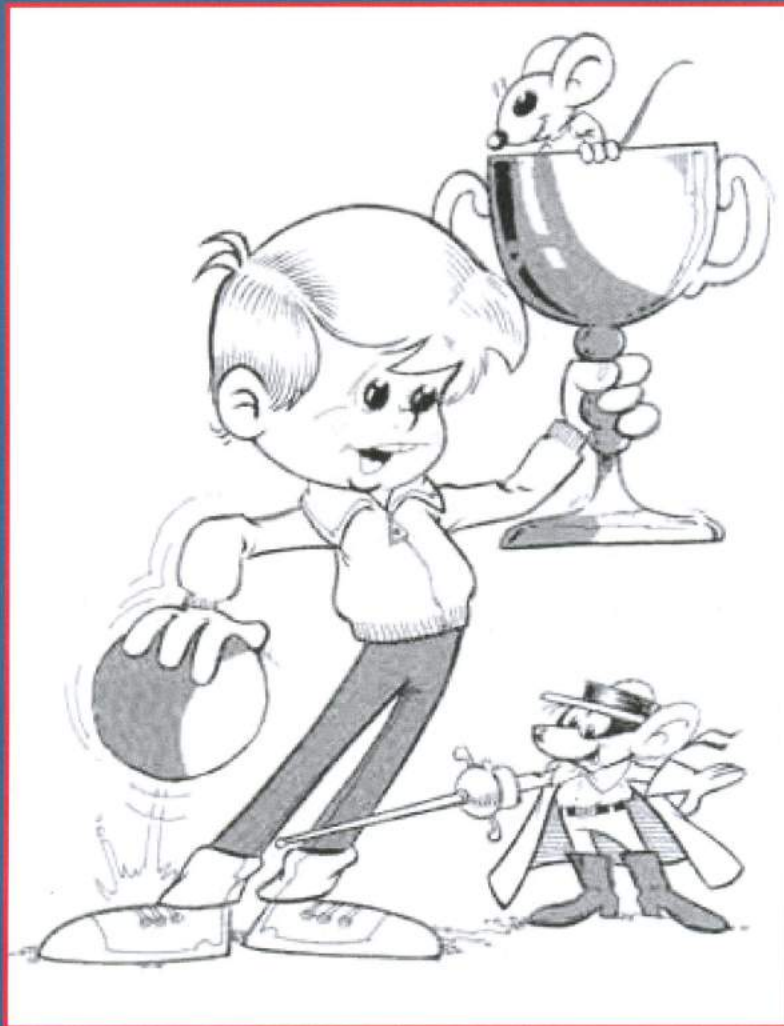


Antonio Di Ciolo - Enrico Di Ciolo

Manuale di scherma



Distribuição gratuita por cortesia do Club Scherma Pisa Antonio Di Ciolo

WWW.CSPDICIOLO.IT

Instagram: clubschermapisa

Facebook: clubschermapisa

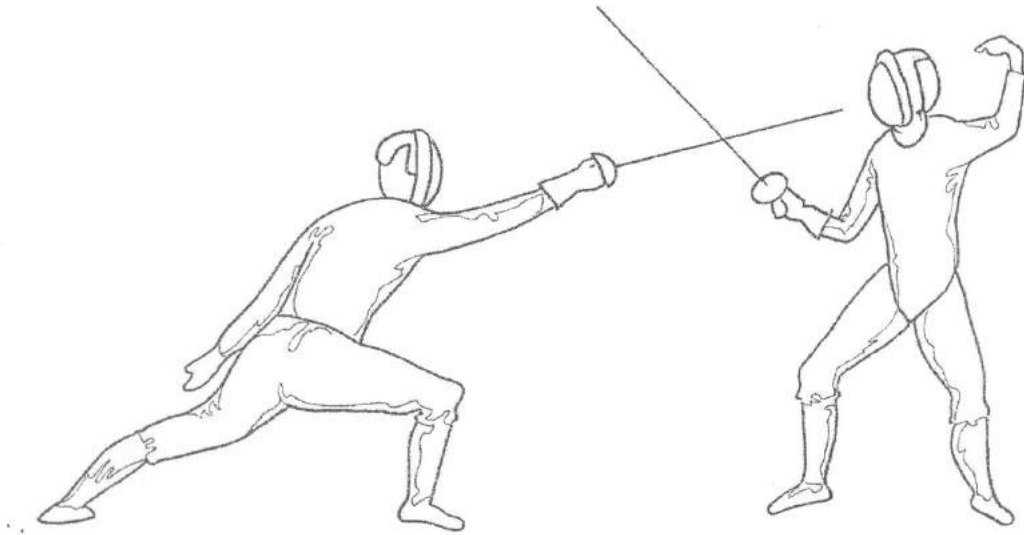
Os desenhos de Nino Orlic presentes neste manual são propriedade intelectual do Mestre Antonio Di Ciolo.

Os textos são do Mestre Enrico Di Ciolo enricodiciolo@tin.it

Tradução para a língua portuguesa de Ricardo Fabris de Abreu

Antonio Di Ciolo - Enrico Di Ciolo

Manuale di scherma



MANUAL DE ESGRIMA

Dedicado a todos os pequenos esgrimistas

Título original: Manuale di Scherma

ISBN 978-886528019-5 IT

www.edizioniilcampano.it

info@edizioniilcampano.it

Impressão original: CAMPANO snc Pisa

copyright 2010 by Edizioni Il Campano

Propriedade literária reservada.

É vedada a reprodução, mesmo parcial, por qualquer meio, sem o consentimento do autor.

Prefácio

O que é a esgrima?

Esta é a pergunta que se reponde neste manual. Sendo dedicado sobretudo a jovens esgrimistas, procuramos escrever um livro com linguagem simples. Para esse fim o texto é acompanhado de um grande número de ilustrações que representam de maneira visível os principais aspectos da disciplina esgrimística.

Embora o livro seja acessível a todos, nele vêm tratados assuntos essenciais da esgrima. São narradas as origens e o desenvolvimento histórico até se chegar na esgrima moderna, passando por várias épocas: **1)** a pré-história, na qual a esgrima servia como meio de defesa contra animais ferozes e povos inimigos; **2)** a época moderna, quando a esgrima torna-se a arte do duelo; **3)** os nossos dias, nos quais a esgrima é essencialmente uma disciplina esportiva. Em particular, esta última parte é ampliada com noções de preparação física onde sugerem-se exercícios que permitem desenvolver a capacidade e técnicas úteis à prática da esgrima.

Esperamos que todos os jovens esgrimistas possam extrair deste breve manual sugestões interessantes para o seu crescimento na esgrima.

Desejamos agradecer em primeiro lugar Nino Orlic por nos haver fornecido os simpáticos desenhos, a Sra. Carla Piermarini Pirrazzo por haver se encarregado da paginação e de todos os aspectos técnicos de redação do manual, e Sabrina Ballestracci pela revisão formal.

Finalmente, mas não menos importantes, são os agradecimentos que fazemos a todas as crianças que frequentam o nosso clube. Graças a elas cada dia temos a possibilidade de confrontar o nosso trabalho de mestres com a sua visão ainda não estruturada da esgrima para construir profícuos ensinamentos para o futuro.

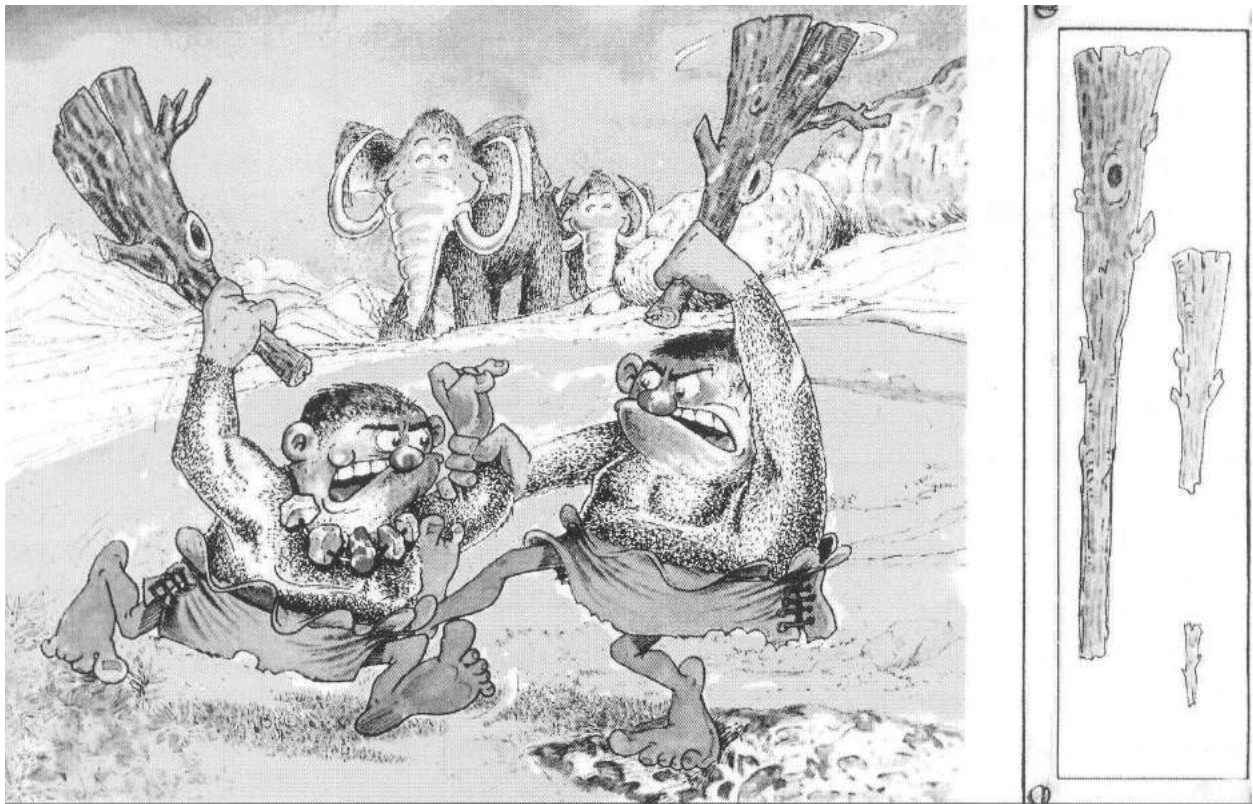
Os Autores

Introdução

As origens

A esgrima é uma arte marcial, uma ciência do combate. O termo esgrima deriva do verbo proteger-se, escudar-se, e subentende o conceito de se defender. A esgrima, compreendida como disciplina defensiva e ofensiva, tem origens muito antigas, em todas aquelas atividades humanas por meio das quais o homem sempre se defendeu no curso da história, seja de outros homens ou dos animais.

