

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

Kizzy Fernandes Antualpa

**Ginástica rítmica e
contorcionismo:
primeiras aproximações**

Campinas
2005



Kizzy Fernandes Antualpa

**Ginástica rítmica e
contorcionismo:
primeiras aproximações**

Trabalho de Conclusão de Curso
Graduação apresentado à Faculdade de
Educação Física da Universidade
Estadual de Campinas para obtenção do
título de Licenciada em Educação Física

Orientadora: Prof^a Dra^a Eliana Ayoub

Campinas
2005

UNIVERSIDADE FEF/1120
CHAMADA:
c/unicamp
An 89g
E:
MBO BC/ 2691
O:
PFCO
ATA 2011/05
CPD 375573
200600617

**FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA
BIBLIOTECA FEF - UNICAMP**

An89g Antualpa, Kizzy Fernandes.
Ginástica rítmica e contorcionismo: primeiras aproximações /
Kizzy Fernandes Antualpa. - Campinas, SP: [s.n], 2005.

Orientador: Eliana Ayoub.
Trabalho de Conclusão de Curso (graduação) – Faculdade de
Educação Física, Universidade Estadual de Campinas.

1. Ginástica. 2. Circo. 3. Ginástica rítmica. I. Ayoub, Eliana. II.
Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação
Física. III. Título.

Kizzy Fernandes Antualpa

Ginástica rítmica e contorcionismo: primeiras aproximações

Este exemplar corresponde à redação final do Trabalho de Conclusão de Curso Graduação defendido por Kizzy Fernandes Antualpa e aprovado pela Comissão julgadora em: 05/11/2005

Prof^a/Dr^a/Eliana Ayoub

Orientadora

Prof^a. Dr^a. Elizabeth Paoliello Machado de Souza

Banca Examinadora

Dedicatória

Dedico este trabalho a meus pais queridos que sempre estiveram ao meu lado, e que ainda hoje me apóiam em todas as decisões de minha vida, ao meu noivo e a Deus.

Agradecimentos

Agradeço primeiramente aos meus pais, pessoas que desde sempre me apoiaram em todos os momentos da minha vida, meus primeiros passos, a minha primeira dança, o meu primeiro festival... Você se lembra mãe do meu teste no Regatas, eu vestidinha de bailarina, e você lá sempre ao meu lado, quando iniciei na ginástica e quando fui obrigada a abandoná-la. Quantos momentos passamos juntas até chegar este aqui, o início de uma nova fase, um recomeço.

Ai mãe, o quanto te agradeço por tudo que fez por mim, dias sem comer, noites mal dormidas, sacrifícios incontáveis. Não tenho palavras para dizer o quanto te amo e sou grata, você é a pessoa mais maravilhosa do mundo. Pai, a você também só tenho a dizer obrigada, obrigada por ser atencioso, observador, sempre pronto a me dar dicas, que às vezes me deixam brava é claro, mas que no fundo nunca deixei de escutá-las.

Quero agradecer ao Fernando, meu noivo querido, que me ajudou muito nesta nova etapa. Levei broncas, mas também muito "colo" quando apenas precisava ficar quietinha. Obrigada a você Fer por fazer parte da minha vida. Te amo muito....

Aos meus amigas e amigos, que sempre estiveram ali, pra qualquer coisa, chorar, gritar, rir... Agradeço à Lia, minha amiga bióloga que ama a federal, por nunca desistir de mim. À Tici, que é uma das grandes responsáveis por eu estar aqui hoje e mora dentro do meu coração. À Cin, minha amiga de infância, que com seu jeitinho meigo também tem um lugar cativo no meu coração.

Aos meus amigos da faculdade, Pingüim, Sil, Paula, turma 02d, time de futsal, GGU... todo mundo, que mesmo eu tendo ficado longe por algum tempo, sinto que não foi suficiente para sair de seus corações.

A você Flop's (Flora), que num momento inesperado entrou no ginásio se oferecendo pra ajudar e nunca mais me abandonou. Obrigada "estagiária" que além de tudo é uma grande amiga.

Minhas alunas queridas, que me fizeram amar, agora de maneira diferente, uma das coisas mais importantes da minha vida, a ginástica rítmica. Quantas vezes seus sorrisos e seus abraços me fizeram esquecer de tudo, só pra estar ali, com elas.

Às minhas queridas estrelas, meninas da Dinamarca, nunca esquecerei os momentos que passamos juntas.

Gostaria de lembrar também da minha família querida, minha avó que não está mais entre nós, mas que com certeza não deixou de olhar por mim. Meus padrinhos, tios, e primos... a todos um muito obrigada, e também uma saudação de boas vindas, ao Enzo, que com certeza nos trará muita alegria. Tio Carlinhos, me formei no curso...!!!!

Agradeço aos meus professores, pois sem eles eu não estaria aqui. Obrigada pelo voto de confiança, e digo que mais está por vim.

Agradeço à Beth, que desde pequena me fez acreditar que era possível, por não me deixar de desistir do sonho e por me deixar vivê-lo com o GGU.

Quero agradecer especialmente à Nana, a melhor orientadora do mundo, obrigada por fazer parte de mais uma etapa da minha vida, obrigada por não me deixar desistir, e obrigada por estar aqui hoje.

ANTUALPA, Kizzy Fernandes. Ginástica rítmica e contorcionismo: primeiras aproximações. 2005. 56f Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

RESUMO

A ginástica rítmica (GR) caracteriza-se como uma prática corporal que aparece, atualmente, não apenas pelo seu caráter esportivo, mas também pelas suas relações com a dança, conferindo-lhe uma dimensão artística, que somada à expressão corporal e às técnicas corporais formam esta modalidade esportiva tal como a conhecemos hoje. Neste estudo, procuramos estabelecer algumas aproximações entre a GR e a prática do contorcionismo, tomando como referência o processo de sistematização da ginástica e suas relações com o universo do circo, assim como as manifestações da ginástica rítmica observadas na atualidade, sobretudo nos campeonatos mundiais desta modalidade, nos quais observamos que a GR e o contorcionismo são duas práticas que apesar de terem percorrido caminhos diferentes, juntas proporcionam um espetáculo em que as ginastas, com sua flexibilidade extrema, podem ser consideradas verdadeiras contorcionistas.

Ginástica, circo, ginástica rítmica, contorcionismo.

ANTUALPA, Kizzy Fernandes. Rhythmic gymnastic and contortion: the first approximation. 2005. 56f Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2005.

ABSTRACT

The Rhythmic Gymnastic (RG) is characterize to be a physical practice that shows itself, actually, not just because of yours sports characteristics, but also because of your relationship with dance, granting the artistic dimension, that combine to the body expression and the physical technique make this sport as we know now. In this study we tried to establish some approximations between RG and contortion, taking as references the process systematization of gymnastic and the relations with circus world, as the rhythmic gymnastics manifestations observed in own times, specially in the RG world championships, places where we can see that RG and contortion can, despite they have been into different ways, together make a really good show, where the gymnastics with the extreme flexibility, can be considered also as truly contortionists.

Gymnastic, circus, rhythmic gymnastic, contortion.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 -	Kizzy Antualpa. Revista do Jornal Correio Popular, 1998.	14
Figura 2 -	Kizzy Antualpa. Gymn Photography, 1999.	15
Figura 3 -	Georges Seurat. <i>O Circo</i> , 1891.	19
Figura 4 -	Contorção frontal <i>Ravi the Scorpion Mystic</i> , Times Square, Nova Iorque, 2004.	22
Figura 5 -	Contorção caudal. http://www.possic.de	23
Figura 6 -	Antepodismo. http://www.cirquedusoleil.com	26
Figura 7 -	Arcos e o picadeiro. http://www.cirquedusoleil.com	26
Figura 8 -	Apoio invertido. http://www.jasmine.com	27
Figura 9 -	Ginástica rítmica em preto e branco. http://www.worldcup.cc.uz	33
Figura 10	Dançando com arcos. http://www.worldcup.cc.uz	34
Figura 11	Ginasta búlgara Maria Petrova. http://www.rsg.net	42
Figura 12	Ginasta búlgara Maria Petrova – 2. http://www.rsg.net/	43
Figura 13	Ginasta russa Amina Zaripova. http://www.rsg.net	44
Figura 14	Ginasta russa Yana Batrichina. http://www.rsg.net	44
Figura 15	Ginasta russa Natalia Lipkovskaya. http://www.rsg.net	45
Figura 16	Ginasta russa Alina Kabaeva. http://www.comaneci-salto.com	47
Figura 17	Ginasta russa Alina Kabaeva – 2. http://www.comaneci-salto.com	48
Figura 18	Ginasta russa Alina Kabaeva – 3. http://www.rsg.net	49
Figura 19	Ginasta russa Olga Kapranova. http://www.comaneci-salto.com	49
Figura 20	Ginasta russa Irina Tchachina. http://www.comaneci-salto.com	50

LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS

COI	Comitê Olímpico Internacional
FEF	Faculdade de Educação Física
FIG	Federação Internacional de Ginástica
GG	Ginástica geral
GR	Ginástica rítmica
UNICAMP	Universidade Estadual de Campinas

SUMÁRIO

1. Introdução	13
2. Circo	16
2.1 Contorcionismo	20
3. Ginástica e Circo	24
4. Ginástica rítmica e contorcionismo	30
Referências Bibliográficas	50
Anexos	52

1. Introdução

Equilibristas, funâmbulos, volantis, palhaços, bailarinas, contorcionistas, anões, personagens que chegam e partem, transitórias, nômades.

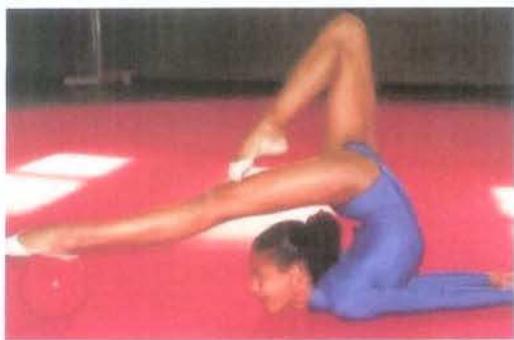
Qual era o seu lugar? O seu mundo inteiro conhecido e, principalmente, imaginado. Era sempre o lugar onde houvesse gente que se dispusesse a rir, a aplaudir, a se embevecer com as peripécias do corpo, de um corpo ágil, alegre, cheio de vida porque expressão de liberdade e, sobretudo, resistente às regras e normas(SOARES, 1998,p.24).

A ginástica sempre esteve presente em minha vida. Desde muito cedo, o interesse pelas atividades físicas e o encanto com a ginástica levaram-me a freqüentar as aulas de Ginástica Artística do projeto *Crescendo com a Ginástica* desenvolvido pela professora Villma Nista Piccolo na Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas – UNICAMP.

A ginástica rítmica iniciei aos sete anos, através de um convite feito por minha professora, durante uma aula de educação física no Colégio Sagrado Coração de Jesus, em Campinas/SP, onde eu estudava. Nunca tinha ouvido falar em ginástica rítmica, mas a possibilidade de fazer parte de uma equipe de ginástica era muito mais do que eu sempre tinha sonhado. Meu início na ginástica cumpriu a prática tradicional da procura de talentos - observação das crianças nas suas brincadeiras de rua ou nas atividades físicas para a escolha dos praticantes desse esporte de alto rendimento, de preferência meninas com boa amplitude e elasticidade muscular, flexíveis e com pernas longas.

Durante dez anos fui ginasta no Clube Campineiro de Regatas e Natação – CCRN, em Campinas/SP, e nos últimos oito anos como atleta, fui integrante da seleção brasileira de ginástica rítmica. Participei de dezenas de campeonatos estaduais, nacionais e internacionais e também de inúmeras apresentações. Conquistei muitos títulos dentro e fora do Brasil. Treinei na Bulgária, no Canadá, no Japão. Viajei muito. Muitas foram as emoções, alegrias e tristezas vividas durante esses dez anos. Treinava geralmente de cinco a seis vezes por semana, quatro a cinco horas por dia, permanecendo no ginásio de vinte a vinte e cinco horas por semana, realizando exercícios repetitivos na busca da exatidão, perfeição e precisão, aliada à beleza plástica dos movimentos e ao sincronismo entre música e movimento. Muitas férias escolares se

passaram dentro do ginásio. Eu cresci dentro do ginásio. Meus brinquedos foram o arco, a bola, a corda, a fita e as maçãs. Em minhas viagens para melhorar minha condição de atleta, como os treinamentos que realizei na Bulgária, os treinos eram redobrados, pois lá eu não tinha escola e a única coisa que deveria fazer naquele local era treinar, treinar e treinar



Eu, no Clube Campineiro de Regatas e Natação, 1994.

