

ELISANGELA SAMPAIO RIBEIRO

**A PRÁTICA PRECOCE DA GINÁSTICA OLÍMPICA
E O DESENVOLVIMENTO CORPORAL DA CRIANÇA**

Monografia apresentada à Disciplina Seminário de Monografia como requisito parcial para conclusão do curso de Licenciatura em Educação Física, do Departamento de Educação, do Setor de Ciências Biológicas, da Universidade Federal do Paraná.

**CURITIBA
1999**

ELISANGELA SAMPAIO RIBEIRO

**A PRÁTICA PRECOCE DA GINÁSTICA OLÍMPICA
E O DESENVOLVIMENTO CORPORAL DA CRIANÇA**

Monografia apresentada como requisito parcial
para a conclusão do curso de Licenciatura em
Educação Física da Universidade Federal do
Paraná.

Orientador : Sérgio Roberto Abrahão.

CURITIBA

1999

SUMÁRIO

SUMÁRIO	ii
AGRADECIMENTOS	iii
DEDICATÓRIA	iv
RESUMO	v
1 INTRODUÇÃO	01
1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA	01
1.2 JUSTIFICATIVA	01
1.3 OBJETIVO	02
2 REVISÃO DE LITERATURA	03
2.1 CARACTERÍSTICAS ANÁTO-FISIOLÓGICAS	03
2.2 PSICOLOGIA DA CRIANÇA E INICIAÇÃO ESPORTIVA	06
2.3 O DESPORTO GINÁSTICA OLÍMPICA	06
2.4 VANTAGENS DA GINÁSTICA OLÍMPICA	10
2.5 ESTIMULAÇÃO PRECOCE : DESVANTAGEM ?	12
2.6 OS MINI-CAMPEÕES	13
2.7 A ESPECIALIZAÇÃO PRECOCE NO DESPORTO	14
2.8 A ELIMINAÇÃO DESPORTIVA PRECOCE	16
3 METODOLOGIA	18
4 CONCLUSÃO	19
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	20

AGRADECIMENTOS

Agradeço a todos que colaboraram para a realização deste trabalho, amigos , pais e professores. Em especial agradeço ao meu orientador Sérgio Abraão por ter me dado todo o apoio e incentivo para que todas as idéias tomassem direção e clareza; além do empenho na busca de materiais de apoio para aprofundamento da pesquisa.

Espero que todo este trabalho venha de certa maneira proporcionar conhecimento e ajuda às pessoas que o consultarem.

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho a meus colegas de curso e professores de Educação Física, que todos os profissionais da área conquistem seus objetivos e sua realização pessoal , ultrapassando barreiras e vencendo todos os desafios da vida.

RESUMO

A presente pesquisa visa destacar principalmente a Ginástica Olímpica como desporto e seus fundamentos. Serão abordados aspectos importantes no que se trata de treinamento precoce em crianças, destacando opiniões de autores e estudiosos, mostrando os aspectos positivos e negativos deste treinamento e até que ponto poderia influenciar o desenvolvimento corporal e psicológico da criança.

Para desenvolver a pesquisa se faz necessário destacar as características anatomofisiológicas das crianças, a psicologia da criança no desporto de rendimento e como se dá esse processo; o desporto da Ginástica Olímpica e as qualidades físicas nela trabalhadas, quais as vantagens de se realizar um treinamento precoce no desporto e se esta estimulação pode gerar alguma desvantagem. Também como complementação será abordado como se dá a especialização no desporto de rendimento e a eliminação precoce das crianças desportistas.

O desenvolvimento psicofísico da criança deve ser harmonioso, segundo WINECK (1991), “na infância o Sistema Nervoso Central tem um desenvolvimento extraordinariamente rápido”, ou seja, é na infância que o indivíduo adquire o maior número de informações ao longo de sua vida. Dentro desse aspecto vale contestar o termo “estimulação precoce”, uma vez que o estímulo definido por HURTADO (1991) é um “agente ambiental que atua sobre o organismo, fazendo-o emitir uma resposta ou aumentando a probabilidade de ocorrer uma resposta de uma certa classe ou tipo”. Nesse contexto a Ginástica Olímpica, sendo um desporto de alto nível, entra como agente atuando sobre o organismo cognitivamente acelerando o processo de desenvolvimento da criança.

1. INTRODUÇÃO

1.1 APRESENTAÇÃO DO PROBLEMA

Este trabalho visa analisar bibliograficamente a Ginástica Olímpica como desporto com seus objetivos e fundamentos . Verificar como se processa o desenvolvimento das exigências psicomotoras do esporte , a aquisição das qualidades físicas e habilidades específicas, bem como os benefícios e prejuízos do treinamento precoce em crianças.

Será também abordado com ênfase o processo de treinamento precoce , mostrando aspectos positivos e negativos com relação ao desenvolvimento da criança no desporto de Ginástica Olímpica.

É de consenso que a *Ginástica Olímpica* é um desporto considerado espetacular pela perfeição, beleza e também pela exigência que se faz aos ginastas quanto ao alto grau de flexibilidade , habilidade e coordenação. Todavia, a prática deste desporto gera controvérsias no que diz respeito ao desenvolvimento corporal da criança, relativo à precocidade da sua prática devido a pouca idade das crianças que ingressam no esporte.

Conforme BORRMANN (1980) , “para o desenvolvimento de uma atividade positiva e estável perante os resultados desportivos é necessário que o jovem ginasta seja estimulado desde muito cedo”.

O termo precoce significa antes do tempo maturacional do seu desenvolvimento. Segundo MARCONDES (1989) “maturidade é uma estado acabado de maturação” e “maturação pode ser entendida como processo através do qual o ponto final é atingido”.

