



Universidade de Brasília
Faculdade de Educação Física
Licenciatura em Educação Física

David Vinícius Valentin

CHEERLEADING NO MEIO ESCOLAR: O ESTADO DA ARTE DESTA
ESPORTE EM ASCENSÃO

Brasília

2024

David Vinícius Valentin

CHEERLEADING NO MEIO ESCOLAR: O ESTADO DA ARTE DESTE
ESPORTE EM ASCENSÃO

Trabalho de conclusão de curso apresentado
ao curso de Educação Física da Universidade
de Brasília como requisito parcial para conclusão
do curso de Licenciatura em Educação Física

Orientadora: Prof. Dra. Luciana Hagström

Brasília

2024

AGRADECIMENTOS

Agradecimento especial aos meus pais, meu irmão e a todos da minha família por tudo que me proporcionaram, pois me fez ser o que sou hoje e por toda a rede de apoio que me circunda por conta disso.

Obrigado aos meus amigos da prática do cheerleading que me despertaram a ideia de como poderia ser feito o trabalho para concluir a minha jornada.

Agradecimento especial a professora Luciana Hagström por abraçar a ideia e ser a professora de ginástica da universidade para servir de apoio para a realização desse trabalho.

RESUMO

O cheerleading (Cheer) é um esporte que surgiu nos Estados Unidos da América nos anos de 1800. É uma modalidade caracterizada por habilidades de alta exigência física. O presente trabalho objetiva fazer um levantamento e análise da produção científica sobre o Cheer no meio escolar. Para isso, foi utilizado o Google Acadêmico na busca de material científico sobre o assunto. O número de publicações sobre a temática Cheer na escola é bastante reduzido, principalmente quando se busca a literatura específica brasileira. Os estudos encontrados se referem principalmente aos riscos e prevalências de lesões nos Cheer. Apenas 6 estudos descreveram os benefícios físicos decorrentes da prática do Cheer na escola e apenas um tratava da prática do Cheer no meio escolar brasileiro. Desta forma, a execução desta pesquisa ressalta a lacuna na literatura sobre essa modalidade em ascensão, principalmente no que diz respeito ao esporte escolar.

Palavras-chave: Cheerleading, educação física, escola.

LISTA DE ABREVIATURAS

Cheer: Cheerleading

EUA: Estados Unidos da América

SUMÁRIO

I.	Introdução	4
II.	Corpo teórico.....	4
2.1.	História e características do Cheerleading.....	4
2.2.	Cheerleading no Brasil.....	6
III.	Objetivos	7
IV.	Metodologia	7
V.	Resultados	8
VI.	Lacunas existentes no estado da arte	10
VII.	Conclusões.....	10
VIII.	Referências.....	11

I. Introdução

O cenário de pesquisas e trabalhos científicos brasileiros se mostra amplo para os esportes considerados culturalmente clássicos como futebol, vôlei, natação, entre outros. Quando nos deparamos com o cenário de pesquisas em relação ao cheerleading (Cheer) é encontrado inúmeros trabalhos sobre adultos, lesões no esporte, o cenário universitário, mas são escassos os trabalhos sobre o cenário escolar, principalmente no Brasil. É surpreendente haver poucos trabalhos científicos no âmbito escolar brasileiro, considerando os benefícios da prática do Cheer.

O Cheer é uma modalidade esportiva que teve suas primeiras manifestações em eventos esportivos universitários americanos (WRIGHT, 2011). É um esporte coletivo com alta exigência física composto por elementos ginásticos, acrobáticos e de dança (KRIVORUCHKO et al., 2018).

O intuito deste Trabalho de Conclusão de Curso é agrupar todos os trabalhos encontrados referentes à prática do cheerleading em escolas ao redor do mundo relatando os resultados de testes físicos feitos pelos praticantes que relataram resultados em diferentes aspectos da cultura corporal e indagar o porquê de o cenário escolar brasileiro ser relutante para inserir essa prática para seus estudantes buscando melhoras do estado físico e da corporeidade como um todo tendo em vista a capacidade do cenário escolar brasileiro em ter aderência na aplicação da prática. O que nos leva a questionar o que precisa ser feito para que haja essa interação das escolas brasileiras com essa prática e qual o motivo dessa resistência, se é por parte das escolas e dos professores ou dos alunos ou se é um conjunto de todos esses fatores ou outros.

