

A·R·T·I·G·O·S D·E R·E·V·I·S·Ã·O

GINÁSTICA RÍTMICA: UMA ABORDAGEM HISTÓRICA *Rhythmic gymnastics: an historical approach*

Alessandra Nabeiro Minciotti

Docente do curso de Educação Física da Universidade Municipal de São Caetano do Sul – IMES.

RESUMO

Apresenta as diferentes escolas ginásticas e seus aspectos históricos, seus implementos e suas ações rítmicas como forma de expressão corporal.

Palavras-chave: ginástica, expressão corporal, história.

ABSTRACT

Presents all different gymnastics trends, as well there historical approach, its equipment, and rithmic actions as body expression.

Keywords: gymnastic, body expression, history.

INTRODUÇÃO

As atividades físicas são manifestações que acompanham o homem desde sua aparição sobre a terra, seja como meio de expressão ou de sobrevivência. Registros antigos já demonstravam a importância da atividade física para o ser humano, haja vista a grande importância que os gregos, os chineses, os hindus entre outros povos conferiam à atividade física.

A partir do século XVIII, vem se construindo uma nova mentalidade científica baseada, principalmente, na técnica e na ciência como formas específicas do saber. No entanto, foi no século XIX, na Europa, que se formou um novo homem e uma nova sociedade, baseada no progresso e nas conquistas da ciência.

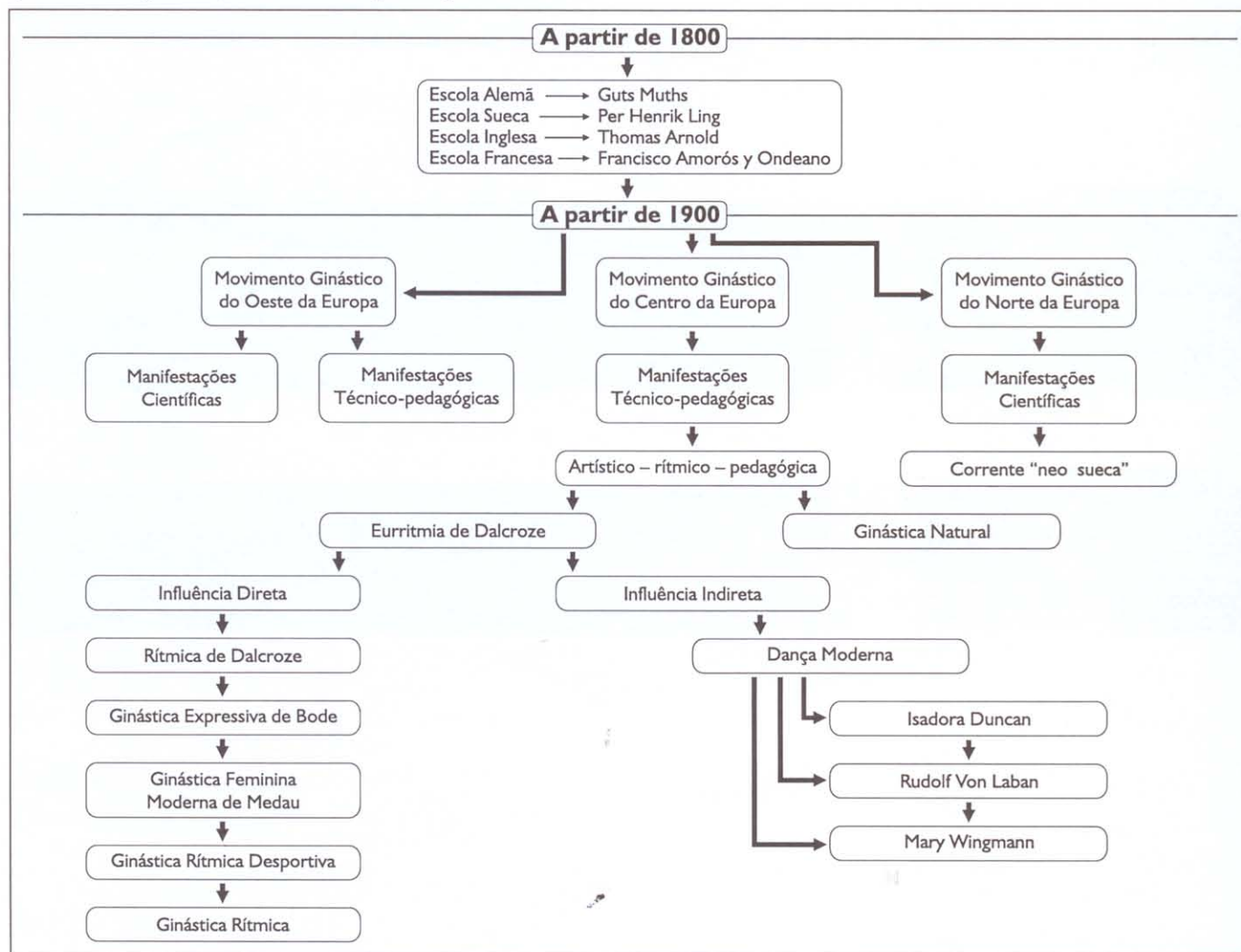
Nesta época, o circo era uma atividade que exercia grande fascínio sobre a sociedade europeia, em que o corpo era o centro do espetáculo e de todas as variedades apresentadas pela atuação de seus artistas. O corpo ali exibido em movimento constante despertava o riso, o temor e, sobretudo, a liberdade. Havia um certo "fervor" na gestualidade de cada