Por esse motivo podemos afirmar com segurança que a esgrima é patrimônio do homem e possui origens antiquíssimas e mesmo incertas: as primeiras atividades que se tem conhecimento dessa disciplina emergem já na aurora da humanidade, quando se iniciou o uso de bastões e clavas para se defender de outros homens e de animais selvagens.



Exemplos de armas de madeira, anteriores à descoberta do fogo e da difusão dos metais: o bastão ou clava.

É necessário, entretanto, distinguir-se a esgrima como atitude de defesa da esgrima como "arte e ciência", vale dizer entre a esgrima *lato sensu* e a esgrima como a compreendemos até os nossos dias.

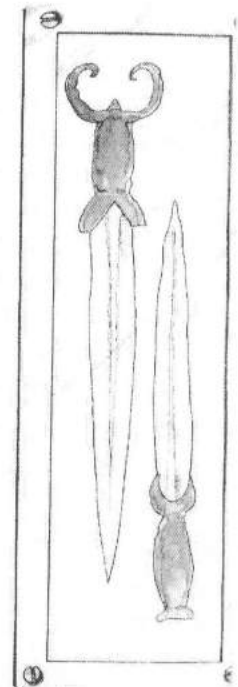
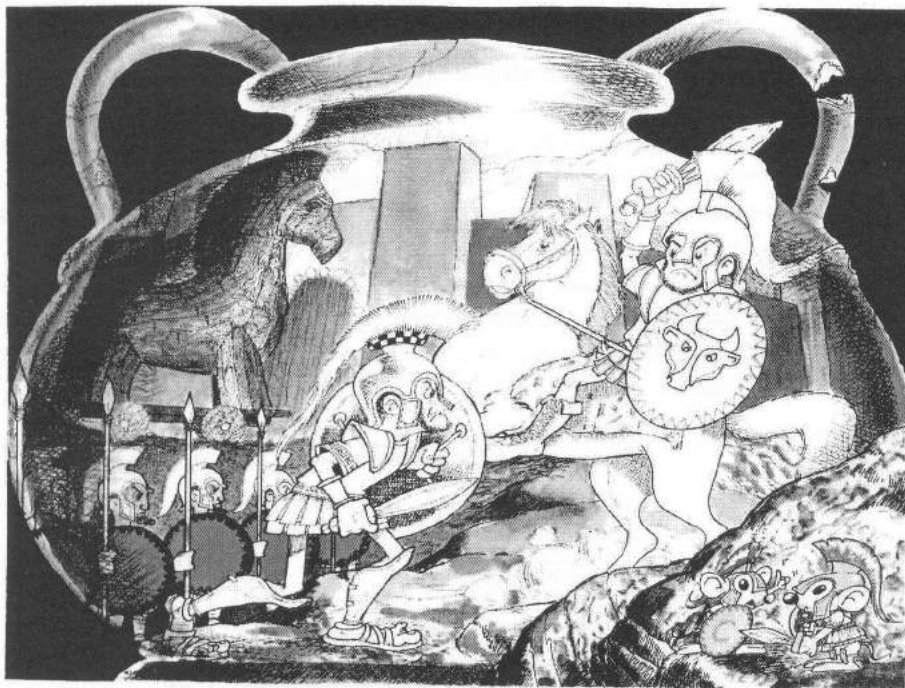
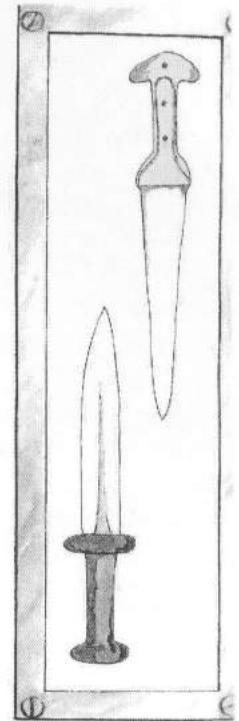
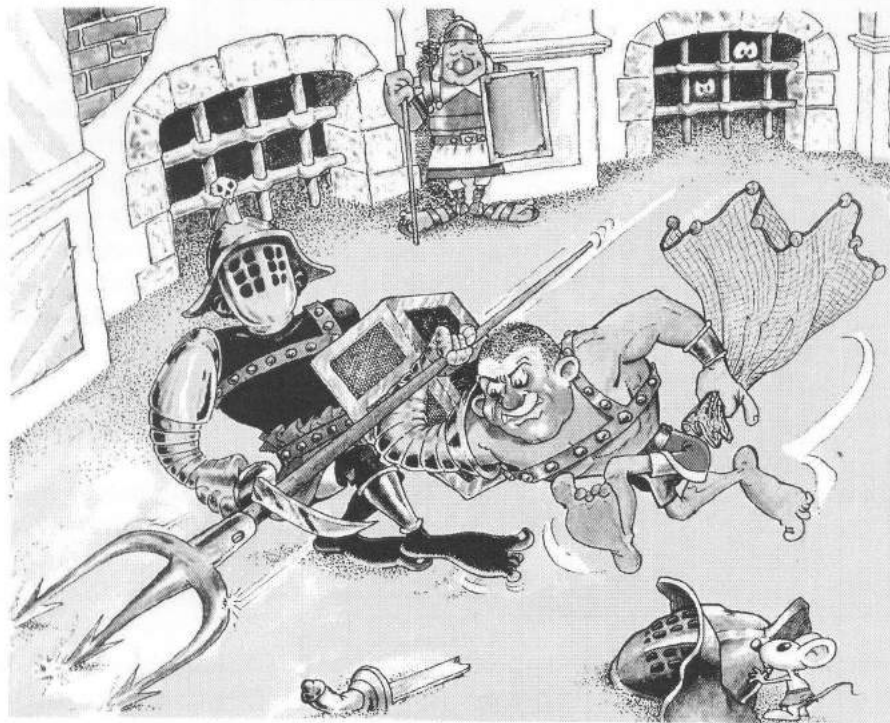
Os textos escritos à nossa disposição, que testemunham a origem a utilização da esgrima desde os primeiros homens, não são exclusivamente documentos históricos. De fato muito do que é possível afirmar sobre as fases mais antigas da história dessa disciplina, por exemplo, é tratado em textos literários nos quais está presente o motivo do encontro-choque entre dois combatentes.

Assim, tudo se apresenta frequentemente como tema mítico e não como testemunho de uma atividade realmente exercitada pelos povos antigos, entre os quais o que era realmente praticada era a guerra, ou seja, o combate entre exércitos opostos. Na prática a esgrima era um meio para derrotar os inimigos na guerra e não uma disciplina artística.

Entre os vários documentos ou vestígios deixados pelas civilizações que nos precederam podemos testemunhar a existência de uma escola de esgrima no Egito. Esta escola foi referida pela primeira vez na Enciclopédia dos Esportes de Roger Duchassoy na descrição de um desenho em baixo-relevo egípcio do templo de Medinet-Abou no Alto Egito, construído pelo Faraó Ramsés III em 1.190 a.C. Seguramente, sabemos que haviam esgrimistas e guerreiros que usavam armas brancas na Ásia menor, pertencentes à população Itita. A rápida difusão dos metais aumentou a possibilidade do seu uso para fazer as espadas.

Para chegarmos a falar de duelo é necessário esperar muitíssimo tempo: a esgrima nos tempos antigos era uma questão entre povos e não entre pessoas.

Das poucas descrições antigas relevantes das primeiras civilizações, pode-se deduzir que a arte da esgrima havia começado a ser considerada como tal somente depois que Egípcios, Assírios, Cartagineses e Persas passaram a ter em grande consideração o manejo da espada e o seu estudo; todavia não existem esculturas ou outros documentos da época que possam testemunhar as técnicas dos combates individuais. Há muitos vasos, pratos e outros tipos de artefatos que mostram lutas entre soldados com espadas, mas as técnicas usadas são um mistério mais ou menos oculto.



Exemplos de armas de ferro.

Do povo Assírio, sempre em guerra com os vizinhos, o estudo dos assaltos com armas brancas passa aos Persas. Da antiga Pérsia, que assume um papel de supremacia cultural e militar da área, esse estudo se expande até

a Macedônia, dando um passo adiante naquilo que se refere à idéia de duelo. Mais ou menos na mesma época se desenvolve o conhecimento da esgrima como estudo dos combates entre duplas de soldados também na Grécia antiga.