Diante da grande precocidade com que se inicia a prática da Ginástica Olímpica, fica uma interrogação fundamental em termos de literatura sobre o assunto no que diz respeito as reais vantagens e desvantagens do exercício deste desporto, no sentido de beneficiar ou também prejudicar a formação integral da criança.

1.2 JUSTIFICATIVA

Visar uma análise bibliográfica da Ginástica Olímpica como desporto com seus fundamentos e objetivos; verificando como se processa o desenvolvimento das exigências psicomotoras do esporte, a aquisição das qualidades físicas e habilidades específicas, bem como a importância da percepção do movimento a partir conhecimento do corpo.

Há poucas referências que sugerem uma avaliação mais rigorosa no que diz respeito às vantagens e desvantagens de sua prática. Pode-se observar que os ginastas de alto nível possuem determinadas características que se assemelham muito, diante desta questão procurou-se pesquisar a respeito das influências que este desporto traz no desenvolvimento psicológico e também no crescimento corporal dos praticantes da Ginástica Olímpica, devido a precocidade com que se trabalha.

Através da pesquisa identificar limites individuais de cada criança, auxiliando técnicos e também professores de Educação Física que trabalham com esta faixa etária, possibilitando aliar o desenvolvimento das capacidades motoras das crianças às suas necessidades de satisfação pessoal, de saúde e de integração social.

1.3 OBJETIVO

Pretende-se neste trabalho de pesquisa bibliográfica, discutir as opiniões consideradas por autores quanto ao treinamento precoce das atividades físicas, suas vantagens e desvantagens, tendo como base o desporto de Ginástica Olímpica.

Evidenciar os aspectos que estão envolvidos no processo do treinamento precoce, bem como as características fisiológicas da criança em desenvolvimento e a psicologia na iniciação esportiva, destacando como se dá o processo de especialização e eliminação precoces da criança no desporto.

Objetiva-se contudo uma orientação ao profissional da área de Educação Física e treinamento desportivo em Ginástica Olímpica, auxiliando no processo de ensino-aprendizagem, facilitando e buscando uma melhora no trabalho.

2.0 REVISÃO DE LITERATURA

2.1 Características anáto-fisiológicas da criança

O crescimento da criança é um processo bastante regular e organizado, que depende de determinados fatores para que seja bem sucedido. O crescimento infantil reflete o conjunto de transformações que o organismo sofre para que haja a formação e maturação das suas estruturas corporais, e os sistemas de controle responsáveis pelo bom desenvolvimento de seu corpo.

A força desse processo vem da energia absorvida do ambiente natural, o que inclui uma dieta normal, atividade física adequada, ausência de agressões que possam vir a desviar o processo natural de crescimento e a estimulação psicossocial.

Quando ocorre algum desvio nesta trajetória normal de crescimento a criança desenvolve uma força restauradora, que acontece para superar o atraso e ajustar novamente o ritmo normal. Logo que este desvio é superado, a criança volta à sua curva de crescimento normal.

O crescimento e o ambiente são completamente interados, pois sendo este uma somatória de fenômenos celulares, bioquímicos, biofísicos e morfogenéticos tem que se adaptar ao meio que está inserido.

Sendo processos paralelos, desenvolvimento e crescimento não atuam na mesma velocidade ou com a mesma sensibilidade, além de serem característicos de cada criança. Segundo MARCONDES (1989), crescimento pode ser conceituado como “aumento de massa por hipertrofia e divisão celulares”, e desenvolvimento como “aquisição de capacidades passíveis de aferição por meio de provas funcionais”.

Segundo BARBANTI (1994), “metabolismo é a soma de todos os processos físicos e químicos nas quais o corpo fornece energia para a manutenção da vida”. Na criança ocorrem sucessivos processos de diferenciação e crescimento, tendo o metabolismo um papel importante nesta fase. Em função de todas as mudanças ocorridas no organismo infantil, o metabolismo basal trabalha de 20 a 30% a mais do que em organismos adultos.

Conforme BARBANTI (1994), “o metabolismo basal representa o nível mínimo de energia exigido para manter as funções vitais do corpo em repouso. Em adultos o valor normal está entre 1.200 a 1.700 calorias por dia”.

O metabolismo basal inicia-se com o nascimento, tem o seu auge do primeiro ao terceiro ano de vida e inicia-se um declínio que perpetua por toda a vida. As diferenças sexuais também ocorrem a nível metabólico, sendo maior no sexo masculino.

Existem dois processos de reações metabólicas, o processo bio-químico e o processo fisiológico. O primeiro verifica as modificações sofridas pelos nutrientes absorvidos ou armazenados que quando catalizados em resíduos finais ou por produtos intermediários do catabolismo, são recombinaados para armazenamento ou para criação de novas células, e o segundo se relaciona com as fontes energéticas para todos os processos fisiológicos.

A criança possui necessidades a nível de vitaminas, minerais, nutrientes e principalmente proteínas maior em relação ao organismo adulto. Se a criança foi submetida a cargas adicionais, essas necessidades podem aumentar, nesses casos onde ocorre um processo de treinamento esportivo, por exemplo, há possibilidade de uma predominância do metabolismo estrutural, a criança poderá sofrer certos prejuízos a nível de crescimento com diminuição da capacidade de suportar carga. Crianças que se submetem a treinamento esportivo necessitam obrigatoriamente de períodos de descanso e recuperação.