personagem do circo. Entretanto, esta mistura instigante não cabia na sociedade reformulada pelo pensamento científico, em que a atividade física deveria ser útil ao trabalho, confrontando exatamente com as atividades circenses.

Segundo Soares,⁽¹⁾ a ginástica é constitutiva desta mentalidade e é possível afirmar que o seu reconhecimento pelos círculos intelectuais é fator decisivo para sua aceitação pela burguesia. A atividade livre e lúdica do acrobata deveria ser redesenhada no imaginário popular. Em seu lugar e a partir daquele universo gestual, nasceriam as "séries de exercícios físicos", pensados exclusivamente a partir de grupos musculares e de funções orgânicas, a serem aplicados com finalidades específicas, úteis, e não como mero entretenimento.

Assim, neste ambiente em ebulição, a partir de 1800 apareceram quatro linhas que demarcaram distintas formas de encarar os exercícios físicos, dos quais, três delas estão especialmente vinculadas à ginástica, que era sinônimo de educação física, nesta época. As linhas são as seguintes: Escola Alemã, Escola Sueca, Escola Inglesa e a Escola Francesa.

Quadro 1: Fluxograma representativo da origem da ginástica rítmica.



AS ESCOLAS GINÁSTICAS

Segundo Langlade e Langlade,⁽⁷⁾ o precursor da Escola Alemã foi Guts Muths, que publicou vários livros em favor da ginástica, como: A ginástica para a juventude, publicado em 1793; Um tratado de natação, publicado em 1798, e, em 1817, Livro de ginástica para os filhos da pátria. A ginástica Alemã potencializou o espírito nacionalista dos jovens alemães, sobretudo com fins militares. Outro importante representante foi Johann Bernhard Basedow, criador da *Philantropinum*, que foi a primeira escola dos tempos modernos a ter um cunho fundamentalmente democrático, pois seus alunos provinham de todas as classes sociais. Foi também a primeira escola a incluir a ginástica no currículo da escola, no mesmo plano das matérias chamadas teóricas ou intelectuais. Outros nomes representativos da Escola Alemã foram: Jahn, Spiess, Eiselen, Frieser, Massmann, Dien, Lange.

