

GINÁSTICA RÍTMICA E PEDAGOGIA DO ESPORTE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Kizzy Fernandes Antualpa

Faculdade de Educação Física - UNICAMP, Campinas, São Paulo, Brasil.

e-mail:kizzyantualpa@gmail.com

Introdução: A Ginástica Rítmica (GR) é um esporte sistematizado pela Federação Internacional de Ginástica (FIG), considerado estritamente feminino, embora haja alguns praticantes da versão masculina. A GR abrange alguns movimentos corporais obrigatórios e tem como aparelhos específicos o arco, a bola, a corda, as maçãs e a fita, e é executada individualmente ou em conjunto (5 ginastas). Como esporte, é conceituada como a busca pelo belo, cujo objetivo é alcançar a perfeição técnica através de horas de treinamento, sendo este planejado em seus mais profundos detalhes para o alcance de uma ótima execução. No entanto, o desempenho neste esporte está vinculado à capacidade da ginasta de absorver o treinamento, além de depender também de fatores genéticos. Em Jundiaí a GR teve seu início em 2006, sendo mais profundamente desenvolvida a partir de 2007 com a entrada de profissionais especialistas no desporto, sendo este o ano da criação da equipe de competição e a primeira apresentação da equipe jundiaense em Jogos Regionais e Abertos, e tendo alcançado em 2009 seu melhor desempenho. O treinamento passou por mudanças em sua organização ao longo desses 3 anos. No primeiro ano as ginastas treinavam em média 5 horas por semana, e atualmente a equipe treina entre 16 e 20 horas semanais, sendo que em regra treina em 4 sessões durante a semana, acrescentando-se eventuais treinos extras aos sábados. **Objetivo:** O trabalho busca demonstrar o processo de desenvolvimento da modalidade no município, relacionando o número de atletas e o desempenho em competições estaduais. **Metodologia:** A amostra foi constituída por 18 atletas do gênero feminino, da equipe de ginástica rítmica de Jundiaí, com idade entre 06 e 17 anos, de diferentes categorias, com em média 2 anos de treinamento. As sessões de treino foram planejadas e avaliadas ao início e ao final de cada ano, para que houvesse reajustes na carga de treinamento. **Resultados:** Tabela 1: Número da equipe

	2007	2008	2009
Quantidade de atletas do município	10	20	18
Participação da equipe em competições	2	4	6
Número de atletas do município participantes em Jogos Regionais e Abertos	1	2	6
Presença da equipe em pódios	2	1	4

Conclusão. A partir do momento em que a equipe passou a treinar durante um maior período de tempo, houve um conseqüente aumento da carga de treinamento e, assim, uma maior especialização na modalidade, como se pode observar na tabela acima. Vê-se, portanto, que a mudança na estrutura do treinamento provocou uma evolução do município no âmbito estadual, trazendo com isso melhores colocações e destaque nos campeonatos e outros eventos do ambiente gímnico.

Palavras chaves: ginástica rítmica, pedagogia do esporte, desenvolvimento