A nível de proporções corporais o desenvolvimento orgânico não ocorre de forma linear e sim em forma de surtos. O crescimento do corpo assemelha-se ao que ocorre com o aumento de peso, já a velocidade do crescimento está diretamente relacionada com a faixa etária que a criança se encontra. Cada segmento corporal tem um crescimento diferenciado em cada uma das faixas etárias, o que vem ocasionar alterações em relação à proporções corporais. Devido as alterações do corpo, caracterizam-se os diversos períodos do desenvolvimento da criança, estabelecendo um padrão a nível de normalidade de crescimento, pode-se ter um referencial para identificação de possíveis anomalias no processo do crescimento da criança.

No desenvolvimento considerado normal há uma coincidência entre a idade cronológica e a idade biológica, se o desenvolvimento foi tardio há um adiantamento por um ou mais anos e se ocorrer precocemente aceleram-se as fases.

O tecido ósseo na infância é constituído de grandes quantidades de material orgânico mole, o que torna flexível e conseqüentemente menos resistentes à pressão; os tendões e ligamentos também estão sujeitos a essa pouca resistência. A nível de tecido cartilaginoso e discos epifisários que ainda não ossificaram, são bastante frágeis com relação a pressão, devida a alta taxa da divisão condicionada ao crescimento.

Deve haver então um estímulo apropriado tanto para a melhora da estrutura quanto ao crescimento da criança. Os estímulos deverão ser submáximos utilizando a bilateralidade e de exigência múltipla.

O que difere um organismo infantil de uma adulto, no sentido muscular, é a formação de quantidades de células musculares esqueléticas a nível de sub-estrutura. Existem também diferenças na capacidade metabólica aeróbica e anaeróbica do tecido muscular entre crianças, adolescentes e adultos. A capacidade anaeróbica aumenta na puberdade, e portanto na criança não deve ser feita uma sobrecarga que leve a um acúmulo de lactato, pela pequena formação de ácido láctico que produz. Em relação a capacidade glicolítica das fibras, as crianças apresentam menos do que os adultos, pelo fato de que no organismo infantil se tem uma maior capacidade nos processos metabólico oxidativos, ou seja, a criança tem no organismo mais enzimas oxidativas do que glicolíticas, sendo assim as células musculares utilizam os ácidos graxos livres mais rapidamente poupando o depósito de glicose.

O crescimento ósseo da criança está diretamente relacionado com os diferentes aspectos de maturação, os quais fazem parte todos de um mesmo processo. Se uma criança tem estrutura normal deve estar normalmente desenvolvida pois crescimento e maturação iniciam-se e devem terminar juntos.

Quem determina o progressivo crescimento dos ossos é o tecido cartilaginoso de junção. Há uma maior velocidade de maturação nas meninas, e foi comprovado que a velocidade de ossificação é um fator hereditário.

Na criança o centro de regulação da temperatura (hipotálamo) tem um limite maior em termos de temperatura corporal, isto faz com que a criança comece a transpirar com a temperatura mais alta.

A temperatura corporal infantil aumenta mais rápido, pela menor capacidade de resfriamento por sudorese, sendo assim a capacidade de desempenho fica limitada, principalmente sob condições de calor e aclimatização nas crianças ocorre num período mais longo. Sob cargas as crianças reagem a temperaturas externas elevadas de modo mais sensível que os adultos, ou seja, a capacidade de compensação termorreguladora nas crianças é menor.

2.2 Psicologia da criança e a iniciação desportiva

É na primeira infância que se formam as capacidades motoras e intelectuais específicas. Na formação básica, a educação tem uma importância muito particular para uma motivação estável no sentido de obter bons resultados. O interesse e a inclinação pela atividade desportiva desenvolvem-se de uma forma geral antes dos 16 anos, eles acentuam-se mesmo em grande medida antes dos 12 anos. Assim, os estímulos no sentido de uma atividade desportiva duradoura encontram um solo fértil sempre que forem ao encontro das necessidades próprias da idade dos praticantes. Estas podem ser muito diversas consoante o grupo etário e o grau de desenvolvimento. Enquanto que, para as crianças em idade pré-escolar e para as mais novas em idade escolar, o interesse dos pais por algum desporto e pela educação física, orientam as crianças durante a fase escolar e esta influência dos pais vai desaparecendo gradualmente e o professor do desporto, começam a partir dos 10 anos de idade a ter importância. Nesta fase, é frequente o fascínio exercido sobre a criança pela capacidade desportiva e pela formação geral. Particularmente, neste período o professor deve tomar consciência da sua responsabilidade. A par do exemplo representado pelos adultos, torna-se cada vez mais nítida, à medida que vai se processando o desenvolvimento, a influência dos companheiros de jogos e de treino da mesma idade.

Deste modo, melhores estímulos só serão eficazes se tomarem em conta as transformações estruturais da motivação, não esquecendo que o interesse específico muitas vezes só pode ser despertado através das relações pessoais, cuja estrutura se modifica igualmente no decurso do desenvolvimento.

Também no que se refere aos resultados, as exigências devem estar adaptadas ao estágio de desenvolvimento das crianças. Uma educação correta do ponto de vista do desenvolvimento evita não só as exigências excessivas, como exigências que ficam aquém das possibilidades da criança. Ela estimula a atividade no sentido de satisfazer as necessidades típicas da idade das crianças, o que permite uma melhoria da capacidade. Há uma divisão do processo de desenvolvimento e, deste modo, uma consideração das particularidades sociais, emocionais, intelectuais e motivadoras de acordo com a idade.

2.3 O Desporto Ginástica Olímpica

2.3.1 Histórico

Desde as antigas civilizações, a prática da ginástica como atividade física esteve presente sob a forma de danças sacras em rituais religiosos ou como prática dos saltimbancos no Egito, Grécia e Roma, mais tarde difundindo-se por toda a Europa e Ásia.

