

# Aspectos convergentes entre a Ginástica Para Todos e a Ginástica Rítmica Dinamarquesa

## Convergent aspects between Gymnastics For All and Danish Rhythmical Gymnastics

Maria Letícia Abud Scarabelim – LAPEGI – FCA/UNICAMP

Prof. Dra. Eliana de Toledo – LAPEGI – FCA/UNICAMP

In this research, we identify the converging aspects between Gymnastics for All (GfA) and Danish Rhythmical Gymnastics (DRG) through a bibliographic research method. It was concluded that both GfA and DRG are very accessible, they promote healthy recreation, they aren't competitive, can be practiced for everyone, and more. These observations and all the research could be done through the experience of one of the authors in the international exchange program IYLE (International Youth Leader Education), provided by membership between ISCA (International Sport and Culture Association) and UNICAMP, in the Academy of Physical Education in Ollerup (Gymnastikhøjskolen i Ollerup), Denmark.

### Ginástica Para Todos



“caracteriza-se por uma manifestação da cultura corporal que reúne diferentes interpretações da ginástica à outras manifestações, como por exemplo danças, jogos, esportes e expressões folclóricas, de maneira livre e criativa.” (Pérez-Gallardo e Souza, 1993.)

### Aspectos Convergentes

Acessibilidade

Promovem lazer saudável

Todos podem praticar

Ressaltam aspectos estéticos

Relação música e movimento

Caráter demonstrativo

### Ginástica Rítmica Dinamarquesa



“ a ginástica [...] é uma boa base para esportes e jogos, e um meio para promover o desenvolvimento de pessoas saudáveis e eficientes.” (Buck, 1934)

\* Movimentos coordenados, circunduções, flexões, extensões e *swings*

\* Flexibilidade, força, resistência, coordenação e equilíbrio (Larsen, 2015)

\* Sequências coreografadas