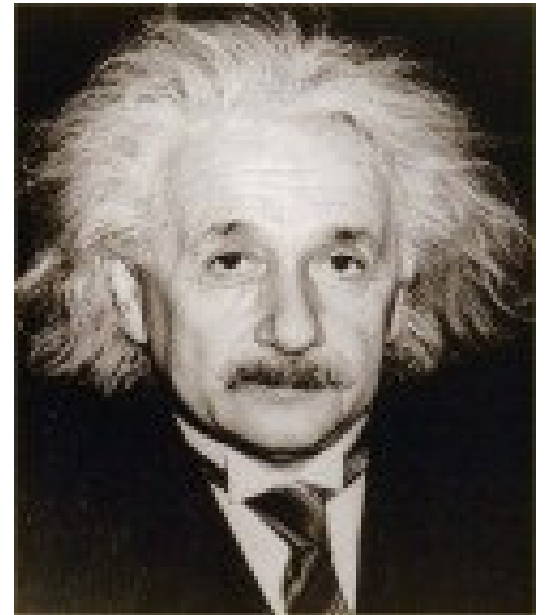


GINÁSTICA ARTÍSTICA: DETECÇÃO, SELEÇÃO E PROMOÇÃO DE TALENTOS ESPORTIVOS



Profa. Dra. Laurita Marconi Schiavon



TALENTO ESPORTIVO

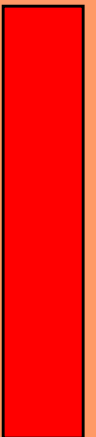
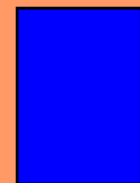
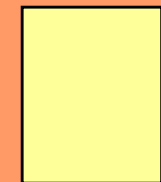
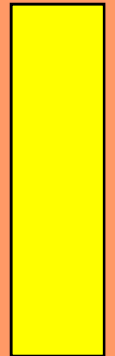
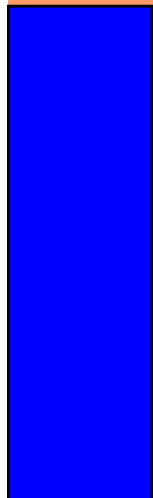
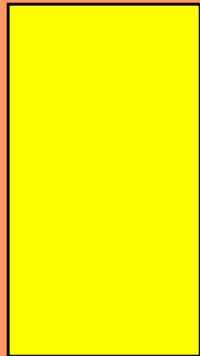
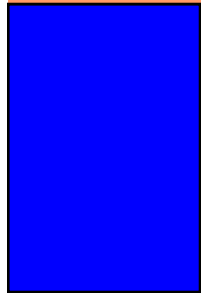
- Detecção, seleção e promoção de talento
- 6% da população para uma das características (GAISL,1977; FILIN; VOLKOV, 1998)
- Chave para o sistema esportivo de alta performance é o SISTEMA EDUCACIONAL (DIGEL, 2002; PELTOLA, 1992)
- Ginastas de seleção brasileira

