT é uma prática que valoriza a liberdade criativa, sem a rigidez de regras ou codificação de movimentos, e por meio de coreografias com temáticas, figurinos e música, permite que crianças, idosos, pessoas com deficiência etc. expressem suas identidades e contextos sociais. A composição coreográfica tem potencial formativo, cuja criação coletiva ressignifica o fazer ginástico.

Essa trama de conexões humanas, no entanto, encontra-se atualmente tensionada pelo discurso da Sociedade 5.0, que propõe uma integração profunda entre o digital e o cotidiano sob a promessa de colocar o ser humano no centro do progresso tecnológico (Fukuyama, 2018). Entretanto, reside uma incerteza entre a promessa de um futuro humanizado e a prática concreta, em que a tecnologia digital pode mascarar lógicas de controle, lucro e distanciamento sensorial. Nesse cenário, onde a Sociedade 5.0 ainda se apresenta mais como uma aposta do que como uma realidade consolidada, a GPT emerge como um campo privilegiado para investigar como as interações corporais são adaptadas e ressignificadas diante da virtualização, posicionando-se como uma necessária prática de resistência e preservação da essência humana.

Seguindo a lógica dessa trama de relações proporcionadas pela GPT, o estudo traz a lente teórica de Norbert Elias (1993; 1994) para ajudar a compreender as figurações sociais, as teias de interdependência, o funcionamento da sociedade e as atitudes individuais criadas em conjunto, por meio de relações em constante mudança. Elias (1993; 1994) propõe uma abordagem sociológica que integra o indivíduo e a sociedade por meio da análise de *processos* históricos de longa duração e das *figurações* sociais, compreendidas como teias dinâmicas de interdependência. O autor mostra que as atitudes das pessoas e o funcionamento da sociedade são criados juntos, por meio de relações que estão sempre mudando.

Os processos históricos de longa duração referem-se a transformações que ocorrem ao longo do tempo e estão em constante movimento. Essas mudanças moldam os hábitos sociais e

transitam entre a tradição e a inovação (Elias, 1993; 1994). Os processos podem ser percebidos na GPT como uma forma de entender como a modalidade negocia sua essência diante das mudanças sociais e tecnológicas.

Alguns exemplos se encaixam nessa perspectiva, como o controle do corpo e a aprendizagem *on-line*, a partir de estratégias que foram utilizadas no período pandêmico, nas quais, o corpo se ajustou às telas, exigindo novas formas de autopercepção e disciplina corporal (Carbinatto; Ehrenberg, 2020). Rituais digitais e virtuais exigiram adaptação ao ambiente virtual, como novas regras de convivência e organização do grupo, negociadas para manter a coesão mesmo à distância. O ato de gravar e editar vídeos permitiu registrar, ter uma memória das coreografias e compartilhar nas redes. Por fim, as relações sociais também se adaptaram em nova figuração: digital. Esses processos demonstram que a GPT está em constante movimento e que tensões e transformações fazem parte da caminhada.

As figurações podem ser definidas como teias dinâmicas de interdependência que conectam indivíduos em padrões específicos de relações, sejam de cooperação, respeito ou poder (Elias, 1993; 1994); permitem compreender os grupos de GPT não apenas como conjuntos de pessoas, mas como teias de movimento, nas quais cada ação individual reverbera no coletivo (Menegaldo; Bortoleto, 2024). Na GPT, a figuração se materializa no toque, no contato, na respiração sincronizada, difíceis de digitalizar, pois dependem de espaço compartilhado e interação direta. A filosofia dos 5F's atua como princípio norteador nessa teia, e os grupos se conectam em níveis local, global, em ensaios, em festivais, criando linguagens que atravessam fronteiras. O conceito de processo permite observar como a ginástica se adapta ao ambiente virtual, enquanto a figuração mostra como os grupos funcionam como redes de relacionamento que criam novos hábitos e formas de convivência digital.

A importância deste estudo reside na análise da GPT como uma prática corporal de resistência às promessas abstratas da Sociedade 5.0, reafirmando a centralidade humana diante do avanço digital. A inovação do trabalho manifesta-se no emprego da sociologia de Norbert Elias, especificamente através dos conceitos de processos e figurações, que permitem desvelar o núcleo físico e sensorial da modalidade, como o toque, o contato e a respiração sincronizada, como uma essência insubstituível e irreduzível à virtualização. Ademais, o estudo integra os 5F's (*Fun*, *Fitness*, *Fundamentals*, *Friendship* e *Forever*) como elementos constitutivos dessa figuração, compreendidos como princípios fundamentais que operam dentro de uma teia de interdependência. Enquanto o *friendship* e o *fun* mantêm os indivíduos conectados em redes de suporte e solidariedade, o *fitness* e os *fundamentals* priorizam a saúde e a autonomia em detrimento do desempenho competitivo, valorizando a continuidade da prática ao longo da vida,

forever. Frente ao cenário da Sociedade 5.0, que permanece como uma aposta de futuro, os 5F's consolidam-se como práticas concretas na GPT. O trabalho justifica-se ao investigar como essa trama viva de interdependências preserva a cooperação e a autenticidade em um cenário progressivamente orientado pela lógica do desempenho tecnológico.

Partindo dessas reflexões, este artigo tem como objetivo analisar, sob a perspectiva da gestora e de coordenadores de grupos da GPT, de que maneira os princípios fundamentais dessa modalidade dialogam com os desafios e as tensões da virtualização.

METODOLOGIA

Esta pesquisa possui abordagem qualitativa e descritiva, caracterizando-se por relatar, narrar e retratar características, propriedades ou relações existentes no grupo ou na realidade em que foi realizada (Mattos, 2004).

A seleção dos participantes ocorreu inicialmente mediante consulta documental à obra *Gymnaestradas Mundiais: a experiência de grupos brasileiros* (livro eletrônico), organizada por Carbinatto, Barbosa-Rinaldi, Noel e Stadnik (2025) e publicada pela Confederação Brasileira de Ginástica (CBG). A Gymnaestrada Mundial é o principal evento de Ginástica para Todos, cuja organização é da World Gymnastics/Federação Internacional de Ginástica. Por sua vez, os grupos brasileiros que participaram desse evento são representativos, uma vez que estiveram na delegação brasileira em 2015, 2019 e/ou 2023.

Dentre os grupos apresentados no documento, a escolha, por conveniência, buscou representatividade de todos os estados brasileiros. Para ampliar o alcance para grupos que não participaram de uma Gymnaestrada, coordenadores selecionados indicaram novos contatos. Foram realizados, portanto, 16 contatos via redes sociais. Todos os coordenadores contactados aceitaram voluntariamente participar da pesquisa. Finalmente, a amostra foi concluída com o aceite da gestora da CBG responsável pela GPT, que também foi contactada via redes sociais. A pesquisa contou, assim, com 17 colaboradores.

A amostra de 16 coordenadores justifica-se pela posição de liderança e representatividade dos participantes, responsáveis por gerir diferentes grupos de GPT no Brasil. Ao incorporar a entrevista da gestora da modalidade da CBG, o estudo articula a dimensão da prática com a visão institucional. A seleção qualificada reuniu coordenadores com vivências plurais: da visibilidade das Gymnaestradas Mundiais à prática local.

Os colaboradores receberam um convite digital explicando o tema e apontando para uma entrevista via plataforma Google Meet®. Em seguida, o TCLE foi enviado por e-mail e a data foi agendada. O *link* gerado para a entrevista foi enviado na véspera.

O instrumento utilizado para a pesquisa foi a entrevista semiestruturada, na qual a pesquisadora comentou as questões com cada um dos entrevistados, deixando-os falar sobre o tema sem interrupções. Esse instrumento foi organizado após estudo do referencial teórico de Norbert Elias (1993; 1994) e teve sua validade de face avaliada no Grupo de Estudos LABESC (Laboratório de Estudos do Corpo), da Faculdade de Educação Física e Desportos, da Universidade Federal de Juiz de Fora.

Emergiram quatro tópicos principais abordados na entrevista que tiveram por objetivo investigar o modo como a GPT negocia sua essência coletiva e expressiva frente a um futuro tecnológico. Tema 1: Corpo, tecnologia e percepção sensorial. A experiência do corpo na GPT mediada por uma tela. Tema 2: Coletividade e rituais virtuais. O mundo digital e seus rituais. Tema 3: Autonomia, controle e futuro. Tecnologia, autonomia, nova dependência. Tema 4: Hibridização. Real e virtual.

Após a realização das 17 entrevistas semiestruturadas, seus conteúdos foram transcritos na íntegra e devolvidos a cada um dos participantes para conferência e aprovação.

A análise dos achados das entrevistas iniciou-se com uma pré-análise que, segundo Bardin (2016), consiste em estabelecer um primeiro contato com o texto. Aos poucos, a leitura vai se tornando mais precisa em função dos objetivos pré-definidos e das teorias que serão aplicadas sobre o material. Na sequência, a exploração do material decorre de operações de codificação, ou seja, da necessidade de transformar dados brutos em unidades. Por meio de recortes, as falas foram classificadas em duas categorias definidas a partir da teoria de Elias (1993; 1994). Os recortes, então, se agruparam nas categorias “processos” e “figurações”. Na sequência, surgem as temáticas, os núcleos de sentido, afirmações acerca de um assunto, motivadores da análise. Essas temáticas foram, então, interpretadas e amparadas por demais artigos e estudos de pesquisadores da área. Essa escolha proporcionou um exercício reflexivo profundo e permitiu desvelar as camadas de significados presentes no discurso, oferecendo uma possibilidade crítica de análise.

A fim de resguardar o anonimato dos entrevistados e enriquecer a narrativa analítica, cada um recebeu um pseudônimo temático extraído da própria entrevista, nomes que refletem a voz na trama em análise: A Equilibrista; A Tecelã de corpos; A Bússola; A Coreógrafa de encontros; A Guardiã; O Mediador; A Sinestésica; A Sábia; A Ponte; A Voz da floresta; A Conectada; A Âncora; A Resistente; A Autêntica; A Provedora; A Inventora; O Sentinela.

Este estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisas da Universidade Federal de Juiz de Fora, pelo número do parecer CAAE: 67311223.6.0000.5147.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados deste estudo refletem a diversidade da GPT no cenário brasileiro. A fim de caracterizar essa trama viva e situar a representatividade da amostra, o Quadro 2 a seguir detalha o nome dos grupos, a distribuição geográfica e o tempo de experiência da gestora e dos coordenadores envolvidos.

Quadro 2 – Caracterização dos entrevistados

GRUPO AO QUAL SE VINCULA NO MOMENTO	ESTADO	TEMPO QUE O ENTREVISTADO ATUA NA MEDIAÇÃO DE UM GRUPO NO ANO DE 2025	IDADE EM 2025
Agitar/PUC-Minas	MG	16 anos	66
Ânima/UNICAMP	SP	6 anos nesse grupo	51
Cia. Gímnica/UEM	PR	23 anos	56
Cia. Rosana Marques	SP	8 anos	59
Cignus/UEG	GO	16 anos	40
Geginba/UFBA	BA	6 anos	43
GGD/UFVJM	MG	15 anos	47
GPT-on/UFSC	SC	5 anos	42
GGUnesp/UNESP	SP	7 anos	36
Grupo Atenas/Academia de Ginástica	SP	10 anos	36
GymCorpo/UFPR	PR	4 anos	36
Gymnarteiros/UFC	CE	15 anos	43
Gymnusp/USP	SP	3 anos nesse grupo	33
Inec Silvana Gym/Academia de Ginástica	RJ	46 anos	66
LAPEGI	SP	14 anos nesse grupo	52
Prodagin/UFAM	AM	15 anos	43
Gestão da GPT-CBG	PR	20 anos de experiência na GPT	54

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A partir desse panorama, a análise se estruturou em dois eixos de análises: processos e figurações, categorias que permitiram desvelar como a GPT, ancorada nos seus 5F's, negocia sua essência coletiva e humana frente aos dilemas e promessas da Sociedade 5.0.

Processos

A metáfora do tecer é proposta para dialogar, com a teoria de Elias, os processos e figurações como teias/tramas de interdependência. A sociedade é uma trama em constante movimento, tecida por fios que se cruzam, se apertam, se rompem e se reconstroem. Os processos vividos pela GPT podem ser lidos como diferentes movimentos desse tear coletivo, emergindo, assim, cinco tramas fundamentais, explicitados no Quadro 3 abaixo.