Nas primeiras civilizações que se sucederam a esgrima foi utilizada para derrotar os adversários durante as guerras. É quase impossível afirmar que a esgrima fosse considerada um “combate de confronto entre dois homens”, um “duelo”, como vem em mente hoje. É interpretada, quando muito, como “disputa entre povos opostos”.

A primeira descrição de um duelo remonta à aurora da civilização grega, entre os séculos X e IX a.C., mas trata-se de uma exceção: geralmente a esgrima era usada na guerra entre os exércitos que combatiam.

Na *Iliada*, os duelos entre Gregos e Troianos são descritos com técnica no manejo das armas, sobretudo lanças e pedras. A espada é citada, mas não é referida nos detalhes.

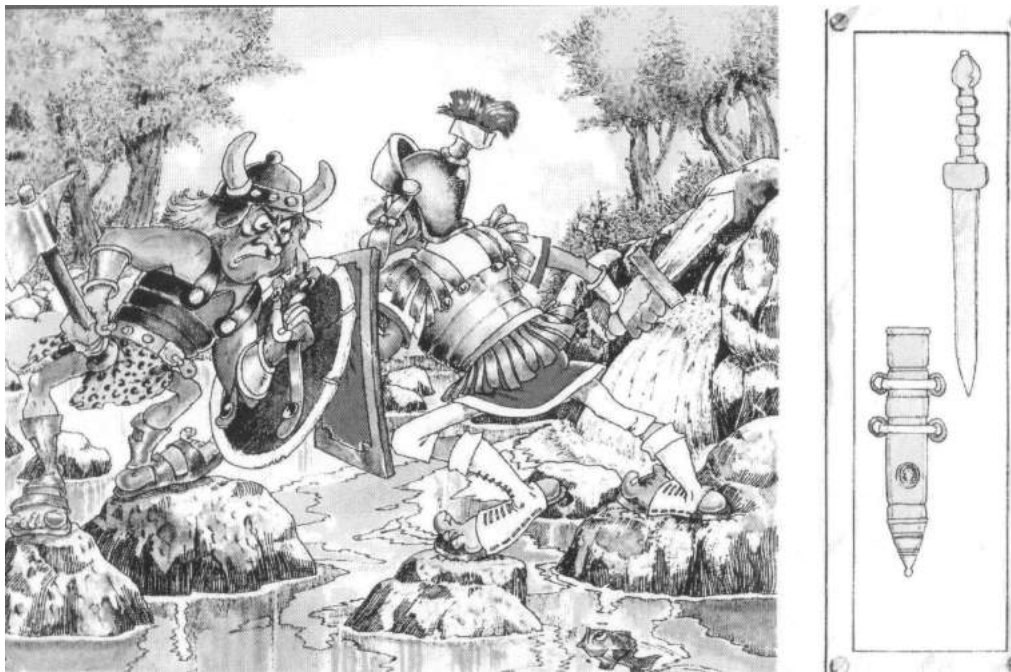


Exemplos de armas e armaduras de ferro.

Das guerras e exércitos das civilizações antigas tem-se notícias interessantes: aparentemente os Romanos levavam com frequência aos acampamentos militares os assim chamados “campi ductores, vel doctores”, isto é, “orientadores e mestres de esgrima” (possivelmente mestres de esgrima), empregados no adestramento dos soldados.

Nesses treinamentos de campo os soldados aprendiam a arte de golpear de corte e de ponta usando um alvo de madeira. Um outro capítulo da esgrima e dos Romanos está relacionado ao desenvolvimento dos espetáculos com gladiadores. Os gladiadores da época praticavam exercícios que podem ser comparados à esgrima atual. Em Roma é aperfeiçoado o duelo com a introdução do “gladio” (espécie de espada curta com lâmina larga) que rapidamente supera a lança e a flecha. No final do Sec. I d.C., junto às escolas militares, surgem em Roma e nas cidades mais importantes do Império escolas particulares, frequentadas principalmente por libertos que se colocavam a serviço dos cidadãos ricos.

Os combates entre gladiadores demonstravam os longos e duros treinamentos a que eram submetidos os homens selecionados para esse espetáculo brutal. Nas escolas de gladiadores os alunos eram chamados *tirones* e reunidos em *familiae*, instruídos por um *lanista*, e utilizavam a *rudis* (espada de madeira), que manejavam entre si e contra um tronco.



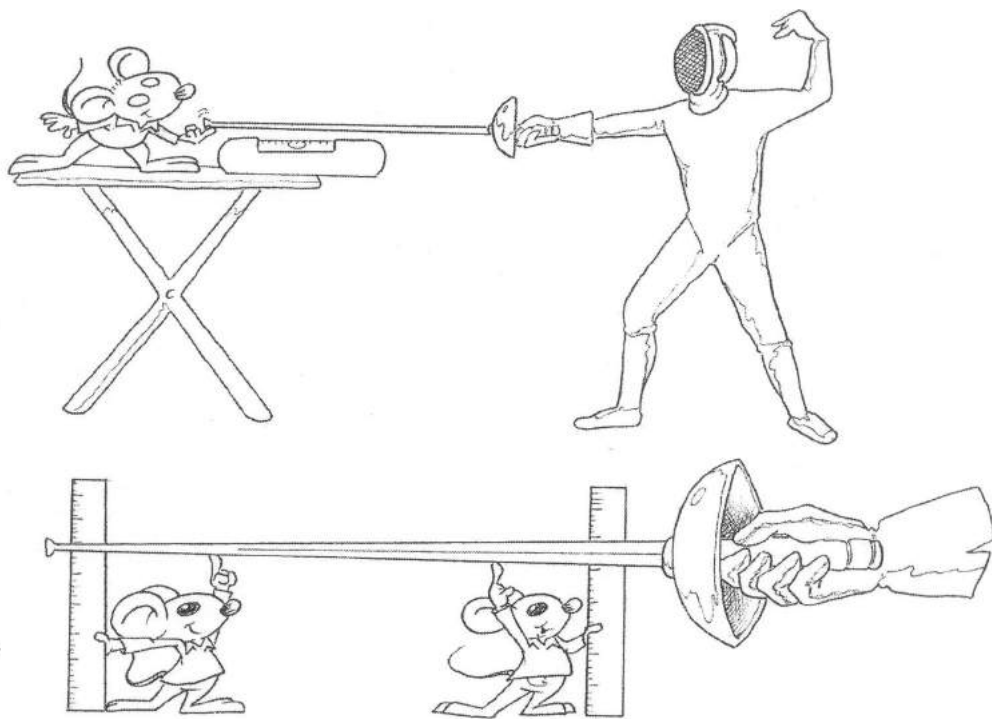
Exemplos de armas de ferro utilizadas pelos povos latinos e germânicos.

As provas de que os Romanos treinavam os soldados nos campos de batalha foram obtidas em pesquisas que atestaram que mesmo César mandava instruir os soldados no manejo das armas e no combate. A queda do Império Romano traz o fechamento das escolas e as armas retornam à sua primitiva função bélica e de ataque e defesa individual, na qual se impõe a lei do mais forte em combate, sem quaisquer regras.

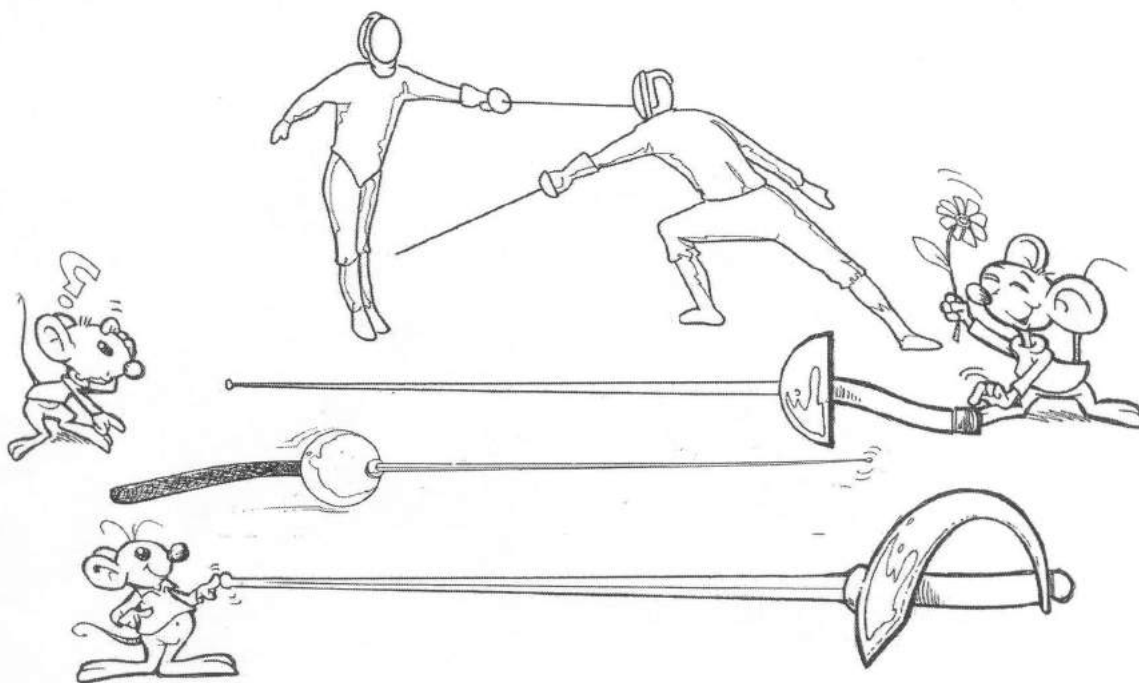
Seguramente, o uso da espada era conhecido também pelos povos do norte da Europa porque junto aos Unos e Lombardos nasce a idéia de “duelo judiciário” como sentença, “juízo divino” que atribuía a razão ao vencedor do duelo. Muitas disputas eram resolvidas através de um combate direto entre os litigantes e segundo a lei venceria aquele que fosse favorecido pelos deuses. Vence o preferido de Deus. Até este período histórico não existe uma regulamentação dos combates, e na verdade, do uso que os Unos e Lombardos faziam do duelo podemos deduzir que os combates eram sempre intensos como expressão de ação e de força. Na Europa o uso da espada mais que o sabre se difunde depois do ano 1.000. Uma exceção ocorre em Veneza, onde no ano 1200, durante o governo de Piero Ziani, ocorriam as “festas mouras”, assistidas pelo Doge: tratava-se de uma dança guerreira, uma espécie de cena em massa na qual cidadãos comuns, em sua maioria soldados e marinheiros, alguns vestidos de sarracenos, se enfrentavam em verdadeiros e típicos assaltos de esgrima.

