



RELATO DE EXPERIÊNCIA

**GINÁSTICA RÍTMICA,
SUA ORIGEM E
EVOLUÇÃO EM
MARECHAL CÂNDIDO
RONDON – PR**

Evandra H. MENDES,
Francieli HEIN,
Fabiane KLEINSCHMIDT,
Júlia C. L. NUÑEZ
e Sandra KOCHEPKA

UNIOESTE



INTRODUÇÃO

Segundo o conceito atribuído à Ginástica Rítmica (obtido no site da Confederação Brasileira de Ginástica Rítmica, 2002) a Ginástica Rítmica (GR) é uma modalidade exclusivamente feminina e pode ser classificada entre arte e esporte. Esta modalidade esportiva relaciona três elementos: corpo, música e aparelho. Ela apresenta uma grande complexidade de movimentos e configura sua técnica por elementos da dança, ginástica e artes de manipular aparelhos.

A Ginástica Rítmica pode ser definida como: “A máxima expressão harmônica corporal, a essência do ritmo e inspiração desportiva, o fulgor do espírito e a beleza do corpo em movimento”, ou ainda “Uma arte dinâmica, criativa, natural, orgânica com movimentos característicos próprios, diferentes de outras escolas de expressão corporal”.

Através destas definições podemos observar que a Ginástica Rítmica reúne todas as qualidades para o desenvolvimento integral do ser humano. Sua beleza plástica, graça e elegância formam um conjunto harmonioso de movimento e ritmo.

É definida também como uma relação harmoniosa entre o corpo em movimento, os objetos manipulados, o espaço envolvente inter-relacionados com a música.

É difícil definir as origens, mas se sabe que a ginástica rítmica começou a ser praticada desde o final da Primeira Guerra Mundial, mas não possuía regras específicas nem uma denominação, mas já utilizava elementos de coreografia de dança. Várias escolas de ginástica inovavam os exercícios tradicionais da Ginástica Artística, misturando-os com música. Em 1946, na Rússia, surge o termo “rítmica”, devido à utilização da música e da dança durante a execução dos movimentos. No decorrer do tempo, suas estruturas foram se desenvolvendo e se refinando até ganharem a forma de um esporte de competição. Foi reconhecida oficialmente pela Federação Internacional de Ginástica (FIG) em 1962. Em 1984, a GRD foi reconhecida pelo Comitê Olímpico Internacional e introduzida nos Jogos Olímpicos daquele ano. Os países do Leste Europeu têm sido grandes dominadores do esporte. Nos Jogos de Sydney, em 2000, o conjunto brasileiro conseguiu o seu melhor resultado em uma Olimpíada: o oitavo lugar. Foi a primeira vez que o Brasil se classificou para a fase final da competição. Outra grande conquista do Brasil na GRD foi a medalha de ouro nos Jogos Pan-Americanos de Winnipeg, Canadá, em 1999, o que contribuiu para que esta modalidade esportiva passasse a ser notada no cenário esportivo nacional.

GUIRAMAND (2002) advoga que, a ginástica rítmica é o exercício de solo da ginástica artística com adereços de mão em que as atletas combinam música com exercícios de equilíbrio e flexibilidade em cada um dos aparelhos: maçãs, bola, fita, corda e arco. O espetáculo conjuga movimentos corporais, malabarismo com objetos e música. A mesma autora descreve as regras desta modalidade esportiva: num tablado de 13 x13 metros, as ginastas têm de 60 a 90 segundos para se apresentar. São usados cinco aparelhos: a bola (de borracha ou plástico), a fita (com seis metros se divide em duas partes: o estilete, de fibra de vidro, e o tecido, de cetim ou outro material similar não engomado, o comprimento máximo do estilete é de 60cm), a corda (é feita de cânhamo ou qualquer material sintético, seu comprimento é proporcional ao tamanho da ginasta), o arco (é de madeira ou de material sintético, com um diâmetro entre 80cm e 90cm, e não pode pesar menos de 300 gramas) e as maçãs (bastões com o formato de pinos de boliche). A GRD, tem dois tipos de campeonatos: o individual e de conjunto com equipes de cinco atletas. Nos campeonatos individuais das categorias juvenil e adulta, a ginasta obrigatoriamente participa de quatro provas (aparelhos) dos cinco. Esses aparelhos são definidos a cada ciclo olímpico.