Quadro 3 – Categoria Processos

Categoria “Processos”	A Trama sem fronteiras	Grupos que eram isolados por barreiras geográficas
	O Tecido que se contrai	Disciplinarização dos gestos
	A Trama que rompe	Acesso desigual a equipamentos e habilidades
	O Bordado sem imperfeições	Edição de vídeos e artificialidade
	O Fio que não arrebentou	Manutenção de vínculos afetivos

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A Trama sem fronteiras: expansão geográfica e superação de barreiras

O tecer que estende os fios para além dos horizontes conhecidos conectou pontos antes isolados no mapa. A tecnologia, como um tear, permitiu que grupos do Amazonas e do Sul do país, do Brasil e do México, dançassem num mesmo festival. É a trama que se alarga, incluindo novos nós sem romper os antigos. Isso pode ser exemplificado a partir das falas:

“A gente jamais iria para um festival do México... e a gente pôde ir” (A Voz da floresta).
 “A tecnologia expande a possibilidade de estar em mais lugares” (A Equilibrista).
 “Permite a disseminação e a participação de muitos locais que não poderiam participar” (A Ponte).
 “Os festivais remotos... serviram para cobrir uma lacuna de uma pandemia” (A Tecelã de corpos).

A experiência documentada por Corrêa *et al.* (2020) evidencia como os festivais *on-line* viabilizaram a participação de grupos amazônicos em eventos internacionais, algo que a logística e os custos do presencial inviabilizavam. Carbinatto e Ehrenberg (2020) documentaram o pioneirismo do Festival remoto do Gymnusp que, em plena pandemia, conectou mais de 500 atletas de diferentes regiões do Brasil. As organizadoras e os

pesquisadores envolvidos analisam como os festivais *on-line* expandiram as possibilidades de participação e intercâmbio entre grupos. Os fios da GPT se esticaram para além das fronteiras geográficas e financeiras, revelando a potência de uma trama que sempre existiu.

A tecnologia, nesse movimento, não rompeu os antigos nós, apenas mostrou que a trama da GPT pode ser tão vasta quanto o desejo humano de se conectar. A ginástica como um todo se ressignificou para o modelo *on-line*, inclusive com vários eventos acontecendo em todas as modalidades.

Segundo o levantamento sistemático de Batista e colaboradores (2022), a ginástica brasileira como um todo se ressignificou para o modelo *on-line*, totalizando 75 eventos gímnicos virtuais entre março de 2020 e abril de 2021. Os dados demonstram que não apenas a GPT migrou para o ambiente remoto, mas também as modalidades competitivas: a Ginástica Rítmica (GR) concentrou 72% dos eventos (54 no total), seguida pela Ginástica Artística (GA) com 13,3%, além de registros pontuais de Ginástica Aeróbica e Acrobática. O viés competitivo prevaleceu em 60% das ocorrências, com destaque para outubro de 2020 como o mês de pico (15 eventos); a região Sudeste liderou a organização (58,6%), e plataformas como Zoom Meetings® (28%) e Youtube® (13,3%) foram as mais utilizadas. Os festivais e campeonatos *on-line* abrangeram desde categorias infantis até o formato misto e individual, revelando que toda a estrutura da ginástica, e não apenas seus segmentos não competitivos, se adaptou, reinventou suas rotinas de treino, arbitragem e premiação, e garantiu a manutenção da prática e da visibilidade esportiva em um período de distanciamento social severo.

Essa temática reflete o aumento da interdependência e a expansão das redes de relações que, segundo Elias (1994), caracterizam o fluxo contínuo das mudanças sociais. A tecnologia atua como um facilitador desse processo, permitindo que a GPT se reconfigure superando barreiras geográficas e financeiras para conectar grupos distantes em um “mesmo tear coletivo”. Essa dinâmica exemplifica como a sociedade é um fluxo de mudanças interdependentes, no qual novos nós são criados sem necessariamente romper os antigos vínculos.

O Tecido que se contrai: disciplinarização, controle da imagem, autopercepção

Na metáfora da teia, os pontos foram apertados, exigiu-se precisão e disciplina para que cada fio se encaixasse perfeitamente na moldura da tela. No contexto da pesquisa, é o corpo que se contrai para caber no enquadramento, que se observa e se corrige antes de ser visto. Os entrevistados demonstraram preocupação com a imagem que é mostrada/divulgada nas redes:

“Existe uma preocupação com a imagem muito maior do que existia antes... não é livre” (A Resistente).

“Eu também mostro só aquilo que eu quero mostrar” (A Guardiã).

“O sujeito falou, ah, é esse espaço que eu tenho, então eu vou me perceber dentro desse espaço” (O Mediador).

“Se olha várias vezes, faz autocrítica e escolhe a sua melhor versão” (A Voz da floresta).

O processo de criação remota foi descrito por Lopes e colaboradores (2023). As autoras detalham como os participantes precisaram gravar, assistir, reavaliar e regravar seus movimentos: um processo de autocrítica e busca pela melhor versão do que apareceria na tela. Se por um lado, a tela expandiu horizontes, por outro, o corpo pode ter se sentido contraído, exigindo enquadramento, repetição. E o que se perde nesse movimento é justamente o que a GPT sempre valorizou: a liberdade do gesto que não precisa se explicar.

Essa tensão entre o corpo que se contrai para caber na tela e o corpo livre da Ginástica para Todos (GPT) é confirmada por Oliveira *et al.* (2024). Ao analisar composições coreográficas de festivais virtuais na pandemia, os autores observaram que o contexto remoto impôs novas formas de controle sobre a imagem e o movimento. A *mise-en-scène* reduziu-se majoritariamente a espaços domésticos, e os temas mais recorrentes – reflexões sobre a vida, superação e resistência – revelaram um corpo que se observa, se corrige e se reconfigura para o olhar do outro mediado pela tela. Assim, a disciplina exigida pelo enquadramento virtual tensiona os princípios de coletividade, liberdade e espontaneidade historicamente centrais à GPT no Brasil.

O enquadramento do corpo para as telas dialoga diretamente com a internalização de controles e a regulação dos impulsos, pilares do processo civilizador de Elias (1994). Ao se observar, criticar e corrigir para “caber na tela”, o praticante de GPT exerce uma autodisciplina e autocensura dos gestos, transformando a espontaneidade física em rituais virtuais mais controlados. Esse processo reflete a exigência de indivíduos adaptáveis e capazes de exercer maior controle sobre seus impulsos em um cenário de fusão entre o físico e o digital.

A Trama que se rompe: desigualdades e hierarquia pelo acesso digital

O tecer que revela os fios partidos e as desigualdades que a tecnologia não cria, mas escancara, transformam a tela em uma janela que expõe a realidade de cada um, de cada grupo, elementos que no presencial são mascarados pelo uniforme, pelo ambiente adequado do ginásio. Enquanto alguns tecem com equipamentos sofisticados e internet de alta velocidade, outros

tentam com fios gastos e nós mal atados. Nem todos possuem os equipamentos adequados para uma melhor experiência digital: a trama que, em vez de unir, separa quem tem e quem não tem acesso.

“Escancarou coisas que, no físico, a gente não sabe... mora numa comunidade” (A Provedora).

“Sempre existirá esse *Gap*... entre as pessoas que vão ter as grandes tecnologias e aquelas que não terão acesso algum” (A Equilibrista).

“Escancarando diferenças” econômicas (A Sinestésica).

“Mostra as diferentes realidades e a desigualdade de condições” ao entrar na casa das pessoas (A Ponte).

Toledo e colaboradores (2022) corroboram tais discursos; seu estudo aborda fases de ressignificação da GPT na pandemia e, na análise das dificuldades enfrentadas, destaca o abismo digital entre grupos com e sem acesso a equipamentos e internet de qualidade.

O tear digital revelou diferenças, pois adentrou os espaços domésticos. A tela mostrou a casa apertada, a comunidade, a falta de espaço. No presencial, os uniformes e ginásios, iguais para todos, conseguem mascarar essas diferenças.

Essa categoria evidencia que o processo civilizador não é homogêneo, podendo gerar novas exclusões e formas de opressão. Elias (1994) observa que as transformações nas estruturas sociais podem escancarar desigualdades; na GPT, revela como as relações de poder e o acesso tecnológico criam hierarquias, cuja falta de infraestrutura marginaliza certos indivíduos na transição para a Sociedade 5.0. Assim, a tecnologia, ao adentrar o espaço doméstico, expõe as fissuras de um processo de desenvolvimento social desigual.

O Bordado sem imperfeições: artificialidade da edição x autenticidade do ao vivo

O tear digital reorganizou uma nova trama: a edição como uma segunda camada que substituiu o ao vivo. Uma verdade que não anulou a outra, apenas se mostrou de forma diferente.

“Não é efetivamente o que o grupo apresentou, é o que o editor apresentou” (O Sentinela).

“As coreografias... ficaram empobrecidas” (A Tecelã de corpos).

“A edição, ao tentar limpar, ameaça a autenticidade” (O Sentinela).

“*On-line* você faz, você erra, você pode ir replicando”, tirando a verdade do momento (A Autêntica).

“A gente fez as cenas um milhão de vezes... isso contrasta com a emoção do erro ao vivo” (A Resistente).

A pesquisa de Mota, Patrício e Carbinatto (2022) documenta esse processo: “a sala assumiu o lugar do tablado, o editor assumiu o lugar do coreógrafo, o sofá da sala se tornou a arquibancada. As pessoas ainda davam suas opiniões e construíram coletivamente um novo formato de ‘ser e viver’ a GPT” (Mota *et al.*, 2002, p. 9).

As coreografias aconteceram, emocionaram e foram lindas, mesmo na tela, mesmo editadas. O que se perdeu não foi a beleza, mas uma certa “textura” do real: o erro, o frio na barriga, o abraço coletivo no final. A substituição do erro ao vivo pela perfeição da edição remete à padronização de movimentos e à busca por padrões de comportamento mais controlados. Elias (1994) discute como a civilização envolve a moderação de impulsos em favor de etiquetas e normas. Na GPT virtual, a edição atua como esse filtro que “limpa” a espontaneidade e a autenticidade do erro, características humanas irredutíveis que são tensionadas pela lógica da performance tecnológica e do controle da imagem.

O Fio que não arrebentou: sobrevivência e manutenção de vínculos afetivos

O tecer que resistiu às dificuldades. Nos momentos de maior distanciamento, quando tudo parecia prestes a se desfazer, foram os fios da tecnologia que seguraram a trama, mantendo os grupos unidos, mesmo que por linhas invisíveis. É a trama da afetividade, da amizade, do cuidado que a tecnologia ajudou a preservar, mas que só o encontro presencial pode consagrar.

“Manteve a chama acesa” (A Âncora).

“A tecnologia sustentou relações entre idosas isoladas mantendo-as ‘vivas’” (A Âncora).

“Aquilo foi tão emocionante... aproximou e permitiu continuidade” (A Bússola).

“Manteve a chama acesa em meio à paralisação” (A Provedora).

“A tela foi um veículo que possibilitou... os encontros” (A Sábia).

Como revela a pesquisa de Oliveira (2023), o grupo de GPT se constituiu, mesmo que virtualmente, em uma rede de apoio capaz de transformar o sofrimento do isolamento em sentimentos de empatia, amor e resiliência. A tecnologia tornou possível a travessia. O fio que não arrebentou foi, antes de tudo, o fio do afeto. E quando o encontro presencial finalmente foi possível, o que se viu foi a prova de que a chama, de fato, nunca havia se apagado.

A manutenção dos vínculos afetivos através da tecnologia ilustra a força das teias de interdependência que sustentam as figurações sociais mesmo em momentos de crise. Para Elias (1994), a civilização também é um processo de evolução do conhecimento social e das relações; na GPT, a afetividade e a amizade (*friendship*) atuam como o “fio do afeto” que permite a

travessia do isolamento, provando que a tecnologia pode ser um veículo para preservar a essência humanizadora e os laços comunitários da modalidade.

A metáfora da trama dialogou satisfatoriamente com a teia de interdependência de Elias (1993; 1994). Os processos são, literalmente, os movimentos de tecer, estender, apertar, romper, bordar, segurar. As metáforas abriram espaço para uma análise mais rica, permitindo visualizar os processos em ação.

Figurações

Os coletivos de GPT formam redes de interdependência e cooperação. A análise reflete a importância vital do contato físico e da presença, das redes de apoio, e enfatiza a construção coletiva, elementos considerados insubstituíveis pelas tecnologias digitais. Em suma, os achados revelam que a essência desses grupos reside na conexão humana e na troca entre os participantes.

Três tramas fundamentais se entrelaçaram na GPT. A primeira, A Trama Matriz, o fio original e insubstituível representado pelo encontro presencial. Dela, emerge a segunda, A Trama que Acolhe, a rede de apoio, afeto e solidariedade. A terceira, A Dança dos Fios, revela uma comunidade de aprendizado criativo e coletivo. Juntas, as tramas revelam que a GPT é um tecer de relações. O Quadro 4 sintetiza essas tramas.

Quadro 4 – Categoria Figurações

Categoria “Figurações”	A Trama Matriz	Encontro presencial
	A Trama que Acolhe	Rede de apoio, afeto e solidariedade
	Dança dos Fios	Comunidade de aprendizado criativo e coletivo

Fonte: Elaborado pela autora (2025).