Logo se falará da Itália como a pátria com as melhores escolas de esgrima. Os italianos são gente criativa e rigorosa, as artes e as ciências se desenvolvem facilmente. A literatura específica italiana, livros, tratados, manuais, floresceram desde o início e há traços de textos muito importantes. Na península italiana, como escrevemos anteriormente, o saber e a teoria esgrimística são cultura artística, até mesmo porque dificilmente se encontram tratados sem desenhos.

O primeiro tratado de esgrima da história é o “*Flos Duellatorum*” (que chegou até nós como manuscrito) do Mestre friulano Fiore de’Liberi da Premariacco, publicado no ano de 1410 em Veneza para obter os favores de Niccolò d’Este.



O nascimento das escolas de esgrima.



As três armas utilizadas na esgrima moderna: a espada, o florete e o sabre.

Também os franceses chegam à escola italiana para aprender esgrima. Todavia, será necessário esperar os anos 1.500 para obter muitos livros verdadeiramente importantes também do ponto de vista artístico. Uma reviravolta decisiva, entretanto, ocorre no fim dos anos 1.600, quando o equipamento do esgrimista passa por uma transformação radical.



Os anos 1.700: o nascimento do duelo como conceito-base da esgrima moderna.

A arma, mesmo mantendo a sua forma original, torna-se mais flexível, a ponta é substituída por um pequeno disco com superfície convexa, para não provocar ferimentos. Para proteger o rosto é introduzida a máscara. O confronto entre as escolas italiana e francesa se aprofunda: de modo particular, a escola francesa acusa a italiana de permanecer demasiadamente presa a conceitos já superados, enquanto a escola italiana acusa a francesa de se afastar demais da verdadeira essência da esgrima. Em outras palavras, nesse período a escola francesa se mostra mais inovadora em comparação à italiana, mais conservadora. Os anos 1.700 são o século de ouro da esgrima francesa que vê nascer a máscara moderna com fios de ferro entrelaçados. Inicia-se a praticar esgrima nas casas dos nobres, mas também nas dos ricos comerciantes; pratica-se

esgrima para treinar os filhos que poderiam ir à guerra, mas também para se defender nas estradas. É o momento dos mosqueteiros do Rei, de D'Artagnan, enquanto na América é o momento dos exércitos do norte e do sul e de Zorro.

As inovações também são motivo de discussões profundas na própria França, onde De Danet, presidente da Academia Francesa, tem sérias discussões com mestres d'armas afeiçoados à tradição, chegando ao ponto de ameaçá-los com a perda do título se não se adequassem aos novos métodos.



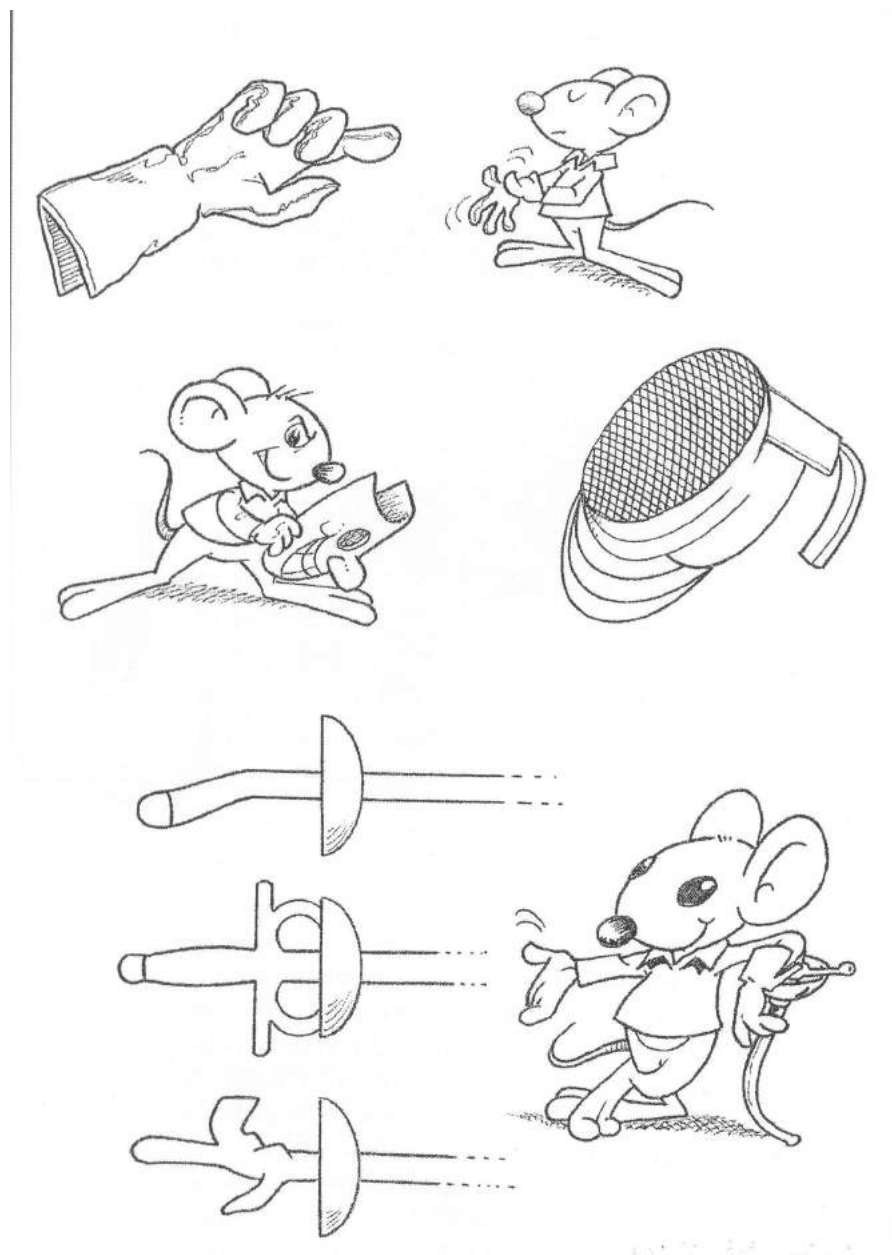
Os anos 1700 no outro lado do Oceano Atlântico.

Chegamos aos anos 1.800, marcados por Napoleão: com o seu domínio a esgrima francesa reina suprema em toda a Europa, sem que, entretanto, se atenuem as divergências com a escola italiana. Napoleão impõe a escola francesa com a presença dos soldados nos territórios ocupados pelo seu exército, mas a escola italiana é a que prevalece na escolha de quem quer aprender a arte da esgrima.

Nesse século desenvolve-se a esgrima como esporte e as nações desfrutam das suas próprias capacidades técnicas: Ingleses, Alemães, Belgas, mas sobretudo Franceses e Italianos realizam encontros

esportivos que lembram o que ocorria nas ruas entre pessoas que não chegavam a um acordo: os duelos.

Felizmente, as manifestações esportivas são mais frequentes que os duelos, embora estes continuem a existir destemidamente para resolver atritos políticos ou sociais.