No século XVI alguns educadores vinham tentando valorizar a atividade física como Rousseau, Pestalozzi, Salzmann entre outros. Já no século XVII estabelecem-se bases em termos de ginástica pedagógica, sendo fundado na Alemanha um ginásio pelo pedagogo suíço Pestalozzi e Basedow. No final do século surge a ginástica moderna através do alemão Guts Muths autor da obra “Gymnastik für Jugend”; no ano de 1816 o suíço Clias funda em Berna um ginásio completo e publica sua primeira obra “A Ginástica Elementar”. Clias também irá criar a primeira Sociedade Federal de Ginástica fundada em 1832, organizando no mesmo ano o primeiro Festival de Ginástica na localidade de Arraw.

Em 1921 representantes europeus fundam o “Comitê das Federações Europeias de Ginástica”, tornando-se uma Federação Internacional; assim tem-se início uma nova tendência esportiva mundial marcada pelo confronto entre nações.

No Brasil a Ginástica Olímpica teve sua origem em 1824 no Rio Grande do Sul com a colonização alemã, além dos oficiais e soldados prussianos integrantes da Guarda Imperial que traziam consigo toda a experiência e treinamento em ginástica.

Em 1858 fundou-se a primeira sociedade de ginástica da América do Sul com sede em Joinville-SC. No Rio Grande do Sul no ano de 1867 Alfredo Shutt fundou a primeira entidade ginástica que mais tarde tornou-se uma potência social esportiva com o nome de Sociedade de Ginástica Porto Alegre (SOGIPA).

A nível de competições criou-se em 1942 no Rio Grande do Sul um Departamento de Ginástica que mais tarde deu origem a Federação Brasileira de Ginástica. Em São Paulo criou-se a Associação de Cultura Física que filiando-se a Federação Rio-Grandense constituíram a Confederação Brasileira de Desportos (CBD) dando início aos campeonatos de ginástica. No mesmo ano em Florença houve um Congresso Internacional onde a CBD filiou-se a Federação Internacional de Ginástica (FIG), somente no ano de 1979 a ginástica brasileira criou a Confederação Brasileira de Ginástica tendo assim sua autonomia.

2.3.2 Fundamentos da Ginástica Olímpica

Os fundamentos da Ginástica Olímpica caracterizam-se essencialmente em movimentos acrobáticos, sendo este representado por movimentos que levam o corpo e membros à uma determinada situação partindo de uma posição inicial , obtendo uma determinada meta.

O processo de ações de uma ginasta é intrínseco, ou seja de uma auto-observação como forma de concepção motora. Sob o aspecto físico da movimentação o corpo do ginasta são levadas a manobras de vôo, subidas, descidas, giros e volteios entre outros movimentos em que há constantemente uma perda de contato com o solo.

Tendo em vista toda esta exigência motora, este esporte propicia uma grande orientação espaço-temporal, sendo esta uma das peculiaridades do esporte. A Ginástica Olímpica permite que se desenvolva várias capacidades vinculadas ao esquema corporal e organização perceptiva .

Posições básicas são as posturas para que o ginasta encontra-se na realização dos exercícios. Estendida : quando tronco , braços e pernas encontram-se unidos totalmente estendidos; grupada : quando as pernas estão flexionadas com os joelhos próximos ao tronco; carpada : quando o tronco está flexionado sobre as pernas que por sua vez estão unidas e estendidas; afastada : quando ambas as pernas estão estendidas e afastadas, podendo o tronco estar flexionado sobre elas ou ereto.

Os Aparelhos Oficiais são específicos para a prática do esporte, recebem a denominação de SET e são divididos em masculinos e femininos. Masculinos que são : o cavalo para saltos que desenvolve principalmente a noção espaço temporal; cavalo com alças que trabalha força dinâmica; argolas a força estática e equilíbrio; paralelas simétricas trabalha força dinâmica e a barra fixa que proporciona noção espaço temporal. Os aparelhos femininos são : cavalo para saltos, noção espaço temporal; paralelas assimétricas também trabalha a noção espaço temporal; trave principalmente equilíbrio.

Os aparelhos oficiais que serão citados são comuns para ambos os sexos: o tablado que é utilizado para exercícios de solo onde todas as qualidades físicas são desenvolvidas; trampolim , aparelho para tomada de impulso na entrada de outros aparelhos; colchões para proteção e segurança na execução dos exercícios amortecendo a aterrissagem.

Existem também aparelhos auxiliares que tem a função de auxiliar nos treinamentos e na aprendizagem da Ginástica Olímpica: plinto, banco sueco, mini-tramp, cama elástica entre outros aparelhos alternativos.

2.3.3 Qualidades físicas :

- Força : O desenvolvimento da qualidade física força deve ser estabelecida em todas as faixas etárias. Segundo WEINECK (1991), a prática mostrou que muitas crianças e jovens não alcançaram mais tarde sua capacidade potencial de desempenho, só porque os estímulos de desenvolvimento estabelecidos durante o processo de crescimento foram insuficientes. A estrutura óssea é mais elástica e portanto menos resistente a pressão e torção. O tecido muscular apresenta mecanismos de controle e fadiga, não podendo ser treinado de forma excessiva. Contudo não se deve ignorar a necessidade de um fortalecimento muscular, só que bem dosados.
- Velocidade : Segundo FAUCONNIER (1978), “é a qualidade física particular do músculo e das coordenações neuromusculares que permite a execução de uma sucessão rápida de gestos que, em seu encadeamento, constituem uma só e mesma ação, de uma intensidade máxima e de duração breve”. Um treinamento precoce pode melhorá-la significativamente, considerando suas bases fisiológicas definidas muito cedo. O treinamento da velocidade deve englobar de todas as formas : reação, aceleração e de coordenação rápida, contudo não deve ser trabalhado a resistência de velocidade.
- Resistência : É a qualidade física que permite um continuado esforço, proveniente de exercícios prolongados, durante um determinado tempo. O fator resistência deve ser estimulado desde a infância porque interage sobre outros fatores de desempenho. Na idade escolar a resistência básica deve ser adquirida com atividades contínuas ou intensidade regular.
- Flexibilidade : Forma principal de exigência que atinge na infância seu valor máximo, aplicado a cada sistema articular de forma diferenciada devido às alterações de desenvolvimento a nível de aparelho locomotor ativo e passivo. A criança em idade escolar possui por certo uma flexibilidade natural, desta forma