A Trama Matriz: o núcleo irreduzível da GPT

Essa é certamente a unidade temática mais forte deste estudo, presente na quase totalidade das falas dos entrevistados. Refere-se a uma dimensão que a tecnologia não consegue replicar, sendo a trama que sustenta e dá sentido a todas as outras, que se tece no corpo a corpo e exige pele, respiração, presença. Essa é a trama que só o encontro presencial pode oferecer. É o núcleo irreduzível, aquilo que a tecnologia não consegue tecer.

“Nós queremos nos abraçar, nos tocar. Ser aplaudido, ouvir o aplauso e não ver o ícone do aplauso. Isso é insubstituível” (A Equilibrista).

“O corpo, ele precisa se expressar, ele precisa de interação, ele precisa de conexão” (A Tecelã de corpos).

“O abraçar antes de entrar, o abraçar depois... você fazer um carinho no que tá machucado... É insubstituível!” (A Conectada).

“A correção técnica exige toque, presença, olho no olho” (A Autêntica).

“O encontro, o toque, o abraço... trocar um *pin* de presente... é um negócio impagável” (O Sentinela).

O estudo de Randolph e colaboradores (2024) argumenta que as atividades da GPT oferecem um espaço onde as pessoas se sentem valorizadas e integradas; a GPT facilita a formação de laços sociais significativos. Contessoto e estudiosos (2021) afirmam que a GPT tem se consolidado junto ao público idoso, e tem estimulado a criação de vínculos sociais entre integrantes, devido às possibilidades de adaptação de movimentos e técnicas, por meio da ação das(os) professoras(es) como facilitadores para o aprendizado de movimentos e possibilidades do corpo.

O encontro presencial representa o núcleo das interdependências físicas que Elias (1994) considera fundamentais e que não podem ser plenamente digitalizadas. Essa dimensão sensorial irreduzível resiste à padronização digital, reafirmando que certas figurações sociais dependem da interação direta para produzir as emoções únicas e o sentimento de pertencimento que caracterizam o humano.

A Trama que Acolhe: rede de apoio

Essa categoria destaca as redes de solidariedade, afeto e acolhimento. O grupo de ginástica funciona como uma teia de cuidado mútuo. A tônica aqui é a empatia, a disponibilidade para o outro, um porto seguro de laços de afeto. Essa rede exemplifica uma figuração baseada na cooperação e no pertencimento, opondo-se à lógica individualizante da sociedade contemporânea. Elias (1994) aponta que as figurações moldam comportamentos por meio de práticas sociais compartilhadas; na GPT, a empatia e o cuidado mútuo criam um “espaço do erro acolhido”, cuja interdependência afetiva prevalece, posicionando a prática como um agente ativo na construção de um tecido social mais humanizado.

“Constroem mutirões de bolsas de alimentos, ajudam a pagar faculdade e viabilizam passagens e uniformes” (A Provedora).

É a rede que fornece apoio emocional e suporte físico... veículo transformador que tira jovens de seus mundos restritos” (A Ponte).

“É o espaço do erro acolhido, da criatividade coletiva e da construção conjunta” (A Âncora).

“Pessoas que dão suporte, permitindo que o grupo se arrisque e inove com segurança” (A Voz da floresta).

“Você fazer um carinho no que tá machucado, você ir buscar uma água pra quem tá nervoso. É insubstituível!” (A Conectada).

“Rede de Aprendizado e Apoio Intergeracional... jovens que acabaram saindo do ensino médio e mulheres mais velhas, aposentadas” (O Mediador).

“Ponto de encontro e sensação de pertencimento dos 50+” (A Guardiã).

“O abraço, o *change*... trocar um *pin* de presente e ver um sorriso no rosto da outra pessoa, é um negócio impagável” (O Sentinela).

O documento oficial da FIG (2026) destaca os 5F's da GPT: *Fun*, *Fitness*, *Fundamentals*, *Friendship* e *Forever*. A amizade (*friendship*) é um valor fundamental que valida a importância dos laços afetivos na prática. Segundo estudo de Menegaldo e Bortoleto (2024), as interações provocadas pela própria lógica sociomotriz da GPT, que já são de natureza cooperativa-comunicativa, transformam-se em relações afetivas e habilidades sociais para além da prática (lógica externa) com maior facilidade em coletivos menores. Os mesmos autores, em 2020, evidenciam o caráter coletivo que a prática da GPT pode alcançar, promovendo relações e habilidades sociais.

Na trama que acolhe, os fios se sustentam. Os participantes percebem que o mais importante não é o movimento perfeito, mas quem está do lado enquanto ele acontece. Essa é uma textura profunda da GPT, que permanece viva mesmo depois que a coreografia termina.

Dança dos Fios: coletividade criativa

A prática da GPT se expande para além do espaço físico, utilizando a tecnologia para esticar os fios em nível local e global. Esta categoria revela uma comunidade de aprendizado a partir do uso das redes sociais, vídeos, democratizando o acesso e aumentando o repertório criativo. O digital não substitui o presencial, mas atua como resistência e inovação mantendo a conexão dos grupos.

“Os cursos de GPT ficaram conhecidos no Brasil todo” (A Equilibrista).

“A gente estava aqui no Brasil fazendo um festival junto, por exemplo, com Suíça. [...] A afetividade digital não substitui a presença, mas sustenta laços sociais” (A Guardiã).

O uso de “telão ou *streaming* democratiza o acesso e permite compartilhar coreografias através de fronteiras geográficas e econômicas” (A Sábia).

O Instagram permitiu o “aumento de repertório”. O compartilhamento de vídeos serviu como “*feedback* visual” e memória para o grupo (A Bússola).

A coletividade criativa no ambiente digital demonstra como a GPT ativa e modela figurações inovadoras ao negociar seus valores com a mediação tecnológica. Elias (1994) sustenta que a mudança é uma característica normal da sociedade. Ao utilizar redes sociais para ampliar o repertório e democratizar o acesso, os grupos de GPT não são passivos, mas agentes que ressignificam seus rituais e criam novas formas de sociabilidade resiliente que conectam o local ao global.

O conhecimento na GPT pode ser ativado também no virtual e gerar resultados satisfatórios. Lopes e Carbinatto (2023) evidenciam a construção do conhecimento na GPT vivenciada de forma crítica, coletiva, colaborativa e democrática, na qual a autonomia e a horizontalidade são efetivadas, resultando em tomada de consciência e transformações sociais nos envolvidos.

A pesquisa de Rufino e colaboradores (2022) documenta que a GPT, mesmo no cenário pandêmico, manteve-se dinâmica e criativa, características que lhe são essenciais em um movimento de inovação, superação e resistência. Os festivais virtuais fortaleceram esse aspecto, permitindo que grupos de diferentes regiões compartilhassem suas produções. Foi possível a participação de coletivos que, por questões logísticas ou financeiras, não teriam acesso a eventos presenciais. O uso de recursos de edição e o compartilhamento de vídeos ampliaram as possibilidades criativas, servindo também como registro e memória das produções. Embora o formato virtual não substitua a experiência presencial, ele foi fundamental para manter viva a chama da prática e garantir a continuidade e a conexão entre os grupos durante o isolamento.

Percebe-se, dessa forma, que a tecnologia expandiu as teias de interdependência da GPT, permitindo que a prática ocorresse entre o físico e o virtual.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

As reflexões finais deste estudo reforçam que a GPT atua como uma figuração viva e dinâmica, capaz de se adaptar às transformações tecnológicas sem perder sua essência coletiva.

A análise das vozes dos entrevistados demonstra que a GPT se posiciona como uma prática de resistência e reafirma a centralidade do corpo, do afeto e do encontro presencial como elementos que a tela não consegue replicar integralmente. Já a proposta da Sociedade 5.0 anuncia um futuro no qual a tecnologia estaria a serviço do ser humano, colocando-o no centro do processo. Mas a realidade mediada pelas telas revelou tensões que a otimista Sociedade 5.0 não prevê, como desigualdades de acesso, corpos que precisaram se enquadrar para caber na tela. Se é para servir ao ser humano, que seja a serviço do encontro.

A metáfora do tecer utilizada para tratar da tecnologia ajudou a compreender que ela é uma ferramenta importante: democratizou o acesso, manteve a chama acesa em períodos de isolamento social, permitiu visibilidade a grupos geograficamente distantes. No entanto, o suor, o olho no olho e o aplauso real permanecem como o núcleo que sustenta a identidade da modalidade.

Em última análise, a pesquisa revelou que o fio mais resistente dessa trama é o afeto (*friendship*), que transforma a prática corporal em uma rede de apoio mútuo, provando que o sentido da GPT reside menos na perfeição do movimento e mais na qualidade das interdependências humanas nela tecidas.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, Camila das Mercês Duarte; EHRENBURG, Mônica Caldas; CARBINATTO, Michele Viviene. Ginástica e seu componente estético: as coreografias em foco. *In*: CARBINATTO, Michele Viviene (org.). **Corpos em movimento, saberes em construção: a ginástica no ensino, pesquisa e extensão**. São Paulo: EEFUEUSP, 2026.
- BATISTA, Mellina Sousa; PATRÍCIO, Tamiris Lima; HENRIQUE, Nayara Ribeiro; MOTA, Kaio César Celli; CARBINATTO, Michele Viviene. Eventos esportivos em tempos de pandemia da COVID-19: a ginástica em foco. **Caderno de Educação Física e Esporte**, Marechal Cândido Rondon, v. 20, p. e-28203, 2022. Doi: 10.36453/cefe.2022.28203. Acesso em: 18 abr. 2026.
- CARBINATTO, Michele Viviene; EHRENBURG, Mônica Caldas. **Festival ginástico e isolamento social: retratos de um evento on-line [recurso eletrônico]**, 2020. Curitiba: Bagai. Doi: <https://doi.org/10.37008/978-65-87204-79-6.16.11.20>. Acesso em: 17 abr. 2026.
- CONTESSOTO, Gabriela Simoneti de Moraes; MENEGALDO, Fernanda Raffi; PATRÍCIO, Tamiris Lima; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos e corpos experientes: um diálogo entre a ginástica e outras práticas corporais. **Caderno de Educação Física e Esporte**, v. 19, n. 2, p. 57-63, 2021.
- CORRÊA, Lionela da Silva *et al.* Identidade cultural e ginástica para todos: uma experiência amazônica. *In*: CARBINATTO, M. V.; EHRENBURG, M. C. (org.). **Festival ginástico e isolamento social: retratos de um evento on-line**. Bagai: Curitiba, 2020. p. 117-131.
- FERREIRA DE OLIVEIRA, Michelle; AGUIAR RUFINO, Thaís; NABEIRO MINCIOTTI, Alessandra; TRUZZI, Luciano; TOLEDO, Eliana de. Retratos pandêmicos e Ginástica para Todos na tela: o que revelam as composições coreográficas? **Revista Ciência da Ginástica**, Ljubljana, v. 1, p. 69-78, 2025. Doi: 10.52165/sgj.17.1.69-78. Acesso em: 18 abr. 2026.
- FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for all**. Manual. Lausanne: Federação Internacional de Ginástica, 2025. Disponível em:

https://www.gymnastics.sport/publicdir/rules/files/en_GfA%20Manual,%20edition%202025.pdf. Acesso em: 18 fev. 2026.

LOPES, Priscila; NIQUINI, Cláudia Mara; LEAL, Juliana Helena Gomes. Extensão universitária em tempos de pandemia: experiências com a Ginástica para Todos na perspectiva freiriana. **Interfaces – Revista de Extensão da UFMG**, Belo Horizonte, v. 10, n. 2, p. 106-123, 2023.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para Todos: o que a Praxiologia Motriz diz sobre isso? **Conexões**, Campinas, v. 18, p. e020014, 2020. Doi: 10.20396/conex.v18i0.8659110. Acesso em: 4 mar. 2026.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. O impacto do tamanho do grupo no desenvolvimento do potencial social da Ginástica para Todos: uma análise a partir da Praxiologia Motriz. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 46, p. e20230093, 2024.

MOTA, Kaio César Celli; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Vivienne. “Longe, mas juntos”: experiências vividas em um festival de ginástica para todos em tempos de pandemia. **Movimento**, Porto Alegre, v. 28, p. e28026, 2022. Doi: 10.22456/1982-8918.120258.

OLIVEIRA, Michelle Ferreira de. Sobre a escuta e a escrita de idosas praticantes de Ginástica para Todos na pandemia. **Conexões**, Campinas, v. 20, n. 00, p. e022036, 2023. Doi: 10.20396/conex.v20i00.8670990. Acesso em: 22 fev. 2026.

PATRÍCIO, Tamiris Lima. **Ser no mundo e ser com o outro**: experiências vividas em um festival de ginástica. 2021. Tese (Doutorado em Estudos Socioculturais e Comportamentais da Educação Física e Esporte) – Escola de Educação Física e Esporte, Universidade de São Paulo, São Paulo, 2021. Doi: <https://doi.org/10.11606/T.39.2021.tde-16032022-170822>. Acesso em: 19 fev. 2026.