II. Corpo teórico

2.1. História e características do Cheerleading

O início do Cheer se deu no ano de 1880 na Universidade de Princeton, nos Estados Unidos da América (EUA), quando professores da instituição começaram a vozear *cheer and chants* (tradução literal para gritos de torcida) para incentivar o time de futebol americano durante os jogos. Em 1898, o estudante Jack Campbell da Universidade de Minnesota (EUA) ao ver o time de sua instituição perdendo para a Universidade de Northwestern (EUA), foi para frente da torcida, pegou um megafone e começou a liderá-la, colaborando para a vitória de

Minnesota. Com isso, Campbell se tornou oficialmente o primeiro líder de torcida reconhecido da história (WRIGHT, 2011).

Com o sucesso de Jack Campbell durante o jogo na Universidade de Minnesota, foi organizado um grupo com 6 alunos para liderar a torcida nos eventos esportivos. Campbell foi o líder desse grupo que passou a ser chamado de *'yell captains'* ('capitães do grito', tradução literal do inglês) e em 1903 foi organizado na mesma instituição o primeiro time de cheerleading da história, *'Gamma Sigma fraternity'* criando as bases do *cheer sideline*¹¹ voltado para a animação de torcidas exclusivamente (WRIGHT, 2011).

Até 1923, o Cheer era exclusivamente masculino, tendo participação das mulheres a partir desse ano por iniciativa da Universidade de Princeton. Por consequência da Segunda Guerra Mundial, com o recrutamento dos homens para a mesma, as mulheres se tornaram maioria no esporte nas décadas de 1930 e 1940, ocupando 90% dos postos de cheerleaders dos EUA (WRIGHT, 2011). Com o decorrer do tempo, a popularidade do Cheer se espalhou entre as universidades e nas escolas de ensino médio (*high school*, em inglês) dos EUA. Com a popularização do esporte, novos elementos foram adicionados às apresentações como *flash cards*¹², pompons e megafones. O principal nome para adições desses elementos foi o professor de ginástica Laurence Herkimer, responsável por adicionar saltos da ginástica artística (dentre eles o salto *Herkie*¹³, muito usado até hoje) e a modernização dos pompons.

O Cheer é um esporte que envolve elementos da ginástica e da dança em sua 'rotina', isto é, na performance realizada pelas equipes durante suas apresentações (GRINDSTAFF, 2015). Dentre esses elementos, incluem-se saltos, acrobacias, formação de pirâmides, música e coreografia. Assim, algumas habilidades como força, flexibilidade, ritmo, coordenação, agilidade, equilíbrio, dentre outras, são exigidas de seus praticantes, denominados cheerleaders (SOOHOO et al., 2005; LEVESQUE, 2016).

Na prática do Cheer existem posições específicas que variam de acordo com a antropometria e a habilidade de cada membro da equipe. Os *flyers* são atletas mais leves e que possuem uma maior flexibilidade motora, visto que durante a rotina são levantados ou arremessados para o alto. As bases são formadas por atletas mais fortes, responsáveis por impulsionar os flyers para execução das acrobacias aéreas (BRITO; SANTANA, 2017).

¹¹ *Cheer sideline*: modalidade ainda hoje inclusa dentro de campeonatos, como parte de uma rotina de exercícios ou como categoria independente. Ele consiste em uma apresentação realizada "em solo", cuja finalidade é a animação da torcida.

¹² *Flashcards*: cartazes com palavras ou frases motivacionais mostradas pelos atletas durante a rotina de exercícios.

¹³ Salto *herkie*: salto realizado no solo em que durante sua execução o atleta lança uma de suas pernas para frente, formando um ângulo reto, e a outra para o lado, formando um ângulo de aproximadamente 30 graus. Durante o salto, os braços também são elevados perpendicularmente ao corpo.