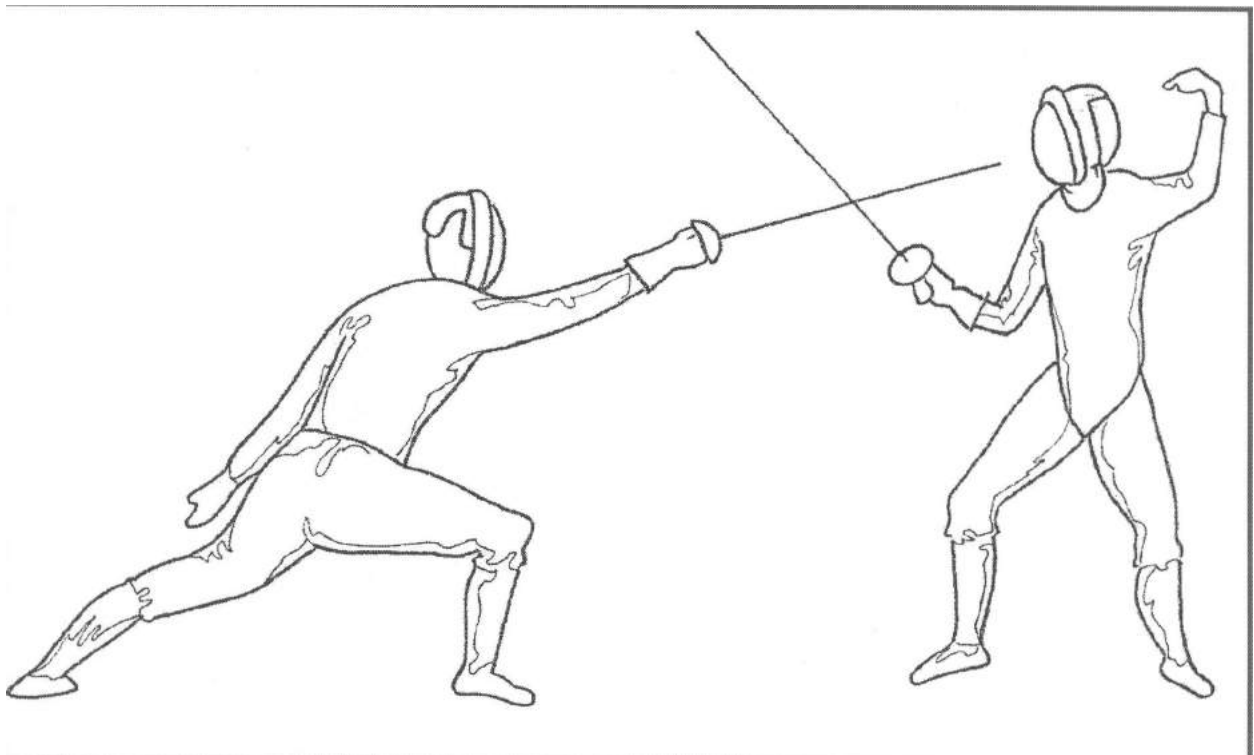
Os instrumentos da esgrima moderna: luva, máscara e as três armas (destaque de três tipos de empunhadura: francesa, italiana e anatômica).

A esgrima dos nossos dias se transformou em disciplina esportiva de combate, uma matéria de aprendizado paralelo a muitas outras disciplinas. Os duelos são agora uma lembrança da qual não se tem saudade! A

esgrima nos anos 2.000 é um esporte em que o confronto entre os dois jogadores ocorre sem que haja contato físico entre eles (portanto sem perigo de contato violento), e que se caracteriza pelo uso de um objeto que substitui a arma verdadeira.

Aprende-se com a esgrima, porque através dela se formam as habilidades motoras relacionadas à percepção dos sentidos (destreza manual, visão periférica, acuidade visual), aprende-se a gerenciar o relacionamento com a pista, a relacionar-se com as armas, a relacionar-se com os outros, a mover-se no espaço e no tempo, a fortalecer-se. Acima de tudo, com a esgrima aprende-se a controlar as próprias emoções, a permanecer concentrado, a reagir com vigor às provocações. A intensidade dos movimentos específicos confere a esse esporte a consistência de uma batalha motora relevante. Os esgrimistas devem ser atletas fortes e velozes, resistentes e explosivos.

A prática da esgrima satisfaz crianças e adultos. Os primeiros se divertem enquanto os pais ficam tranquilos, porque os acidentes são raríssimos e nunca graves. As armas não são perigosas e não tem pontas.



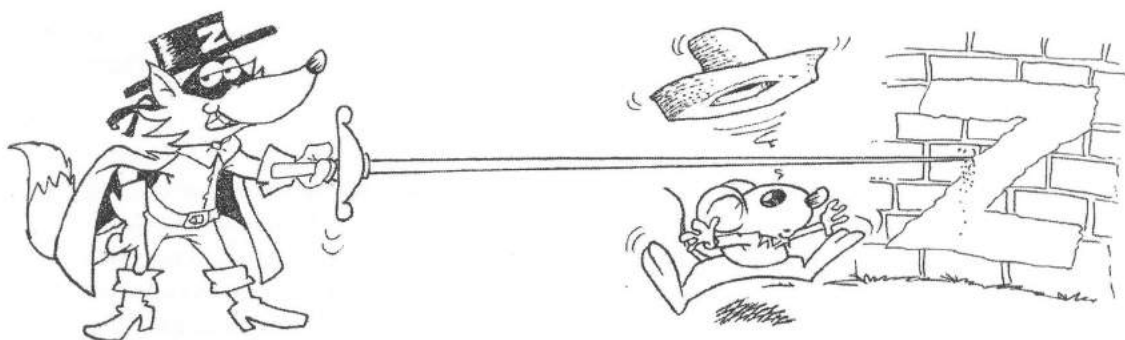
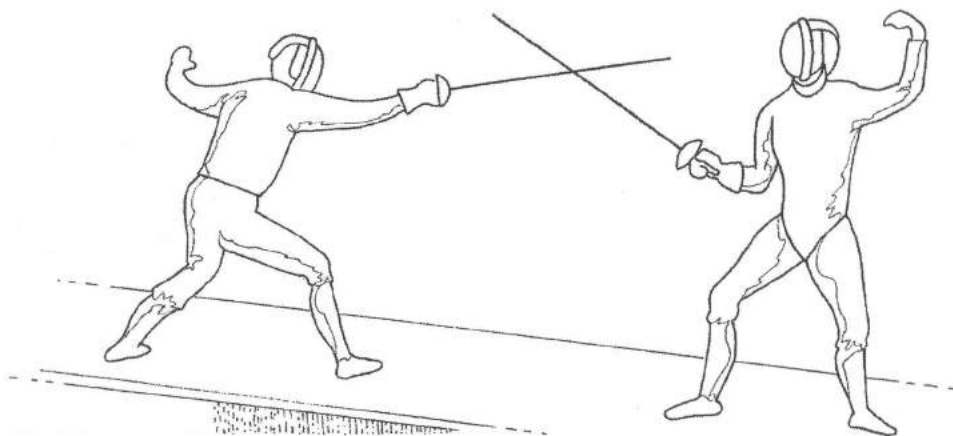
Os exercícios de esgrima: a posição de “a fundo” (à esquerda) e a guarda (à direita), um conjunto de deslocamentos corporais à procura do melhor equilíbrio para estar atento em fase de ataque e de defesa.

As armas usadas para a guerra com o passar do tempo se transformaram em armas mais leves e manejáveis. Durante os anos 1.700, época dos duelos de honra, e nas guerras sucessivas, as armas se dividiam principalmente pelo modo que se podia golpear: de ponta ou de corte. Ou melhor, todas podiam golpear de ponta ou de corte, com as espadas se especializando para golpear melhor do primeiro modo (ponta) em vez do segundo (corte). Nesse ponto também o modo de esgrimir modificou-se radicalmente. Entre o final dos anos 1.700 e o início dos anos 1.800, com a evolução do florete, os esgrimistas aprenderam a manejar essa arma, chamada espada leve de treinamento. Ao se aproximar o final dos anos 1.800, quando a esgrima era usada somente nos duelos (porque a guerra era feita com bombas, canhões e fuzis), nasce o esporte da esgrima. Surgem as primeiras escolas civis (antes eram todas militares), os mestres ensinavam esgrima aos nobres, ricos, jovens e velhos, para duelar, mas também para treinamento físico (fortalecimento) e divertimento. Dessa forma, naturalmente, nasceu o esporte da esgrima, onde combatiam os melhores espadachins da cidade, da região e das nações. As armas do duelo transformaram-se nas três especialidades modernas.

A espada, que deriva da arma que era utilizada para golpear de ponta em todo o corpo e, em suma, era a arma dos duelos de campo.

O florete, que foi inventado nos anos 1.700 para facilitar o treinamento nas salas de esgrima. É uma espada leve utilizada por muito tempo como “arma de aprendizagem”, de manejo prático e eficaz.

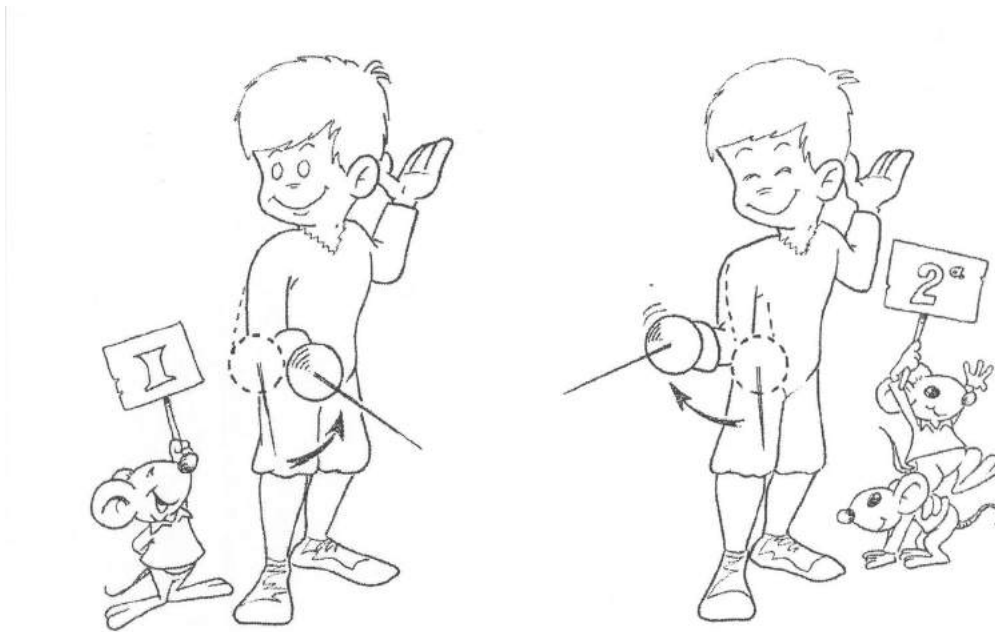
O sabre era a espada usada na cavalaria para golpes de corte.