RANDOLPH, Sophia Velloso; GERVÁSIO, Flávia Martins; RUFINO, Thaís Aguiar; OLIVEIRA, Michele Ferreira de. A contribuição da Ginástica para Todos no desempenho motor e ganhos psicossociais de mulheres idosas participantes do grupo Cignus. **Cuadernos de Educación y Desarrollo**, v. 16, n. 10, p. e5772, 2024. Doi: 10.55905/cuadv16n10-021. Acesso em: 23 fev. 2026.

RUFINO, Thaís Aguiar; OLIVEIRA, Michelle Ferreira de; DIAS, Franciny dos Santos; TOLEDO, Eliana de. Pandemia, festivais virtuais e Ginástica para Todos: olhares para aspectos coreográficos. **Revista Didática Sistemica**, v. 24, n. 1, p. 32-47, 2022.

TOLEDO, Eliana de; OLIVEIRA, Mateus Henrique de; OLIVEIRA, Michelle Ferreira de. A ressignificação da cultura corporal no contexto pandêmico: ginástica para todos na extensão universitária. **Expressa Extensão**, v. 27, n. 2, p. 94-108, 2022.

9 ARTIGO 7 – AS PERCEPÇÕES DE PRATICANTES DE GINÁSTICA PARA TODOS SOBRE O USO DAS TECNOLOGIAS DIGITAIS

Cláudia Xavier Correa
Michele Viviane Carbinatto
Clara Mockdece Neves

RESUMO

A sociedade vem se transformando de forma acelerada propondo uma profunda integração entre os espaços físicos e digitais, desafiando práticas corporais a equilibrarem os avanços tecnológicos com o bem-estar humano. A Sociedade 5.0, denominada superinteligente, busca superar a Era da Informação (Sociedade 4.0), a fim de promover melhor qualidade de vida às pessoas por meio desses avanços tecnológicos (Fukuyama, 2018). No seio dessas transformações, a Ginástica para Todos (GPT), modalidade alicerçada na coletividade, diversão, cultura corporal, saúde e permanência (FIG, 2023), enfrenta o desafio de ressignificar seus rituais diante da mediação digital. Nesse cenário de hibridismo emergente, desponta a promessa de bem-estar tecnológico e a experiência vivida na ginástica. Embora a teoria da Sociedade 5.0 projete uma integração harmônica, o cotidiano da prática gímnica impõe o desafio de preservar o que o digital não consegue absorver plenamente: o “olho no olho” e o “corpo a corpo”. Afinal, na GPT, a coletividade não é um mero instrumento, mas a própria potência e sentido da prática (Menegaldo; Bortoleto, 2020). Sob esse prisma, o objetivo deste artigo é compreender as percepções de praticantes de GPT sobre o uso e o futuro das tecnologias digitais na modalidade, investigando as tensões entre a inovação técnica e a preservação da essência humanizadora da prática. A pesquisa, de cunho metodológico misto, foi realizada através de um formulário eletrônico com a participação de 97 praticantes de GPT de 18 a 86 anos de todo o território brasileiro. O formulário investigou o perfil demográfico e de representatividade regional, níveis de autonomia tecnológica e o binômio benefícios-desafios da mediação digital na prática. Adicionalmente, o estudo inquiriu sobre a manutenção da essência coletiva no ambiente virtual e as projeções para um futuro híbrido da modalidade. Os achados foram submetidos a uma análise descritiva das questões fechadas, e à Análise do Conteúdo de Bardin (2016) das duas questões abertas, a fim de entender o fenômeno investigado. A investigação junto aos praticantes revelou uma modalidade de natureza intergeracional e com forte presença no ambiente universitário brasileiro. Embora o perfil tecnológico dos participantes seja majoritariamente autônomo, a integração digital na GPT é perpassada por uma ambivalência estrutural: se, por um lado, as ferramentas são celebradas como pilares de salvaguarda da memória coreográfica, democratização e conexão global, por outro, a mediação por telas é percebida como um fator de fragilização da essência coletiva. Para a maioria dos respondentes, a ausência da interação física e do “calor humano” representa o principal limite da virtualização. Os resultados encontrados apontam para uma possibilidade híbrida, na qual a tecnologia sirva à democratização e ao intercâmbio global, e que as vivências presenciais permaneçam como núcleo central da prática.

Palavras-chave: ginástica para todos; tecnologias digitais; sociedade 5.0.

INTRODUÇÃO

Em um mundo crescentemente digitalizado, esta investigação evoca mais do que uma simples consulta de opiniões. Remete à forma como os praticantes de Ginástica para Todos (GPT) significam sua própria corporalidade e sentimento de comunidade. Ao investigar a percepção desse grupo de atores sobre as tecnologias digitais, este artigo faz um mergulho entre a tradição de uma prática essencialmente coletiva e a possibilidade de um futuro mediado por telas.

Essa reflexão torna-se urgente diante da emergência da Sociedade 5.0. Conceituada como uma organização social “superinteligente” e centrada no ser humano, ela promete a integração profunda entre o espaço físico e o ciberespaço para promover a qualidade de vida por meio da inovação tecnológica (Fukuyama, 2018). Todavia, no âmbito dessa proposição, a GPT, fundamentada nos pilares *fun, fitness, fundamentals, friendship e forever* (FIG, 2025), enfrenta o desafio de ressignificar rituais que valorizam a presença física, justamente por ser uma ginástica desenvolvida e praticada coletivamente, flexível aos interesses dos grupos (Bento-Soares; Schiavon, 2020) e fundamentada em vínculos afetivos e sociais. Conforme apontam Menegaldo e Bortoleto (2020), nessa modalidade, a coletividade é vivenciada como uma potência, na qual o contato físico não é um mero acessório, mas o próprio sentido da prática.

Surge, então, a problemática central deste estudo: conciliar a vibrante presença física com ferramentas que são percebidas como limitadoras da conexão sensível do contato presencial. Essa discussão ganhou relevância a partir do registro do primeiro festival *on-line* da modalidade no Brasil, que buscou compreender como a corporalidade virtual e o “ser-junto” poderiam resistir à distância física (Carbinatto; Ehrenberg, 2020). Mais recentemente, a literatura explorou estratégias pedagógicas típicas e necessárias durante a pandemia de COVID-19 (Corrêa; Silva; Carbinatto, 2023), contudo, ainda há uma lacuna sobre como os praticantes percebem a permanência do digital para além do caráter emergencial registrado naquele momento histórico. A contribuição deste estudo reside em decifrar essas subjetividades, compreendendo se a tecnologia atuará como um suporte pedagógico e criativo ou como um elemento puramente técnico.

A obra de Carbinatto e Ehrenberg (2020), documentou o primeiro festival *on-line* da modalidade no Brasil como uma estratégia de resistência e superação diante do isolamento social obrigatório. Todavia, existe uma distinção necessária entre o registro daquele momento e a presente investigação: enquanto a literatura anterior focou na adaptação emergencial para

preservar o “ser-junto” em meio às incertezas da crise sanitária, este estudo avança para o cenário de cinco anos após o marco pandêmico, buscando preencher a lacuna sobre a percepção de permanência do digital. Ao contrário do caráter reativo inicial, a contribuição deste artigo reside em decifrar as subjetividades de uma amostra nacional e intergeracional sobre como essas ferramentas foram assimiladas, compreendendo se a tecnologia se consolidou como um suporte pedagógico e criativo ou se permanece como um elemento puramente técnico que fragiliza a conexão sensível do corpo a corpo.

Assim, a justificativa deste estudo ancora-se na urgência de investigar como a inovação tecnológica ganha terreno na GPT. A pesquisa apresenta uma população de ampla faixa etária, e a presença de todas as regiões brasileiras, o que permite preencher uma lacuna na literatura que, até então, priorizou estratégias de caráter puramente emergencial voltadas ao ensino remoto ou eventos *on-line*. Assim, a contribuição deste trabalho é decifrar como as ferramentas digitais podem ser consolidadas, garantindo que a interdependência física e a sensibilidade do encontro permaneçam como o núcleo inegociável da modalidade.

Portanto, este artigo tem como objetivo compreender as percepções de praticantes de GPT sobre o uso das tecnologias digitais na modalidade, investigando as tensões entre a inovação técnica e a preservação da essência humanizadora da prática.

METODOLOGIA

A presente pesquisa, de caráter descritivo, caracteriza-se por uma abordagem mista, combinando elementos quantitativos e qualitativos para investigar a percepção de praticantes de GPT sobre as tecnologias digitais. Segundo Lakatos e Marconi (2003), a pesquisa descritiva tem por finalidade delinear, analisar características, fatos, fenômenos a partir de diferentes técnicas como entrevistas, questionários, formulários.

Neste estudo, o instrumento utilizado foi um formulário eletrônico contendo 10 questões, o qual foi elaborado e validado no seio do grupo de estudos LABESC (Laboratório de Estudos do Corpo – FAEFID/UFJF), onde pesquisadores revisaram a adequação das perguntas aos objetivos do estudo. Na sequência, foi realizado um pré-teste com integrantes do próprio grupo para verificar a clareza e a funcionalidade do formulário digital. As perguntas 1, 2, 3 e 4 tiveram por objetivo uma descrição amostral: idade, sexo, região do Brasil onde se encontra, e a qual Grupo de GPT pertence. As questões 5, 6, 7 e 8 estabeleceram relação direta com a temática tecnologia digital: O formato *on-line* e familiaridade com a tecnologia; Benefícios das tecnologias digitais; Desafios e limitações; e A relação da tecnologia digital com

a GPT. As perguntas 9 e 10 foram de cunho discursivo. Investigaram sugestões para o futuro e comentários a respeito do uso da tecnologia na GPT que não tenham sido contemplados nas perguntas anteriores.

Após a organização do instrumento, seguiu-se para a seleção da amostra de praticantes de GPT e a coleta de dados. Para a seleção dos participantes, realizou-se inicialmente uma consulta documental à obra *Gymnaestradas Mundiais: a experiência de grupos brasileiros*, organizada por Carbinatto, Barbosa-Rinaldi, Noel e Stadnik (2025) e publicada pela Confederação Brasileira de Ginástica (CBG), visando a identificar grupos brasileiros com histórico consolidado na modalidade. A partir desse levantamento, estabeleceu-se contato via redes sociais com os coordenadores de grupo. Para ampliar o alcance, cada coordenador que aceitava participar da pesquisa indicava novos contatos, totalizando 16 coordenadores, e garantindo representatividade em todas as cinco regiões brasileiras. Estes, por sua vez, atuaram como mediadores, compartilhando o *link* do formulário eletrônico da pesquisa com seus respectivos grupos de praticantes. Dessa forma, dos 16 grupos de GPT liderados por esses coordenadores, 14 participaram da pesquisa.

O público-alvo foi delimitado a indivíduos maiores de 18 anos e com tempo de prática superior a seis meses. O processo resultou em uma amostra final de 97 respondentes com idade mínima de 18 anos e máxima de 86 anos (média 39.85 anos). Para a pergunta 8, discursiva, 69 praticantes participaram com suas contribuições. Para os comentários adicionais, obtivemos 30 contribuições. Todos os participantes aceitaram participar de forma voluntária.

A última fase consistiu nos procedimentos de análise. Os dados quantitativos foram analisados por meio da estatística descritiva, utilizando o *software* Jamovi versão 2.7.24. Para as variáveis numéricas, foi calculada a média, que consiste na soma de todos os valores dividida pelo total de casos, permitindo identificar um valor central da amostra. Para as variáveis categóricas, foram calculados os valores de frequência, ou seja, a contagem simples e a porcentagem de cada opção assinalada pelos praticantes. Já os dados qualitativos, provenientes das questões abertas sobre o futuro, sugestões para a GPT e comentários adicionais, foram submetidos à Análise de Conteúdo (Bardin, 2016), a partir de uma leitura flutuante com objetivo de pré analisar o documento, seguido de uma exploração material mais densa, a fim de categorizar e tematizar as respostas, interpretando os achados.

A análise e interpretação dos achados são o núcleo central de uma pesquisa, e a importância deles não se reduz em si mesmos, mas em proporcionarem respostas às investigações. Analisar é evidenciar relações existentes entre o fenômeno estudado, e

interpretar amplia os conhecimentos sobre o fenômeno, procurando dar significado mais amplo às respostas, vinculando-os à teoria (Lakatos; Marconi, 2003).