Em competições, além da divisão por categorias (*All Star*¹, *College*², *Open*³, *University/Universitária*, etc.), por gênero (*All Girl*⁴, *All Boy*⁵, *Co-Ed/mista*⁶), por modalidade (*Team Cheer*⁷, *Partner Stunt*⁸, *Pom Dance*⁹ etc.) e por faixa etária (*tiny*, *mini*, *youth*, Júnior, sênior, *college*)¹⁰ as equipes também são divididas por níveis (de 1 a 7), que variam de acordo com o grau de dificuldade demandado na sua execução dos movimentos que compõem a rotina, cujo tempo irá depender da modalidade (UNITED STATES ALL STAR FEDERATION [USASF], 2020).

¹ *All Star*: categoria formada por equipes/atletas profissionais.

² *College*: categoria composta por alunos-atletas que estudam em instituições de ensino superior que se diferenciam das universidades por serem mais generalistas com cursos de menor duração.

³ *Open*: categoria aberta ao público, independente de vinculação institucional.

⁴ *All girls*: categoria/equipes formadas exclusivamente por mulheres.

⁵ *All boys*: categoria/equipes formadas exclusivamente por homens.

⁶ *Co-Ed*: categorias/equipes mistas, formadas por homens e mulheres.

⁷ *Team Cheer*: modalidade cuja rotina envolve *sideline*, dança e ginástica dentro da mesma apresentação.

⁸ *Partner stunt*: modalidade formada por dupla (1 base e 1 *flyer*).

⁹ *Pom dance*: modalidade com ênfase na dança rítmica e sincronizada e no uso dos pompons como alegorias.

¹⁰ Divisão de categorias por idade: *tiny* (3 a 5 anos); *mini* (3 a 8 anos); *youth* (9 a 11 anos); Júnior (12 a 14 anos); sênior (15 a 18 anos); *college*, (acima de 18 anos).

2.2. Cheerleading no Brasil

No Brasil, o Cheer possui uma história recente, com pouco mais de 10 anos de existência (MARIANO, 2018a; 2018b). A modalidade vem ganhando muitos adeptos, principalmente entre universitários (BORGES, 2019). Entretanto, fora das instituições de ensino superior o Cheer ainda é pouco conhecido. Esse desconhecimento sobre o esporte é refletido na escassez de pesquisas sobre o assunto, fato comprovado durante o levantamento bibliográfico realizado neste estudo.

Sendo Brasília o ponto inicial da prática no Brasil o ginásio brasiliense é o mais antigo contando com a maior quantidade de conquistas da prática e uma experiência mais apurada em

relação aos outros Estados e conforme a fama da prática foi crescendo nacionalmente outros Estados começaram a criar e conhecer o esporte criando ginásios ao redor do país em diferentes locais como Rio de Janeiro, São Paulo, Minas Gerais entre outros. Crescendo principalmente pelas universidades do país o esporte e os eventos universitários são de extrema importância para a propagação do esporte, vários cursos da UnB e de outras federais pelo Brasil possuem uma equipe de cheer e a existência dessas equipes fez surgir uma necessidade das competições interuniversitárias adicionassem a modalidade do cheer em suas competições gerando assim mais aderência.

Apesar do Cheer ainda não ser muito conhecido nacionalmente, é possível notar o seu crescimento principalmente quando se observa os resultados brasileiros no Campeonato Mundial de 2023. Destaca-se o 2º lugar na categoria júnior (*junior coed advanced*), a 3ª colocação na categoria mista (*coed-elite*) e o 4º lugar na categoria exclusivamente feminina (*all Girl*) (Internacional Cheer Union [ICU]).

III. Objetivos

a. Gerais

O presente trabalho visa fazer um levantamento e análise da produção científica sobre o cheerleading (Cheer) com o objetivo de relacionar sua aplicação em escolas.

b. Específicos

- Caracterizar a modalidade Cheer;
- Traçar um panorama sobre a produção científica sobre Cheer;
- Sintetizar os principais conteúdos das publicações e trabalhos acadêmicos sobre Cheer;
- Correlacionar os benefícios e exigências do esporte com o rendimento acadêmico.