A Escola Sueca começou com Per Henrik Ling, que influenciou o governo sueco a designar para cada estabelecimento de ensino um local para os exercícios físicos. Em 1813, Ling foi chamado a Estocolmo para ministrar exercícios físicos na Academia Militar de Carlberg e na Alta Escola de Artilharia de Marierberg. Ele desenvolveu um sistema que se inspirava essencialmente na ginástica dos gregos, chamado de ginástica pedagógica e higiênica. Esse sistema destina-se a ambos os sexos e a todas as idades, sendo essencialmente respiratória, sobretudo por aquilo que diz respeito ao valor preventivo e curativo da saúde, com efeitos corretivos e ortopédicos. Alguns representantes da ginástica sueca foram: Falk, Liedbeck, Georgii, Lindhard, Bukh.^(8, 6)

A Escola Inglesa desenvolveu seus fundamentos nos jogos, nas atividades atléticas e no esporte. Marcou o retorno da atividade esportiva às tradições da Antiguidade Clássica, cujo precursor foi Thomas Arnold. Outros nomes representativos desta escola foram: Wriqth, Kreuger, Art, Morris, Baden-Powell.^(7, 8, 6) Entretanto, esta escola não influenciou o campo da ginástica diretamente e não será o foco do presente estudo.

Segundo Langlade e Langlade,⁽⁷⁾ a Escola Francesa à qual se filia a Educação Física do Brasil teve como precursor Francisco Amorós y Ondeano, que publicou, em 1830, o Manual de educação física, ginástica e moral, apoiado pelo governo francês. Amorós admitia quatro tipos de ginástica: a ginástica civil e industrial, a ginástica militar, a ginástica médica e a ginástica cênica. Em sua obra estão registradas várias "máquinas", como barras fixas, escadas, cordas, trapézio etc.

Foi neste ambiente cultural, em que prevalecia a idéia de utilidade, que o coronel Amorós passou a considerar as mulheres, concebendo-lhes exercícios físicos específicos, pois ele acreditava que educando-as na arte ginástica, estaria também educando seus filhos nesta educação física e moral. Outra grande influência da Escola Francesa foi Georges

Demeny, que se preocupava principalmente com a fisiologia aplicada ao desenvolvimento dos músculos, e com a prática da atividade. George Hébert, discípulo de Demeny, o qual desenvolveu o método natural e que tinha por finalidade suprir as necessidades da vida ativa do homem, executando unicamente os exercícios naturais e utilitários, como: marchar, correr, saltar, levantar. À Escola Francesa, deve-se a decisiva contribuição que trouxe à ginástica, com seus estudos metodológicos em primeira instância e, posteriormente, os fisiológicos. Outros importantes nomes da Escola Francesa são: Clias, Langrange, Tissié, De Coubertin.^(8, 6)

Após os cem anos do nascimento das escolas ginásticas, surgia em meados do século XX, em toda a Europa, sobretudo na Europa Central, uma corrente científica chamada Movimento ginástico, em resposta a um fenômeno social e uma urgente necessidade de mudança, cuja evolução recebeu significativos subsídios das idéias de diversos estudiosos, especialistas de pelo menos quatro grandes correntes: pedagogia, arte cênica, dança e música, os quais contribuíram para o seu desenvolvimento e para sua difusão. No presente artigo, destacaremos os estudiosos que mais diretamente contribuíram para a formação dessa ação renovadora.

Da corrente pedagógica, destacamos Johann Heinrich Pestalozzi, pedagogo suíço que afirmava que o movimento fazia parte da educação global do ser humano, considerando-o como algo instintivo e, em sua essência, rítmico e contínuo. Ele enfatizava a importância do que chamava de "educação elementar", isto é, naturalidade e espontaneidade do desenvolvimento e cultivo das potencialidades do indivíduo. Para ele, corpo, espírito e alma juntos constituíam um todo inseparável e indivisível.^(13, 5)

Segundo as mesmas autoras, da corrente da Arte Cênica, destaca-se François Delsarte, estudioso francês, precursor da ginástica expressionista, que combinava a movimentação natural e espontânea (já valorizada por Pestalozzi) ao aspecto expressivo, rítmico e artístico do gesto, analisando os gestos como forma de linguagem estética.