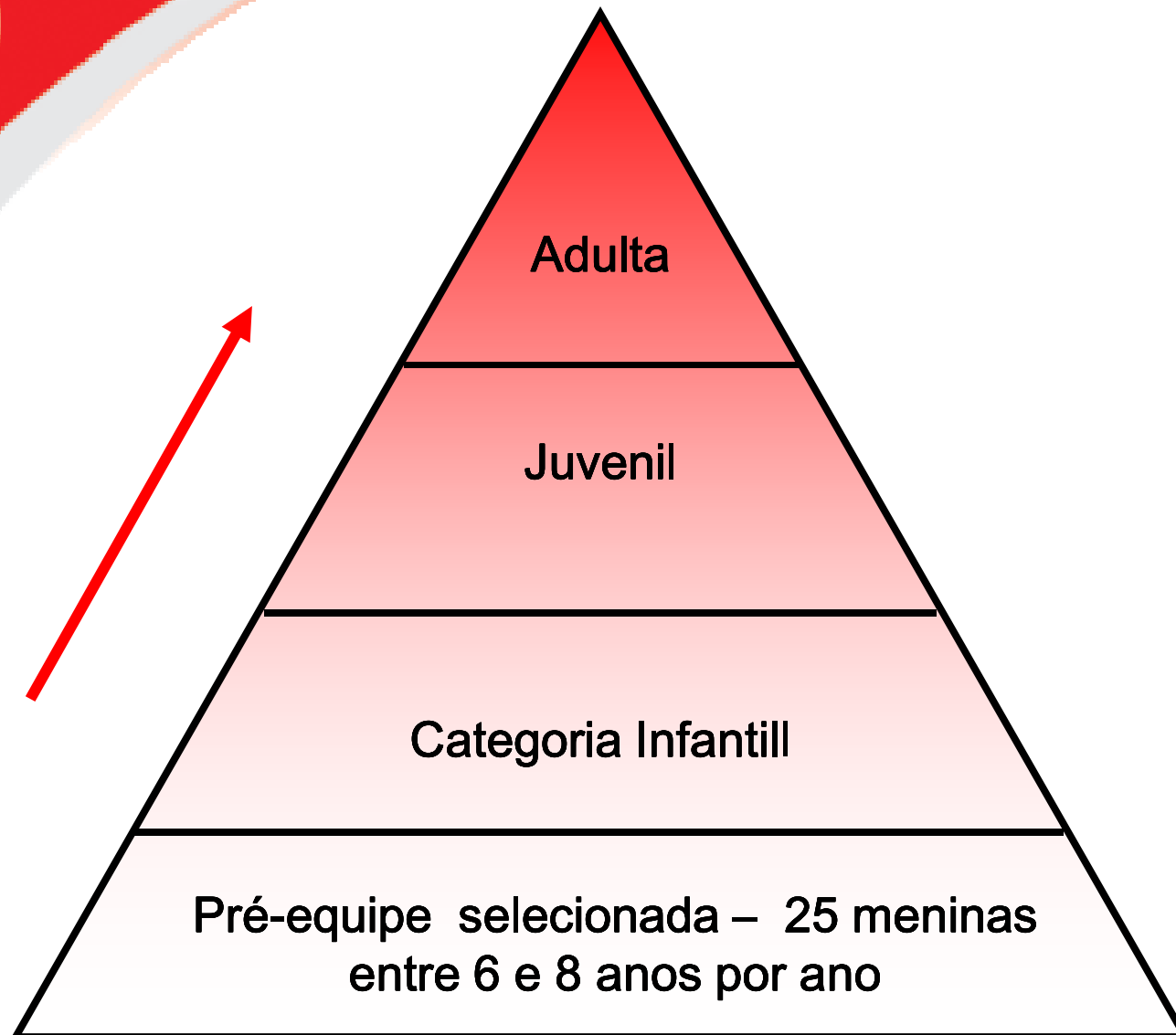


(BOHME,1994)

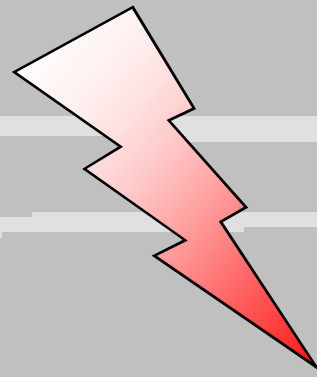


A Ginástica vai





Ginástica vai à escola



Seleção de Ginastas



GINÁSTICA VAI À ESCOLA: SELEÇÃO DE TALENTOS DE GINASTAS COM A PARCERIA METROCAMP/REGATAS”

1.º Passo

Contato com EMEIs

2.º Passo

Convite aos estudantes de EF (Metrocamp e Unicamp)

3.º Passo

Curso de Capacitação para estudantes

4.º Passo

Observação nas escolas de Educação Infantil do município de Campinas

5.º Passo

Pré-seleção em encontros no CCRN/Campinas



Programa de seleção de alunos

1.º Passo

Aspectos antropométricos

2.º Passo

Aspecto técnico (avaliação subjetiva)