IV. Metodologia

O presente estudo consistiu em uma revisão bibliográfica sobre trabalhos científicos sobre Cheer com o objetivo de verificar a produção relacionada a prática desta modalidade na escola. A pesquisa foi realizada no período de 2021 a julho de 2024. Como banco de dados foi utilizado o Google Acadêmico. As palavras-chaves utilizadas foram: cheerleader, *high school*, *acrobatics*, *physical tests*, *graduation*, *teenagers*, *athletes*. Foram considerados artigos científicos, trabalhos de conclusão de curso, dissertações e teses. O critério de inclusão foi o

material estar relacionado com o público infantil, pré-adolescente e adolescente (de 10 a 17 anos) que possuísse uma métrica para a análise de resultados baseado na diferença de execução anterior e posterior ao período da prática.

V. Resultados

Ao utilizar o Google acadêmico foi possível encontrar artigos realizados nos Estados Unidos da América (EUA) relatando a parte fisiológica e biomecânica do esporte e comparando com outras modalidades. Além disso, pesquisas experimentais com testes antropométricos. Globalmente os resultados indicaram melhora geral no quadro de índice de saúde dos praticantes de Cheer.

Foi possível observar que alguns assuntos são recorrentes, como a prática voltada para o alto rendimento. Vários estudos avaliaram a flexibilidade, variáveis do sistema cardiovascular, ocorrências de lesões e classificação das lesões mais comuns na alta performance.

Em relação ao objetivo principal deste trabalho, que é verificar os trabalhos acadêmicos que relacionam Cheer e escola, foram encontrados 30 artigos. Destes, 6 descreveram e/ou analisaram as melhoras físicas decorrentes da prática do Cheer e apenas um relatou a prática de Cheer por alunos no Brasil com idade de 4 a 13 anos. Neste trabalho, Santana (2022) descreveu o trabalho realizado com as diferentes turmas escolares. Em relação às turmas do 1º e 2º ano, por exemplo, ele afirma que os estudantes se sentiam seguros na execução dos exercícios de Cheer e das pirâmides. Santana (2022) conclui que a aplicação do Cheer na escola se mostrou satisfatória com as crianças interessadas na maior parte do tempo permitindo que ele alcançasse os objetivos pedagógicos propostos. O autor afirma ainda que apesar da diferença entre as faixas etárias dos alunos, a atividade de Cheer foi satisfatória e que os exercícios puderam ser executados por todos os alunos.

A Tabela 1 descreve os principais objetivos dos artigos que abordaram o tema Cheer na escola.

Tabela 1. Principais informações a respeito dos trabalhos relacionando Cheerleading e escola.

Autores	Ano de publicação	Língua de publicação	Objetivos	Metodologia	Palavras-chave	Principais conclusões
Dobrescu et al.	2013	Inglês	Verificar a influência das atividades de cheerleading sobre o desenvolvimento motor de crianças do ensino fundamental	Intervenção	Cheerleading, atividades extracurriculares, comportamento motor, ensino fundamental	O cheerleading se mostrou uma atividade interessante para o desenvolvimento das crianças e se manteve uma atividade prazerosa para as mesmas resultando em uma abertura para a cultura do esporte.
Krivoruchko et al.	2018	Inglês	Aplicar o treinamento de cheerleading em meninas de 15-17 anos e verificar o impacto em testes de força e resistência	Intervenção	Qualidades físicas, estudantes, treinamento físico, elementos de cheerleading	As aplicações dos elementos de cheerleading influenciaram positivamente no desenvolvimento de força em todas as formas de demonstração e resistência aeróbica das praticantes.
Bala et al.	2018	Inglês	Verificar a influência das aulas de cheerleading no sistema respiratório em adolescentes de 10-16 anos	Intervenção	Educação Física, cheerleading, resistência do organismo a fenômenos hipoxêmicos, garotas de 10-16 anos	O cheerleading se mostrou positivo na melhora do quadro respiratório.
Masliak et al.	2019	Inglês	Introduzir aspectos da flexibilidade do treinamento do cheerleading em estudantes de 15-17 anos e verificar seu impacto	Intervenção	Educação Física, qualidades motoras, estudantes, flexibilidade	Os resultados dos testes de flexibilidade se mostraram positivos e favoráveis ao treinamento geral em todos os agrupamentos musculares.
Santana	2022	Português	Aplicar o cheerleading como atividade em um colégio particular de São Paulo em 2019 como forma de incentivar novos horizontes esporte-pedagógicos.	Intervenção	Cheerleading; Educação Física Escolar; Fenomenologia; Expressão Corporal.	Melhora do quadro físico geral e contentamento dos alunos quanto a prática e a cultura circundante e satisfação dos alunos
Chen	2023	Inglês	Explorar os impactos na aptidão física comparando o treino aeróbico e a liderança de torcida em jovens do ensino médio	Análise de dados	Ginástica, ensino médio, meninas, aptidão física	A quantidade de proteína e sais minerais, a densidade óssea, as densidades musculares entre outros indicadores de aptidão física demonstraram melhora considerável no grupo treinado em relação ao grupo de controle.