Na Dança, destaca-se a importante personalidade de Isadora Duncan, que ficou conhecida pela sua atuação em palco nada convencional para sua época, pois dançava com os pés descalços, interpretando a música por meio da nudez. A sua concepção era a de que o ritmo e a dança eram movimentos significativos e livres, transmitidos pelo corpo humano.⁽⁵⁾

Como última corrente, a Música, destaca-se Emile Jaques Dalcroze, professor, maestro e compositor suíço, que desenvolveu o método de coordenação musical com movimentos corporais, preocupando-se em despertar um sentimento de vibração no organismo de cada indivíduo. Para ele, o ritmo deveria ser aprendido com o corpo todo. Seu método ficou conhecido como Eurritmia.⁽⁵⁾

OS MOVIMENTOS GINÁSTICOS

Tanto nos países da Europa, como na Escandinávia, estas influências culturais de vários estudiosos aumentaram as vertentes do movimento ginástico, da França originou o Movimento do Oeste da Europa, da Escandinávia o Movimento do Norte da Europa e da Alemanha, Áustria e Suíça o Movimento do Centro da Europa, que tiveram suas origens nas escolas de ginástica.

O Movimento do Oeste da Europa iniciou-se alguns anos antes que os do "Centro" e "Norte", e estava formado por dois tipos fundamentais de manifestações: a científica e a técnico-pedagógica. As manifestações científicas caracterizavam-se pela contribuição científica para a ginástica, com um maior apoio das universidades e dos cientistas franceses que, até então, não estudavam este tema. As manifestações técnico-pedagógicas tinham a finalidade de uma ação metódica, progressiva e contínua, desde a infância até a idade adulta, e tinha o objetivo de assegurar o desenvolvimento físico integral. (7)

O Movimento do Norte da Europa iniciou-se a partir de um conjunto de manifestações técnico-pedagógicas e científicas decorrentes da obra de J. G. Thulin denominada *Línea*, que, posteriormente originou a corrente "neo-sueca". A característica fundamental dessa corrente era a contribuição da Escola Sueca de Ling (ginástica pedagógica e higiênica), com algumas novas influências vindas do Movimento do Oeste. (7)

Da Escola Escandinava destacou-se Elli Björkstén importante nome da ginástica feminina. Entre os países escandinavos, seria ela a primeira pessoa a utilizar a idéia do ritmo na ginástica. Sobre a possibilidade da influência de Jaques Dalcroze em seu pensamento e trabalho, não existem muitas opiniões. (7) Segundo Agosti (1), o passo dado por Elli Björkstén representou o primeiro contato entre a ginástica nórdica e a rítmica de Dalcroze, utilizando os recursos técnicos da euritmia que, mais tarde, cedeu lugar as novas formas, como a do alemão Medau.

O Movimento do Centro da Europa estava formado por dois tipos distintos de manifestações: a artístico-rítmico-pedagógica e a técnico-pedagógica. Ambas eram importantes, tanto por seu valor histórico, como por suas influências sobre a integração e evolução geral da ginástica. As manifestações artístico-rítmico-pedagógicas caracterizavam-se por dois segmentos: a Euritmia de Dalcroze e a ginástica "moderna". As manifestações técnico-pedagógicas caracterizavam-se pela ginástica escolar austríaca, também denominada de "Natural". Originárias da obra de Karl Gaulhofer e Margarete Streicher, que visavam o desenvolvimento integral do homem. (7)

Assim, foi no Movimento do Centro da Europa, originário da Escola Austríaca, que surgiu a Euritmia de Emile Jaques Dalcroze, um dos precursores da ginástica feminina. (7)

Para Dalcroze, era imprescindível que o aluno tivesse conhecimento "das leis da técnica corporal", não importando que essa aquisição de conhecimento partisse de qualquer "método ou sistema de ginástica", ou mesmo da rítmica. Para

justificar a criação da euritmia ele ressaltava que os métodos de ginástica higiênica, tais como os de Ling (Escola Sueca), Hérbert (Escola Francesa) e outros, obtinham-se resultados de primeira ordem no desenvolvimento das faculdades musculares. Entretanto, segundo Dalcroze, (3) estes sistemas de ginástica não cultivavam as variações do movimento e os deslocamentos do peso do corpo em todos os graus de educação, para levar em curso eficaz aos exercícios do método. Assim, a rítmica estava integrada à arte de variar os movimentos corporais diretamente ligados à música, ou seja, a arte rítmica por excelência e os diversos sistemas de ginástica que cultivavam mais a forma física. A rítmica exigia de seus alunos a virtuosidade corporal que consistia na especialização dos meios físicos, ajudando o aluno a descobrir-se.