Figura 1

Mas como disse anteriormente a ginástica também foi a minha “rua”, quantas brincadeiras realizamos dentro daquele centro de treinamento, brincadeiras diferentes é claro, gostávamos de imitar as grandes ginastas, realizar suas séries, reproduzir seus movimentos. Em preparação para a Olimpíada de Atlanta, 1996, a seleção búlgara ria de nossas performances, penso que naquele momento esqueciam-se um pouco da responsabilidade e apenas riam conosco, pequenas meninas.

Mas esse tempo passou, cresci, e quando me preparava para o Campeonato Panamericano de Winnipeg (Canadá) em 1999, por um achado radiológico, no qual se constatou um problema congênito em minha coluna cervical, tive de abandonar tudo. Jogando handebol em uma aula de educação física na escola em que estudava, iniciei um contra-ataque, não havia ninguém a minha frente, éramos apenas a goleira e eu, quando senti algo me puxar para traz e caí, batendo a minha cabeça diretamente no solo.

Assim tudo começou, ida a médicos, inúmeros exames e a frustração de um sonho. Não poderia mais treinar, não poderia mais tentar a vaga para as Olimpíadas, o sonho havia terminado e eu não entendia como e por que. Quantos me disseram que desta vez era possível, que eu poderia ir sim representar o Brasil no campeonato mais almejado por qualquer atleta, mas não foi. Afastei-me durante anos. Prestei vestibular para outras carreiras, porque segundo os médicos não poderia mais cursar educação física. Mas foi o início da graduação na Faculdade de Educação Física da UNICAMP que um reencontro com o mundo da ginástica me foi proporcionado, através da participação no Grupo Ginástico da Faculdade de Educação Física (GGFEF), vivenciando diferentes interpretações da ginástica inseridas no contexto da ginástica

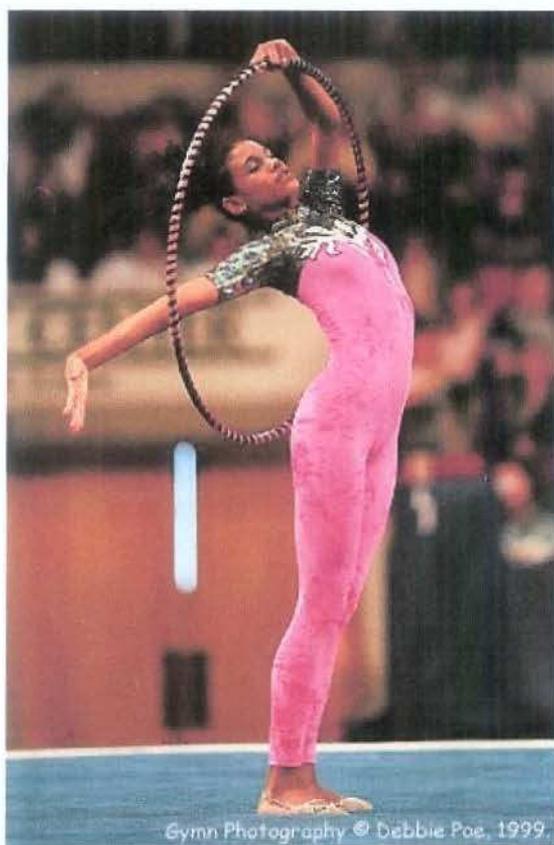
geral (GG). Simultaneamente, ingressei no Grupo Ginástico UNICAMP (GGU)¹ vinculado ao Grupo de Pesquisa em GG, que vem realizando estudos sobre as tendências da educação física escolar e comunitária e das várias possibilidades de utilização de materiais tradicionais e alternativos em apresentações de ginástica geral, acessíveis à comunidade geral, assim como escolas de ensino fundamental e médio.

Através dessa experiência pude conhecer e vivenciar um outro lado da ginástica, o não competitivo, o lúdico e prazeroso e foi assim que com esse meu novo encontro com a ginástica surgiram muitos questionamentos a respeito da dimensão técnica da GR competitiva, assim como dos treinamentos exaustivos aos quais eu era submetida.

Entretanto, a grande inquietação que impulsionou a realização deste estudo surgiu quando passei a acompanhar novamente as competições pela televisão e me surpreendi ao constatar como a GR havia incorporado, com tanta “agressividade”, o contorcionismo, também belo, mas no contexto da ginástica que antes se contrapunha às idéias da arte das ruas, mostra-se sem o significado tão buscado pela ginástica “científica” em sua origem.

Pretendo, então, com este estudo, fazer algumas aproximações entre a ginástica rítmica e o contorcionismo, procurando refletir a respeito dos caminhos percorridos pela GR nos últimos anos.

¹ Estes grupos de GG eram coordenados pela Prof^a. Dr^a Elizabeth Paoliello Machado de Souza e pelo Prof. Dr. Jorge Sérgio Perez Gallardo. Atualmente estão sob a coordenação da Prof^a. Dr^a Elizabeth Paoliello Machado de Souza.



Eu, durante a competição American Cup, realizada em Filadélfia, 1999. Minha última competição.

Figura 2

2. O Circo

Compunham assim todos os atos do “teatro do povo” (...). Traziam o corpo como espetáculo. Invertiam a ordem das coisas. Andavam com as mãos, lançavam-se ao espaço, contorciam-se e encaixavam-se em pequenos potes, em cestos, imitavam bichos, vozes, produziam sons com as mais diferentes partes do corpo, cuspiam fogo, vertiam líquidos inesperados, gargalhavam, viviam em grupos. Opunham-se assim aos novos cânones do corpo acabado, perfeito, fechado, limpo e isolado que a ciência construirá, da vida fixa e disciplinada que a nova ordem exigia (SOARES, 1998, p.25).

Antes do ser humano tentar criar e adestrar animais, a população já se entretinha com as apresentações circenses, se é que podemos chamá-las assim, pois as primeiras informações sobre o aparecimento das artes circenses são datadas de mais de 3.000 anos em pinturas encontradas na China que retratavam acrobatas, contorcionistas e equilibristas. De acordo com Mauclair (1995), a acrobacia foi a primeira manifestação artística corporal do ser humano, de quem se exigia agilidade, flexibilidade e força.

Segundo Castro (*apud* Duprat, 2004), nas pirâmides do Egito existem pinturas de malabaristas e paradistas, sempre associadas a festas e ou demonstrações. Na Índia os números de contorção, saltos e pirofagia fazem parte dos milenares espetáculos sagrados juntamente com a música, a dança e o canto. Já na Grécia os exercícios como parada de mãos, números de força e contorcionismo eram tidos como modalidades olímpicas.

O ápice do Circo Antigo se deu em Roma com a criação do *Circus Maximus*, onde eram realizados jogos romanos, os quais conhecemos hoje como combates de gladiadores e corridas de biga. Depois de uma transformação um tanto quanto sangrenta, com a perseguição de cristãos que depois eram atirados às feras, os artistas circenses passam a se instaurar como uma nação de artistas ambulantes, pois suas apresentações aconteciam agora de forma improvisada perante praças públicas, entrada das igrejas e feiras populares (Castro *apud* Duprat, 1998, p.1). Na Idade Média este fenômeno é agravado pela pobreza e também pela busca do sagrado, o que acarreta um preconceito e discriminação cada vez maior em relação aos artistas, já que a única performance aceita era aquela realizada em locais específicos. Mas apesar destas tentativas de

supressão ao circo, o circo popular ainda se manteve, resistindo até mesmo às novas tendências do circo moderno.

O circo moderno tem seu início paralelamente ao crescimento dos artistas livres, que tinham a rua como seus palcos e suas praças como picadeiros. Um dos sucessos do circo moderno era a arte equestre, que através de sua elegância cativou o público aristocrata e burguês. É neste momento que os picadeiros, como se conhece hoje, começam a surgir, trazendo a forma circular e repleta de atividades, as quais eram realizadas pelos artistas “livres” que antes ficavam nas ruas. Uma das características inovadoras do circo moderno aparece na Rússia, com Hugues – um dos primeiros criadores do circo – no qual o balé e a dança aparecem para incrementar o espetáculo com movimentos de força e qualidade.

Depois de muitas ameaças de extinção o circo acaba se transformando, mas é no contato entre a tradição do circo e a vanguarda do teatro que surge o circo como arte, ou seja, os espetáculos circenses eram muitas vezes comandados por diretores do teatro, músicos faziam composições especiais e a dança clássica assume um papel importantíssimo neste contexto.

Em diversos países o circo assume características diferentes, como por exemplo no “Canadá, onde ginastas começaram a dar aula para alguns artistas performáticos e a fazer programas especiais para a televisão e em ginásios em que os saltos acrobáticos eram mais circenses” (Duprat, 2004, p.5). Este circo cria uma cumplicidade entre o ator-acrobata e o público, aproximando as técnicas corporais da arte, caracterizando assim o atualmente conhecido Circo Contemporâneo.

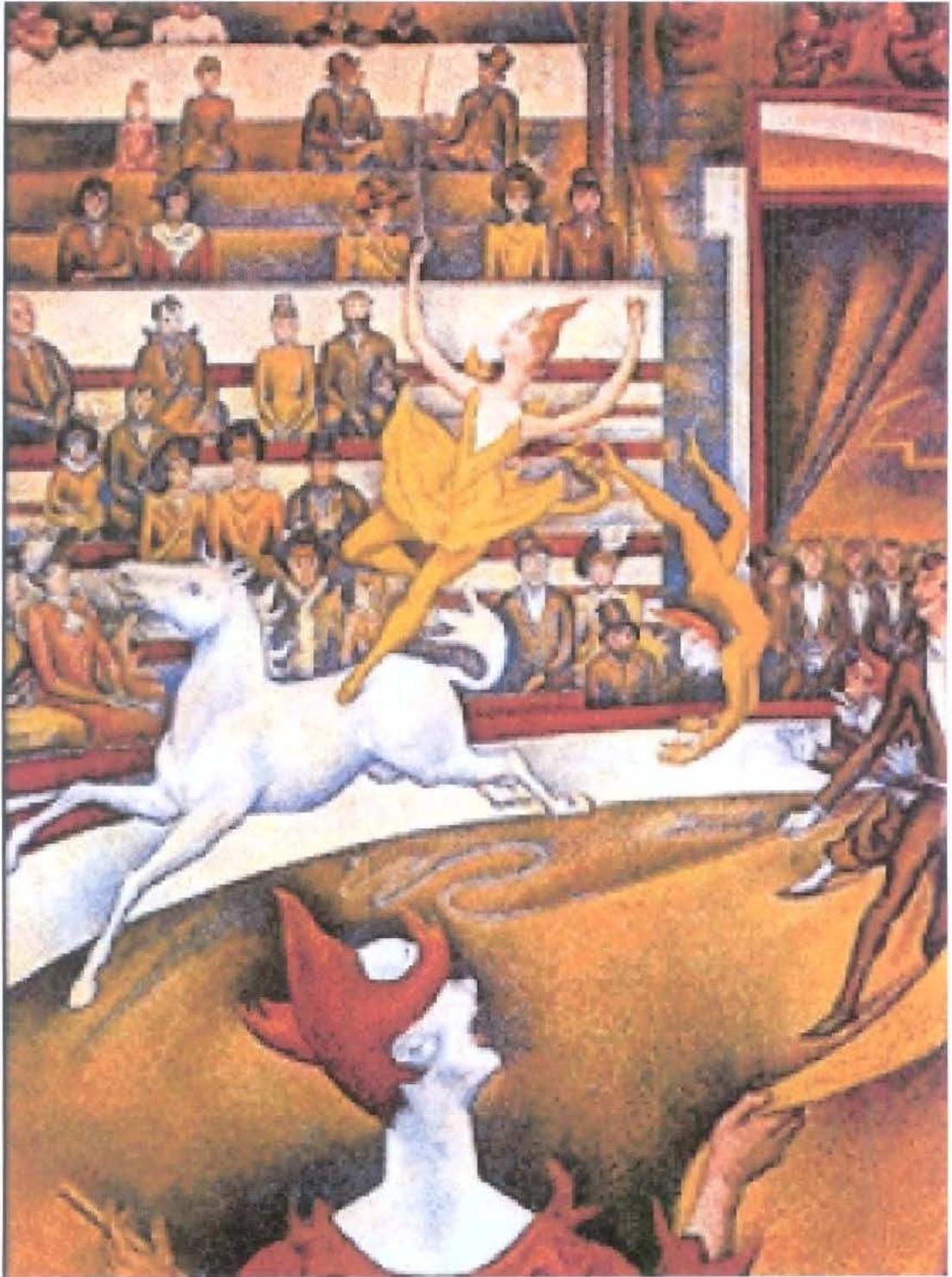


Figura 3

2.1 Contorcionismo

Contorcionismo ou contorção é uma forma de acrobacia que envolve flexões e torções do corpo humano.

