

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 5F'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. Os procedimentos metodológicos foram estruturados em frentes complementares, iniciando com uma revisão sistemática da literatura, sob as diretrizes do protocolo PRISMA, nas bases de dados 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), 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 participação de 97 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, no qual 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 combine theoretical essays, a systematic review, and field research. Its subject of study is Gymnastics for All (GfA), and its overall objective is to investigate GfA as an analytical and propositional framework aimed at the humanization of Society 5.0, examining how the aforementioned 5F'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. The methodological procedures were structured into complementary phases, beginning with a systematic literature review, following the PRISMA protocol guidelines, in the Scopus, SciELO, and Capes Periodicals databases. The empirical validation phase involved a mixed-methods approach, comprising a global case study that included an interview with the Chair of the GfA Committee of the International Gymnastics Federation (FIG), 17 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 with the participation of 97 Brazilian practitioners 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 GfA is a physical practice capable of giving substance to the promise of "human centrality" in Society 5.0, functioning as a critical mechanism in which technology serves integral human development. The participants' voices revealed 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 work reinforces the idea that GfA 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 act as a pedagogical support and engine of expansion, but that in-person encounters and human warmth remain the ultimate and non-negotiable criteria for any technological advancement aimed at celebrating shared humanity.

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