Na disputa da competição individual, 24 ginastas se apresentam na fase eliminatória, classificando-se as oito melhores para as finais. Na competição por equipes, oito dos dez times se classificam para a disputa final.

Na apresentação individual cada atleta se apresenta quatro vezes, em cada uma delas levando um objeto diferente. O arco não é usado. Na competição por equipe o tempo é de até 2 minutos e 30 segundos. As equipes fazem duas apresentações. Na primeira, todas as ginastas usam as maçãs. Na segunda apresentação duas ginastas usam o arco e três as fitas. O desempenho entre as diferentes provas artísticas é avaliado em três aspectos, por uma banca de quatorze juizes que são subdivididos em três júris. O júri técnico julga a dificuldade da apresentação. O júri artístico avalia a beleza, a harmonia e a música. A terceira banca analisa a execução, o virtuosismo e possíveis falhas, como deixar um instrumento escapar das mãos. Como na ginástica rítmica ganha quem errar menos, geralmente a disputa é decidida neste último quesito. As apresentações por conjunto valem até 20 pontos e a individual, 10 pontos.

A ginasta parte de 20 pontos (10 pontos referentes à execução, cinco referentes ao valor artístico e cinco ao valor técnico) e recebe descontos por faltas. Penalizam-se a carência de variações nos exercícios ou sua insuficiente execução. O valor estético e o sentido de ritmo conta

tanto na pontuação quanto a dificuldade do exercício. A nota da ginasta é dividida por dois para a obtenção do resultado final.

A Ginástica Rítmica, como desporto competitivo está presente em todas as formas harmônicas da totalidade de movimento. Representa o jogo dialético entre a harmonia do corpo e as habilidades nos aparelhos, obtidas pela integração paradoxal, traduzido pela ausência e contato sensual entre o corpo e o objeto, e ainda como um jogo de relações e interações entre o EU , os outros e os objetos.

Este esporte essencialmente feminino , utiliza a linguagem corporal como um dos meios, em que os gestos gímnicos e artísticos integrados, descrevem a linguagem e o movimento através de seu veículo de interpretações que é o corpo.

Para que todas estas relações entre corpo, movimento e aparelhos se efetivem é imprescindível que a aprendizagem da Ginástica Rítmica aconteça de forma integral, onde a criança seja entendida como um ser que possui necessidades e expectativas físicas, psicológicas, emocionais e especialmente sociais, que precisam ser levadas em consideração no ensino de qualquer modalidade esportiva.

OBJETIVOS

- Oportunizar as crianças da comunidade local a prática sistematizada da Ginástica Rítmica, idealizada no seu caráter lúdico, criativo e social do município de Marechal Cândido Rondon - PR.
- Proporcionar condições de aprendizagem da Ginástica Rítmica a crianças de 6 a 12 anos do município de Marechal Cândido Rondon - PR.
- Desenvolver a criatividade e o gosto pela atividade física , através das atividades lúdicas e recreativas proporcionadas pela prática da Ginástica Rítmica.
- Participar de eventos sociais, culturais elevando e divulgando a instituição como um todo.

METODOLOGIA

Visando atender as necessidades e expectativas dos praticantes da Ginástica Rítmica na iniciação esportiva desta modalidade pretende-se através de sessões práticas em formas de aulas de iniciação em Ginástica Rítmica, proporcionar aos participantes oportunidades de vivenciar e aprender os fundamentos básicos desta, que são: formas de andar, for-

mas de correr, formas de saltitos, formas de saltos, formas de equilíbrios, formas de pivots e formas de equilíbrios, bem como a utilização de seus aparelhos: corda, arco, bola, maçãs e fita.