Antigamente era constantemente encontrado em ilustrações e esculturas no Egito, Grécia e Roma. Isso traz referências de que esta prática era realizada desde o começo destas civilizações. O circo romano foi um dos impulsos para que o contorcionismo perdurasse até os dias atuais. Além das civilizações antigas esta arte também foi encontrada em meio aos Hindus, que realizavam diversas poses de contorção para atender ao benefício corporal e espiritual. Apesar do contorcionismo ter sido considerado, em toda a sua história, parte do circo dos “horrores”, na Mongólia as mulheres contorcionistas tem uma posição privilegiada perante a sociedade.

Porém, o contorcionismo como conhecemos hoje, citado por Duarte (1995) foi identificado pelos médicos no século XIX a partir de sua transformação numa moléstia, a síndrome de Ehlers-Danlos, causada por uma frouxidão ligamentar, atualmente atribuída à origem genética. Tem-se que esta síndrome pode se manifestar em vários níveis, trazendo conseqüências diversas para o corpo, benéficas ou maléficas ao indivíduo. Em um desses níveis se situam os contorcionistas, que no século XIX apareciam no limite da humanidade, sendo vistos com estranhamento, era inevitável a comparação em direção à vida animal. Isso acontecia devido às apresentações dos contorcionistas da época, que buscavam em suas explorações corporais uma aproximação com o animalesco, transformando-se em seres como lagartos e rãs, o que gerava uma reação muitas vezes de repugnância e até mesmo superstição, como animais associados a práticas de feitiçaria.

O contorcionista sempre foi visto com olhares preconceituosos, com as pessoas se perguntando como aqueles acrobatas poderiam ficar daquela maneira, realizar tais exercícios, se para isso deveriam lubrificar o corpo com algum tipo de óleo, ou se suas articulações eram duplas, ou seja, tinham a capacidade de se dobrar para ambos os lados. Os estudiosos e mesmo praticantes de contorção, relatam que o ato de alongar-se é puramente natural, como afirmado por Ardini (1971) quando diz que todos os animais realizam alongamentos todos os dias, como se soubessem da importância desta prática para uma vida saudável.

Mas é aqui, com o contorcionismo que se nota o quanto as possibilidades do artista estão vinculadas ao corpo, encontrando-se no corpo, porém não um corpo que se movimenta em direção a um alinhamento predeterminado, na função singular de movimento da musculatura, articulação e ossos, mas um movimento que encontra todo o sentido da apresentação, sem que o artista se fixe em qualquer das posições alcançadas.

Portanto, apesar de todas essas comparações fica claro que para entender os contorcionistas e o fenômeno do contorcionismo devemos pensar em duas características: criatividade e fluidez.

Para estes artistas acrobatas os limites do corpo existem para serem superados, sendo que as posições aparentemente impossíveis são as mais desejadas. “Nada de corpos eretos, acabados, individuais: o corpo a se contorcer evidencia partes geralmente escondidas e comunicantes com seu exterior” (Bakhtin *apud* Duarte, 1995)

Na atualidade a contorção é categorizada de duas formas, os artistas que realizam as contorções frontais e as contorções posteriores, dependendo da maneira que o artista realiza o ato.

- *Contorções frontais*: são os exercícios ou posturas que os artistas realizam flexionando o tronco sobre as pernas estendidas, ou mesmo colocando as duas pernas atrás do pescoço.(Figura 3)
- *Contorções caudais*: são os exercícios ou posturas no qual o artista deve colocar os pés na cabeça, realizando extensão de tronco e quadril. Esta é a categoria mais conhecida, que pode ser vista em espetáculos circenses, sendo normalmente realizada em apoios invertidos, sobre pequenos postes, ou mesmo em poses acrobáticas.(Figura 4)
- *Caixas*: existe também a prática de dobrar o corpo dentro de uma caixa, muito pequena, colocando a cabeça entre os joelhos. Vê-se nos circos as bonecas que saem de dentro das caixas.²

² Estes trechos sobre as contorções foram retirados da Internet no site <http://en.wikipedia.org/wiki/Contortion>, e por mim traduzidos do inglês para o português.

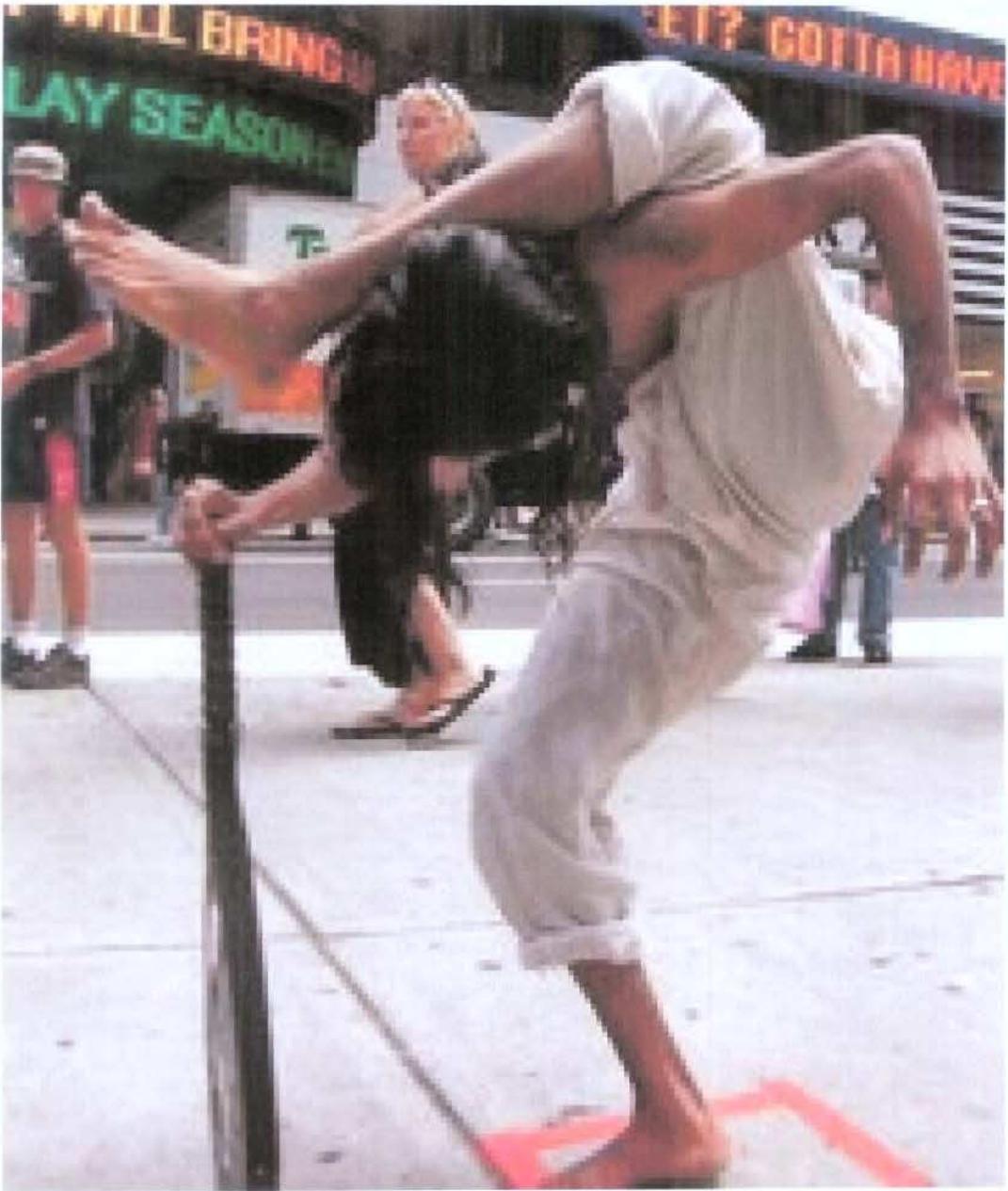


Figura 4

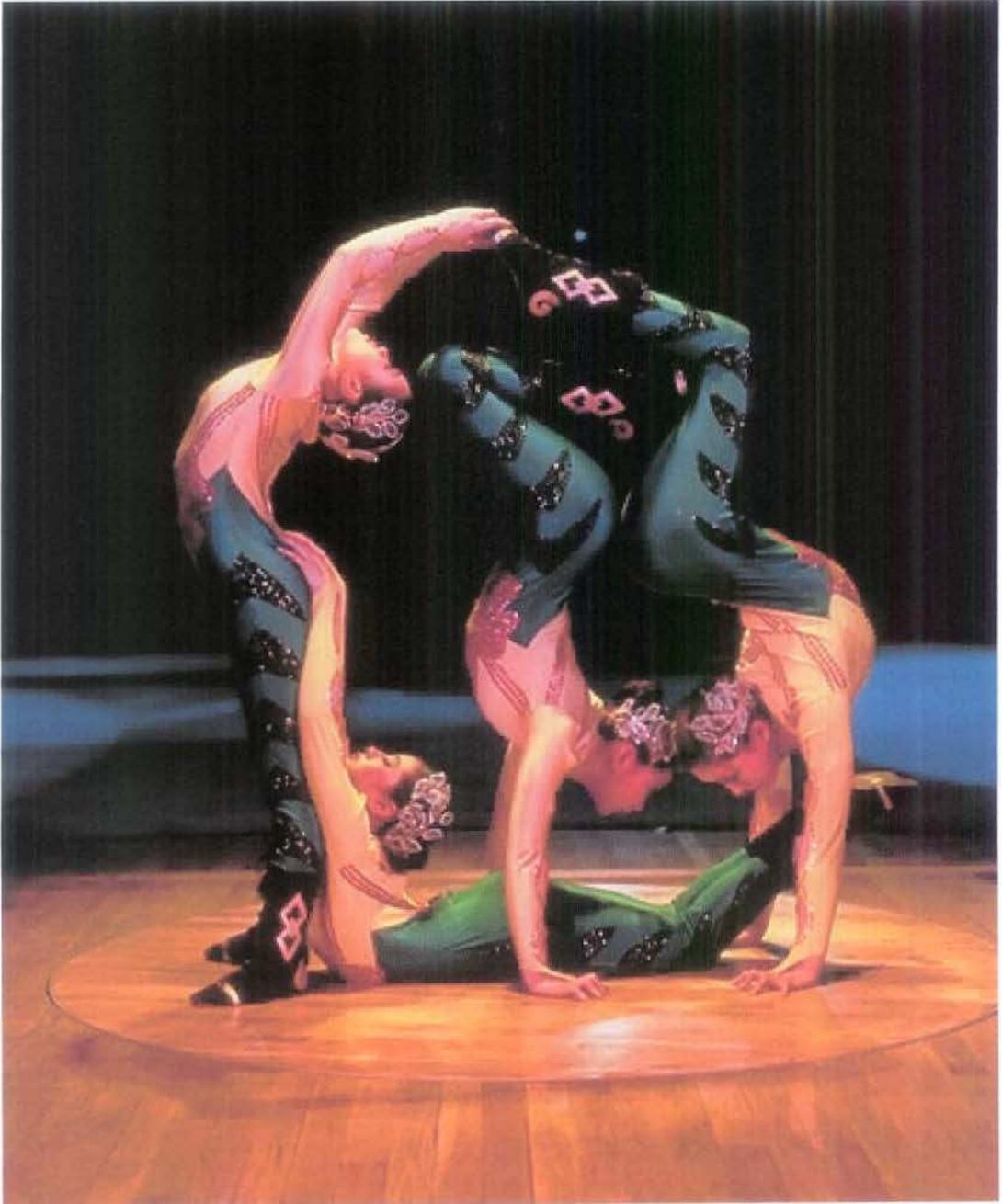


Figura 5

3. Ginástica e Circo

Ao longo da história da humanidade, podemos afirmar que o circo, a ginástica e a educação física se relacionam intensamente. No século XIX, forma-se uma pedagogia que era vinculada à “educação do corpo”, que possibilitava que o gesto corporal fosse predeterminado. É neste contexto que a ginástica se aproxima de uma nova pedagogia instaurada, fazendo com que os movimentos do corpo se enquadrassem segundo as normas vigentes do momento, como as trazidas pelo Movimento Ginástico Europeu,

o qual foi construído a partir das relações cotidianas, dos divertimentos e festas populares, dos espetáculos de rua, do circo, dos exercícios militares, bem como dos passatempos da Aristocracia. Possui em seu interior princípios de ordem e disciplina coletiva que podem ser potencializados. (SOARES, 1998, p18)

A ginástica é, portanto, nesta época, constitutiva de uma lógica que defende que as atividades deveriam trazer algum benefício ao corpo, de forma ordenativa e disciplinadora, tendo o objetivo de barrar os excessos do corpo vividos por acrobatas e funâmbulos. A cientificidade trazida por esta nova prática corporal buscava contrapor os usos do corpo como entretenimento, como simples espetáculo, fazendo com que a arte da rua, onde palhaços, acrobatas e anões despertavam sentimentos de admiração e medo, passasse a ser observada pelas autoridades.