um treinamento forçado não se faz necessário, e sim atividades multidirecionais visando o aspecto global da criança.

- **Coordenação** : Para FAUCONNIER (1978), “é a qualidade física que permite ao homem assumir a consciência e a execução, levando-o a uma integração progressiva de aquisições, favorecendo a uma ação ótima dos diversos grupos musculares na realização de uma sequência de movimentos com um máximo de eficiência e economia”.
- **Equilíbrio** : É desenvolvido muito cedo e é intrínseco sendo atribuído em todas as atividades em suas três formas: estático, recuperado e dinâmico ; e deve ser muito estimulado em idade escolar.
- **Agilidade** : Deve ser desenvolvida de forma global juntamente com as demais qualidades físicas e um período considerado bom para desenvolvê-la é na idade pré-escolar.
- **Ritmo** : Segundo FAUCONNIER (1978), “é a qualidade física explicada por um encadeamento de tempo dinâmico-estático, uma mudança de tensão e de repouso, enfim uma variação regular com repetições periódicas. É inerente em todas as atividades físicas e deve ser estimulado muito na pré-escola.

2.4 Vantagens da prática da Ginástica Olímpica

Sendo a Ginástica Olímpica um esporte considerado de alto nível devido a sua especificidade e o nível de desempenho para se conseguir bons resultados, é necessário que se pratique desde criança, só que desenvolvendo uma progressão pedagógica adequada a criança.

Para desenvolver este tipo de trabalho adotam-se formas de auxílio preconizado, bem como princípios básicos que por sua vez sendo seguidos corretamente atingirão seus

objetivos dentro da Ginástica Olímpica. Os exercícios específicos ocasionam uma auto-compensação muscular, desenvolvendo um trabalho consciente os benefícios são muitos.

Segundo MARQUES (1991), “começar cedo a preparação desportiva não é necessariamente começar precocemente. Pelo contrário, a preocupação generalizada de em todos os desportos e especialidades desportivas, fazer o início cedo, revela-se positivo, no sentido em que a preparação desportiva deve ser um processo permanente, de muitos anos, começando cedo na vida da criança e acabando tarde numa fase avançada de um indivíduo, com objetivos claros e distintos para cada fase do processo.

Uma preparação desportiva iniciada nos primeiros anos de escolaridade feita por professores e ou técnicos desportivos capacitados, é um pressuposto fundamental para o desenvolvimento harmonioso da criança e também para acriação de condições para a melhoria do rendimento.

A Ginástica Olímpica sistematizada e planejada deve atingir também processos que estimulem no ginasta suas expectativas máximas e seu senso de auto-avaliação. Desenvolvendo-se um trabalho progressivo e coerente, as qualidades físicas e habilidades específicas, podem passar de formas rudimentares de movimentos para formas refinadas que são essenciais a nível de desempenho.

Um dos grandes benefícios que se estabelece com a prática da Ginástica Olímpica é a cinestesia. Como conceito de cinestesia podemos considerar que, relativo a percepção que se estabelece entre o domínio de sentidos diferentes, vem a ser a sensibilidade do próprio corpo pelo qual se percebem os movimentos musculares, o peso e a posição dos membros.

Todo o conhecimento da constituição corpórea, onde a criança começa a conscientizar-se e distinguir sua própria forma e o mundo, dão origem à imagem do corpo e ao esquema corporal. Em termos de definição o esquema corporal é uma resultante das experiências e relações entre o corpo e o meio ambiente, formando assim uma imagem interna e externa onde o indivíduo conscientiza-se das formas e portes que compõe seu corpo. É uma organização psicomotriz que envolve mecanismos e processos motores, tônicos, perceptivos, sensoriais e expressivos em conexão com o mundo exterior onde se estabelece a imagem do corpo. Para LE BOULCH (1982), “a imagem do corpo representa uma forma de equilíbrio entre as funções psicomotoras e sua maturidade. Ela não corresponde só a uma função, mas sim a um conjunto funcional cuja finalidade é favorecer o desenvolvimento”.

A Ginástica Olímpica sendo uma atividade que requer uma noção corpórea apurada com movimentos precisos, onde a criança vivencia o seu corpo das mais diversificadas formas, a cinestesia torna-se um sentido altamente desenvolvido. Desta forma podemos estabelecer relações das contribuições do sentido cinestésico no processo metodológico do aprendizado da Ginástica Olímpica.

O modo de proporcionar estímulos para desenvolver a cinestesia de forma mais apurada, em relação aos sentidos, pode envolver dois aspectos : um diz respeito a estímulos generalizados a nível de pré-escola e escola, onde a criança poderá desenvolver a sua corporeidade de maneira global; o outro refere-se a estímulos específicos buscando não apenas a vivência corpórea, mas também a especificidade do movimento a qual acontece na prática desportiva de Ginástica Olímpica.

