

Evolução das posições do corpo utilizadas em Paralelas Assimétricas. A influência do Código de Pontuação.



José Ferreirinha

CIDESD
Universidade de
Trás-os-Montes e
Alto Douro, Vila
Real.

jferreirin@utad.pt

**“OS
SUCESSIVOS
AUMENTOS DA
DISTÂNCIA
ENTRE OS
BANZOS
DITARAM UM
AUMENTO NO
NÚMERO DE
ELEMENTOS
COM A
POSIÇÃO
ALONGADA DO
CORPO”**



Os aparelhos de Ginástica Artística têm sido continuamente actualizados com o objectivo de garantir aos ginastas as melhores condições de prática. Nas paralelas assimétricas (PA), a evolução no afastamento permitido entre os dois banzos permitiu a realização de elementos diferentes e a execução de outros com maior amplitude, dada a possibilidade das ginastas utilizarem uma posição mais estendida do corpo, promovendo prestações de maior dificuldade e complexidade. Outra característica evolutiva que também determinou o progresso no tipo e forma dos elementos executados, relaciona-se com a forma dos banzos, que eram ovais até aos anos 90, e passaram a ser redondos. Por estas razões e pela evolução natural da modalidade, os elementos executados nas PA têm-se aproximado cada vez mais dos que apresentam os homens na barra fixa em Ginástica Artística Masculina.

A partir da edição de 2001, o Código de Pontuação (CP) passou a exigir que as ginastas incluíssem nos exercícios de PA elementos “in bar”, entendidos como os elementos nos quais o centro de gravidade das ginastas se encontra próximo do banzo de execução. Por um lado, verifica-se uma tendência para a utilização mais alongada do corpo (1ª figura), originada pela evolução do aparelho e aproximação à Ginástica Artística Masculina e, por outro lado, a utilização de elementos “in bar”, imposta pelo CP, obriga à utilização de uma postura fechada do corpo (2ª figura). Num estudo que analisou os elementos “in bar” e as posturas utilizadas pelas

ginastas finalistas de campeonatos do mundo e Jogos Olímpicos entre 1989 e 2008, observou-se um progressivo aumento dos elementos “in bar” de 0.80 para 4.48 e dos elementos executados com posição fechada do corpo de 8.15 para 14.29, enquanto os elementos executados com posição estendida do corpo evoluiu de 6.45 para 9.71 até 2001, tendo depois diminuído para 8.38. Com base nestes resultados, houve um claro e talvez abusivo aproveitamento da utilização de elementos que, sendo diferentes à luz do CP, têm origem numa única técnica de execução.

Por exemplo, um “stalder” ou um “endo”, cuja execução simples é um elemento com uma técnica específica, pode dar origem a vários elementos, mantendo a mesma técnica de execução e acrescentando 180°, 360° ou 540° de rotação no eixo longitudinal ou, ainda, executando com os membros inferiores unidos entre os membros superiores. Parece haver nesta situação alguma incoerência nas regras e orientações estabelecidas pelo actual CP que importa explicar. Por um lado, não permitem a repetição de elementos, pelo menos para contabilizar na dificuldade do exercício, o que denota a necessidade das atletas dominarem e, consequentemente, apresentarem elementos mais diversificados nos seus exercícios. Por outro lado, permitem às ginastas apresentar a quantidade desejada de elementos do mesmo grupo de estrutura, facultando-lhes a possibilidade de domínio de um menor número de técnicas.

O comité técnico masculino da Federação Internacional de Ginástica, tendo-se deparado precisamente com este problema no ciclo anterior, resolveu esta situação com o actual CP de Ginástica Artística Masculina, limitando ao máximo de 4 elementos do mesmo grupo de estrutura e, no caso específico dos elementos “in bar”, passou a considerar igual um elemento executado com os membros inferiores unidos ou afastados. A razão para tais mudanças prende-se exactamente com aquilo que começamos a assistir actualmente na Ginástica Artística Feminina: os exercícios são compostos por tantos elementos “in bar” e, portanto parecidos, que se tornam monótonos.

Em suma, os sucessivos aumentos da distância entre os banzos ditaram um aumento no número de elementos com a posição alongada do corpo, ou seja, uma tendência do desenvolvimento das PA com primazia para a execução de elementos em posição alongada do corpo. A regra que obrigou as ginastas a incluir um elemento “in bar” no exercício inverteu esta tendência, traduzindo-se, não só num aumento significativo do número de elementos com a posição fechada do corpo, mas também numa declarada prioridade para a execução de elementos em posição fechada relativamente ao número de elementos com a posição alongada do corpo.

Referência

Ferreirinha, J., Silva, A. J., & Marques, A. (2008). Evolução da posição do corpo utilizada em paralelas assimétricas - influência dos elementos “in bar”. Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano, 10, 386-392.