Tem-se neste momento uma valorização do que Soares (1998) denomina de ginástica “científica” como um contraponto ao uso do corpo como entretenimento, pois esta era baseada no princípio da utilidade dos gestos e economia de energia.

Sabe-se que, contrariamente à ginástica, era na rua que as apresentações circenses aconteciam, fugindo das regras e prisões criadas pelo saber científico, exibindo o que desejavam exibir, não importando se aquilo era um ataque à, no caso, burguesia da época. Burguesia, pois é neste momento que esta classe se depara com um adversário, que buscava expor tudo aquilo que queriam esconder, tudo aquilo que ia contra o poder que desejavam

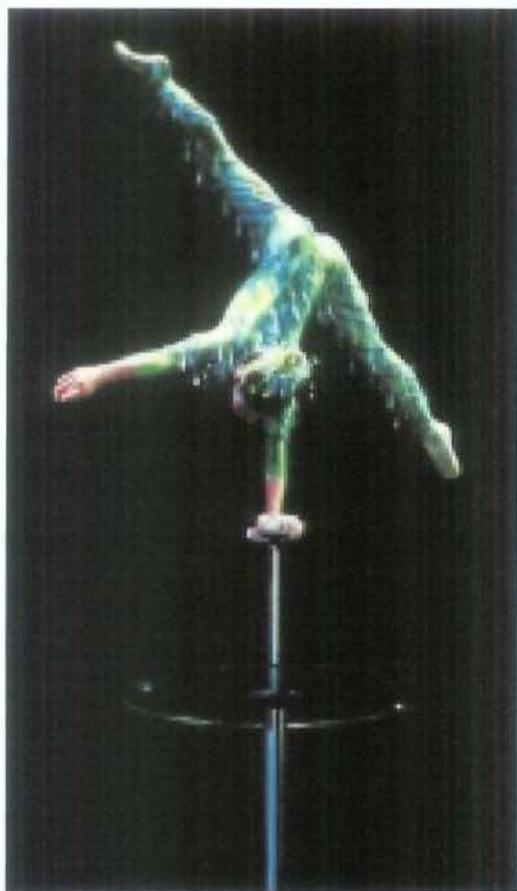
instaurar. Para que isso acontecesse era necessário que se criasse um novo ser humano, uma nova pedagogia do gesto, que fosse caracterizada apenas pela utilidade dos gestos.

Como relatado por Soares (1998) a ginástica era nesta época portanto uma forma de educação do corpo, como realizada por Pestalozzi e reafirmada por Amoros, que acentuava a necessidade do exercício físico na educação das crianças, não apenas como meio de formação física mas também estética e sensorial. Os exercícios criados por Amoros em seu ginásio tinham relação estrita com a utilidade dos exercícios para a vida cotidiana e com a educação moral, tanto que a definição de ginástica trazida por ele defendia uma prática que deveria tornar o homem mais inteligente, corajoso, forte, sendo capaz de resistir às situações de dificuldade da vida ultrapassando obstáculos e perigos. Portanto para o General Amoros a ginástica tinha o objetivo principal de ser um instrumento de utilidade pública.

Embora a negação do circo fosse uma prática costumeira neste período é importante observar que o circo foi utilizado para os processos de sistematização da ginástica tal qual a conhecemos hoje. Na obra de Amoros constata-se o uso de barras fixas, móveis, paralelas, cavalos etc, aparelhos que muito antes eram usados por acrobatas e funâmbulos. Acontece que seu método tinha a simples função de modificar os movimentos realizados pelos artistas a fim de ditá-los segundo os princípios da biomecânica. No circo a idéia era diferenciada, enquanto a Ginástica buscava meios de sistematizar os movimentos corporais, o circo não pretendia educar ninguém, apenas encantar, trazendo o corpo como o centro do espetáculo.

Este, era para os círculos científicos, um fato que incomodava, pois a partir do momento que o circo negava as formas de controle do corpo neste espaço, acabava sendo visto como meio de culto ao riso, fluidez e criatividade. É importante ressaltar que apesar do circo ser um espaço potencialmente de maior liberdade que a ginástica, os processos de prática, de ensaio, também são sistematizados de acordo com parâmetros próprios da cultura circense.

Acrobatas, trapezistas e funâmbulos desprezavam o peso de seus corpos, ignoravam a ameaça de queda. Lançavam se ao espaço como se fossem portadores de asas invisíveis. Aos olhos da platéia, voavam, trocavam de lugar em pleno ar, e desenhavam, no vazio do espaço, com seus corpos, linhas imaginárias por onde seguiam. Nas cordas e arames, funâmbulos exibiam o requinte do equilíbrio móvel...tudo se apresentava em uma espantosa harmonia instável,(DUARTE *apud* SOARES, 1998, p56).



Imagens que retratam a forte relação existente entre a ginástica e o circo. Movimentos característicos das brincadeiras populares e que estavam presentes também nas práticas circenses.

Figura 6

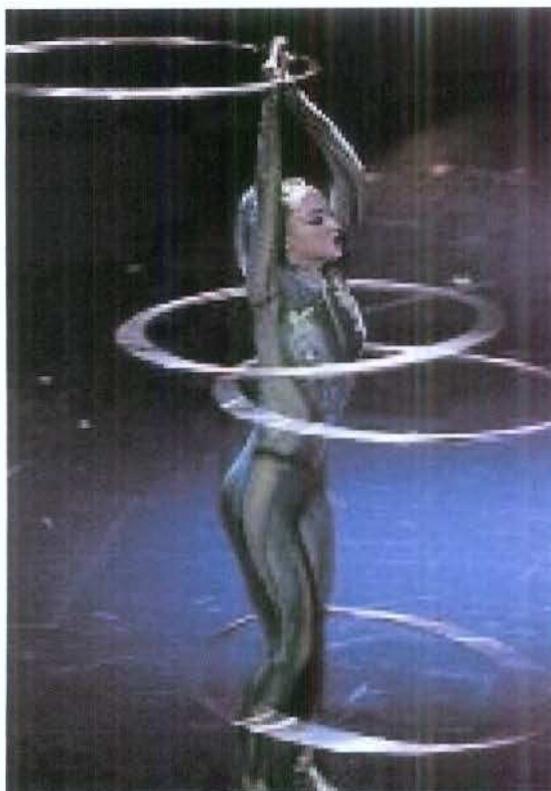


Figura 7

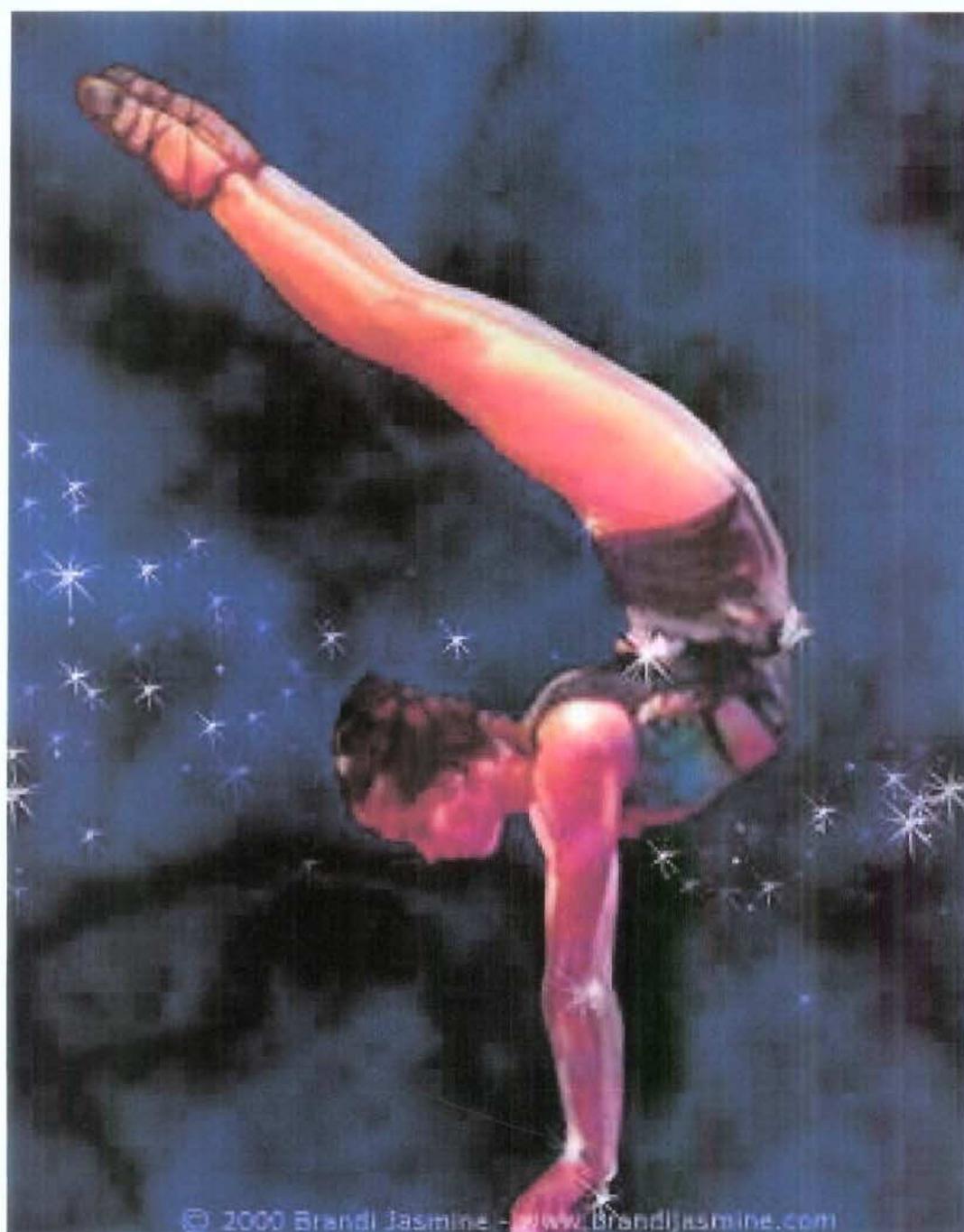


Figura 8

Apoio invertido, parada de mãos, "bananeira". Nomes diferentes, significados diferentes para um mesmo gesto.

Apesar das semelhanças entre estas duas práticas o que mais predominava eram as concepções pregadas pelos círculos da ginástica científica, isto porque estes enxergavam no circo uma maneira equivocada de uso do corpo, pois não traziam nenhuma contribuição para a formação de um corpo civilizado.