Fundamentando a idéia acima referida dentro de um trabalho desportivo, partindo do princípio que a criança encontra-se apta fisiológica, anatômica e maturacionalmente, pode-se perfeitamente desenvolver a cinestesia de modo progressivo e que atenda as condições físicas, psicológicas e afetivas básicas da criança.

2.5 Estimulação precoce : desvantagem?

Segundo MARQUES (1991), “ as exigências excessivas de caráter especializado repercurtem-se naturalmente por desenvolvimentos corporais e motores desajustados e tem reflexos a nível do aparelho de suporte e locomotor, como no caso das exageradas cargas de força entre as repercussões a este nível convém salientar os atrasos no crescimento e desenvolvimento”, impedindo assim a plena expressão do genótipo, motivado por hipertrofia muscular excessiva, processos de ossificação prematura, bem como traumatismos epifisários, articulares, ligamentares e tendinosos, com sequelas para muitos anos”.

Antes de atingirem o próprio processo de preparação desportiva e o comprometerem definitivamente as consequências da especialização esportiva precoce atingem a própria criança; furta-a de contatos com os companheiros , impedindo que esta estabeleça de uma forma sistemática relações inter-individuais através desse meio privilegiado de expressão, privando-a do desenvolvimento de sua personalidade.

Um aspecto a ser compreendido é de haver excessivos receios relacionados com a utilização de cargas de força e de resistência infundados e não contribuírem em nada para o

desenvolvimento da criança e do desporto. Se o treino estiver adaptado ao desenvolvimento físico e psíquico da criança não há razão para receios.

Outro problema relaciona-se com a participação de crianças e jovens em competições. As pressões inadequadas para o sucesso, a sobrevalorização das competições terão forçosamente repercussões negativas em crianças e jovens com uma deficiente estabilidade psicológica.

As consequências negativas de uma preparação precocemente especializada não devem fazer-nos pensar, contudo, que tudo assim é no desporto de rendimento com crianças e jovens e levar-nos aos extremos pedagogistas da recusa total do desporto de rendimento, como responsável por todos os males do desporto. Há que enquadrar o desporto de rendimento das crianças por referência a outros modelos já que os benefícios da prática desportiva para a criança são incontestáveis.

2.6 Mini-campeões

As modalidades esportivas, na grande maioria das vezes exige, no caso da criança, certas capacidades físicas que ainda não estão totalmente estabelecidas. Também surgem os riscos de acidentes causados por diferenças maturacionais, já que as competições para crianças baseiam-se em idade cronológica e não na biológica.

Em muitos países e principalmente no Brasil, há uma grande precocidade no que diz respeito aos campeonatos. Existem categorias pré-mirim onde a idade limite é de onze anos; sendo que a idade mínima não é estabelecida. Isto tudo com grande apoio de clubes, federações e associações atléticas que sempre garantem a presença de suas crianças em campeonatos.

Atualmente, existem clubes onde são feitas competições de filhos de associados onde se encontram categorias fraldinha, dentinho e dente- de- leite, onde são envolvidas crianças de 5 a 13 anos.

Grande parte desse acontecimento deve-se aos pais, que buscam em seus filhos, verdadeiros talentos mirins. A sociedade, os meios de comunicação também incentivam com transmissões televisivas e patrocínios.

Todos estes acontecimentos, nos levam a pensar se estamos no caminho certo, realizando campeonatos esportivos com crianças em idade cada vez mais precoce?

O que é mais preocupante em tudo isso é o fato de que esporte competitivo, implica em treinamento específico, ou seja, treinamento físico e técnico próprios de cada modalidade, o que poucas vezes vem ao encontro das necessidades fisiológicas da criança.

O trabalho anaeróbico persistente nas crianças em treinamento pode provocar uma hipertrofia precoce da musculatura cardíaca, o que limitará o potencial físico máximo da criança, além de predispor-la a uma futura hipertensão arterial.

Segundo OLIVEIRA (1978), citado por NEGRÃO, “crianças só podem suportar esforços reduzidos. O treinamento no organismo dos jovens não depende da qualidade, mas sim da quantidade de atividade física”. Em outras palavras, os jovens precisam de atividade de média intensidade e longa duração, dadas as influências do desporto no mecanismo da circulação sanguínea e metabolismo. O treinamento aeróbico, iniciado em idade precoce atua invariavelmente como agente preventivo contra futuros distúrbios cardiovasculares, advindos de ateromas formados junto a parede do vaso coronariano.

Outro fator que merece destaque é a diferença maturacional de cada criança, sendo que a idade cronológica nem sempre corresponde a idade fisiológica.

A atividade física realizada de maneira adequada, isto é, de forma compatível com as necessidades fisiológicas exigidas por cada estágio de crescimento e desenvolvimento físico da criança, é de extrema importância até mesmo para a preparação de uma boa condição orgânica.

2.7 A especialização precoce no desporto

Em sociedades de rendimento um desporto baseado no rendimento tem que emergir naturalmente. Mas não há rendimento sem especialização. A intensificação da especialização na organização das sociedades e na vida do homem, tem conduzido a uma precocidade de especialização. Segundo WACHOWSKI (1978) citado por MARQUES (1991), “especialização precoce no desporto de rendimento pode pois entender-se como uma das manifestações da tendência geral para a especialização em todos os ramos da atividade do homem”.

Essa especialização precoce não diz respeito somente ao desporto. A criação de incentivos e de condições de apoio aos jovens talentos na ciência, música e nas artes é uma situação comum nos países desenvolvidos.