Os estudos acima mostraram uma melhora na produção de força, potência, flexibilidade e capacidade cardiovascular com a prática do Cheer. Os estudos foram realizados em diferentes países como China, EUA, Ucrânia e Brasil. Apesar da diferença cultural (e talvez das técnicas de treinamento), os estudos indicaram benefícios com a prática do Cheer, resultando na melhora do desenvolvimento físico como um todo.

VI. Lacunas existentes no estado da arte

A análise dos trabalhos encontrados demonstra a falta de estudos sobre o Cheer dentro da perspectiva escolar brasileira. Apesar da modalidade estar em expansão no Brasil, com bons resultados em competições internacionais, ainda há poucos estudos sobre a temática no Brasil, principalmente relacionados ao esporte escolar. Denotando falta de fontes de pesquisa e interesse por parte do ambiente escolar em adicionar essa prática nos planos de ensino e planos de aula, concluindo uma barreira cultural sobre essa prática. Mesmo com a prática do Cheer em algumas escolas brasileiras em decorrência, principalmente da insistência de atletas e entusiastas da modalidade, ainda falta interesse dos pesquisadores em relação ao tema.

VII. Conclusões

Através da execução do presente trabalho foi possível concluir que o Cheer é uma atividade extremamente benéfica para o desenvolvimento motor de indivíduos em idade escolar. Todos os estudos lidos mostraram melhora na flexibilidade, capacidade aeróbica, força, resistência muscular. Isso reforça o interesse em incluir o Cheer como conteúdo escolar. A falta de material científico no Brasil demonstra a falta de interesse no assunto por parte de pesquisadores e também de professores de educação física. É possível que hajam barreiras culturais dificultando a inserção do Cheer no plano de ensino das escolas brasileiras. Diante do exposto, esse estudo busca incentivar a discussão sobre o tema do Cheer na escola.

VIII. Referências

BALA, T; KRIVORUCHKO, N; MASLIAK, I; STASYUK, R; ARIESHYNA, Y; KUZMENKO, I. *Influence of cheerleading classes on functional state of respiratory system of 10-16 year old teenagers*. Kharkiv State Academy of Physical Culture, 2018.

BALBINOTTI, M. A. A.; BARBOSA, M. L. L. BALBINOTTI, C. A. A. PEDROSO, R. S. Motivação à prática regular de atividade física: um estudo exploratório. *Estud. psicol. (Natal)*, Natal, v. 16, n. 1, p. 99-106, Apr. 2011 Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2011000100013&lng=. Acessado em: 17 de maio de 2023

BALTHASER, J. D. *Cheerleading: "Oh How far it has come!"*. Pop Warner, 2008. Disponível em: <https://lingualeo.com/tr/jungle/cheerleading-oh-how-far-it-has-come-by-joel-d-balthaser-278653>. Acessado em: 17 de maio de 2023