Estas diferenciações entre circo e ginástica acabaram fornecendo um caráter de certo e errado, verdadeiro ou falso, para os movimentos corporais e os locais onde estes eram praticados. O correto, era considerado apenas aquilo que se mostrava como útil, sendo os movimentos realizados com o mínimo de risco e o máximo de precisão, trazendo assim somente conseqüências “benéficas” para o corpo. Isso acarreta conseqüentemente uma sistematização rígida das práticas corporais, aquilo que antes era livre passa agora a ser controlado, regrado e apresentado de forma precisa.

Para que a ginástica científica fosse corretamente embasada, pensadores da Antiguidade foram trazidos para a afirmação desta como forma de limitar o corpo civilizado, embora alguns deles tivessem maneiras peculiares de ver o corpo, sempre vinculado a imagens grotescas, ligadas a bebidas, comidas, necessidades da vida sexual etc, os pensadores da ginástica encontraram formas de retirar os vínculos com o universo pitoresco e dar-lhes apenas subsídios para serem a base do pensamento científico da ginástica.

Afirma Soares (1998) que a ginástica tentava com todas suas forças se inscrever como protagonista oficial das práticas corporais, mas apesar disso a concepção de corpo trazida pelo realismo grotesco do circo, das feiras, das ruas, sobrevivia. Enquanto um acrobata brincava de realizar a parada de mãos nas ruas, de diferentes formas, a ginástica e o mundo científico realizavam o mesmo movimento, porém de forma mais técnica, buscando o ponto de equilíbrio sob os membros superiores, objetivando adquirir força e coragem para a realização de exercícios não naturais aos seres humanos.

Esta prática se encontrava no cenário de construção de um novo mundo, e era altamente condizente a este, já que concordava com os objetivos deste novo mundo, ou seja, preservando as energias existentes no cotidiano e juntamente libertando este potencial energético para a construção futura. Foi com Amoros que este projeto de construção do novo mundo ganha forças, pois tem-se na literatura que foi a partir de suas idéias que se deu o projeto científico e estético que redefiniu o lugar do corpo na sociedade.

Era função imprescindível desta nova Ginástica, portanto, estar vinculada ao campo da precisão e segurança, frisando claramente a sua diferenciação das práticas corporais dos funâmbulos e acrobatas, para que assim pudesse ser uma das representantes da classe burguesa perante a sociedade, já que trazia como características a forma prudente, metrificada e segura de agir. É importante relatar ainda que para Amoros, uma ginástica bem feita era aquela vinculada às ações corretas, com a utilização certa das “máquinas” para a promoção da força e da potência. O mau uso da força teria lugar, portanto, somente no circo, em que os artistas se exibiam com suas proezas físicas sem avaliar os riscos em que estas os poderiam colocar, objetivando apenas o entretenimento da população, não trazendo assim nenhuma utilidade para os gestos naquele contexto.

Mesmo sendo mal visto pela sociedade vigente, o circo era um local de aprendizados diversos, nas ruas, debaixo das lonas ou mesmo no dia-a-dia de cada indivíduo; este era ainda um espaço para a construção de saberes e práticas, e a difusão destes não dependia de livros, mas sim da vivência cotidiana e da tradição do ensino oral, ressaltando que as práticas circenses também são sistematizadas, porém não por critérios científicos.

As mulheres também não fugiram deste novo conceito de sociedade, agora num ambiente em que prevalecia a idéia de utilidade dos exercícios físicos, estes foram criados especificamente para as mulheres a fim de que, através da ginástica, estas pudessem se tornar mães saudáveis e conseqüentemente produzir filhos saudáveis criados a partir de uma educação física e moral.

As formas “deseducadas” de movimento corporal trazidas pelo circo caracterizam-se, portanto, práticas que produziam temor na sociedade burguesa, que criou a ginástica científica.

Será que na atualidade, quase dois séculos mais tarde, a oposição entre ginástica e circo ainda permanece?

4. Ginástica rítmica e contorcionismo

A ginástica rítmica caracteriza-se como uma prática corporal que aparece, na atualidade, não apenas pelo seu caráter esportivo, mas também pelas suas relações com a dança, conferindo-lhe uma dimensão artística, que somada à expressão corporal e às técnicas corporais formam esta modalidade esportiva tal como a conhecemos hoje.

A GR envolve em sua criação vários professores e pensadores, que foram na verdade inspiradores para o desenvolvimento da “ginástica moderna”, como foi primeiramente chamada, e podemos afirmar que a sua sistematização, como não poderia deixar de ser, faz parte do contexto da ginástica científica.

Os dois primeiros inspiradores da “ginástica moderna” foram Jean Georges Noverre e François Delsarte, que viveram durante o século XVIII, e buscavam introduzir um fator emotivo ao movimento, ou seja, “mostrando a necessidade de intervenção da alma e do sentimento para guiar, elevar e dar razão ao movimento” (Langlade & Langlade, 1970, p.41).

Isadora Duncan, foi a razão das teorias de Noverre e Delsarte não terem se perdido ao longo dos anos, foi ela a intermediadora dessas obras para a ginástica atual, trazendo a idéia de dançar a música e não com a música. Fica claro que foi em Duncan que Dalcroze se inspirou para dar vida às suas posteriores experiências pedagógico-musicais. Além disso, ela também trouxe com o expressionismo da dança e a Rítmica de Dalcroze fundamentos para a Ginástica Expressiva de Rudolf Bode.

Foi com Jaques Dalcroze, que se deu o nascimento da Rítmica no início do século XIX, inspirado por seus alunos de música, que aparentemente apresentavam algum problema de ritmo e coordenação.

O aprendizado da Rítmica nada mais é do que uma preparação para os estudos artísticos especializados e não consiste em uma arte em si mesma. É neste sentido que os meus alunos são educados segundo uma série de exercícios que têm o objetivo de desenvolver e harmonizar as funções motrizes e regular os movimentos corporais no tempo e no espaço (LANGLADE & LANGLADE, 1970, p.63).

A “ginástica moderna” foi ainda influenciada pelo *Movimento Expressionista de Munich*, que nada mais foi de que um movimento ligado a dança. Um dos participantes deste movimento foi Rudolf von Laban, que trouxe com seu expressionismo grandes inspirações para a ginástica através de novas técnicas e de registros desses movimentos e do enfoque à dança. Um outro enfoque foi dado por Mary Wigmann, que seguiu as linhas de Duncan, e buscava a interpretação dos movimentos de forma mais natural.

Conclue-se, portanto, que este movimento gerou uma grande influência sobre a “Ginástica Moderna”, buscando que as atividades gímnicas femininas tivessem sempre uma abordagem vinculada a dança.

No entanto, o grande criador da ginástica feminina foi Rudolf Bode, que quando chamado para organizar a Educação Física para a população camponesa se deu conta de que os exercícios ginásticos não estavam dirigidos exclusivamente às mulheres. Em sua formação acadêmica, este, foi aluno de Dalcroze, sofrendo portanto, grande influência da Rítmica de seu professor.

Por ser contrário ao conceito puramente físico da ginástica da época, aos movimentos construídos por Ling e Spiess e também por favorecer um reencontro do ser humano com o ritmo natural do corpo, Bode sentiu-se motivado a criar sua ginástica.

As influências que sofreu foram inúmeras, vindas de correntes artísticas, pedagógicas e também psico-filosóficas. Da primeira, como já foi citado, teve-se o impressionismo de Isadora Duncan, o expressionismo de Laban e Wigmann, auxiliando na criação do conceito de movimento natural de Bode. Da segunda corrente traz-se Pestalozzi, discorrendo sobre a necessidade do movimento instintivo e natural das crianças, da escola como objeto coercivo e travador destas necessidades e também Dalcroze com sua Rítmica, sendo esta um método educacional, que tinha a música como base para todos os tipos de movimento. Da terceira vem a idéia trazida pelo pensador moderno Ludwig Klages de que, as relações proporcionadas pela ginástica facilitariam a relação com o próximo.

A finalidade da ‘Ginástica rítmica’ é o desenvolvimento do movimento em toda a atividade humana, tanto em uma seqüência orgânica correta, como em um movimento inspirado na fantasia. A contínua interação entre ambos, é sua finalidade essencial (LANGLADE & LANGLADE, 1970, p.91)

A Ginástica de Bode foi baseada em três princípios fundamentais:

- Princípio da Totalidade:

É considerado a base dos princípios fundamentais e significa que qualquer movimento que se realize deva dar oportunidade para que a unidade corpo-espírito atue de forma harmônica e rítmica.

- Princípio da troca de ritmo

Para Bode todo o movimento deve ser a expressão de uma passagem rítmica e constante do estado de tensão para o estado de relaxamento.

- Princípio da economia

Apenas os movimentos totais dos homens são econômicos, ou seja, aqueles movimentos realizados na Ginástica de Ling, tido como construídos ou analíticos são completamente dispendiosos pois não são considerados como formas naturais de movimento.

É interessante citar os trabalhos com aparelhos portáteis, pois eles são essenciais para a ginástica rítmica atual. Bode diz que os exercícios com aparelhos são um complemento aos exercícios de mãos livres, e deixa claro que a finalidade desta ginástica não é realizar pequenos malabarismos, mas sim criar novos movimentos naturais. Este é um fato interessante pois apesar da negação da ginástica em relação ao circo o que aparece aqui é sim uma aproximação com as artes circenses, e não a negação tão preconizada pelos círculos científicos da época (Soares, 1998).

Para que os movimentos realizados fossem perfeitamente naturais, Bode dizia que o aluno deveria dominar o corpo nos trabalhos de mãos livres, a fim de que posteriormente tivesse segurança para trabalhar com os aparelhos, já que estes proporcionavam uma mudança no centro de gravidade corpórea.

Os primeiros aparelhos utilizados na ginástica de Bode foram os *bastões* (visando aos movimentos de impulso), as *bolas* (constava-se em saber lançar e recuperar o aparelho), a *medicine ball* (que objetivavam mudar o acento do lançamento e recuperação do aparelho) e o *tamborim* (que tinha a importância de desenvolver o ritmo e a prática de acompanhamento correto dos exercícios).

Já a música tinha um papel fundamental em sua ginástica, que além de servir de acompanhamento para os movimentos corporais era também sobre ela que se criavam novos movimentos. Mas seu papel principal era de inspirar e desencadear um sentimento, convertido posteriormente naquilo que se conhece hoje como expressão corporal.

No entanto, embora Rudolf Bode tenha sido o criador da “ginástica expressiva”, foi em Hinrich Medau que se viu a continuação desta ginástica, transformando-a neste momento em “ginástica moderna”. Apesar de ter sido aluno direto de Bode, Medau trouxe algumas contribuições que foram extremamente importantes para o desenvolvimento da ginástica, como: a utilização de aparelhos manuais (portáteis), a importância da postura correta e os princípios metodológicos que giravam em torno da improvisação, das oscilações corporais e também da valorização do ritmo.

Para Medau a utilização dos aparelhos não era meramente estética, mas sim havia uma fundamentação em relação ao “movimento orgânico”³, eles eram agentes libertadores e geradores deste movimento, ou seja, eram metodologias para conseguir movimentos rítmicos e totais. O primeiro aparelho utilizado por Medau foi a bola, pensando que quando este aparelho centrasse a atenção do ginasta seus movimentos seriam muito mais soltos e completos. O segundo aparelho utilizado por este foram as maçãs, que devido ao seu peso buscavam ampliar os movimentos, funcionando à princípio como meios de incrementar no alcance e a liberdade desses movimentos, estas eram portanto utilizadas no trabalho de Medau para auxiliar nas oscilações dos braços e tronco, realizando torções do corpo todo e também no auxílio ao ritmo. Outros dois aparelhos mais foram utilizados por Hinrich, o tamborim que já havia sido usado por seu professor e o arco, estes juntamente com a bola e as maçãs tinham a finalidade de proporcionar formas orgânicas de movimento, sendo um caminho mais rápido para que se alcançasse o relaxamento e economia de energia durante o movimento.

³ Movimento orgânico, como era denominado na Alemanha, era nada mais do que o movimento natural de todo o corpo, desprovido da estética e do utilitarismo associado aos movimentos gímnicos realizados na época.