A pesquisa foi devidamente aprovada pelo Comitê de Ética, sob o número do parecer CAAE: 67311223.6.0000.5147.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados encontrados apresentam-se em partes: uma tabela para as questões fechadas com a caracterização sociodemográfica dos 97 participantes da pesquisa, bem como suas percepções e experiências relativas ao uso das tecnologias digitais na GPT. Os dados contemplam informações sobre a idade, o sexo e a distribuição regional da amostra, além de detalharem o impacto do formato *on-line* na essência coletiva da modalidade e os níveis de familiaridade tecnológica dos envolvidos. Adicionalmente, são expostos os principais benefícios, como o acesso remoto e a memória virtual, e os desafios identificados, com destaque para a falta de interação física e a dependência de equipamentos. Todo o tratamento dos dados foi processado por meio do *software* de estatística descritiva Jamovi, versão 2.7.24. Na sequência apresentam-se os grupos de GPT que participaram do estudo. Por fim, duas questões finais do formulário de caráter aberto. Os participantes responderam às questões propostas e a análise dos dados seguiu a teoria da Análise de Conteúdo de Bardin (2016). A síntese das respostas às questões fechadas encontra-se na Tabela 2, abaixo.

Tabela 2 – Caracterização da Amostra, Percepções e Impacto das Tecnologias Digitais na GPT (N = 97)

Variável / Categoria	N	%
Estatística Descritiva		
Idade (média: 39.85 anos)		
Frequência de Sexo		
Feminino	81	83,5%
Masculino	16	16,5%
Frequência de Regiões		
Sudeste	50	51,5%
Sul	10	10,3%
Centro-oeste	17	17,5%
Nordeste	13	13,4%
Norte	7	7,2%
No formato <i>on-line</i>, você sente que a essência coletiva da GPT é prejudicada?		
Sim	34	35,1%

Não	14 14,4%
Parcialmente	49 50,5%
Familiaridade com a Tecnologia	
Facilidade	65 67,0%
Dificuldade	3 3,1%
Aprendo fácil	22 22,7%
Auxílio	7 7,2%
Benefícios das Tecnologias Digitais	
Acesso remoto	53 54,6%
Memória virtual	44 45,4%
<i>Feedback</i> corporal	30 31,3%
Festivais virtuais	22 22,7%
Conexão	19 19,6%
Comunicação	1 1,0%
Apps para coreografia	1 1,0%
Arquivos	1 1,0%
Músicas	1 1,0%
Ideias para coreografias	1 1,0%
Gravar e assistir	1 1,0%
Desafios e Limitações	
Falta Interação	49 50,5%
Perfeição	35 36,1%
Dependência equipamentos	27 27,8%
Dificuldades	10 10,3%
Nenhum	5 5,2%
Atualizações app	1 1,0%
Edição	1 1,0%

Fonte: Elaborada pela autora (2026), a partir do *software* Jamovi 2.7.24.

Os dados demográficos, conforme a Tabela 2, revelaram uma amostra diversificada. Dos 97 respondentes, as idades variaram de 18 a 86 anos (média 39.85 anos), com uma presença significativa de jovens na faixa dos 20 a 39 anos, além de adultos acima dos 50 e 60 anos, até idosos (com registros de 72, 82 e 86 anos), o que caracteriza a GPT como uma prática para todas as idades, evidenciando sua característica intergeracional. A partir da descrição demográfica, observa-se que a maioria da amostra do presente estudo é composta por mulheres, o que representa 83.5% do total.

Com base nas respostas ao formulário, seguem abaixo (Tabela 3) os grupos de Ginástica para Todos (GPT) mencionados e sua representatividade por estados brasileiros e institucional.

Tabela 3 – Grupos, regiões e Instituições

Nome do Grupo	Estado	Instituição de Origem	Tipo de Instituição
Agitar	Minas Gerais	PUC-MINAS	Acadêmica (Universidade)
Ânima	São Paulo	UNICAMP	Acadêmica (Universidade)
Cia. Rosana Marques	São Paulo	Academia de Ginástica	Privada (Academia)
Cignus	Goiás	UEG	Acadêmica (Universidade)
Geginba	Bahia	UFBA	Acadêmica (Universidade)
GGD	Minas Gerais	UFVJM	Acadêmica (Universidade)
GPT-on	Santa Catarina	UFSC	Acadêmica (Universidade)
GGUnesp	São Paulo	UNESP Rio Claro	Acadêmica (Universidade)
Grupo Atenas	São Paulo	Academia de Ginástica	Privada (Academia)
GymCorpo	Paraná	UFPR	Acadêmica (Universidade)
Gymnarteiros	Ceará	UFC	Acadêmica (Universidade)
Gymnusp	São Paulo	USP	Acadêmica (Universidade)
Inec Silvana Gym	Rio de Janeiro	Academia de Ginástica	Privada (Academia)
Prodagin	Amazonas	UFAM	Acadêmica (Universidade)

Fonte: Elaborado pela autora (2026).

O levantamento realizado sobre a participação em grupos de GPT no Brasil revela um cenário de grande diversidade e uma distribuição geográfica que abrange todas as regiões do país. A análise das respostas demonstra que a modalidade possui raízes profundas tanto em ambientes acadêmicos quanto em academias privadas. O estado de São Paulo se destaca com o maior número de grupos participantes. Um dado observado é a forte ligação entre a GPT e o ambiente universitário. A grande maioria dos grupos listados está vinculada a Universidades Federais, Estaduais ou Institutos Federais, reforçando o papel do espaço acadêmico não apenas no ensino da ginástica, mas como um polo de extensão e prática comunitária que mantém a modalidade ativa em seus estados.

O estudo de Menegaldo e Bortoleto (2024) teve como objetivo identificar o perfil de grupos brasileiros de Ginástica para Todos (GPT) e corrobora os dados apontados acima. No estudo dos autores, foi utilizado um questionário *on-line* (Google Forms) respondido por 378 adultos integrantes de 22 grupos. Os dados evidenciaram o protagonismo da região Sudeste, e a forte atuação das universidades públicas no desenvolvimento da GPT no contexto brasileiro. Há um predomínio de integrantes do sexo feminino na composição dos grupos; em relação à idade dos praticantes, há diferentes faixas etárias, inclusive dentro de um mesmo grupo, com uma expressiva dominância de jovens adultos. Por fim, os dados consagram a GPT como uma prática de longa permanência, uma vez que mais de um terço dos membros relataram fazer parte de seus respectivos grupos por mais de quatro anos.

No formato *on-line*, você sente que a essência coletiva da GPT é prejudicada?

No formato *on-line*, os dados encontrados sinalizaram um prejuízo parcial para 50,5% dos respondentes. Outros 35,1% revelaram que sentem prejuízo total e 14,4% responderam que não sentem prejuízo. Se o formato for totalmente *on-line*, 1% sente prejuízo.

A análise revela que a essência coletiva, pilar fundamental da GPT, enfrenta desafios significativos de adaptação ao ambiente virtual. A maioria (85,6%) dos participantes sinaliza que o formato *on-line* impacta, mas não anula completamente a essência do grupo. Isso sugere que a tecnologia não substitui integralmente a experiência física, reforçando a necessidade do contato humano. A prática da GPT envolve trocas afetivas e sincronia que dependem da presença física. Os que não veem prejuízo no formato *on-line* e não percebem danos indicam que a modalidade pode residir em formatos híbridos.

O artigo de Menegaldo e Bortoleto (2020) valida teoricamente que a coletividade na GPT depende de interação contínua. Essa característica é provavelmente o principal aspecto que promove um sentimento de pertencimento e coletividade. As experiências compartilhadas e o tempo de convivência podem estabelecer vínculos afetivos. A mediação por telas não consegue reproduzir integralmente essas experiências vividas presencialmente.

Familiaridade com a Tecnologia

Com relação à familiaridade com a tecnologia, os dados indicam que a grande maioria dos participantes possui uma relação positiva com a tecnologia, demonstrando autonomia. Somando os que possuem facilidade de uso (67%) com os que aprendem com facilidade

(22,7%), percebe-se um grupo capacitado para interagir com plataformas digitais, ou redes sociais, totalizando (89,7%) de perfil autônomo. O perfil autônomo e de rápida adaptação identificado corrobora os achados de Corrêa, Silva e Carbinatto (2023), que demonstram como o uso de vídeos e ferramentas digitais atuam como suporte pedagógico e criativo, incentivando o protagonismo dos praticantes na composição coreográfica.

Embora a maioria seja autônoma, uma pequena parcela dos participantes demanda suporte: 10,3% de perfil dependente, dos quais, 3,1% apresentam dificuldade; e 7,2% precisam de auxílio. Embora o percentual seja pequeno, não deve ser negligenciado.

Assim sendo, o perfil tecnológico dos participantes da GPT no Brasil, investigados neste estudo, é majoritariamente de facilidade e rápida adaptação. Carbinatto e Ehrenberg (2020) mencionam que a transposição da GPT para o ambiente virtual revelou a capacidade dos praticantes de ressignificar sua presença e superar limitações técnicas por meio de um processo de aprendizagem intuitivo e coletivo. Isso fortalece a modalidade, permitindo que grupos de diferentes regiões e instituições (públicas, privadas e academias) mantenham-se conectados, compartilhem conhecimentos e utilizem a tecnologia como uma ferramenta de expansão da GPT. Segundo Mota, Patrício e Carbinatto (2022), a internet permite a criação de novos tipos de comunidades, supera barreiras geográficas e possibilita o encontro entre pessoas de diferentes realidades, mantendo o sentimento de pertencimento mesmo à distância.

Benefícios das tecnologias digitais

Os dados mostram que 54,6% dos participantes afirmaram que aulas e conteúdos remotos ajudam na prática da GPT. Os benefícios tecnológicos na preservação de memórias, por exemplo, os vídeos dos festivais, foram percebidos por 45,4% da amostra. A tecnologia pode ajudar no *feedback* corporal para 31,3% dos colaboradores. Perceberam como benefício conectar e interagir com praticantes de outros lugares um total de 19,6%. Valorizam a oportunidade de poderem participar de festivais remotamente 22,7% dos respondentes. Citaram outros benefícios como: comunicação, formação de coreografia, compartilhamento de arquivos e músicas, ideias para treinar e para elaborar coreografias e gravação das coreografias para treinar em casa um total de 6%.

Os dados revelam que a tecnologia na GPT vai muito além do simples uso de dispositivos; ela atua como um pilar de memória transcendendo o uso meramente instrumental, servindo para registrar e preservar vídeos coreográficos, apresentações em festivais, viagens,

congressos, a história do grupo. Essa valorização da memória virtual é percebida por 45,4% dos praticantes participantes desta pesquisa.

Complementarmente, a utilização de vídeos para *feedback* corporal (31,3%) e como ferramenta criativa valida a percepção da tecnologia como um suporte pedagógico estratégico que incentiva o protagonismo do praticante, conforme defendido por Corrêa, Silva e Carbinatto (2023). Esse cenário, aliado à democratização do acesso em festivais remotos (22,7%), consolida o digital como um elemento que potencializa a conexão e a preservação da história dos grupos.

Considerando que os grupos estão espalhados por todo o território nacional, a tecnologia viabilizou a existência e a conexão de uma comunidade unificada e democratizou o acesso, permitindo que grupos com menos recursos para viagens participassem de eventos nacionais sem sair de suas cidades.

A tecnologia atuou como um suporte pedagógico e técnico, facilitando a continuidade dos treinos em casa. O uso de vídeos para autoanálise e correção de movimentos ajudou no refinamento das coreografias. Também atuou como ferramenta de gestão e criatividade no funcionamento do dia a dia do grupo, nos compartilhamentos de arquivos, músicas, ideias, coreografias.

O estudo de Corrêa, Silva e Carbinatto (2023) demonstra estratégias pedagógicas desenvolvidas no ensino remoto da GPT. Os autores analisaram uma disciplina universitária durante a pandemia, destacando a gravação de movimentos e editoração de vídeos como facilitadores da explicação e motivação dos alunos. As autoras evidenciaram a importância dos eventos ginásticos remotos organizados por diferentes instituições e ressaltaram o protagonismo discente na composição de coreografias, e o uso da tecnologia para criação, compartilhamento de ideias e elaboração coreográfica, evidenciando que, para além de um recurso técnico, as ferramentas digitais atuaram como suporte pedagógico e criativo na GPT.

Em suma, os resultados permitem inferir que a inovação tecnológica ingressou na GPT no Brasil com a inclusão do uso de vídeos, redes sociais, entre outros recursos. Essa mediação pode funcionar como um suporte criativo que potencializa a coletividade e o protagonismo, sem substituir a essência do encontro humano. Assim, a tecnologia não é mais um mero recurso emergencial herdado da pandemia, mas consolida-se como um agente de expansão e visibilidade global da modalidade.

Desafios e limitações

Os dados revelaram desafios e limitações distribuídas entre barreiras humanas e sociais e limitações técnicas e operacionais. Dos participantes do estudo, 50,5% responderam sentir falta de interação física, toque, calor humano. Outros 36,1% sentiram pressão por perfeição, por exemplo, na edição de vídeos, e 27,8% relataram a dependência da tecnologia e a internet de qualidade. Sobre as dificuldades em utilizar as plataformas digitais, 10,3% dos participantes se manifestaram positivamente, enquanto 5,2% não encontraram dificuldade em utilizar, e 2% relataram a dificuldade nas constantes atualizações dos aplicativos e plataformas, além de não saberem editar vídeos.

