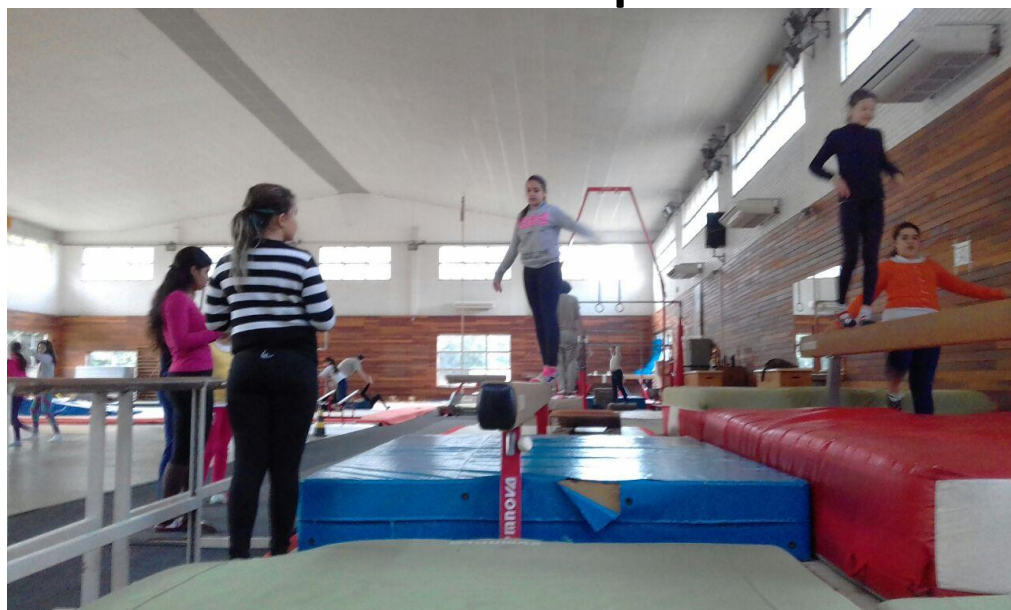


NÍVEL DE APTIDÃO FÍSICA EM PRATICANTES DE GINÁSTICA

INTRODUÇÃO: As modalidades gímnicas, de uma forma global, promovem um harmonioso desenvolvimento das crianças e jovens. Elas fomentam o desenvolvimento das capacidades coordenativas, da aprendizagem e do domínio de inúmeras técnicas, a potenciação de capacidades de força, flexibilidade e equilíbrio. Promovem uma formação psicológica forte, de resistência ao esforço e às contrariedades do treino/competição e da vida em geral. Aumentam as capacidades de concentração e "focalização" mental no alcance de objetivos. Desenvolve a disciplina, a vontade de fazer bem, a "perseguição" do gesto correto, do rigor e do respeito por si próprio e pelos colegas e adversários. Podemos diferenciar a prática da GA em dois polos e, em um dos extremos estaria a GA como esporte competitivo e, no outro, a GA como atividade física ou esporte de formação (NUNOMURA, 1998).

O ingresso de crianças nesse quadro competitivo tem levantado inúmeras discussões sobre os efeitos do treinamento intensivo sobre a sua saúde. Mesmo que as crianças apresentem talento e inclinação para determinada modalidade, é importante que as etapas do processo de formação não sejam queimadas. Sendo assim, é essencial que o técnico esteja consciente e saiba discernir o que é favorável ou não para o desenvolvimento e formação de cada criança (NUNOMURA, 2010).

Aula na trave de equilíbrio



REGULAMENTO DA COPA ESCOLAR: Participantes: É aberta a participação na Copa Escolar a qualquer entidade filiada, vinculada ou não filiada à federação. Exceto as entidades licenciadas. Forma de Competição: Os ginastas poderão escolher quais exercícios irão executar, sendo que cada um deles terá valor específico. A soma dos pontos recebidos pelos exercícios apresentados e validados somados à bonificação recebida pela execução dos mesmos é que dará a pontuação total de cada criança. Os elementos foram divididos em grupos de acordo com seu grau de dificuldade.

(http://www.ginasticars.com.br/downloads/artistica/Regulamento_oficial_Copa_Escolar_Copa_Estadual_GAF1904.pdf, 2017).

ANÁLISE E DISCUSSÃO

A tabela 1 e 2 apresentam os resultados de duas copas escolares no ano de 2017, com a soma de pontos obtida pelos participantes, divididas por faixas etárias:

Tabela 01 – Resultados da Copa Escolar de 13 de maio de 2017:

Nº de Participantes	Idade	Soma de pontos
26	03 a 06 anos	332
20	07 a 09 anos	431
15	10 a 12 anos	498
05	13 a 14 anos	254

Fonte: www.ginasticars.com.br

Tabela 02 – Resultados da Copa Escolar de 24 de junho de 2017:

Nº de Participantes	Idade	Soma de pontos
26	03 a 06 anos	411
20	07 a 09 anos	478
15	10 a 12 anos	515
05	13 a 14 anos	321

Fonte: www.ginasticars.com.br

Os resultados mostraram mesmo sem cobrança de execução nas praticas esportivas, através de uma metodologia lúdica, todos os participantes obtiveram melhores resultados na comparação de duas Copas Escolares, aumento do repertório motor em todas as idades, através da soma de pontos atingida nos eventos.

OBJETIVO: A pesquisa teve como objetivo geral oferecer a comunidade em interna e externa da UFRGS a modalidade esportiva Ginástica Artística. E capacitar os discentes da área da Educação Física para atuarem nestas modalidades esportiva. E, como objetivo específico promover o esporte como um todo, buscando fundamentá-la através do ensino e pesquisa gerada com o próprio trabalho realizado. Buscando através do lúdico e da inovação, fazer com que os participantes do projeto adquiram gosto pela prática esportiva, através de didática específica exigida na modalidade ginástica artística, oportunizando o desenvolvimento das habilidades motoras de maneira mais prazerosa possível. Avaliar o nível de desempenho do desenvolvimento motor, dos praticantes de ginástica sob uma metodologia diferenciada sem a cobrança de resultados, através de participação em eventos de Copa Escolar de Ginástica Artística, promovido pela Federação de Ginástica do Rio Grande do Sul.

PÚBLICO ALVO: O público alvo foram crianças a partir de três anos de idade, da comunidade externa ou interna da UFRGS, de ambos os sexos, oportunizando o atendimento para indivíduos, com recursos financeiros limitados e sem restrições, as condições físicas dos participantes (inclusão).

Aula no fosso de espuma e cama elástica



GINÁSTICA ARTÍSTICA: Então entendemos que a Ginástica Artística - GA é uma modalidade que possui amplo repertório de exercícios, que podem ser executados através de combinações entre si. Dela fazem parte os mais diferentes tipos de ações motoras, com uma técnica característica para cada movimento ou gesto (FERREIRA JR., 2012).

Participação em copa escolar



CONSIDERAÇÕES FINAIS: Conclui-se que a pratica esportiva através uma metodologia lúdica, proporciona melhoras no desenvolvimento do repertório motor sem tirar o entusiasmo e motivação da modalidade esportiva.