Ginastas iniciantes realizando uma coreografia com arcos



Figura 9

Aqui a expressividade já faz parte da coreografia, os arcos são utilizados para ampliar os movimentos.

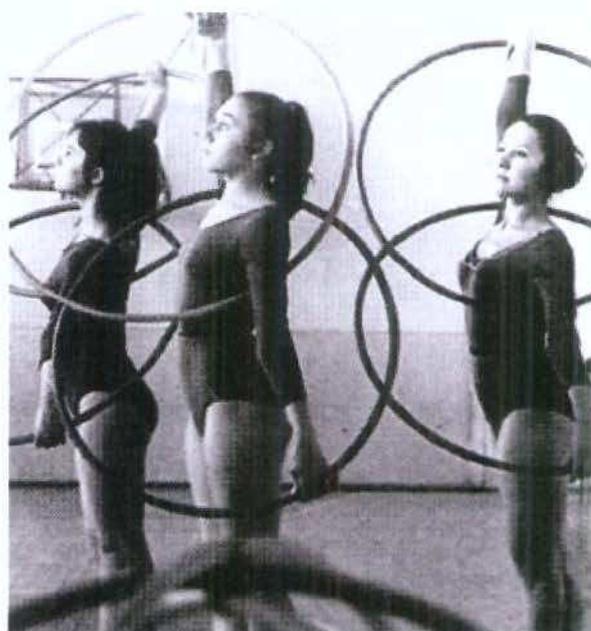


Figura 10

Sabe-se que a GR, como está sendo discutido, é uma prática nascida na Europa em meados do século XX, baseada sobretudo no ritmo e na expressão corporal com traços essencialmente femininos. Esta é uma característica que foi conservada até os dias atuais,

caracterizando-se como uma atividade praticada exclusivamente por mulheres. E os japoneses com a GR masculina⁴.

As correntes responsáveis pela criação da ginástica rítmica deram a ela um caráter de beleza, fluidez e plasticidade, que poderiam ser observadas na realização dos movimentos pelas ginastas, com o devido acompanhamento musical e relação harmônica com o movimento corporal.

Durante a sua formação, a GR tentou trazer em sua composição movimentos corporais altamente técnicos e estéticos, que quando executados vinculavam características esportivas e artísticas, não se esquecendo, no entanto de suas bases teóricas provenientes da dança e do ritmo.

Cabe destacar, que, ao longo dos anos, a GR passou por diversas modificações em sua denominação: primeiramente, ficou conhecida na Rússia em 1946, como afirma Yorges (2001), por ginástica artística, pois neste país havia muitos estudos acerca desta nova modalidade esportiva e suas tendências rítmico-plásticas. Aproximadamente quinze anos após esta denominação, em meados de 1962, em Praga, a Federação Internacional de Ginástica (FIG) reconhece-a como prática e passa a denominá-la como ginástica moderna, já que passava a ser um esporte com características próprias.

Com o nome de ginástica moderna esta prática toma força e se difunde para outros países e ocorre a criação da primeira Comissão Técnica da FIG, e junto com esta o primeiro campeonato mundial realizado em Budapeste em 1963 e as primeiras competições internacionais (Bodo-Schmid *apud* Yorges, 2001, p.15). Em 1965, ocorre o primeiro curso para juízes, buscando uma padronização dos critérios de julgamento e a conclusão de que agora a ginástica moderna tinha subsídios para se diferenciar da dança e da ginástica artística.⁵

Após as mudanças, criaram-se exercícios obrigatórios de mãos livres e três exercícios livres com bola, corda e mãos livres, os quais em combinação com os exercícios próprios da ginástica moderna e o devido acompanhamento musical deram início às diretrizes deste novo esporte.

⁴ Nos últimos anos, constata-se a prática da ginástica rítmica por homens, principalmente no Japão, onde já ocorrem competições de GR com a utilização de aparelhos como o arco e as maças, além de mãos livres, cordas e bastões.

⁵ Neste momento estou me referindo a outra modalidade, que também teve diferentes denominações ao longo de sua história tais como: ginástica olímpica e, mais recentemente, ginástica artística.

Em 1967, no Campeonato Mundial de Copenhague, teve-se a divisão das competições nas modalidades de individual e de conjunto e em 1968 deu-se o estabelecimento das primeiras regulamentações e normas internacionais confeccionadas pelo comitê técnico. Assim, em 1972, uma nova mudança na denominação desta prática foi sugerida pela FIG, devendo agora se chamar ginástica rítmica moderna, o que não foi aceito pelo Comitê Olímpico Internacional (COI), levando dois anos depois para ser chamada de ginástica rítmica desportiva, assumindo definitivamente um caráter esportivo.

Em Los Angeles, 1984, que esta modalidade esportiva passa a fazer parte das olimpíadas, sendo que após as Olimpíadas de Sydney (Austrália) em 2000, seu nome passa a ser apenas ginástica rítmica. Isso demonstra como a GR em sua forma esportivizada é uma prática recente, mas que, apesar disso, vai conquistando o seu espaço.

No que se refere ao código de pontuação, como já se sabe, nos seus primórdios, a GR era praticada pelas mulheres como atividade formativa de base dirigida a todas as idades, a fim de possibilitar que essas obtivessem boa saúde e boa postura. Mas juntamente com esta visão tem-se também a da superação dos limites, que foi adotada por grupos de elite que praticavam esta modalidade de forma exclusiva, objetivando uma maior dificuldade na realização dos movimentos e também um melhor desempenho por parte das praticantes, exigindo conseqüentemente grandes esforços e dedicação para a execução.

A antiga União Soviética e a Bulgária encontram-se como os berços desta modalidade, que tiveram escolas criadas especialmente para a prática da GR. Embora a escola búlgara tenha tido início através da ginástica artística⁶ surgida na Rússia, estes países apresentam entre si diferenças marcantes em seus estilos, que podem ser claramente observados até por leigos do esporte.

Para que as diferenças entre os estilos fossem apenas diferentes formas de expressão surge neste esporte o código de pontuação, fazendo com que os elementos executados pelas ginastas tivessem um nível determinado e conseqüentemente uma pontuação correspondente. Além disso, era importante que também obtivessem a penalização necessária. Assim a função deste código era definir os parâmetros e as diferenças, obedecendo a particularização dos movimentos de cada ginasta.

⁶Como já explanado anteriormente, esta foi a ginástica que na Rússia era utilizadas na educação física escolar das mulheres, e que após diferentes sistematizações acabou se diferenciando da atual ginástica artística ou olímpica, para se tornar ginástica rítmica.

Com o decorrer do tempo, a pontuação da GR foi se tornando cada vez mais complexa, adequando-se aos níveis das exigências requeridas que se tornaram cada vez maiores. O código de pontuação vigente para as Olimpíadas de 2000 em Sydney, quando as dificuldades eram categorizadas de A a D, e agora, em 2005, quando as ginastas se preparam para as Olimpíadas de 2008 em Pequim na China, o código de pontuação vai até a letra J, que são os exercícios com o valor de um ponto.

Além da regulamentação do esporte, o código de pontuação é também responsável pela classificação nas competições. O código categoriza a ginástica em exercícios individuais e exercícios de conjunto, sendo que a pontuação é dada pelo individual geral, ou seja, a somatória das notas da ginasta nos quatro aparelhos vigentes no ano olímpico na semi-final, por equipe, que é a soma das notas de todas as ginastas da equipe, e por aparelho, que são as notas obtidas na final do campeonato, indicando as três melhores ginastas em cada aparelho naquele campeonato. Estas notas são dadas pelos árbitros que avaliam de forma subjetiva os aspectos expressivos e técnicos da coreografia de uma ginasta. Como foi citado por Yorges (*apud* Bobo & Sierra, 2001, p19) sobre a função de um juiz

(...) tem que comparar e valorar a atuação das ginastas, segundo alguns critérios pré-fixados, aplicando um regulamento e penalizando quando não forem cumpridos os requisitos especificados no mesmo. Portanto, neste esporte as apreciações dos juizes são decisivas à hora de assinar uma pontuação ou determinar uma classificação.

A avaliação dos exercícios se dá por um grupo de árbitras, capacitadas por cursos e provas, que em cada competição são divididas em três sub-grupos denominados como “bancas”, estes avaliam os aspectos da composição (técnica e artística) e a execução de cada série. As funções de cada sub-grupo foram explicadas por Yorges (*apud* Bobo & Sierra, 2001, p19) nas explicações sobre o código de pontuação:

- *Os árbitros de composição:* são divididos em dois grupos, os de valor técnico (que contabilizam o número e o nível das dificuldades exigidas e apresentadas nas séries) e os árbitros de composição de valor artístico (que verificam a parte artística da coreografia e da relação da coreografia com o acompanhamento musical – “música e movimento”, além disso são responsáveis ainda por avaliar a escolha dos movimentos corporais, utilização dos aparelhos, do corpo, do domínio e a originalidade dos movimentos). O valor artístico tem um valor máximo de 10,00 pontos, divididos em 2,00 pontos para música e 8,00

pontos para coreografia, sendo 2,00 pontos para a composição de base, ou seja, uma idéia que guia a ginasta do começo ao fim da coreografia, e 6,00 pontos para as características artísticas particulares, ou seja, a utilização dos aparelhos, maestria e originalidade.

- *Os árbitros da execução:* avaliam as faltas técnicas, qualificando a técnica corporal e com o aparelho das ginastas. As faltas de execução são penalizadas a cada vez e por cada elemento em falta. Para que isso fosse mais fácil e mais dinâmico a Federação Internacional de Ginástica providenciou uma espécie de ficha técnica, em que a técnica deverá apresentar para as árbitras os exercícios que a ginasta irá realizar, isso possibilita uma maior especificidade do treinamento, já que a improvisação para os elementos corporais não será mais aceita. Segue em anexo um exemplo de ficha técnica para valor artístico e para valor técnico.

A GR é um esporte realizado, oficialmente, num tablado específico com espaço de 13x13 metros para as composições individuais e 14x14 metros para as composições de conjunto. Na categoria conjunto, o grupo é formado por cinco ginastas, nos dias atuais, pois em anos anteriores o conjunto era composto por seis ginastas na área de competição. Como existe uma diferença numérica entre essas duas classificações é necessário que a duração da coreografia também seja maior para o conjunto. Com isso se tem as séries individuais sendo realizadas entre 1'15'' no mínimo e 1'30'' no máximo, enquanto o conjunto tem entre 2'15'' a 2'30'' para a execução de suas séries.

Os aparelhos utilizados nas competições são revezados a cada ciclo olímpico, ou seja, de quatro em quatro anos ocorre um revezamento dos cinco aparelhos (arco, bola, corda, maçãs e fita), já que apenas quatro desses aparelhos podem ser utilizados nas competições, ficando o quinto restante reservado para a modalidade conjunto. No conjunto são realizadas duas coreografias, sendo uma com os aparelhos iguais para todas as ginastas, e a segunda coreografia com dois aparelhos simultâneos, como acontece no ciclo atual de 2005 a 2009, por exemplo, as cinco fitas e as duas maçãs e os três arcos.



- A bola feita de plástico ou borracha tem um diâmetro entre 18 e 20 cm e pesa pelo menos 400mg.



- O arco, feito de madeira ou plástico, possui entre 80 e 90 cm de diâmetro interno e pesa pelo menos 300mg. Deve ser rígido, sem se dobrar.



- A corda pode ser feita de qualquer material sintético e seu tamanho é proporcional à altura da ginasta. Esse aparelho possui nós nas extremidades.



- As maças, feitas de madeira ou plástico, tem entre 40 e 50 cm de comprimento e pesam pelo menos 150mg cada.



- A vareta, também chamada de estilete, que segura a fita é usualmente feita de madeira, bambu, plástico ou fibra de vidro e mede 1cm de diâmetro e entre 50 e 60 cm de comprimento. A fita pode ser de cetim ou de seda e seu peso não deve ultrapassar 35mg. Além disso, é imprescindível que tenha no máximo entre 4 e 6 cm de largura e 6 metros de comprimento.