A associação de atividades rítmicas no desenvolvimento dos processos educacionais foi a maior contribuição de Dalcroze para os movimentos ginásticos. (14) O nome e o conceito da ginástica rítmica, também derivam de Dalcroze. (6) Dando origem mais tarde, a modalidade esportiva ginástica rítmica. Esta abordagem poderá ser vista no Quadro I, já apresentado no início do texto.

Segundo Marinho, (8) a ginástica feminina não se tratava de um sistema ou método de ginástica feminina, mas de um movimento renovador, tal qual ocorreu no campo artístico com a chamada arte moderna. Numerosas linhas encontravam-se neste movimento, destacando-se como as principais à francesa, a americana, a escandinava, a suíça e a mais próxima de nossos dias, a austríaca.

Rudolf Bode, estudioso alemão e discípulo de Dalcroze desenvolveu, uma potencialidade de pensamento muito além do que seu mestre preconizava, unindo a música ao movimento corporal e à utilização de aparelhos manuais, fundando, em 1911, a escola de "ginástica rítmica". A ginástica de Bode buscava desenvolver as capacidades individuais por meio da expressão física e ficou conhecida como ginástica expressiva. Para ele, a expressão emocional passava por uma expressão física e esta deveria apresentar-se por meio da alternância entre contração e relaxamento, que fluísse pelo corpo como uma onda, como uma sucessão rítmica e contínua do movimento em que, também a música exercia fator decisivo. (7)

Um dos aspectos importantes ainda é o da economia de movimento. Bode afirmava que o prévio relaxamento dos músculos evitaria contrações falsas ou contrações desnecessárias à ação muscular, as quais poderiam interferir negativamente na elasticidade dos movimentos. A finalidade da ginástica rítmica de Bode era desenvolver o movimento em toda a atividade humana interagindo, continuamente, tanto uma seqüência orgânica correta, como um movimento inspirado na fantasia. (7)

Seguindo no processo histórico, há ainda Henrich Medau, aluno e discípulo de Bode e também aluno da euritmia de Dalcroze. Ele se desvinculou de seus mestres ao criar um

sistema de ginástica que visava desenvolver, por meio de movimentos naturais, uma postura adequada a qual, segundo ele, era a base para toda e qualquer movimentação. Sistematizou o trabalho rítmico a mãos livres e a utilização de aparelhos manuais, como o bastão, a bola, o arco, a corda, entre outros, entendendo-os como uma complementação dos exercícios. Para Medau, esta utilização favorecia a expressão espontânea dos movimentos, pois acreditava que, enquanto se concentravam na manipulação dos materiais, as alunas movimentavam-se mais livremente. Medau conferia aos aparelhos manuais o valor de agentes liberadores e geradores de "movimentos orgânicos", que constituem o procedimento metodológico para criar movimentos rítmicos, fluidos e completos. A utilização da música também era considerada vital para compor seu trabalho. (7)

Assim, a ginástica expressiva de Bode foi modificada por Medau e seu caráter educacional foi sendo difundido por diversos países, especialmente na Alemanha e posteriormente transformada em ginástica de demonstração. As demonstrações ginásticas evoluíram para uma forma competitiva, a qual teve seu início em 1948, com uma competição de nível nacional, na antiga União Soviética. (14)

Surge desta forma, a ginástica feminina moderna, como resultado de um movimento inovador que teve seu início nos ideais do Renascimento, passando pelas influências das grandes correntes pedagógicas e artísticas, contrariando as limitações impostas ao corpo e ao espírito até então. (13)

De acordo com Martinez (*apud* Bobo, 1998), a ginástica moderna representa o filtro pelo qual passaram todas as correntes ginásticas do século XX; foi o elo que permitiu encadear os sistemas das diferentes escolas até desembocar na modalidade esportiva, conhecida como ginástica rítmica desportiva, cuja denominação mais uma vez sofreu alteração passando a ser denominada atualmente como ginástica rítmica.

A GINÁSTICA RÍTMICA

A ginástica rítmica é um esporte em que a técnica corporal, a expressividade, a beleza e o ritmo encontram-se fortemente associados, com movimentos de características próprias, é uma modalidade essencialmente feminina, que pode ser praticada a mãos livres ou a partir do manejo de aparelhos. Os exercícios a mãos livres são a base para as coreografias, englobando movimentos como andar, correr, saltar, saltitar, circundar, balancear, equilibrar, girar, ondular e os exercícios pré-acrobáticos.

