

CONTRIBUIÇÕES DA APTIDÃO FÍSICA NO DESEMPENHO COMPETITIVO NA GINÁSTICA RÍTMICA

Fabício Boscolo DEL VECCHIO, Monica Santos PRIMEIRA, Helton Costa da SILVA

Escola Superior de Educação Física, Universidade Federal de Pelotas, Pelotas/RS, Brasil

fabricao_boscolo@uol.com.br

Introdução: A ginástica rítmica é modalidade olímpica que tem seu sistema competitivo balizado pelo Código de Pontuação. Para chegar à nota final em determinado aparelho, existem três conjuntos de notas: 1) Dificuldade (D), 2) Execução (E) e 3) Artístico (A). O conjunto D é composto por D1, referente a cada um dos elementos corporais, e D2, que avalia os elementos de maestria do aparelho. O entendimento de como as variáveis da aptidão física contribuem para o desempenho esportivo nesta modalidade pode proporcionar melhor organização dos programas de treinamento destas ginastas. **Objetivo:** Avaliar a aptidão física de praticantes de Ginástica Rítmica do RS e mensurar suas contribuições no desempenho competitivo. **Materiais e Métodos:** Para isto, avaliaram-se 33 ginastas (12 pré-infantis, 14 juvenis e 7 adultas) e seus desempenhos competitivos (classificação e notas D1 e final) foram registrados. Além de medidas antropométricas (massa corporal, envergadura, estatura, dobras cutâneas e diâmetros ósseos), avaliaram-se: i) flexibilidade de ombros, quadris e tronco; ii) equilíbrio estático e dinâmico; iii) potência muscular de membros inferiores e superiores, e; iv) aptidão aeróbia. Para análise estatística, além das medidas de centralidade e dispersão, realizou-se análise da contribuição da aptidão física no desempenho competitivo. Para isto, contou-se com três regressões lineares, com entradas do tipo *stepwise*, para classificação competitiva, nota final total e nota D1. **Resultados:** Para a classificação competitiva, extensão da coluna e da articulação coxo femoral esquerda, diâmetro do úmero e salto vertical proporcionaram $r^2 = 0,56$, com erro padrão da estimativa de 2,9, $F = 22,9$ e $p < ,001$ (Classificação = $-24 + 0,1 * \text{extensão da coluna} - 0,44 * \text{salto vertical} + 0,62 * \text{diâmetro do úmero} + 0,05 * \text{extensão coxo-femoral}$). Para a nota final, o modelo composto por equilíbrio estático, flexibilidade de ombro e envergadura gerou $r^2 = 0,61$, com erro padrão da estimativa de 1,5, $F = 22,9$ e $p < ,001$ (Nota final = $9,8 + 0,05 * \text{equilíbrio estático} + 0,06 * \text{envergadura} - 0,057 * \text{flexão de ombro}$). Especificamente para D1, nota relativa aos elementos corporais, o modelo composto por quatro variáveis (equilíbrio estático, salto vertical, extensão da coluna e coxo-femoral direita) gerou $r^2 = 0,87$, com erro padrão da estimativa de 0,4, $F = 41,2$ e $p < ,001$ ($D1 = -1,6 [p > ,05] + 0,05 * \text{equilíbrio estático} + 0,07 * \text{salto vertical} - 0,057 * \text{extensão da coluna} + 0,019 * \text{extensão coxo-femoral direita}$). **Conclusões:** O desempenho competitivo das atletas de ginastica rítmica avaliadas na presente investigação pode ser estimado por equações baseadas na aptidão física. A variável predita com menor acurácia foi a nota final, da qual o modelo prediz mais de 60% do valor. A equação mais precisa versa sobre D1, quando da explicação de 87% da sua composição partir de quatro variáveis da aptidão física.

Palavras-chave: Ginástica Rítmica, Aptidão Física, Desempenho Esportivo