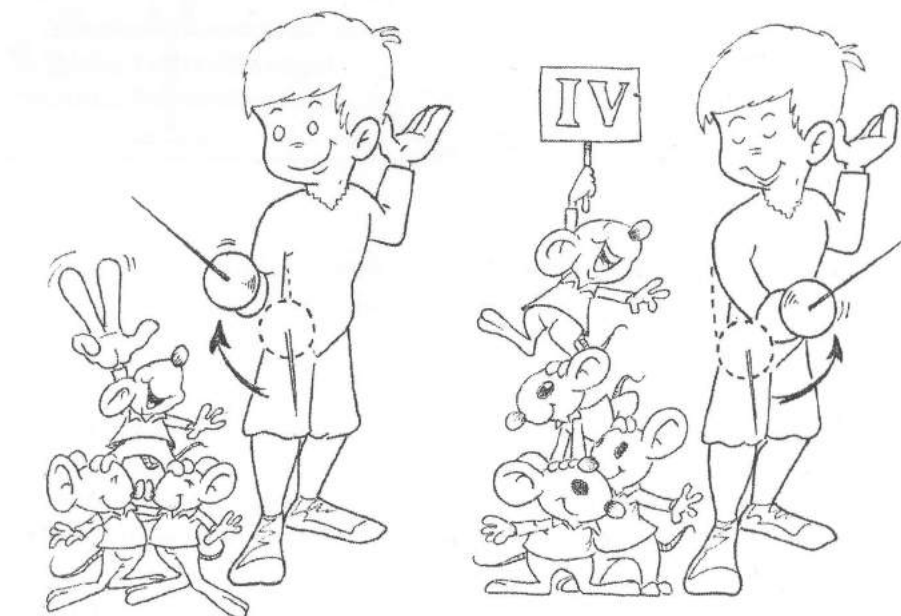
A esgrima como choque entre dois contendores tem na sua base o conceito de esgrima como jogo.

Nos esportes de combate é preciso jogar com o adversário. Para jogar esgrima com o outro devemos dar pontos de referência sobre os quais o adversário possa se concentrar, para depois mudar, ou seja, devemos persuadir o adversário com o intuito de enganá-lo. Trata-se de convencer o outro a fazer o que queremos para trazê-lo ao nosso jogo.

Por exemplo, podemos exibir uma parte de uma área alvo do nosso corpo e depois parar o golpe de ataque. Fazer isso se chama convite (*invito*).



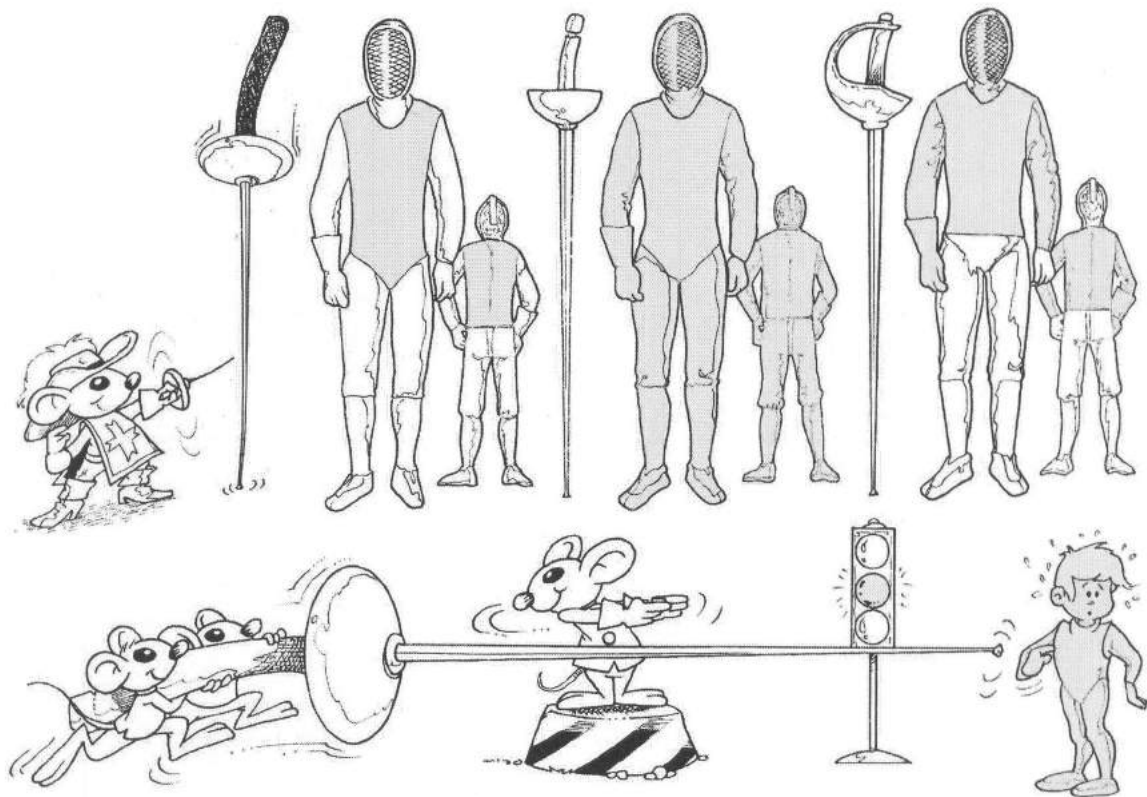
Dois exemplos de convite: convite de primeira (à esquerda) e convite de segunda (à direita).



Dois exemplos de convite: convite de terceira (à esquerda) e convite de quarta (à direita).

Com estas atitudes se convida intencionalmente o adversário a golpear diretamente um alvo predeterminado, de modo que possa ser defendido com uma parada apropriada.

Os convites de florete são quatro, assim como as zonas a serem defendidas com as paradas: superior interna (convite de quarta), superior externa (convite de terceira), inferior interna (convite de segunda) e inferior externa (convite de primeira).

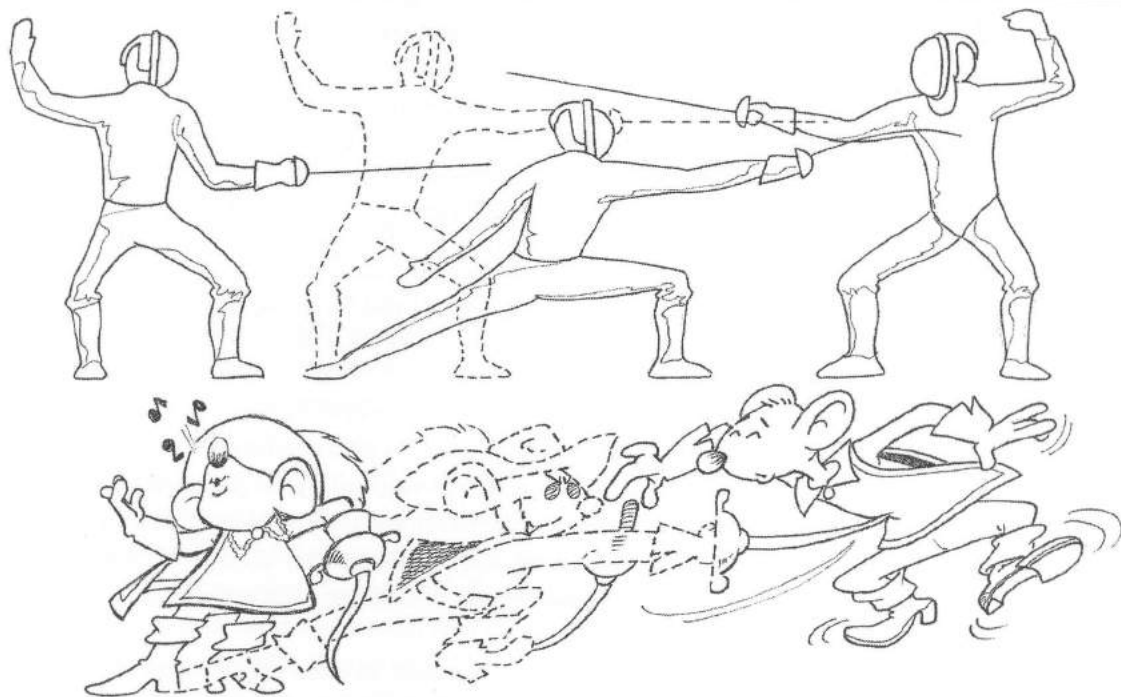


As armas, os alvos válidos no florete, espada e sabre, e os graus das lâminas (forte, médio e fraco). O florete tem a lâmina mais flexível, a espada a menos flexível, o sabre é intermediário.