3.º Passo

Aspectos das capacidades físicas

4.º Passo

Aspectos da psicologia

5.º Passo

Aspectos da saúde

Programa de seleção de alunos

- 1.º Passo **Aspectos antropométricos**
- 2.º Passo Aspecto técnico (avaliação subjetiva)
- 3.º Passo Aspectos das capacidades físicas
- 4.º Passo Aspectos da psicologia
- 5.º Passo Aspectos da saúde

CARACTERÍSTICAS MORFOLÓGICAS DE GINASTAS DE ALTO NÍVEL



SOMATOTIPO

1. **Endomorfo: corpo harmônico, com diâmetros antero-posteriores, assim como os diâmetros laterais, tendendo para a igualdade na cabeça, pescoço, tronco e membros**
2. **Mesomorfo: Corpo anguloso com musculatura dura e proeminente e com ossos grandes**
3. **Ectomorfo: predomina a linearidade, a delguezza e a fragilidade do corpo, magreza, com ossos pequenos e músculos finos, com membros proporcionalmente longos em relação ao tronco**

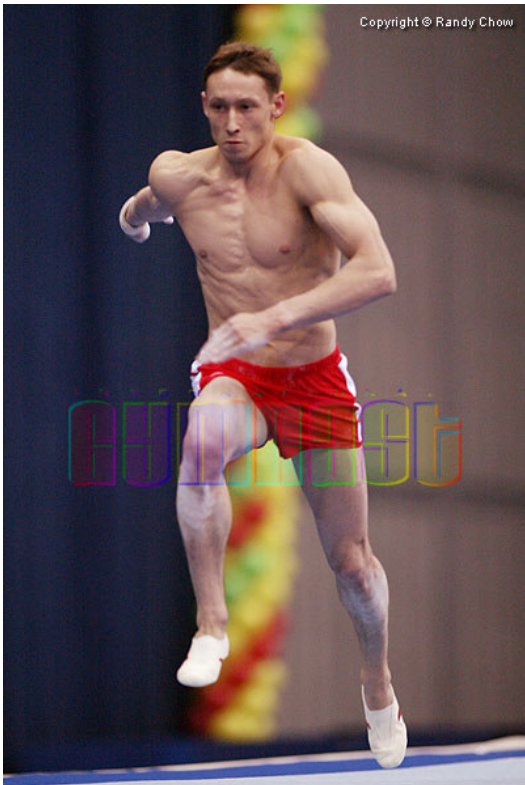
(CARTER)

GINASTAS: ECTOMESOMORFICOS



(SMOLEUSKIY E GAVERDOUSKIY, 1996; JOÃO; FERNANDES FILHO, 2002)

Copyright © Randy Chow



Copyright © Jeff Sipsey



Photo © Randy Chow



Photo © Randy Chow

CARACTERÍSTICAS ANTROPOMÉTRICAS DE GINASTAS DE ALTO NÍVEL

MASCULINO

- ✓ largura considerável dos ombros
- ✓ membros superiores (braços) largos
- ✓ mais baixos e rápidos: 156 cm e 54 kg
- ✓ mais altos e mais fortes: 176cm e 68 kg
- ✓ % de gordura: 6 a 9 %

FEMININO

- ✓ ombros largos quadris estreitos
- ✓ altura de 145 a 166 cm (158 cm antes e agora 150)
- ✓ peso: 36 a 52 kg (50 kg antes e agora 40kg)
- ✓ % de gordura: 9 a 12 %

NÁDIA COMANECCI



Romena

Campeã olímpica em 1976

Idade: 14 anos

Altura: 154cm

Peso: 39 kg



Programa de seleção de alunos

1.º Passo

Aspectos antropométricos

2.º Passo

Aspecto técnico (avaliação subjetiva)

3.º Passo

Aspectos das capacidades físicas

4.º Passo

Aspectos da psicologia

5.º Passo

Aspectos da saúde

Programa de seleção de alunos

1.º Passo

Aspectos antropométricos

2.º Passo

Aspecto técnico (avaliação subjetiva)