Quando praticada com aparelhos faz uso da corda, arco, bola, maçãs, e fita. As ginastas devem realizar movimentos precisos, com alto grau de flexibilidade, buscando que os aparelhos tornem-se um prolongamento do seu próprio corpo. A ginástica rítmica é uma das raras atividades humanas em que estão associados de uma maneira sistemática e constante, os cuidados de uma performance esportiva de alto nível, a busca de uma estética gestual própria de cada praticante

e uma emoção artística que se comunica com o espectador, sendo uma atividade fundamentada nos movimentos naturais do corpo e na expressão corporal, que não é dança clássica, nem dança moderna, mas tem seu estilo próprio. (12)

Segundo Petratti,⁽⁹⁾ como atividade esportiva, a GRD teve seu início em 1948, na antiga União das Repúblicas Socialistas Soviéticas, em 1952, foi fundada em Viena, a Liga Internacional de Ginástica Moderna (LIGIM), que tinha por objetivo estudar e difundir a ginástica feminina moderna, bem como promover e organizar demonstrações e competições. Desta maneira, quem participasse das competições de ginástica artística, deveria apresentar uma série a mãos livres e outra com aparelho a escolha do país participante. Segundo Públio⁽¹⁰⁾ nos Jogos de 1952 e 1956, a ginástica rítmica participou como complemento da ginástica artística, denominada "ginástica em conjunto com aparelhos portáteis", que mais tarde passou a ser conhecida como ginástica rítmica desportiva.

Posteriormente, a Federação Internacional de Ginástica (FIG) reconheceu a modalidade como atividade esportiva, embora associada ainda às provas de ginástica artística e a denominou ginástica moderna. Em 1962, a FIG a reconheceu como modalidade esportiva independente, aprovando o primeiro Campeonato Mundial de Ginástica Moderna, realizado em 1963, na cidade de Budapeste (Hungria), campeonato que acontece até hoje, a cada dois anos. (14)

Até 1963, na Hungria eram realizadas somente séries a mãos livres; a partir de 1965, na Tchecoslováquia, séries a mãos livres e com os aparelhos corda e bola; 1967, na Dinamarca, introdução ao aparelho arco; 1971, em Cuba, introdução do aparelho fita e, em 1973, na Holanda, introdução do aparelho maçãs. (9)

Em 1973, no 52º Congresso da FIG, em Roterdã, na Holanda, o COI recusou introduzir a modalidade no programa olímpico. Após a 83ª Sessão do COI, realizada em Moscou, em 1980, ficou decidido que, a partir dos Jogos Olímpicos de 1984, em Los Angeles, a ginástica rítmica desportiva figuraria no programa olímpico. Em 1981, no 59º Congresso da FIG, em Moscou, o COI autorizou a inclusão da ginástica rítmica desportiva nos jogos. (10)

Até pouco tempo, a ginástica rítmica era essencialmente feminina, entretanto no Japão e em alguns países da Europa, homens também começaram a praticar esta modalidade, com o reconhecimento da Federação Japonesa de Ginástica, desde 1968. Possui características semelhantes à feminina, mas com algumas diferenças, como por exemplo, exercícios acrobáticos e os aparelhos utilizados, que são bastão, corda e pequenos arcos. (9)

De acordo com o Código de Pontuação de Ginástica Rítmica (1993), os aparelhos possuem características particulares, possibilitando, ora uma movimentação comum entre eles, ora específica.