Existem barreiras humanas e técnicas que impactam a prática nos grupos. O maior desafio identificado foi a falta de interação física e calor humano. Por ser uma modalidade fundamentalmente coletiva e expressiva, a mediação por telas foi percebida como uma perda da conexão sensível que o toque e a presença física proporcionam.

A prática remota da Ginástica para Todos, intensificada durante a pandemia, evidenciou tanto potencialidades quanto limites da mediação tecnológica. Lopes e Tsukamoto (2022), ao relatarem experiências de projetos de extensão universitária, destacam a reorganização dos modos de ensinar e aprender uma prática corporal essencialmente coletiva, ponderando sobre as potencialidades e os limites do formato remoto. Ainda assim, as autoras consideraram que as experiências vividas somaram um grande conjunto de aprendizados para todos os envolvidos – coordenadoras, monitores, praticantes – alguns deles talvez aplicáveis em tempos presenciais. Além disso, o período de restrição também nos permitiu valorizar ainda mais toda a potencialidade que as atividades em contextos reais podem proporcionar.

Para alguns, a tecnologia introduz novas formas de estresse, percebidas no nível de exigência na edição de vídeos, podendo gerar uma ansiedade que destoa do caráter não competitivo e inclusivo da GPT. A dependência de uma internet de alta qualidade também pode ser um fator excludente, limitando a participação plena em atividades remotas. E, apesar de a maioria possuir facilidade tecnológica, a parcela que apresenta dificuldades com plataformas ou atualizações constantes precisa de suporte. Essa barreira pode ser mitigada pela colaboração dos participantes mais experientes.

A última etapa se refere às duas questões abertas que foram propostas no formulário. Esses dados qualitativos, foram submetidos à Análise de Conteúdo (Bardin, 2016), a partir de uma leitura flutuante com objetivo de pré analisar o documento, seguido de uma exploração mais densa do material, a fim de tematizar as respostas, interpretando-as.

Futuro e Sugestões: Como você imagina o futuro da GPT com as tecnologias digitais?

Essa primeira questão aberta foi respondida por um total de 69 participantes e, dela, emergiram três categorias de análise: 1- Expansão, democratização, conectividade e intercâmbio; 2- Suporte pedagógico, técnico e inovação criativa; 3- Preservação da essência humana.

Expansão, democratização, conectividade e intercâmbio

A primeira categoria revela que os participantes projetam o futuro da GPT como um campo em plena expansão, impulsionada pela visibilidade digital. Nas falas dos praticantes, a tecnologia é descrita como um motor de crescimento capaz de “*facilitar a divulgação massiva da GPT*”; e “*projetar a modalidade para além das fronteiras locais, alcançando o mundo todo*”. Essa percepção de alcance global está ligada à “*democratizar o acesso de pessoas às atividades em geral*”, uma vez que o ambiente virtual atenua barreiras, permitindo a participação de pessoas que antes eram excluídas por “*questões econômicas e de logística*”.

As frases enfatizam a capacidade da tecnologia de conectar grupos geograficamente distantes. Essa conectividade mencionada pelos participantes não é meramente técnica, mas sim um fator de integração humana. Ao afirmarem que o digital possibilita a “*integração entre pessoas de diversos cantos do Brasil*” e traz “*agilidade na comunicação e interação entre equipes*”, os respondentes indicam que a tecnologia atua como uma “*porta do Brasil para fora*”, fomentando o intercâmbio internacional.

Esses achados dialogam diretamente com o estudo de Mota, Patrício e Carbinatto (2022), mostrando que a tecnologia possibilita conexão e participação mesmo à distância. Os autores afirmam que os eventos remotos não surgiram para substituir os presenciais, mas, em tempos tão atípicos como os da pandemia, foram necessárias ações que fortalecessem os grupos e equipes. Conforme os autores, a internet permite a criação de “*novos tipos de comunidades*”, superando barreiras geográficas e preservando o “*sentimento de pertencimento social*”, mesmo à distância. Ao articular as falas dos praticantes com a literatura, percebe-se que o desejo por “*mais festivais virtuais*” não é um recuo do corpo, mas uma estratégia para “*continuar se movimentando*” e mantendo a chama da coletividade acesa.

A partir da análise dessa categoria, infere-se que a tecnologia deixou de ser um recurso emergencial para se tornar um agente estrutural de democratização na GPT. O futuro da modalidade poderá estar pautado na consolidação de uma comunidade gímnica em rede, onde

o digital não apenas amplia a visibilidade, mas atua como uma estrada virtual que poderá equalizar oportunidades de participação e conexão ao cenário global.

Suporte pedagógico, técnico e inovação criativa

A segunda categoria agrupa as percepções que posicionam a tecnologia como um recurso estratégico para o ensino, a aprendizagem e a inovação estética na GPT. Para os praticantes, o ambiente digital torna a modalidade “*mais inclusiva em termos de acesso e estudos*”, funcionando como um catalisador que “*auxilia no aprendizado rápido*” por meio do detalhamento “*passo a passo de um movimento*”. Essa função pedagógica, voltada para as “*correções de movimento*” e suporte aos treinos, valida a percepção de que as ferramentas digitais podem ser facilitadoras da autonomia do ginasta, conforme observado por Corrêa, Silva e Carbinatto (2023).

Os praticantes trazem as ferramentas digitais como possibilidade de agregar e qualificar a prática, a técnica, assim como a criatividade. As “*possibilidades criativas para as coreografias*” e “*uso maior de telas no fundo dos palcos interagindo com a coreografia*” são exemplos possíveis do uso dessas tecnologias como recurso de inovação, ampliando as possibilidades estéticas da modalidade. Para além do suporte técnico-pedagógico, a tecnologia é celebrada como um instrumento vital de salvaguarda, permitindo “*registrar coreografias e memórias das aulas presenciais*” para manter a história dos grupos viva através do compartilhamento. Scarabelim e Toledo (2016) propõem um sistema de fichas analíticas para composições coreográficas na GPT. As autoras destacam que tais registros não se limitam a um fim em si mesmos, mas possibilitam a organização de informações detalhadas sobre cada coreografia criada. O registro sistemático permite que os grupos construam um acervo coreográfico histórico, preservando a memória das apresentações, dos festivais e da trajetória do grupo. A tecnologia pode servir como ferramenta para essas ações, conforme destacam os colaboradores deste estudo.

A partir da análise dessa categoria, percebe-se que a tecnologia na GPT amadureceu de um recurso de contingência para um recurso pedagógico consolidado, e que o suporte digital atua hoje como uma memória viva e um laboratório criativo, permitindo que o conhecimento técnico seja democratizado e a história da modalidade seja eternizada. A inovação técnica não substitui o esforço humano, mas o potencializa e expande para novas linguagens estéticas.

Preservação da essência humana

Essa categoria reflete a tensão entre o avanço tecnológico e a natureza coletiva/afetiva da GPT. Para os participantes, existe um núcleo da modalidade que a tecnologia não consegue replicar, pois “*O contato físico (sentir o outro... sua pulsação) jamais deveria ser substituído por uma prática à distância*”. Essa percepção evidencia que a ausência do “*olho a olho*” é sentida como uma perda da conexão “*que a GPT proporciona*”, reforçando a convicção de que o “*calor humano do encontro ao vivo não se supera*”. Mais do que uma resistência técnica, os relatos expressam o “*receio que... acabem com o lado humanizado, presencial e até mesmo afetivo*”. Existe o receio de que o avanço tecnológico possa tornar a prática “*tecnicista*”, interferindo no lado afetivo e humanizado da convivência rotineira.

Essa visão dos praticantes aprofunda a discussão proposta por Menegaldo e Bortoleto (2020), revelando que a maioria das produções sobre GPT aborda a coletividade de forma instrumental, como meio para promover interação social e cooperação, sem aprofundar sua especificidade. Os achados deste estudo apontam que os praticantes vivenciam a coletividade como potência. O contato físico não é um meio para um fim, mas o próprio sentido da prática. Essa experiência produz vínculos afetivos duradouros e pertencimento. A experiência por intermédio de uma tela pode não ser suficiente para criação desses vínculos; a projeção dos participantes inclina-se para um “*formato híbrido, mas coletivo*”. Nesse cenário, as ferramentas digitais seriam utilizadas para transmissões e manutenção de laços à distância, garantindo que a tecnologia permaneça estritamente a serviço do encontro humano, e não o contrário.

Os participantes sugerem que o novo formato poderá envolver momentos coletivos presenciais fortalecidos por interações virtuais pontuais, transmissões ao vivo de festivais e o uso da internet para manter os laços quando o encontro físico for impossível. Em suma, o futuro da GPT com as tecnologias digitais é imaginado como uma ferramenta de inclusão e registro.

A análise dos achados revelam que GPT poderá atuar como um “*limite intransponível*” para a virtualização plena. Enquanto as categorias anteriores demonstraram a eficiência da tecnologia para a expansão e o registro, essa terceira dimensão reafirma que o digital deve ser o suporte, mas o encontro presencial é o núcleo inegociável da modalidade. Na Sociedade 5.0, o futuro da GPT não reside na substituição do toque pela tela, mas em um hibridismo vigilante, no qual a inovação técnica serve para potencializar a visibilidade da prática sem jamais silenciar a vibrante e insubstituível pulsação do “*corpo a corpo*”.

Comentário ou sugestão a respeito do uso da tecnologia na GPT que não tenha sido contemplado nas questões acima

Essa segunda questão aberta foi respondida por 30 participantes da pesquisa. Os comentários e sugestões fornecidos, centraram-se em quatro eixos: 1- Visibilidade e divulgação; 2- Ensino e criatividade; 3- Infraestrutura e limitações; 4- Prática, eventos e conexão.

Os comentários finais dos participantes transcendem a análise instrumental e revelam uma visão crítica sobre os avanços da GPT no ambiente digital, estruturando-se em eixos que evidenciam o desejo por uma profissionalização da presença virtual.

No eixo 1, Visibilidade e divulgação, a crítica à *“divulgação fraca”* e a demanda por contas oficiais sugerem que os praticantes já percebem a tecnologia como um *“agregador”* essencial para a visibilidade global da modalidade, *“facilitando a divulgação massiva da GPT”*. Essa necessidade de uma presença institucionalizada dialoga com a promessa da Sociedade 5.0, que busca utilizar a inovação para promover a integração social. A tecnologia, nesse caso, não é vista apenas como um canal, mas como uma ferramenta de legitimação e expansão da GPT brasileira no cenário internacional, *“tem que ter e alcançar o mundo todo de forma a ser vista e entendida”*.

A viabilidade dessa rede de conexões é sustentada pelos achados de Mota, Patrício e Carbinatto (2022), que demonstram como a mediação tecnológica permite que a participação e o engajamento gímnico ocorram, mesmo sob o regime de distanciamento. *“Desde a pandemia, se mostraram grandes aliadas. Creio que continuarão sendo”*. O estudo enfatiza que a prioridade desses encontros virtuais reside na manutenção do movimento e na continuidade da modalidade, permitindo que a GPT rompa barreiras geográficas e institua novas comunidades unificadas pelo desejo de *“ser-junto”*.

Quanto ao eixo 2, Ensino e criatividade, o surgimento da Inteligência Artificial (IA) como ponto de debate representa um marco inédito na literatura da área. Embora os praticantes reconheçam que a IA pode auxiliar no *“passo a passo de movimentos complexos”*, há uma vigilância ética sobre o risco de que a automação iniba a criação humana e a união do coletivo, por isso *“acredito que as tecnologias digitais serão componentes de possíveis composições coreográficas. Mas não o principal meio para fazê-las”*. Essa preocupação corrobora os princípios da FIG (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*), indicando que, na GPT, o protagonismo e a autoria coletiva são inegociáveis e não podem ser substituídos. Segundo os praticantes, o *“uso inteligente das tecnologias digitais deve melhorar as práticas”*, e *“vindo*

para somar e não para substituir, é sempre bem vinda”. O estudo de Corrêa, Silva e Carbinatto (2023) ressaltaram o protagonismo discente na composição de coreografias, e o uso da tecnologia para criação, compartilhamento de ideias e elaboração coreográfica, evidenciando que, mais que um recurso técnico, as ferramentas digitais atuaram como suporte pedagógico e criativo na GPT.

O eixo 3, Infraestrutura e limitações, por sua vez, desnuda o que ainda compromete a premissa de que a GPT é para todos quando relatam que *“a internet nem sempre está boa”* e que *“não temos nenhum equipamento disponível”*, mostrando barreiras físicas e financeiras, o que pode aprofundar a exclusão de grupos periféricos. Segundo Carbinatto e Ehrenberg (2020), um fator agravante no período pandêmico foi o enquadramento social e financeiro dos jovens, características como a baixa renda familiar e, inclusive, famílias inteiras sem renda fixa, impossibilitavam a aquisição de equipamentos eletrônicos de comunicação e acessibilidade à rede de internet.