3.º Passo

Aspectos das capacidades físicas

4.º Passo

Aspectos da psicologia

5.º Passo

Aspectos da saúde

Seleção de talentos de ginastas: primária

Parâmetros	Idade	Garotos			Garotas		
		Bom	Regular	Fraco	Bom	Regular	Fraco
Corrida de 20 m – lançada (s)	7	4,2 e –	4,3-4,5	4,6 e +	4,3 e –	4,4-4,7	4,7 e +
	8	4,1 e -	4,2-4,4	4,5 e +	4,2 e -	4,3-4,5	4,6 e +
Salto em distância parado (cm)	7	150 e +	140-149	139 e –	140 e +	130-139	129 e –
	8	160 e +	150-159	149 e -	150 e +	140-149	139 e -
Flexões na barra (no.)	7	6 e +	3-5	2 e –	5 e +	2-4	1 e –
	8	8 e +	4-7	3 e -	7 e +	3-6	2 e -
Ângulo-suspensão	7	16 e +	10-15	9 e –	18 e +	12-18	11 e –
	8	21 e +	15 e 20	14 e -	26 e +	18-25	17 e -
Inclinação frontal	7	8,6 e +	7-7,5	6,9 e -	8, 1 e +	7,5-8	7,4 e –
	8	8,1 e +	7,6-8	7,5 e -	8,6 e +	8,1-8,5	8 e -
Ponte no solo	7	7,6 e +	7-7,5	6,9 e -	8, 1 e +	7,5-8	7,4 e –
	8	8,1 e +	7,6-8	7,5 e -	8,6 e +	8,1-8,5	8 e -

Fonte: Filin; Volkov, 1998, p.184.

QUADRO 19 - Valorização do perfil físico

Descrição	Influência	Ano de preparação		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
		Objetivo	Condições	6-7	7-8	8-9	9-10	10-11	11-12	12-13	13-14	14-15	15-16	16-17	17-18
Quantidades no tempo estipulado para uma menina com altura e pesos ótimos/ a flutuação das quantidades se deve a modificação na altura e peso															
Flexão de pernas sobre o tronco	30	Abdominal	Força	Velocidade	24	23	22	23			29	24	23		
	60			Resistência	44	43	39	42			51	45	42		
Flexão de tronco sobre pernas	30	Abdominal	Força	Velocidade	24	23	22	23			29	24	23		
	60			Resistência	44	43	39	42			51	45	42		
Extensão de pernas sobre tronco	30	Glúteos e costas	Força	Velocidade	24	23	22	23			29	24	23		
	60			Resistência	44	43	39	42			51	45	42		
Extensão de tronco sobre pernas	30	Glúteos e costas	Força	Velocidade	24	23	22	23			29	24	23		
	60			Resistência	44	43	39	42			51	45	42		
Agachamento profundo com 1 perna (esq.)	30	Pernas e costas	Força	Velocidade	24	23	22	23			29	24	23		
	60			Resistência	44	43	39	42			51	45	42		
Agachamento profundo com 1 perna (dir.)	30	Pernas e costas	Força	Velocidade	24	23	22	23			29	24	23		
	60			Resistência	44	43	39	42			51	45	42		
Elevação de braços com peso (5kg)	15	Braços e costas	Força	Velocidade			15	14			15	16			
	30			Resistência			31	29	28		30	32			
	60		Resistência	Força	54										
Elevação de braços com peso (10kg)	15	Braços e costas	Força	Velocidade			14			15	16				
	30			Resistência			29	28		27	30	33			
	60		Resistência	Força			36			41	42	45			
Salto horizontal			Potén/veloc	Coordenação	125	143	146	167	180	203	214	221	225		
Elevação Par. Mãos	No.		Força/coord	Resistência			5	14	23						
Manter a Par. mão	Seg.		Força/coord	Coord/Isomt			18		54						

Fonte: FIG, [199-], p.71.

Programa de seleção de alunos

1.º Passo

Aspectos antropométricos

2.º Passo

Aspecto técnico (avaliação subjetiva)

3.º Passo

Aspectos das capacidades físicas

4.º Passo

Aspectos da psicologia

5.º Passo

Aspectos da saúde

Programa de seleção de alunos