- Corda: pode ser de cânhamo ou material sintético semelhante, sem empunhadura; de tamanho proporcional ao tamanho da ginasta. Seu manejo possibilita saltos, saltitos, balanceamentos, circunduções, lançamentos, solturas e retomadas, giros, movimentos em oito.
- Bola: pode ser de borracha ou material sintético, pesando 400 gramas, no mínimo, com 18 a 20 centímetros de diâmetro. Possibilita os lançamentos e recuperações, quicadas, rolamentos no corpo e no solo, balanceamentos, circunduções, movimentos em oito, equilíbrios.
- Arco: pode ser de madeira ou material plástico, pesando 300 gramas, com 80 a 90 centímetros de diâmetro. Pode ser achatado ou arredondado. São movimentos possíveis, os rolamentos no corpo e no solo, rotações, impulsos, balanceamentos, circunduções, lançamentos e recuperações, movimentos em oito, passagem por dentro.
- Fita: é feita de cetim ou material semelhante, com largura de 4 a 6 centímetros e 6 metros de comprimento. O estilete pode ser de madeira ou material sintético, com 50 a 60 centímetros de comprimento. Permite serpentinas, espirais, impulsos, lançamentos, solturas e retomadas, circunduções, balanceamentos, movimentos em oito.

- Maças: são usadas aos pares, podendo ser de madeira especial, borracha ou plástico, pesando 150 gramas, cada uma e com comprimento de 40 a 50 centímetros. São ações possíveis, os pequenos círculos, molinetes, lançamentos, solturas e recuperações, batidas, circunduções, rotações, balanceamentos.

As ginastas, ao executarem uma série, devem ocupar todo o espaço, um quadrado de 144 metros quadrados, em competições oficiais individuais, e aceita uma diferença de 30 centímetros a mais nas competições em conjunto (cinco atletas). Para conseguir a ocupação total do quadrado, as ginastas se deslocam em todos os planos, sentidos e direções, fazendo desenhos no espaço.

Nas séries individuais, faz-se uso de um aparelho de cada vez, devendo durar a coreografia, de 1 min. a 1 min. e 30 s.; enquanto que, nas séries em conjunto, podem ser utilizados até dois aparelhos e o tempo de duração de cada coreografia varia entre 2 min. a 2 min. e 30 segundos.

Enfim, a ginástica rítmica ao longo dos anos sofreu inúmeras alterações, a partir da influência de diversos pensadores de diferentes áreas do conhecimento, modificando-se até chegar a ser o que conhecemos hoje, um esporte que une à expressividade, a técnica corporal, o manejo de aparelhos e a música, ou seja, valorizando cada um desses elementos, para que funcione como um recurso à manifestação do outro.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Agosti, L. *Gimnasia educativa*. Madrid: Talleres Del Instituto Geográfico y Catastral, 1948.
2. Bobo, M. *Gimnasia rítmica deportiva – adestramento e competición*. Santiago de Compostela: Dea, 1998.
3. Dalcroze, E. J. *Gimnastica rítmica estética e musicale*. Milão: Editore Ulrico Hoepli, 1925.
4. *Federacion Internacional de Gimnasia. Código de puntuacion gimnasia rítmica deportiva*, 1993.
5. Gaio, R. *Ginástica rítmica desportiva popular – uma proposta educacional*. São Paulo: Robe, 1996.
6. Grifi, G. *História da educação física e do esporte* (Tradução de Ana Maria Bianchi). São Paulo: D. C. Luzzato Editores Ltda., 1989.
7. Langlade, A.; Langlade, N. R. *Teoria general de la gimnasia*. Bueno Aires: Editorial Stadium, 1970.
8. Marinho, I. P. *História geral da educação física*. São Paulo: Ed. Cia Brasil, s/d.
9. Petratti, V. *Material de uso manual: um recurso à expressividade em ginástica rítmica desportiva*. Monografia – São Caetano do Sul: Unifec, 1994.
10. Publio, N. S. *Evolução histórica da ginástica olímpica*. São Paulo: Phorte, 1998.
11. Soares, C. L. *Imagens da educação do corpo: estudo a partir da ginástica francesa do século XIX*. Campinas: Editora Autores Associados, 1998.
12. Tibeau, C. C. P. M. *O ensino da ginástica rítmica desportiva pelo método global: viabilidade e eficácia*. Dissertação de Mestrado – São Paulo: Usp, 1988.
13. Velardi, M. *A dança moderna na preparação técnica em ginástica rítmica desportiva*. Monografia – São Caetano do Sul: Unifec, 1993.
14. Vieira, R. M. M. *O fenômeno da expressão na ginástica rítmica desportiva*. Dissertação de Mestrado – São Paulo: Usp, 1989.