Penso ainda ser importante relatar a transformação do código de pontuação nestas últimas duas décadas. Durante o ciclo olímpico vigente de 1992 a 1996 teve-se um código de pontuação publicado no ano de 1993, trazendo contribuições importantíssimas em relação ao

trabalho que deveria ser desenvolvido pela ginasta relacionado à técnica corporal. Para isso foram introduzidas no código quatro níveis de dificuldades corporais:

- Dificuldades nível A: de valor médio (0,10 pontos)
- Dificuldades nível B: de valor superior (0,20 pontos)
- Dificuldades nível C: combinação das dificuldades A e B ($0,10 + 0,20 = 0,30$ pontos)
- Dificuldades nível D: combinação das dificuldades B ($0,20 + 0,20 = 0,40$ pontos)

Na edição do código de 1997, não houve grandes mudanças estruturais em seu conteúdo, porém foram revistos alguns aspectos referentes ao valor das dificuldades e, portanto, dos elementos corporais, aos capítulos destinados às técnicas com o aparelho e por último com os critérios relacionados às faltas de composição e ao componente artístico da expressividade. (YORGES *apud* REYNO & ALARCÓN, 2001, p23).

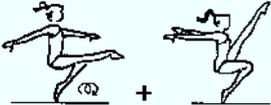
Em 2001, foi publicado um novo código de pontuação que acrescentava mais uma letra para especificar o nível técnico da modalidade, a letra E proporcionou, portanto, modificações nas composições nos aspectos técnico e artístico.

O código atualmente em vigência sofreu diversas mudanças que são essenciais para a discussão trazida por esse trabalho. Este apresenta exercícios de extrema dificuldade e que exigem cada vez mais uma técnica corporal e de aparelho da atleta. Neste estão presentes exercícios isolados e as combinações: os primeiros podem ser executados com exercícios retirados diretamente do código de pontuação, ou seja, dentre a tabela descrita na brochura, as técnicas poderão retirar o movimento desejado, as combinações significam a realização de 2 ou 3 exercícios realizados consecutivamente (como propõe o código); estas valem diretamente por uma dificuldade. Portanto, uma ginasta poderá realizar, por exemplo, um exercício isolado, de dificuldade E (0,50 pontos) como o salto *espacato* (abertura antero-posterior) com extensão da coluna, sendo que a saída é realizada com o impulso dos dois pés juntamente.

-  = salto de dificuldade E, saindo com os dois pés unidos do chão.

Ou mesmo uma combinação de elementos técnicos, o qual seria, por exemplo, a realização de dois saltos mais um equilíbrio, para que se alcance uma nota relativamente alta. Para uma combinação as técnicas buscam que a ginasta consiga nesta dificuldade algo próximo de 1,00 ponto, para isso a ginasta deveria realizar, como no exemplo abaixo, um pivot “cosaque” de 180° finalizando em equilíbrio com a perna a frente do corpo sem o auxílio das mãos. Neste exercício,

executando-se corretamente se tem uma dificuldade E (0,50 pontos) somado a uma dificuldade D (0,40 pontos), somando uma dificuldade I que acarreta em 0,90 ponto no total.

-  = pivot de 1080° nível E seguido de equilíbrio nível D.

Neste código de 2005, as atletas individuais deverão realizar no máximo dez dificuldades por série, podendo haver mais, mas que não serão contabilizadas na somatória das notas, pois não constaram na ficha técnica fornecida a arbitra.

Existe nos últimos códigos de pontuação a definição por nome dos elementos técnicos da GR, são eles:

- Saltos (\wedge): que para serem considerados deverão obter uma boa altura (elevação), forma fixa e definida durante o vôo e boa amplitude.
- Equilíbrios (\top): que deverão ser realizados na meia ponta (flexão plantar e dos dedos), nitidamente e por longo tempo mantidos, com forma fixa, ampla e bem definida e além disso coordenados com movimentos dos aparelhos.
- Pivots (\downarrow): que também deverão ser executados sobre a meia ponta, tendo-se uma forma bem definida, fixa e ampla durante rotação.
- Flexibilidade e Ondas (∇): que deverão ser executadas sobre um ou dois pés ou sobre uma parte do corpo, mantendo sempre uma forma ampla, fixa e definida.⁷

⁷ Todos os exercícios estarão em anexo para serem melhor demonstrados por figuras.

Como é possível perceber, observa-se em todos os elementos técnicos da GR a necessidade de uma forma fixa, definida e ampla. **Essa amplitude buscada pela ginástica rítmica é uma das características que tem aproximado este esporte do contorcionismo.**

A flexibilidade é uma qualidade do movimento que vai além de uma capacidade física específica da GR, caracterizando-se como um elemento técnico que traz hoje grande diferenciação entre as ginastas e os estilos vigentes.

Há não muito tempo atrás, a Bulgária e o mundo tiveram o privilégio de conhecer a grande ginasta Maria Petrova, tricampeã mundial, inúmeras vezes campeã europeia, mas nunca campeã olímpica. Isso talvez tenha se dado devido aos próprios ciclos olímpicos, que através de suas mudanças transformaram a GR num espaço em que, mais do que nunca, a flexibilidade extrema passou a ser exigida, e as ginastas russas passaram a conquistar a hegemonia no esporte.



Maria Petrova em sua apresentação com a série de fita durante o campeonato europeu, Thessaloniki (GRE), 1994.

Figura 11

*Ainda
Maria Petrova,
muito expressiva
nas Olimpíadas de
Atlanta (EUA),
1996.*



Figura 12

Vieram Amina Zaripova, Yana Batrichina, Natalia Lipkovskaya e finalmente a campeã mundial e olímpica Alina Kabaeva. Devido à minha trajetória como ginasta, conheci todas essas atletas, com algumas tive o privilégio de dividir o tablado e foi assim que vi pela primeira vez uma menina vinda do circo para a ginástica, Alina Kabaeva.

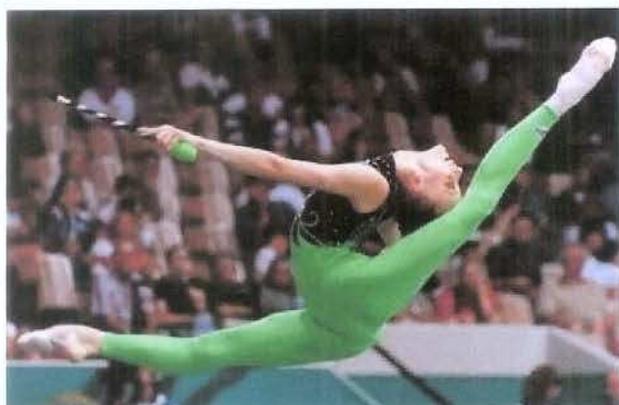


figura 13

Amina Zaripova nas Olimpíadas de Atlanta (EUA)/1996, demonstrando a sua “expressiva” flexibilidade.

Yana Batrichina, também durante as Olimpíadas de Atlanta(EUA)/1996, que além de uma flexibilidade extrema era também graciosa. Esta ginasta foi uma das últimas que cativou a todos também com seu sorriso.

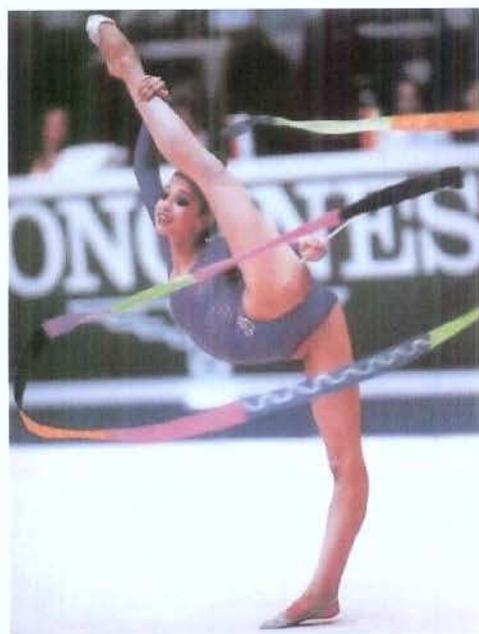


Figura 14



*Natália Lipkovskaya,
Atlanta(EUA)/1996 início
com expressividade e
beleza.*

Figura 15

Estávamos em Corbeill Essones – França no ano de 1998, em um campeonato lindo, em uma cidade cheia de flores. Era um dos campeonatos considerados como pré-mundial, em que muitas revelações surgiram pela primeira vez, e foi lá que eu a vi, Alina Kabaeva realizando um alongamento na cadeira, mas não no acento e sim no encosto desta cadeira⁸. Fiquei assustada, como seria possível uma coisa daquelas. Mas o que mais me toca hoje, quando vejo as competições pela televisão é que esta extrema flexibilidade tomou o lugar das outras possibilidades expressivas da gestualidade da GR, como a graça e a leveza, enfim, a sua plasticidade transformou-se na direção do contorcionismo. Portanto, a preparação técnica da ginasta gira em torno da busca da perfeição na execução dos movimentos, que nem sempre é suficiente para o êxito e para a demonstração de leveza, plasticidade e amplitude necessárias, tudo isso acompanhado de um elevado domínio técnico específico do aparelho (Yorges *apud* Lisitskaya, 2001, p.25).

⁸ Busco aqui relatar a posição que a ginasta se encontrava. Esta realizava um afastamento ântero-posterior das pernas (espacato) com uma das pernas apoiadas na parte mais alta da cadeira, ou seja, onde nos recostamos quando sentamos. Isso chamou a minha atenção assim como a das outras ginastas da seleção brasileira, pois não era uma situação com a qual estávamos acostumadas. Realizávamos sim exercícios de flexibilidade em plano elevado, mas não nesta proporção.

Nessa linha de transformação, também podemos constatar na GR contemporânea, muito mais que em outros tempos, uma apologia à magreza, extremamente afinada com o padrão de corpo ideal preconizado pela nossa sociedade.

O que chama mais atenção é que se sobrepondo às outras técnicas dos gestos da GR, as características de contorção soam como as mais valorizadas na atualidade, inclusive pelo código de pontuação.

O encantamento que a GR associada ao contorcionismo traz é fantástico. A idéia que se tem é de os olhos não acompanharem os movimentos, da música ser um mero fundo musical para o espetáculo que se segue, espetáculo de um corpo com extrema mobilidade que se mostra capaz de enganar os olhos, inclusive daquelas que foram treinadas para julgá-los, as árbitras.

Como é possível alcançar a nota máxima? Basta apelar para a contorção! As séries transformaram-se em verdadeiros shows de contorcionismo e a tão propalada negação do circo pela ginástica mostra-se, em nossos dias, um casamento “quase” perfeito. Não é de se estranhar, então, o trânsito de artistas circenses para a prática da GR, assim como de atletas de diferentes modalidades gímnicas para o circo, sobretudo universo daquelas companhias que buscam uma alta performance ou uma técnica corporal extremamente apurada.

Trago abaixo fotos de ginastas russas e ucranianas da atualidade, para que fique registrado neste trabalho a maneira com que o contorcionismo se encontra aliado à ginástica rítmica.



Alina Kabaeva demonstrando a sua grande flexibilidade, nas Olimpíadas de Atenas(GRE), 2004.

Figura 16

*Ainda Kabaeva,
Atenas(GRE)/2004,
executando um de seus
saltos característicos.
Como atentar a técnica
perfeita com tal
demonstração?*



Figura 17

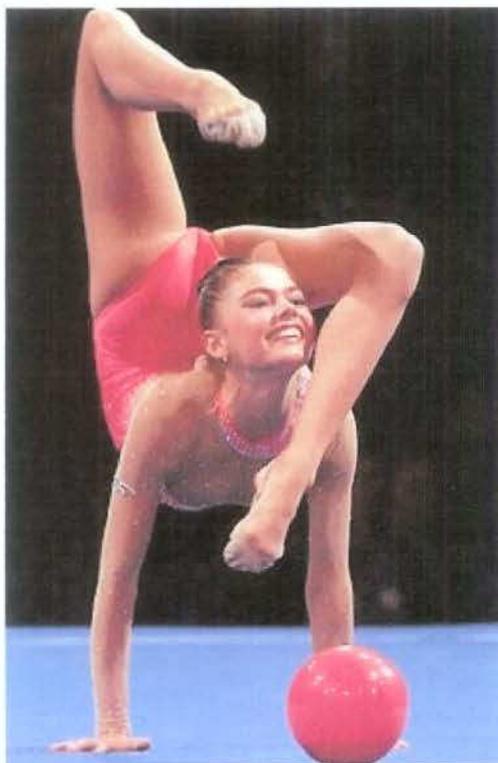


Figura 18

Alina Kabaeva e Olga Kapranova, uma relação entre um passado próximo e o presente!