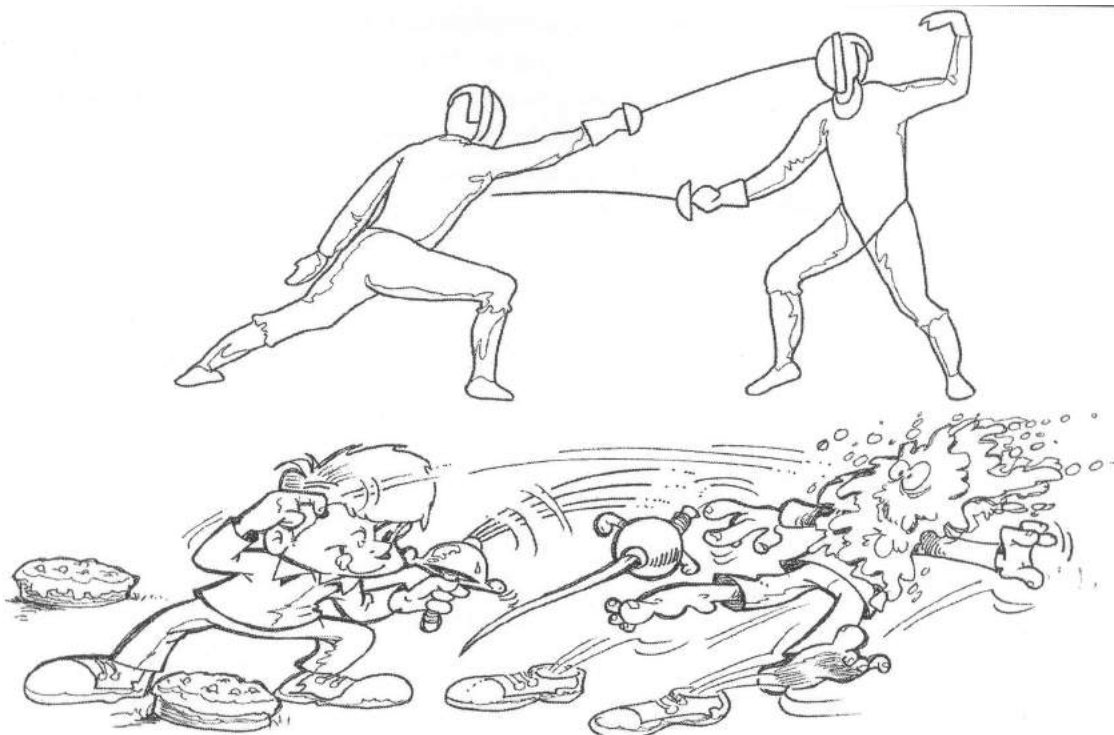
Os alvos válidos diferem segundo a arma considerada. Quando a esgrima era uma atividade militar ou cavaleiresca, era praticada para ferir ou matar: a espada era a arma de campo, de rua, e como consequência o alvo na espada esportiva é todo o corpo, da cabeça aos pés.

Dissemos que o sabre era a arma da cavalaria, e como consequência o cavaleiro poderá golpear somente o busto: da cabeça à cintura.

Se considerarmos o florete como “espada” de exercício compreendemos facilmente que o alvo, diminuído para exercitar-se com precisão, deva ser o tronco: o corpo excluindo-se os braços, pernas e cabeça.



Da guarda ao “a fundo”: exemplo de golpe ao peito no florete.



Exemplo de “a fundo” à máscara (à esquerda) e arresto ao corpo (à direita) na espada, arma sem convenção.

No sabre e no florete, diversamente do que ocorre na espada, existe uma regra chamada “**convenção**” que determina a precedência dos golpes de ataque com respeito aos outros.

O esgrimista deve atacar para obter vantagem sobre o adversário, isto é, estender o braço armado ameaçando o alvo válido antes o outro o faça. O esgrimista que ataca é, portanto, entre os dois, aquele que tem o direito de tocar, de finalizar o golpe. Em contraposição ao ataque o adversário tem duas possibilidades de defesa: a defesa com ferro e a sem ferro. No primeiro caso o ataque é desviado por meio da própria lâmina sobre aquela do adversário; no segundo caso o ataque é frustrado com a retirada do alvo válido do raio de ação da ofensiva adversária. A razão, o direito, transfere-se assim àquele que empreendeu e realizou com sucesso a ação de defesa, com ou sem ferro, o qual, em seguida, pode retomar a iniciativa atacando de volta.

Outra forma de oposição ao ataque são os golpes chamados “em tempo”, ou seja, aqueles executados com uma clara antecipação em respeito ao ataque.

Durante o encontro de esgrima o direito (ou razão, prioridade) pode passar várias vezes de um esgrimista para o outro. Desse modo cria-se entre os dois, na pista, uma espécie de diálogo não verbal no qual o direito de golpear o adversário é sancionado pela convenção e salvaguardado, no que diz respeito à atribuição do toque, ao árbitro do jogo.

O ataque é o aspecto esgrimístico ofensivo que se pratica utilizando os vários golpes que ameaçam e tendem a golpear o adversário antes que ele o faça.

O golpe mais simples e, ao mesmo tempo, mais difícil, é a estocada direta, ou golpe direto, que representa o próprio princípio do ataque. Quem o executa descreve uma linha reta na própria lâmina sem tocar a lâmina do adversário. É fácil de descrever mas muito difícil de executar, porque o adversário não está parado e não é um alvo imóvel.

Devemos prestar atenção à parada do adversário. Portanto, devemos estar atentos ao alvo que pretendemos tocar no adversário, ver e entender se está mesmo descoberto ou se é um convite (*invito*) para nos enganar.

É necessário calcular bem a inclinação do punho, que varia segundo o alvo a ser tocado, bem como a inclinação do tronco para frente sem erguer a parte posterior quadril, caso contrário golpe resultará acima ou abaixo do alvo válido pretendido ! É necessário calcular também o alongamento do braço, que deve acontecer no último momento da execução do golpe para evitar a parada.

A cavação é uma ação ofensiva que serve para evitar o engajamento do adversário. Quando a nossa lâmina é interceptada pela do adversário, que não a libera, devemos retirá-la por baixo, movê-la com um movimento que significa mesmo “cavar”, compreendido como “remover”. Este termo indica, de fato, um movimento que serve para subtrair a própria lâmina do engajamento do adversário. O movimento é semelhante a um semicírculo, que serve para evitar que se permaneça sob a parada ou a busca de ferro do adversário.

Sempre a propósito desta ação, é possível distinguir dois tipos: a cavação italiana e a cavação francesa. A cavação italiana é o desenganche sob a parada. O *coupé* (corte, cavação francesa) é o desenganche sobre a parada.

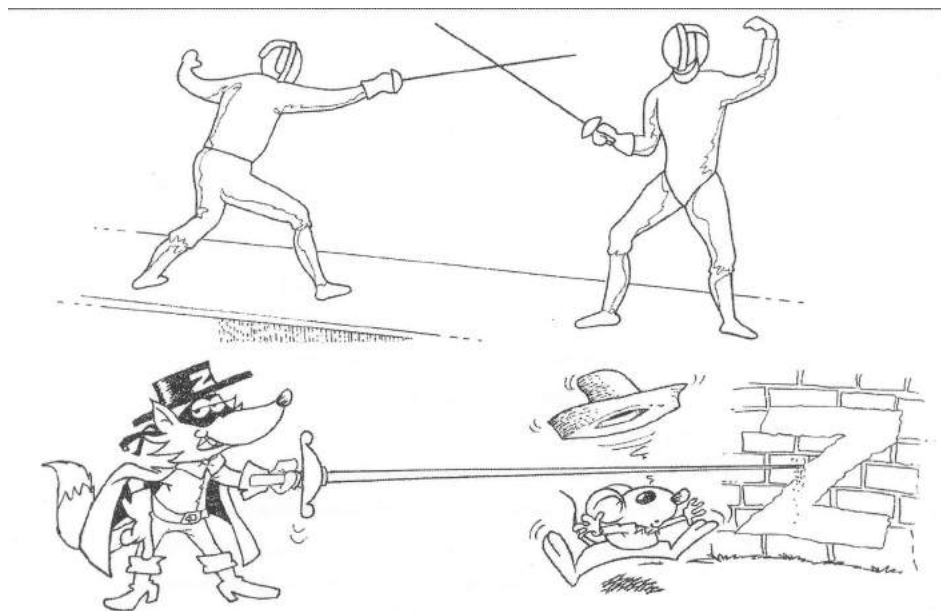
A batida (*battuta*) é o golpe na lâmina do adversário para evitar que nos atinja permanecendo diretamente em nossa direção (diz-se em linha).

Quando a nossa lâmina toca a do adversário permanecendo com a ponta para fora do alvo o contato com o ferro se chama de *tasto*. Chama-se de *pico* quando a nossa lâmina, pelo efeito da batida, toma o lugar da lâmina do adversário. A batida pode ser também de passagem, quando a nossa lâmina toca a do adversário e a supera movendo-se para o lado interno ou externo do alvo, para sucessivamente voltar-se ao alvo válido.

Também para esta ação existem as variações de primeira, segunda, terceira e quarta. Na prática, basta tocar a lâmina do adversário para depois executar um golpe direto; se o adversário tentar a parada, para contorná-la são necessárias as fintas e cavações em tempo.

A propósito, deve-se observar que em todos os esportes de confronto (futebol, lutas, esgrima, *rugby*, etc.) existe a finta. Trata-se de uma simulação para convencer o adversário a fazer uma parada que depois superaremos com uma cavação.

As ações ofensivas com finta mais comuns são finta de golpe direto e cavação e finta de cavação e cavação. No primeiro caso se executa uma finta sobre um alvo, e se o adversário vai parar o golpe fintado, se executa uma cavação para evitar a parada e se dirige o golpe para o alvo descoberto. A finta de cavação e cavação se executa quando o adversário para sucessivamente à direita e à esquerda (de terceira e quarta) ou em baixa e alta (primeira e segunda). Nesse caso a finta de cavação serve para evitar que o adversário pare o golpe executado com a cavação.