Esta preocupação com a promoção precoce dos jovens talentos tem sido contestada por quem não tendo uma correta visão do problema, bloqueado por concepções pedagogistas, reivindica proteger a criança e, pelo contrário, a sua defesa tem sido adotada, sem limites, por aqueles que dizem que sem risco não há progressos em qualquer domínio da vida, como se o risco pudesse basear em decisões mal refletidas. Para WACHOWSKI (1978), citado por MARQUES (1991), “A valorização política e social do desporto de alto rendimento teve como consequência a preocupação de encontrar mais cedo, jovens com talentos para a alta competição e de os preparar convenientemente. Uma preparação mais adequada que é dada nas escolas, nas aulas de Educação Física, cujo nível é considerado, normalmente, pouco estimulante para indivíduos acima da média, para desenvolver as capacidades dos candidatos a atletas de alto rendimento.

A adoção de modelos de preparação desportivas de adultos é incompatível com a preparação crianças e jovens em processo de maturação. É uma obrigação que a preparação dos jovens seja feita em modelos diferentes e por treinadores devidamente preparados. Não há razões que justifiquem uma especialização precoce. Os conhecimentos científicos atuais sobre rendimento e desenvolvimento do indivíduo nas fases evolutivas, mostram claramente que nada justifica uma especialização precoce.

Começar cedo a preparação desportiva, não é necessariamente, começar precocemente. Pelo contrário, a preocupação generalizada de todos os desportos e especialidades desportivas, fazer o início da preparação cada vez mais cedo revela-se positiva, no sentido em que a preparação desportiva seja um processo permanente, e muitos anos. Começando cedo na vida da criança e acabando tarde numa fase avançada da vida de um indivíduo, com objetivos distintos para cada fase do processo. Só assim teremos um sistema de preparação desportiva coerente com os objetivos de formação e de educação a longo prazo, e no qual o desporto de alto rendimento desempenha também uma importante função. É sobretudo na orientação, conteúdo e metodologia da preparação adaptados que se pode resultar uma preparação desportiva iniciada precocemente, com os prejuízos parcialmente conhecidos para a criança e para o jovem e para o próprio desporto de rendimento.

Uma preparação desportiva iniciada nos primeiros níveis de escolaridade em articulação com as escolas, enquadrada pelos melhores professores de desporto ou técnicos desportivos, e tendo como referência a saúde física e mental da criança, o respeito pela sua individualidade biológica, a sua observação das particularidades de cada especialidade é um pressuposto fundamental não apenas para o desenvolvimento harmonioso da criança, mas também para a criação de condições para a otimização do rendimento como tal, começar cedo, mas bem, deve ser preocupação de todos os responsáveis pelo enquadramento da preparação dos jovens desportistas.

2.8 A eliminação desportiva precoce

Os sistemas desportivos estão a caracterizar-se, em muitos países, por mecanismos de exclusão precoce de crianças e de jovens, das práticas do desporto organizado por instituições que a si próprias, se atribuem a função de desenvolver as atividades físico-desportivas entre a juventude. Este fato está preocupando os responsáveis pela orientação do desenvolvimento desportivo em vários países, onde os estudos e as propostas de reformulação do desporto para jovens se multiplicam e merecem especial atenção.

Na prática desportiva, a eliminação precoce das crianças e dos jovens consiste na “reprovação antecipada dos candidatos a atletas”, sem esperar que cada um deles manifeste, de fato, um nível de desenvolvimento de capacidades e de qualidades, só possível através de uma efetiva participação em atividades físicas e desportivas, que são motor desse mesmo desenvolvimento. É uma eliminação antecipada o que se passa no processo de recrutamento e de constituição das equipas infantis e juvenis que participam nos quadros competitivos oficiais das modalidades desportivas federadas.

Segundo LIMA (1989), “a eliminação desportiva precoce das crianças e jovens está a contribuir para fazer espectadores sem formação desportiva e para criar desprezo do desporto, que vinte anos depois não estarão decerto interessados em apoiar o desenvolvimento desportivo nacional”. É urgente enfrentar este problema se quisermos ter uma sociedade capaz de garantir o bem estar físico, mental e social da sua juventude.

Uma concepção do desporto que exclua as finalidades educativas e formativas das suas práticas e que lhe retire a função social e cultural de meio de valorização humana, fica

particularmente vulnerável à formulação de pressupostos que tendem a contribuir para a alienação do ser humano e a degradação dos valores culturais das suas práticas.

Uma concepção que considerar o desporto, nas suas múltiplas manifestações e atividades, como um bem de consumo, está a negar todos os valores sociais e culturais que se reconhece universalmente e justificam o seu alcance educativo e formativo. Uma concepção deste tipo condena à inatividade físico-desportiva, todas as crianças e jovens que não tenham argumentos econômicos para comprar o desporto, ou que possam pagá-lo “vendendo-se” a si próprios.

Um erro frequente na iniciação desportiva é na atuação dos treinadores e professores de Educação Física, onde dão pouca ou nenhuma atenção à forma com que recebem e tratam as crianças quando estas se apresentam pela primeira vez numa atividade desportiva. Começar bem, é extremamente importante para as crianças; se for negativa e desagradável pode acontecer que nunca mais volte a fazer outra experiência.

No primeiro dia em que a criança está no desporto organizado, ela deve sentir-se recompensada pelo risco que assumiu ao expor-se a essa experiência. Um outro erro consiste em orientar e dirigir a iniciação das diferentes modalidades desportivas, de modo a impor às crianças objetivos que elas não podem atingir. Criar-se assim um “clima de insegurança e angústia” entre as que ficam e continuam sob a mesma orientação, pois sentem que, se falhasse tais objetivos, serão também eliminadas. Esses erros pedagógicos cometidos na iniciação das crianças, tem uma raiz comum: a falta de consideração pelos interesses profundos da crianças e pelas suas verdadeiras necessidades, bem como pela personalidade infantil.

