

A COMPREENSÃO DO CÓDIGO DE PONTUAÇÃO DA GINÁSTICA RÍTMICA A FAVOR DA ELABORAÇÃO DE SÉRIES PARA COMPETIÇÃO

IX Encontro de Experiências Estudantis

Katlyne Ketly de Sousa Freitas, Lorena Nabanete dos Reis

A Ginástica Rítmica (GR) é uma modalidade gímnica competitiva, exclusivamente feminina e que envolve ritmo, flexibilidade, leveza. Segundo Miyashiro (2003), é uma modalidade de alta dificuldade técnica, em que o alto nível de desempenho é comumente alcançado em idade muito jovem. Na competição, a composição das séries devem conter elementos do Código de Pontuação que, de acordo com Gaio et.al. (2010), são divididos em dois grupos: fundamentais (saltos, pivots, equilíbrios, flexibilidades e ondas) e os de ligação (saltitos, giros, balanceios, circunduções, deslocamentos e passos rítmicos). Ainda conforme Gaio (2010), estes elementos citados acima, devem compor uma série em harmonia com a música, com elementos da dança, o que irá valorizar a composição coreográfica apresentada na competição. Este trabalho tem o objetivo de mostrar a importância na compreensão do código de pontuação para a criação de séries, seguindo ao certo, todas as exigências do Código de Pontuação. A experiência como ginasta de competição, de certa forma, exige que tenhamos o entendimento do código para auxiliar na criação das nossas próprias séries, buscando um maior entendimento do esporte e do seu mundo competitivo, e também, da autonomia como atleta. Além da compreensão do código, a importância do entender a música e explorar a criatividade também são pontos importantes neste processo de criação. Nesse momento no qual estamos livres para criar, pesquisar sons, combinar ritmos e melodias se tornam prazer e satisfação (Corrêa e Lopes, 2004). O fato de conhecer as regras da modalidade e poder contribuir ativamente na elaboração das coreografias traz maior significado da prática para a ginasta e conseqüentemente maior apropriação e gosto pela atividade.

Palavras-chave: ginástica rítmica. competição. código de pontuação.