Por fim, no eixo 4, Prática, eventos e conexão, a preferência por transmissões ao vivo em detrimento de aulas gravadas revela a busca pelo *“engajamento momentâneo”* que se perdem nas aulas gravadas. Os praticantes buscam replicar no virtual o *“calor humano”* e a *“pulsção do outro”* que são o núcleo da GPT. O formato híbrido é defendido como o caminho, *“ideal para dar continuidade aos avanços”* sem silenciar o encontro presencial. Nesse sentido, Menegaldo e Bortoleto (2020) revelam que os praticantes vivenciam a coletividade como potência. O contato físico não é um meio para um fim, mas o próprio sentido da prática. O encontro presencial, produz vínculos afetivos duradouros e pertencimento. A GPT, por intermédio de uma tela, pode não ser suficiente para criação desses vínculos.

A partir da análise desses comentários e sugestões, percebe-se que os praticantes de GPT deste estudo possuem um perfil conectado e consciente, desejando as facilidades da tecnologia, mas compreendendo até onde ela é bem-vinda, e não aceitando a desumanização da prática. As falas relatam que um dos maiores desafios para o futuro da modalidade não é a resistência à tecnologia, mas a desigualdade de acesso. Para que a tecnologia seja de fato um agente de democratização, é urgente que o avanço digital venha acompanhado de políticas de infraestrutura. As ferramentas tecnológicas são bem-vindas, desde que permaneçam como suportes pedagógicos e estímulo à criatividade, nunca como substitutas do encontro corporal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A investigação aos 97 praticantes de GPT revelou uma amostra de natureza intergeracional e inclusiva, com idades variando entre 18 e 86 anos. O perfil demográfico evidenciou uma predominância feminina e uma distribuição geográfica que alcançou as cinco regiões do país, com destaque para a forte vinculação da modalidade ao ambiente universitário, que atua como polo de extensão, pesquisa e grupos de prática. O estudo revelou que a tecnologia é vista pelos praticantes de GPT como uma ferramenta de via dupla. Se por um lado ela promove a democratização, a visibilidade global da modalidade, permitindo a conexão entre grupos distantes, preservação da memória coreográfica, uso criativo e recurso pedagógico, por outro, desperta o receio da perda da essência humanizadora.

Os dados quantitativos permitiram diagnosticar a integração tecnológica na modalidade, revelando que a grande maioria se declara autônomo no uso e aprendizado, viabilizando o uso da ferramenta como suporte pedagógico e criativo, bem como na preservação da memória visual e história dos grupos. Por outro lado, a interação física e o calor humano são o núcleo inegociável da prática que a mediação por telas não consegue reproduzir integralmente.

A análise qualitativa das percepções sobre o futuro, comentários e sugestões adicionais consolidou-se em categorias e eixos estratégicos. Nas três categorias relacionadas ao futuro, os praticantes vislumbram a tecnologia como um motor de expansão e democratização e um suporte pedagógico/criativo, desde que subordinada à preservação da essência humana. Nos quatro eixos de ação acerca dos comentários e sugestões, emergiu a necessidade de maior visibilidade e divulgação institucional. Surgiu também uma vigilância ética sobre a Inteligência Artificial, para que esta não iniba a criação coletiva. Identificou-se uma dificuldade de acesso a equipamentos e à internet como entrave à democratização. Por fim, o formato híbrido com transmissões ao vivo foi defendido como o caminho para manter o engajamento.

O artigo cumpriu seu objetivo de compreender as percepções de praticantes sobre o uso e o futuro das tecnologias digitais na GPT, investigando as tensões entre a inovação e a humanização. A resposta central da investigação indica que, embora a tecnologia seja consolidada como um suporte pedagógico, criativo, de memória e história dos grupos, e agente de expansão global, ela não substitui a essência do encontro físico. O futuro da modalidade reside em um hibridismo vigilante, no qual as ferramentas digitais permanecem estritamente a serviço da insubstituível pulsação do encontro presencial.

REFERÊNCIAS

BARDIN, Laurence. **Análise de conteúdo**. São Paulo: Edições 70, 2016.

BENTO-SOARES, Daniela; SCHIAVON, Laurita Marconi. Gymnastics for all: different cultures, different perspectives. **Science of Gymnastics Journal**, v. 12, n. 1, p. 5-18, 2020.

CARBINATTO, Michele Viviene *et al.* (org.). **Gymnaestradas Mundiais** [livro eletrônico]: a experiência de grupos brasileiros. Aracaju: Confederação Brasileira de Ginástica, 2025. PDF. ISBN 978-65-986399-0-7.

CARBINATTO, Michele Viviene; EHRENBURG, Mônica Caldas (org.). **Festival ginástico e isolamento social**: retratos de um evento on-line. Curitiba: Bagai, 2020. *E-book*.

CORREIA, Lionela da Silva; SILVA, Enoly Cristine Frazão da; CARBINATTO, Michele Viviene. Estratégias pedagógicas no ensino remoto: ações na Ginástica para Todos. **Dialogia**, São Paulo, n. 46, e23849, p. 1-18, 2023. Disponível em: <https://periodicos.uninove.br/dialogia/article/view/23849>. Acesso em: 16 fev. 2026.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Gymnastics for All** – the social side of our sport. Disponível em: <https://www.gymnastics.sport/site/news/displaynews.php?urlNews=4454531>. Acesso em: 20 jun. 2025.

FUKUYAMA, Mayumi. **Society 5.0**: aiming for a new human-centered society. Japan SPOTLIGHT, p. 47-50, jul./ago. 2018. Disponível em: https://www.jef.or.jp/journal/pdf/220th_Special_Article_02.pdf. Acesso em: 5 maio 2023.

JAMOVI PROJECT. **Jamovi**: versão 2.7.24. 2026. Disponível em: <https://www.jamovi.org>. Acesso em: 16 abr. 2026.

LAKATOS, Eva Maria; MARCONI, Marina de Andrade. **Fundamentos de metodologia científica**. 5. ed. São Paulo: Atlas, 2003.

LOPES, Priscila; TSUKAMOTO, Mariana Harumi Cruz. A ginástica para todos em tempos de distanciamento social: relatos de projetos de extensão universitária. **Expressa Extensão**, Pelotas, v. 27, n. 3, p. 59-71, set./dez. 2022. Disponível em: <https://periodicos.ufpel.edu.br/index.php/expressaextensao/article/view/22880>. Acesso em: 16 fev. 2026.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Ginástica para todos e coletividade: uma revisão de literatura. **Motrivivência**, Florianópolis, v. 32, n. 61, p. 1-18, jan./mar. 2020.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. The role of time and experience to the Gymnastics for All practice: building a sense of collectivity. **Science of Gymnastics Journal**, Ljubljana, v. 12, n. 1, p. 19-26, 2020. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/339482180_THE_ROLE_OF_TIME_AND_EXPERIENCE_TO_THE_GYMNASTICS_FOR_ALL_PRACTICE_BUILDING_A_SENSE_OF_COLLECTIVITY. Acesso em: 16 fev. 2026.

MENEGALDO, Fernanda Raffi; BORTOLETO, Marco Antônio Coelho. Quem são “todos”? Investigando o perfil dos grupos brasileiros de Ginástica para Todos. **Educação Física e Ciência**, La Plata, v. 26, n. 2, e297, 2024. Disponível em: https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.18342/pr.18342.pdf. Acesso em: 16 fev. 2026.

MOTA, Kaio César Celli; PATRÍCIO, Tamiris Lima; CARBINATTO, Michele Viviene. Longe, mas juntos: experiências vividas em um festival de Ginástica para Todos em tempos de pandemia. **Movimento**, Porto Alegre, v. 28, e28026, 2022.

SCARABELIM, Maria Letícia Abud; TOLEDO, Eliana de. Proposta de fichas analíticas de composições coreográficas na Ginástica para Todos. **Revista Brasileira de Educação Física e Esporte**, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 159-170, jan./mar. 2016.

10 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao final dessa jornada, o mosaico tornou-se nítido, revelando que as peças, antes fragmentadas entre revisões, abstrações teóricas e vozes empíricas, alcançaram seu encaixe. O desenho que se forma nesta conclusão não é apenas um encerramento acadêmico, mas a consolidação de uma unidade de sentido: a demonstração de que a GPT, que lá no início inspirou o conceito de “Ginástica 5.0”, é um referencial sólido e uma trama viva para a preservação do sensível no centro da inovação tecnológica, revelando que a centralidade humana é acima de tudo, uma conquista do encontro presencial e da coletividade. O mosaico está temporariamente completo. Em breve, outras peças poderão fazer parte; é um processo natural da civilização.

Os sete artigos produzidos dialogaram entre si para responder ao objetivo geral de investigar em que medida a GPT como referencial analítico e propositivo para humanizar a Sociedade 5.0, examinando de que maneira os 5F’s (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship e Forever*) operaram como filtros éticos e mecanismos de resistência dentro de uma figuração em movimento. Este estudo observou como essa teia viva de interdependências negociou gestos, ritos e afetos diante dos desafios da virtualização, em um novo panorama civilizatório marcado pela profunda integração entre o físico e o digital.

A lógica de organização desta tese e das peças que compõem este mosaico seguiu um fluxo de três frentes complementares. A primeira frente realizou um mapeamento e proposição (Artigos 1 e 2) para estabelecer o terreno. O artigo 1, *Society 5.0 and Gymnastics for All: a systematic review* – publicado na revista *Science of Gymnastics Journal* – mapeou a literatura para encontrar as convergências científicas entre os pilares da Sociedade 5.0 e os 5F’s da GPT. O Artigo 2, *Por uma Ginástica 5.0: inovação e inclusão na sociedade superinteligente*, propôs o conceito teórico de “Ginástica 5.0” como modelo analítico e propositivo para orientar a inovação tecnológica.

O conjunto de artigos revelou que a GPT é a uma prática corporal capaz de dar substância à promessa de “centralidade humana” da Sociedade 5.0. O Artigo 1 comprovou que os pilares da Sociedade 5.0 (Saúde, Cultura, *Soft Skills*, Corporeidade e Tecnologia) já encontram ressonância direta nos preceitos da GPT na literatura especializada. O Artigo 2 utilizou esse solo fértil para propor a GPT como uma lente de leitura privilegiada, um modelo tecnológico em funcionamento daquilo que a Sociedade 5.0 almeja ser, revelando que, quando a tecnologia é colocada a serviço das pessoas, o resultado não é eficiência fria, mas sim conexão genuína, cuidado mútuo e alegria compartilhada. Os cinco pilares da GPT (5F’s) – Diversão,

Saúde, Aprendizado, Amizade e Prática para a Vida – ofereceram a base concreta e humanizadora para orientar a sociedade inteligente que se aproxima.

A segunda frente trouxe um adensamento crítico-teórico (Artigos 3 e 4) para fornecer as lentes sociológicas. Artigo 3, *Ginástica para Todos como fenômeno social: inteligência coletiva, sociedade em rede e os paradoxos da transparência na Sociedade 5.0*, se propôs a uma análise da prática da GPT sob as lentes de Lévy, Castells e Han, discutindo cooperação, desigualdade digital e vigilância. O Artigo 4, *Norbert Elias na Sociedade 5.0: o lugar da Ginástica para Todos no novo panorama civilizatório*, aplicou os conceitos de processos civilizadores e figurações para entender a negociação de ritos e gestos na Era Digital. Os Artigos 3 e 4 mostraram que a GPT opera como uma figuração em movimento que negocia gestos e ritos, equilibrando o potencial da inteligência coletiva com os riscos de vigilância e disciplinarização dos corpos.

Finalmente, a terceira frente fez uma análise qualitativa e quantitativa (Artigos 5, 6 e 7), em que a teoria foi validada pelas vozes institucionais, da gestão, de coordenadores e de praticantes de GPT. O Artigo 5, *Sociedade 5.0 e Ginástica para Todos: resistência e reinvenção?*, explorou a visão institucional global através da entrevista com o Presidente do Comitê de GPT da FIG. O Artigo 6, *A trama viva da Ginástica para Todos: processos e figurações à luz de Norbert Elias*, investigou a percepção da gestão nacional (CBG e coordenadores) sobre o impacto sensorial da virtualização. E o Artigo 7, *As percepções de praticantes de Ginástica para Todos sobre o uso das tecnologias digitais*, capturou a voz de 97 praticantes brasileiros sobre os desafios e o futuro híbrido da modalidade.

O Artigo 5 confirma, através da visão da Federação Internacional de Ginástica (FIG), que os 5F's (*Fun, Fitness, Fundamentals, Friendship, Forever*) funcionam como dispositivos críticos e filtros éticos que a própria instituição utiliza para garantir que a tecnologia sirva ao desenvolvimento humano integral. Tanto na visão da gestão e coordenadores (Artigo 6) quanto na dos praticantes (Artigo 7) emerge a conclusão de que o toque, a respiração sincronizada e o “olho no olho” constituem um núcleo sensorial que a tecnologia não consegue replicar integralmente.