Fazer desporto na visão da criança, deveria ser uma atividade alegre, de boa e sã convivência, de prazer, mas na prática é transformada pelos adultos em fonte de discussões, conflitos, críticas e sacrifícios, que as crianças não entendem e que não lhes permite que sejam elas próprias. Acontece então que a criança é obrigada a ser o que os adultos querem e não o que ela é e quer ser.

A eliminação desportiva pode ser solucionada, para isto basta que quer no sistema educativo quer no sistema desportivo, a prática do desporto seja orientada no sentido de fazer cumprir os preceitos constitucionais que definem os seus direitos, fazendo um esforço sério para que se corrijam os aspectos negativos.

3. Metodologia

Para a realização deste estudo utilizou-se da investigação teórica enfocada na literatura existente na área de Ginástica Olímpica, pesquisas de palestras realizadas em congresso, além de discussões com professores da área de Ginástica Olímpica e com o professor da disciplina de Seminário de Monografia.

Para um melhor esclarecimento e aprofundamento nesta pesquisa bibliográfica foram discutidos por várias oportunidades em encontros com o orientador e também nas aulas de monografia, sobre os pontos relevantes e interessantes para uma melhor exposição de pensamentos e conclusões.

4. Conclusão

Com toda a pesquisa realizada levando em consideração o treinamento precoce da Ginástica Olímpica, constatou-se que está ocorrendo cada vez com mais frequência levando assim à uma preocupação com relação ao desenvolvimento da criança.

Tendo em vista as controvérsias de benefícios e prejuízos do treinamento precoce da prática da Ginástica Olímpica têm-se como conclusão que, desde que seja realizada por profissionais competentes e conscientes das fases do desenvolvimento maturacional e também respeitando a psicologia da criança, pode-se realizar um trabalho com grandes realizações e de enriquecimento individual, além de propiciar um melhoramento do seu acervo motor e psicossocial.

A atividade física deve ser uma constante na vida do indivíduo, em prol de sua saúde física e mental. Durante a infância é imprescindível que a criança vivencie e explore seu corpo, uma vez que todo o seu desenvolvimento está fundado na corporeidade. Conforme MARQUES (1991), “começar cedo, mas bem, deve ser preocupação de todos os responsáveis pela preparação dos jovens desportistas”. O processo de desenvolvimento corpóreo é nato no indivíduo, contudo a criança pode ser estimulada e desenvolve-se muito mais em termos de qualidade e quantidade de informações, ou seja o aprendizado será mais rápido e mais eficiente.

Segundo PINI (1981), “quando o jovem possui condições inatas para o esporte e a vivência esportiva, esta revela-se pelo trabalho de base, orientado desde as idades escolar e puberal e que proporciona ao jovem um substrato anatomofisiológico imprescindível, para que o treinamento especializado, realizado precocemente, seja fadado ao sucesso”.

“Quando antes uma criança for iniciada na Ginástica, melhores condições ela terá de se habituar a um treinamento posterior”, segundo HOSTAL (1982). Sendo assim para a formação saudável da criança deve haver uma estimulação adequada, e como constatamos na pesquisa a Ginástica Olímpica é um esporte que propicia ao praticante inúmeras condições de viver o corpo e seus movimentos, além de ampliar sua capacidade cognitiva, contribuindo positivamente para sua formação como processo educativo.

Referências Bibliográficas

- BARBANTI, V. Dicionário de Educação Física e do Esporte. São Paulo, Manole. 1994.
- BORRMANN, G. Ginástica de Aparelhos. Lisboa, Editora Estampa. 1980.
- FRIDLUND, Luciana E. O Desenvolvimento Cinestésico na Estimulação Precoce em Ginástica Artística. Monografia apresentada como requisito de conclusão do curso de Educação Física. PUC.PR. 1994.
- HOSTAL, P. Pedagogia da Ginástica Olímpica. São Paulo, Editora Manole. 1982.
- KOCH, Karl. A Ginástica de Aparelhos nas Escolas. Lisboa, Compendium. 1980.
- LAKATOS, Eva Maria e MARCONI, Marina. Fundamentos de metodologia científica. São Paulo, Atlas. 1994.
- LE BOULCH, Jean. O Desenvolvimento Psicomotor. Porto Alegre, Artes Médicas. 1982.
- LEGUET, J. As ações motoras em Ginástica Esportiva. São Paulo, Manole. 1987.
- LIMA, Teotônio. Treino Desportivo II série número 14. Lisboa. 1991.
- MARCONDES, E. Crescimento normal e deficiente. São Paulo, Souveir. 1989.
- MARQUES, Antonio. Treino Desportivo II série número 19. Lisboa. 1991.
- NEGRÃO, Carlos Eduardo. Publicação do Texto Mini-campeões. São Paulo. 1980.
- PEREIRA, Robson V. Ginástica Olímpica Escolar de Primeira à Quarta Série. Monografia apresentada como requisito de conclusão de curso de Educação Física. PUC. PR. 1994.
- PICCOLO, V. Crescendo com a Ginástica. Anais do I Congresso Latino Americano de Educação Motora, Foz do Iguaçu. 1998.
- PINI, M. Aulas de Educação Física para o primeiro grau. São Paulo, Ibrasa. 1981.
- NORMAS PARA APRESENTAÇÃO DE TRABALHOS. Universidade Federal do Paraná. 5º edição.