Diferentes tipos de contorção provenientes da escola russa de ginástica rítmica.

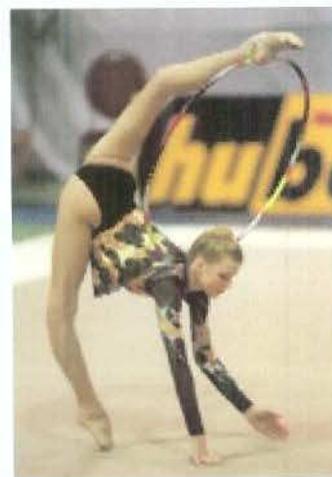


Figura 19

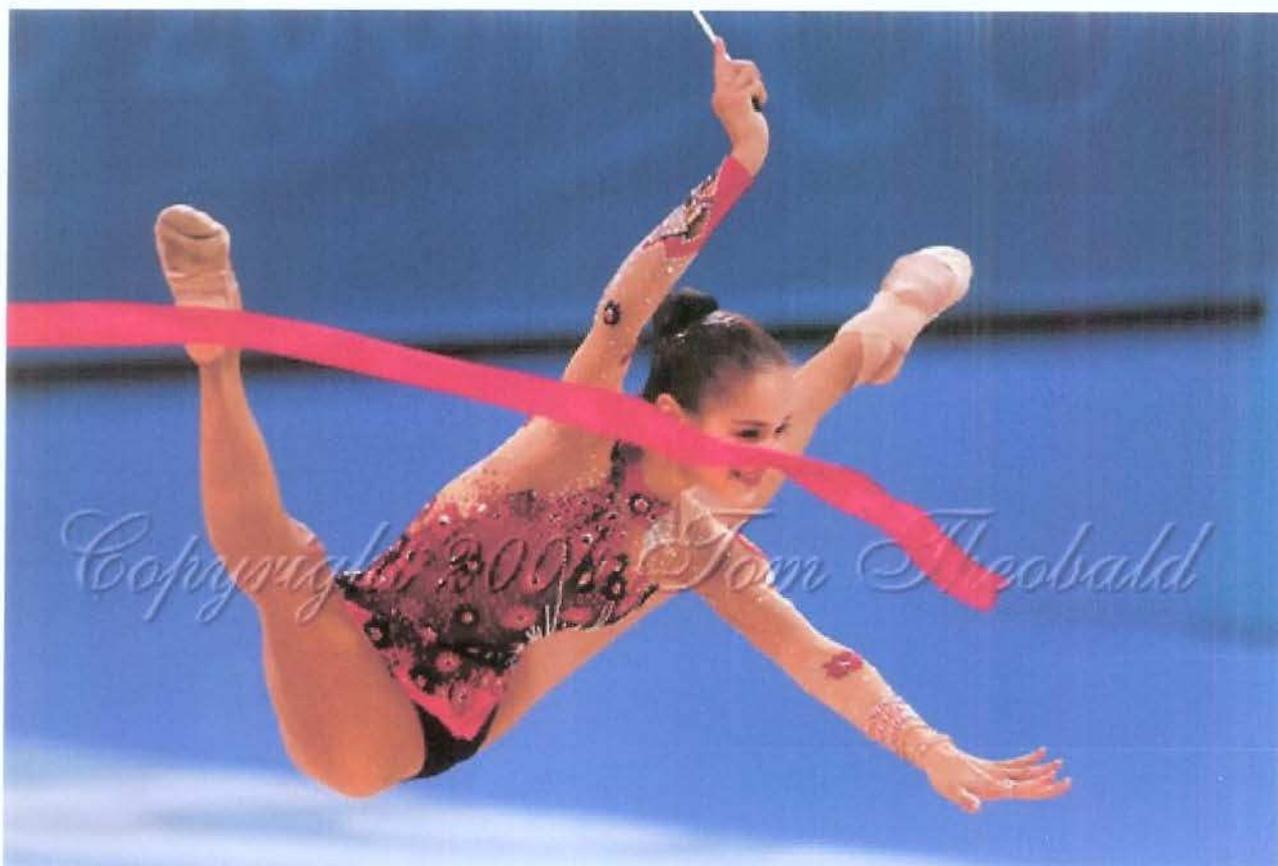


Figura 20

Irina Tchatchina Atenas(GRE)/2004, ao meu ver uma das mais belas ginastas da "era da contorção". Como Batrichina é graciosa e também muito flexível, mas não o suficiente para que seus erros passem despercebidos perante os olhares "críticos" das arbitras, que muitas vezes, desconsideram os erros de outras ginastas que demonstram maior contorção.

Talvez a ginástica esteja se aproximando do contorcionismo, pois como se sabe está arte esta vinculada ao espetáculo, ao show, e a GR para que possa se manter neste mundo esportivizado, no qual todos os interesses giram em torno do capital, esta deva também se apropriar de estilos que estejam vinculados a este espetáculo.

Para que as apresentações de GR se tornem um show inesquecível, esta prática esta se apropriando de "conteúdos" de diversas áreas, como por exemplo a moda. Antes as roupas de ginástica rítmica deveriam ser simples, e responder a modelos predeterminados, como podemos ver na figura 10, com as diversas mudanças no código de pontuação. A busca

inconstante de capital para os campeonatos, equipes e ginastas determinaram também que os patrocínios deveriam constar também nos collants, que por sua vez, sofreram modificações tal quais as aplicações de brilhos e tecidos brilhantes, calças (ou macacões), collants com saias etc. Acredito, portanto que o contorcionismo associado a mudança nas roupas só vieram trazer a GR um caráter mais espetacular, que chamasse a atenção de todos de alguma forma, tornando se assim um esporte “mais” bonito de ser visto.

As atuais campeãs como podemos ver nas fotos parecem todas adeptas dos condicionantes da “era da contorção”, os elementos corporais se rendem as manifestações exageradas da flexibilidade, trazendo talvez uma mudança do que tínhamos como belo e plástico. Um exercício como o da figura 19 parecerá belo aos olhos do senso comum, ou causará estranhamento?

Sabe-se hoje que os limites do corpo que têm acompanhado o processo de esportivização das práticas corporais e que têm exposto seus atletas a riscos que podem comprometê-los por toda vida. E no caso da ginástica rítmica não é diferente.

Para finalizar, confesso meu temor de que essas transformações da GR em direção à prática do contorcionismo, associadas à busca pela vitória nas competições, venham a exacerbar, ainda mais, os graves problemas corporais das praticantes desta modalidade.

Referências Bibliográficas

ARDINI, Jean; ARDINI Ted.. The Art of Contortion - The Doorway to Physical Fitness. In: **Acrobatics Magazine.**, v.18, n.3, dec/jan 1971. Disponível em: <<http://www.ncbi.nlm.nih.gov>> Acesso em 08 ago 2005.

AYOUB, Eliana. **Ginástica Geral e educação física escolar.** Campinas: Editora da Unicamp, 2003.

DUARTE, Regina. Horta. **Noites circenses: espetáculos de circo e teatro em Minas Gerais no século XIX.** Campinas: Editora da Unicamp, 1995.

DUPRAT, Rodrigo Mallet. **A arte circense como conteúdo da educação física.** 2004. 26f. Relatório Final de Iniciação Científica-Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2004.

FEDERAÇÃO INTERNACIONAL DE GINÁSTICA. **Código de pontuação – 2005 a 2009.** França, 2005.

<http://en.wikipedia.org/wiki/Contortion>, acesso em agosto de 2005

<http://www.comaneci-salto.com>, acesso em novembro de 2005

<http://www.rsg.net>, acesso em setembro de 2005

<http://www.worldcup.cc.uz>. acesso em novembro de 2005

<http://www.cirquedusoleil.com>. acesso em setembro de 2005

LANGLADE. Alberto; LANGLADE, Nelly .Rey. **Teoria General de la Gimnasia.** Buenos Aires: Editorial Stadium, 1970.

MAUCLAIR, D. **Un Jour aux Cirque**. Paris: Bordas, 1995.

PEUKER, Ilona. **Ginástica moderna sem aparelhos**. 2ª ed. Rio de Janeiro: Fórum Editora Ltda, 1974.

RÓBEVA, N; RANKÉLOVA, M. **Escola de campeãs: ginástica rítmica desportiva**. Tradução Geraldo de Moura. São Paulo: Ícone, 1991.

SOARES, Carmen Lúcia. **Imagens da educação do corpo: estudo a partir da ginástica francesa no século XIX**. Campinas: Autores Associados, 1998.

YORGES CADILLO, Milagros Carlota. **A Flexibilidade no Treinamento da ginástica Rítmica**. 2001. 79f. Trabalho de conclusão de curso (em Educação Física)- Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2001.

ANEXOS

ANEXO A

Súmula das dificuldades corporais realizadas por uma ginasta durante a série. Aqui deverão constar o valor da dificuldade (value), o que será executado com o aparelho (App.) e os elementos corporais escolhidos dentre os que aparecem no código de pontuação (body)

FEDERATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE
RHYTHMIC
GYMNASTICS
Difficulty
Individual Gymnasts

JUDGE DIFFICULTY n° Date

Fed. Name of the gymnast

Competition in (Fed.):     

	Com. Gr.	Other Gr.	Judge	Com. Gr.	Other Gr.	Judge	Com. Gr.	Other Gr.	Judge
Value									
App.									
Body									
Value									
App.									
Body									
Value									
App.									
Body									
Value									
App.									
Body									
Value									
App.									
Body									
TOTAL									
TOTAL GENERAL									
Body =									
FINALE									
SCORE									

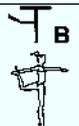
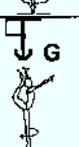
ANEXO C:

Exemplo do elemento corporal salto e seus diferentes tipos e valores, segundo o código de pontuação atual.

LISTE DES DIFFICULTES DE SAUTS () LIST OF JUMP/ LEAP DIFFICULTIES									
A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	J 1,00
1. Sauts Enjambées // base/basic =  // 1. Split Leaps									
1.	 B 	 C 	 D 						
2.			 D 	 E 					
3.		 C 	 D 	 E 	 F 				
4.		 C 	 D 	 E 					
5.				 E 	 F 	 G 	 H 		
6.						 G 		 I 	
4. Sauts de biche // base/basic =  // 4. Stag Leaps									
16.	 A 	 B 	 C 						
17.		 C 	 D 						
18.	 B 	 C 	 D 						
19.			 D 	 E 	 F 				
20.					 F 	 G 	 H 		

ANEXO D

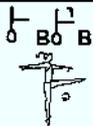
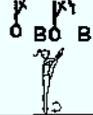
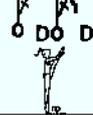
Exemplo do elemento corporal *equilíbrio* e suas diferentes validações.

LISTE DES DIFFICULTES D'EQUILIBRE (T) LIST OF BALANCE DIFFICULTIES									
A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	J 1,00
2.3. Jambe libre en arrière / 2.3. Free leg stretched back									
10.									
11.									
12.									
13.									
2.4. Jambe libre en arrière fléchie / 2.4. Free leg bent back									
14.									
2.4. Jambe libre en arrière fléchie (suite) / 2.4. Free leg bent back (cont'd)									
15.									
16.									
17.									
18.									
19.									

ANEXO E

Exemplo do elemento corporal *pivots* ou *giros* e suas diferentes validações.

7.3 LISTE DES DIFFICULTES DE PIVOTS () LIST OF PIVOT DIFFICULTIES

A 0,10	B 0,20	C 0,30	D 0,40	E 0,50	F 0,60	G 0,70	H 0,80	I 0,90	J 1,00
2. Jambe d'appui tendue ou fléchie // base/basic =  // 2. Support leg stretched or bent 2.1. & 2.2. Jambe libre tendue avant ou latéralement // 2.1. & 2.2. Free leg stretched front or side									
4.									
5.									
2.1. & 2.2. Jambe libre tendue avant ou latéralement (suite) // 2.1. & 2.2. Free leg stretched front or side (cont'd)									
6.									
7.									
8.									
9.									
10.									
11.									
12.									
13.				