Os artigos destacaram uma contradição: enquanto a tecnologia é celebrada por democratizar o acesso e preservar a memória coreográfica, ela é simultaneamente criticada por tentar encaixar um o corpo em telas, e por escancarar desigualdades socioeconômicas. Múltiplos artigos (2, 3, 4, 5 e 6) convergiram para a ideia de que a GPT é uma prática de resistência contra a lógica neoliberal de performance fria e de homogeneização cultural.

Em síntese, os artigos apontaram para uma existência híbrida. A tecnologia é aceita como suporte pedagógico e motor de expansão global (especialmente validada pela experiência pandêmica), mas a presença física é reafirmada como o porto seguro e o sentido último da modalidade. As peças deste mosaico revelaram que, enquanto a Sociedade 5.0 anuncia a centralidade humana como uma promessa futura, a GPT já a materializa no presente através de suas teias de interdependência e afeto.

Como contribuição, esta tese propôs o conceito de “Ginástica 5.0”, uma inspiração que nasceu da observação de um paradoxo: enquanto o Japão e os planejadores globais tentam projetar uma sociedade centrada no humano por meio da tecnologia (Sociedade 5.0), a GPT já faz isso há décadas por meio do movimento, demonstrando que a mais avançada das tecnologias é aquela que ajuda a celebrar a nossa humanidade compartilhada. Ela é vanguarda porque, enquanto a Sociedade 4.0 (da Informação) nos isolou em telas, a GPT manteve o foco na coletividade e na inclusão, que são justamente as metas da Sociedade 5.0. A GPT é um modelo inspirador que a sociedade, as instituições esportivas e educacionais deveriam se espelhar.

Como implicações práticas desta tese, ficam as necessidades que se descortinaram nas vozes dos participantes. No quesito gestão institucional, que a tecnologia seja utilizada para profissionalizar a visibilidade da modalidade e democratizar o acesso, garantindo que grupos de diferentes realidades socioeconômicas possam se conectar ao cenário global. No plano pedagógico, a proposta é um hibridismo vigilante, no qual as ferramentas digitais atuem como suportes criativos para o aprendizado e como arquivos vivos da memória coreográfica, sem jamais silenciar a pulsação do encontro presencial. Descortinamos com orgulho que o núcleo sensorial irreduzível da modalidade – o toque, o olhar e a respiração sincronizada – é o que define nossa humanidade e o que a tecnologia deve apenas potencializar, nunca substituir. Ao final deste mosaico, fica a lição de que a mais avançada das inovações é aquela que protege o calor humano; nesse quesito, a GPT já vive hoje a centralidade humana que o futuro ainda tenta construir.

Ao refletir sobre o percurso de construção deste mosaico, emerge uma interessante contradição que merece ser registrada. Embora a tese tenha se dedicado a analisar os riscos da virtualização, ela própria é um produto da eficácia das tecnologias digitais. É imperativo reconhecer que foram pontes indispensáveis que facilitaram a coleta de dados e a conexão com realidades geográficas distantes.

No campo da pesquisa, o digital atuou como um motor de eficiência. A realização de 17 entrevistas semiestruturadas via Google Meet para o Artigo 6 e a entrevista presencial em Portugal – agendada e articulada via redes sociais – para o Artigo 5, demonstram como o

ciberespaço encurtou fronteiras institucionais e burocráticas. Da mesma forma, a utilização do Google Forms, para o Artigo 7, permitiu que a voz de 97 praticantes, de todas as regiões do Brasil e de diversas faixas etárias (18 a 86 anos), fosse capturada com agilidade e precisão, algo que a logística física tornaria inviável. O processamento desses dados via *software* Jamovi conferiu ao trabalho o rigor estatístico necessário para sustentar a dimensão quantitativa do mosaico.

Por outro lado, essa mesma facilidade técnica impôs a principal limitação deste estudo: o abismo digital. Ao optar por instrumentos de coleta majoritariamente eletrônicos, a pesquisa pode ter silenciado as vozes daqueles que enfrentam barreiras de acesso ou dificuldades com o uso de plataformas digitais. Os resultados revelam uma amostra com alta autonomia tecnológica (89,7%) e uma forte vinculação ao ambiente universitário, o que pode não representar a totalidade dos grupos de GPT brasileiros, especialmente aqueles situados em comunidades com menor infraestrutura.

Adicionalmente, embora a amostra seja nacional, a predominância de respondentes da região Sudeste (51,5%) e do sexo feminino (83,5%) sugere que, apesar do alcance digital, ainda existem recortes regionais e de gênero que podem influenciar as percepções sobre o hibridismo da modalidade.

Reconhecer essas limitações é, portanto, um exercício necessário. A pesquisadora, ao utilizar as ferramentas digitais para escrutinar a própria Sociedade 5.0, experimentou na pele a utilidade dessas “tecnologias frias” que, quando bem direcionadas, tornam-se “quentes” ao viabilizar o conhecimento e a conexão humana. Esta tese é a prova de que a tecnologia, quando subordinada à intenção humana, é capaz de tecer tramas de saber que atravessam continentes e gerações.

Vale aqui refletir que a aplicação da Sociedade 5.0 no Brasil revela uma tensão fundamental entre seu potencial teórico transformador e as desigualdades estruturais que podem ser aprofundadas pelo próprio modelo. Embora se percebam algumas iniciativas em mobilidade, gestão de resíduos, no âmbito da saúde e acessibilidade digital, elas operam de forma fragmentada, sem uma política nacional integrada que coordene esses esforços e reduza a clivagem digital e social que já marca o país. Enquanto o modelo japonês promete substituir atividades redundantes por habilidades criativas, a realidade brasileira de atraso educacional e hierarquias organizacionais rígidas transformam essa promessa em risco de exclusão para a maioria da força de trabalho. A implementação em larga escala exige superar custos elevados de infraestrutura e resistência a mudanças, mas a crítica mais profunda aponta que, sem enfrentar a desigualdade social e o acesso desigual à educação de qualidade, a Sociedade 5.0

corre o risco de se tornar, não um instrumento de inclusão, mas mais um mecanismo de reprodução das assimetrias que historicamente estruturam a sociedade brasileira.

Para encerrar o ciclo deste trabalho e expandir o mosaico da “Ginástica 5.0”, sugere-se que os pilares dos 5F’s da GPT sejam institucionalizados em políticas públicas de esporte, cultura, lazer e educação para outras práticas corporais. Outros estudos poderão advir com foco em grupos de GPT fora do ambiente universitário e em regiões com menor infraestrutura digital. Do ponto de vista metodológico, transitar para uma metodologia que combine observação participante poderá abrir outras percepções. Agendas futuras, afinal, um ciclo se fecha, outro se abre e a vida segue.

Um nítido mosaico se formou, e ele reflete com segurança que a Ginástica para Todos (GPT) já materializa no presente a centralidade humana que a Sociedade 5.0 apenas projeta como promessa futura, atuando como uma tecnologia social de vanguarda e um mecanismo de resistência ética fundamentado nos 5F’s. Este mosaico mostrou que, embora o digital expanda fronteiras e democratize o acesso, o núcleo sensorial irreduzível do encontro físico (o toque, o olhar e a respiração sincronizada) permanece como o sentido inegociável e último da prática. Em última análise, descortina-se que a mais avançada das tecnologias é, e sempre será, aquela que nos ajuda a celebrar nossa humanidade compartilhada. O calor humano é o critério último de qualquer avanço tecnológico.

APÊNCIDE A – TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**TCLE - TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO****Título do Projeto de Pesquisa: Sociedade 5.0 e Ginástica Para Todos.**

Pesquisadora responsável: Cláudia Xavier Correa

Este termo tem como objetivo informar você, participante, sobre os propósitos, procedimentos, riscos e demais aspectos envolvidos na pesquisa, garantindo sua decisão livre e esclarecida em participar. O estudo objetiva refletir sobre a evolução para a Sociedade 5.0 e as possíveis contribuições da Ginástica para Todos (GPT) para esse novo tempo.

Pretende-se utilizar de entrevistas, que ocorrerão de forma individual e *on-line* pelo Google Meet, com o objetivo de explorar em profundidade o tema. Não são esperados riscos significativos aos entrevistados. Os dados coletados serão mantidos em sigilo e utilizados apenas para fins dessa pesquisa, ou serão divulgados mediante permissão dos entrevistados.

Sua participação é voluntária e você poderá desistir a qualquer momento sem penalidades. Sua contribuição será de grande valia para essa pesquisa.

O projeto de pesquisa foi aprovado pelo comitê de ética em pesquisas da Universidade Federal de Juiz de Fora, pelo número do parecer: 5.869.779 e CAAE: 66556323.9.0000.5147.

Em caso de dúvidas, entre em contato: cxcorrea@yahoo.com.br - 32988999094

Declaro que fui devidamente informado sobre o objetivo dessa pesquisa e aceito participar de forma voluntária.

Assinatura do entrevistado: _____ Data: _____

Assinatura do pesquisador: _____ Data: _____

O CEP avalia protocolos de pesquisa que envolve seres humanos, realizando um trabalho cooperativo que visa, especialmente, à proteção dos participantes de pesquisa do Brasil. Em caso de dúvidas, com respeito aos aspectos éticos desta pesquisa, você poderá consultar: CEP - Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos - UFJF Campus Universitário da UFJF Pró-Reitoria de Pós-Graduação e Pesquisa CEP: 36036-900 Fone: (32) 2102-3788 / E-mail: cep.propp@ufjf.br

ANEXO A – PARECER CEP

UNIVERSIDADE FEDERAL DE
JUIZ DE FORA - UFJF



PARECER CONSUBSTANCIADO DO CEP

DADOS DO PROJETO DE PESQUISA

Título da Pesquisa: Ginástica para Todos e Lazer: Interações a partir da cultura.

Pesquisador: Clara Mockdece Neves

Área Temática:

Versão: 2

CAAE: 67311223.6.0000.5147

Instituição Proponente: Faculdade de Educação Física

Patrocinador Principal: Financiamento Próprio

DADOS DA NOTIFICAÇÃO

Tipo de Notificação: Envio de Relatório Parcial

Detalhe:

Justificativa:

Data do Envio: 31/07/2025

Situação da Notificação: Parecer Consubstanciado Emitido

DADOS DO PARECER

Número do Parecer: 7.862.841

Apresentação da Notificação:

Justifica-se a apresentação da notificação, pois está de acordo com a com os termos e definições presentes na resolução 466/12 itens II.19 e XI. XI.2 d.

Objetivo da Notificação:

Comunicação de desenvolvimento da pesquisa.

Avaliação dos Riscos e Benefícios:

Até o momento, não foi registrada a ocorrência de algum evento adverso ou intercorrência durante a implementação do estudo ou em decorrência do mesmo.

Comentários e Considerações sobre a Notificação:

A informação transcrita no campo „Comentários e Considerações sobre a Notificação“, foi retirada do arquivo CAAE do projeto: 66556323.9.0000.5147

Parecer de aprovação: 5.869.779 CEP/UFJF

Endereço: JOSE LOURENCO KELMER S/N

Bairro: SAO PEDRO

CEP: 36.036-900

UF: MG

Município: JUIZ DE FORA

Telefone: (32)2102-3788

E-mail: cep.propp@ufjf.br

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE
JUIZ DE FORA - UFJF**



Continuação do Parecer: 7.862.841

Considerações sobre os Termos de apresentação obrigatória:

Apresentou o termo de relatório parcial da pesquisa.

Conclusões ou Pendências e Lista de Inadequações:

Diante do exposto, o Comitê de Ética em Pesquisa CEP/UFJF, de acordo com as normas definidas na Res. CNS 466/12, manifesta-se pela APROVAÇÃO da notificação de relatório parcial ao protocolo de pesquisa proposto. Vale salientar, se necessário, atender ao dispositivo da Resolução 466/12 Inciso III alínea "m".

Considerações Finais a critério do CEP:

Diante do exposto, o Comitê de Ética em Pesquisa CEP/UFJF, de acordo com as atribuições definidas na Res. CNS 466/12, manifesta-se pela APROVAÇÃO a notificação de relatório parcial ao protocolo de pesquisa proposto.

Este parecer foi elaborado baseado nos documentos abaixo relacionados:

Tipo Documento	Arquivo	Postagem	Autor	Situação
Envio de Relatório Parcial	Relatorioparcial2025assinado.pdf	31/07/2025 08:05:58	CLAUDIA XAVIER CORREA	Postado

Situação do Parecer:

Aprovado

Necessita Apreciação da CONEP:

Não

JUIZ DE FORA, 26 de Setembro de 2025

Assinado por:
Iluska Maria da Silva Coutinho
(Coordenador(a))

Endereço: JOSE LOURENCO KELMER S/N

Bairro: SAO PEDRO

CEP: 36.036-900

UF: MG

Município: JUIZ DE FORA

Telefone: (32)2102-3788

E-mail: cep.propp@ufjf.br