As aulas ou sessões práticas tem duração de uma hora e trinta minutos cada, distribuídas em duas sessões semanais. Serão realizadas no pavilhão de ginástica da Unioeste- Campus de Marechal Cândido Rondon.

São oferecidas 60 vagas distribuídas em duas turmas de 30 praticantes cada, uma no período matutino e outra no vespertino, a idade poderá variar entre 6 a 10 anos.

Os materiais utilizados pertencem ao departamento e são utilizados nas aulas práticas das disciplinas referentes a este conteúdo.

É proporcionado a oportunidade para os acadêmicos participarem do projeto como monitores, podendo ser considerado como estágio da disciplina e ser computado como horas complementares do curso.

Na proposta de iniciação esportiva da Ginástica Rítmica, pretende-se desenvolver as sessões ou aulas de forma criativa, lúdica, crítica e formativa, onde as atividades irão privilegiar jogos e brincadeiras especialmente as coletivas, relacionando com os conteúdos da Ginástica Rítmica.

CONCLUSÕES

O projeto iniciou no ano de 2002, atingindo um total de 60 crianças do sexo feminino com idade entre 6 a 12 anos do município de Marechal Cândido Rondon - PR. No período do ano de 2002, houve cerca de 20% de desistência entre os participantes do projeto. No período do início do ano de 2003 até o mês de junho não houveram desistências. Foram abertas mais 30 vagas no período vespertino, as crianças que participaram no ano anterior tinham vaga garantida para o ano de 2003. Este projeto proporcionou ao município de Marechal Cândido Rondon - PR, a prática de mais uma modalidade esportiva direcionada ao público feminino, a qual não existia no município até então. Com a realização de apresentações pelas crianças participantes do projeto em eventos culturais, esportivos e em ambientes como escolas municipais e particulares a população teve acesso a esta modalidade nova até o momento, e acolheu com muita simpatia e admiração a novidade.

Algumas crianças que se destacaram em nível técnico já participaram de competições de Ginástica Rítmica, nas cidades de Maringá “Campeonato Paranaense Nível II” e em Toledo “ I Copa Oeste de Ginástica

Rítmica”, levando o nome do município de Marechal Cândido Rondon - PR e da Unioeste - Universidade Estadual do Oeste do Paraná.

Organizamos também no município de Marechal Cândido Rondon - PR, uma etapa da “I Copa Oeste de Ginástica Rítmica”, onde o público teve a oportunidade de assistir uma competição desta modalidade, e entender um pouco mais sobre a mesma.

Percebemos que além de ensinar a Ginástica Rítmica às crianças de Marechal Cândido Rondon - PR, a Universidade tornou-se um pólo de desenvolvimento e disseminação do saber, especialmente neste sendo precursora de algo praticamente desconhecido, cumprindo seu caráter extensionista e de produção e disseminação de conhecimento, participando do processo histórico-cultural do município.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

GRAMSCI, Antonio. **Concepção dialética da história**. Rio de Janeiro, Civilização Brasileira, 1987.

KUNZ, Elenor. **Transformação didático-pedagógica do esporte**. Ijuí: Ed. Unijuí, 2000.

LAFFRANCHI, Bárbara. **Treinamento Desportivo Aplicado à Ginástica Rítmica**. Londrina: UNOPAR, 2001.

PEREGORT, Ana Barta E DELGADO, Conxita Duran. **1000 ejercicios y juegos de gimnasia rítmica desportiva**. Editorial Paidotribo. Coléccion Deporte.

SILVA, Ana Marcia. **Corpo, ciência e mercado: reflexões acerca da gestão de um novo arquétipo da felicidade**. Campinas, SP: Autores Associados: Florianópolis: Editora da UFSC, 2001.