BARROSO, M. L. P. *Validação do "Participation Motivation Questionnaire Adaptado" para determinar o motivo de prática esportiva em adultos jovens brasileiros*. Florianópolis: UDESC, 2007. Disponível em: <http://www.tede.udesc.br/handle/tede/1029?locale=es>. Acessado em: 17 de maio de 2023

BASTOS, I. *Pesquisa: quanto o cheer cresceu até 2020*. Cheer one Channel, 2020. Disponível em: <http://cheer1.com.br/pesquisa-quanto-cresceu-o-cheer-ate-2020/>. Acessado em: 17 de maio de 2023

BORGES, L. M. *Cheerleading na Universidade Federal de Uberlândia: ascensão e fatores motivacionais dos atletas*. Trabalho de Conclusão de Curso – Faculdade de Educação Física e Fisioterapia, Universidade Federal de Uberlândia. Uberlândia, 2019.

BRITO, H. B. B. L.; SANTANA, L. A. Análise da postura e da flexibilidade de atletas de cheerleading. *Fisio. Brasil*, v. 18, n. 1, p. 12 - 18, 2017. Disponível em: <https://portalatlanticaeditora.com.br/index.php/fisioterapiabrasil/article/view/750/1627>. Acessado em: 17 de maio de 2023

BURITI, M. S. L. *Variáveis que influenciam o comportamento agressivo de adolescentes nos esportes*. 2 ed. Campinas: Alínea, 2001.

Cheer Rankings. International Cheer Union, 2023. Disponível em: https://cheerunion.org/championships/cheerleading/23wccresults-ch/#id_ajce. Acessado em: 17 de maio de 2023

CHEN, Liyin. *Impacts of aerobic and cheerleading on high school students*. Revista Brasileira de medicina do esporte, Xinxiang University, 2023.

CONFEDERAÇÃO BRASILEIRA DO DESPORTO. Nova modalidade da fase final já é realidade no Brasil. 2019. Disponível em: <https://www.cbdu.org.br/cheerleading-nova-modalidade-da-fase-final-ja-e-realidade-no-brasil-roadtobahia/>. Acessado em: 17 de maio de 2023.

DECI, E.L.; RYAN, R.M. *Intrinsic Motivation and Self*: New York and London: Plenum Press, 1985.

ELIAS, N. A gênese do desporto: um problema sociológico. In: ELIAS, N; DUNNING, E (Org.). *A busca da excitação*. Lisboa: Difel, 1992.

GRINDSTAFF, Laura Anne. Cheerleading. In. *Encyclopedia Britannica*. Britannica Academic, 2015. Disponível em: <https://www.britannica.com/sports/cheerleading>. Acessado em: 17 de maio de 2023

History of The Sport of Cheer. USA: ICU, 2018. Disponível em: https://cheerunion.org.ismmedia.com/ISM3/std-content/repos/Top/docs/ICU_History_2018.pdf. Acessado em: 17 de maio de 2023

INTERNATIONAL CHEER UNION – ICU. *What is the ICU*. USA, 2017. Disponível em: <https://cheerunion.org/about/about/>. Acessado em: 17 de maio de 2023

KRIVORUCHKO, N.V; MASLIAK, I.P; BALA, T.M; SKRIPKA, I.N; HONCHARENKO, V.I. *The influence of cheerleading exercises on the demonstraton of strength and endurance of 15-17-year-old girls*. Sumy State Pedagogical University, 2018.

LEVESQUE, R. J. R. Cheerleading. In. *Encyclopedia of Adolescence*. Springer International Publishing Switzerland, p. 1-3, 2016.

MAZZEI, L. C. & BASTOS, F. da C. (2012): *Gestão do Esporte no Brasil: Desafios e Perspectivas*. Ed. Ícone, São Paulo, 2012.

OLMEDO, Kerley Martins; DE ANDRADE, Willen Matheus Pereira. *Ginástica para todos na UFMT* Área temática: Educação.

SANTANA, F. W *Experiência inovadora na educação física escolar: relato da prática de cheerleading entre crianças e adolescentes*. São Paulo, 2022