Exemplo de arma em linha (à esquerda) e engajamento (à direita).



Os alvos avançados, que variam conforme a posição assumida pelos dois competidores.

A defesa.

As ações ofensivas, o ataque, são confrontadas pela defesa. Podemos nos defender movendo-nos para trás (rompendo) e com a parada de ferro.

As paradas simples são as ações de defesa que se opõem aos ataques simples (isto é, golpes diretos e cavações) e às respostas que seguem as paradas dos adversários. Na prática, se um adversário golpeia para evitar ser golpeado devemos parar o golpe. Como o goleiro de um time de futebol para as bolas que vão em direção ao gol, o esgrimista para os golpes que estão por atingir um alvo válido.

Da mesma forma que os convites (*inviti*) servem para mostrar ao adversário os alvos para atingir, as paradas opõem-se aos golpes que se dirigem aos vários alvos.

Para isso existem as paradas de *prima* (primeira), que servem para cobrir os alvos altos do lado desarmado; de segunda, que servem para cobrir os alvos baixos do lado armado; de terça (terceira), que servem para cobrir os

alvos externos ao braço armado, ombro, peito; de quarta, que servem para cobrir os alvos baixos e centrais.

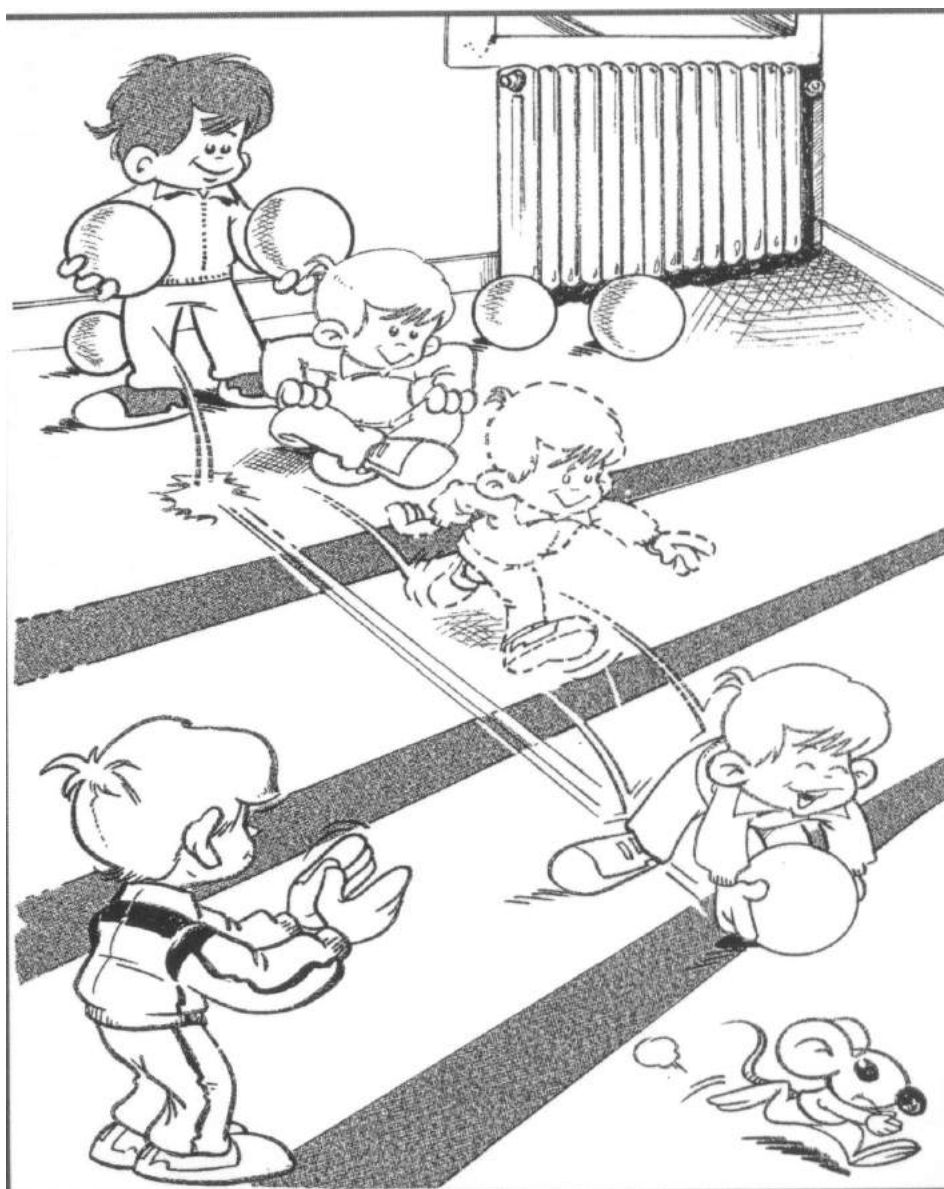


Três ferramentas inventadas e utilizadas pelo Maestro Di Ciolo: o cesto com a figura do alvo do florete, o cubo formado por seis aros coloridos e a tábua com as bolinhas.

Nas páginas precedentes afirmamos que a esgrima é uma disciplina, uma matéria para aprender. Efetivamente, com a esgrima pode-se aprender a gerir alguns movimentos que dependem de certas habilidades motoras. Pode-se aprender a usar bem as habilidades manuais, a administrar a distância, a escolha do tempo, a ver com o canto do olho.

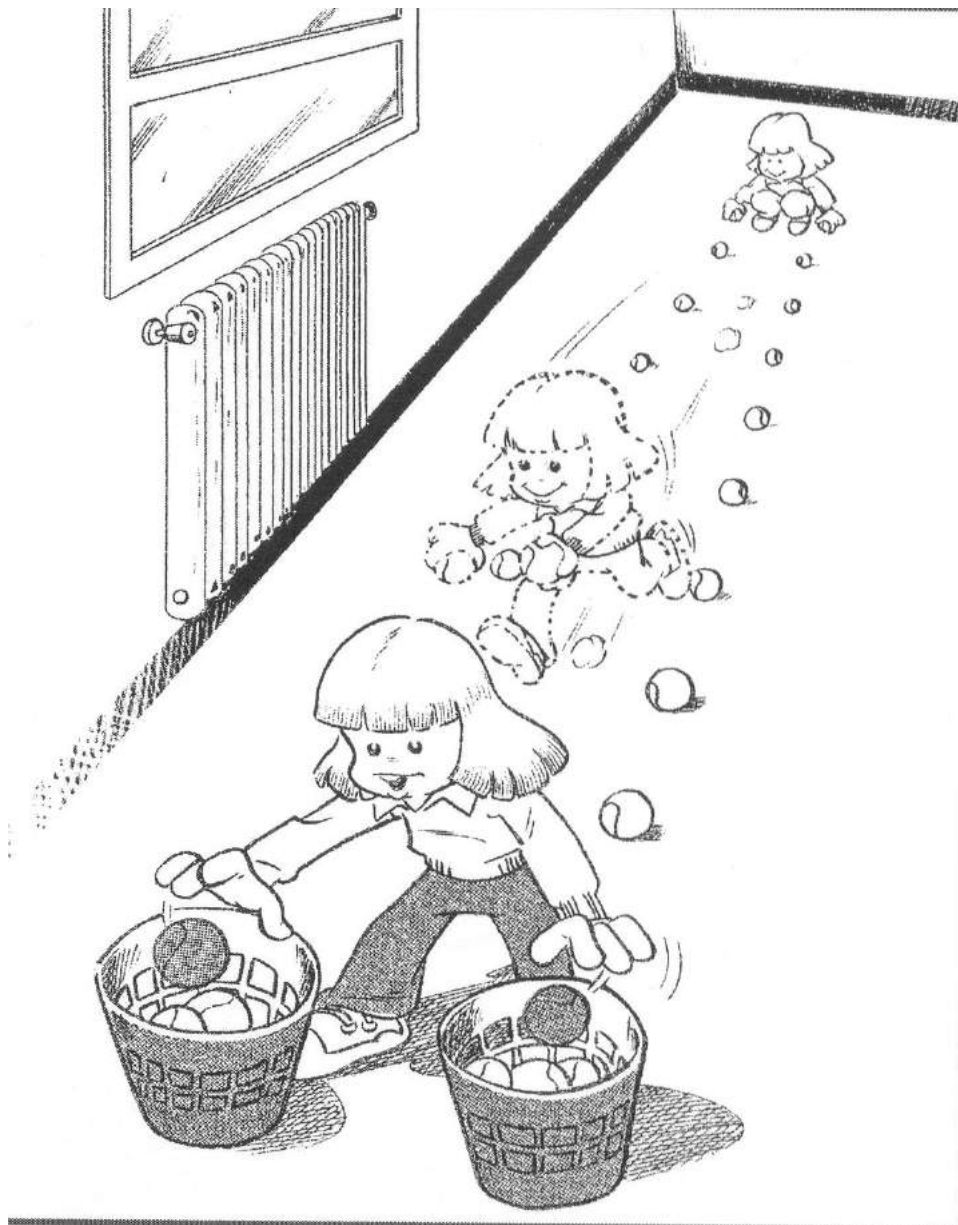


Pular corda para desenvolver principalmente a noção espaço-temporal, a coordenação e a auto-percepção.



Pular corda em grupo para desenvolver principalmente a noção espaço-temporal, a coordenação e a sociomotricidade.

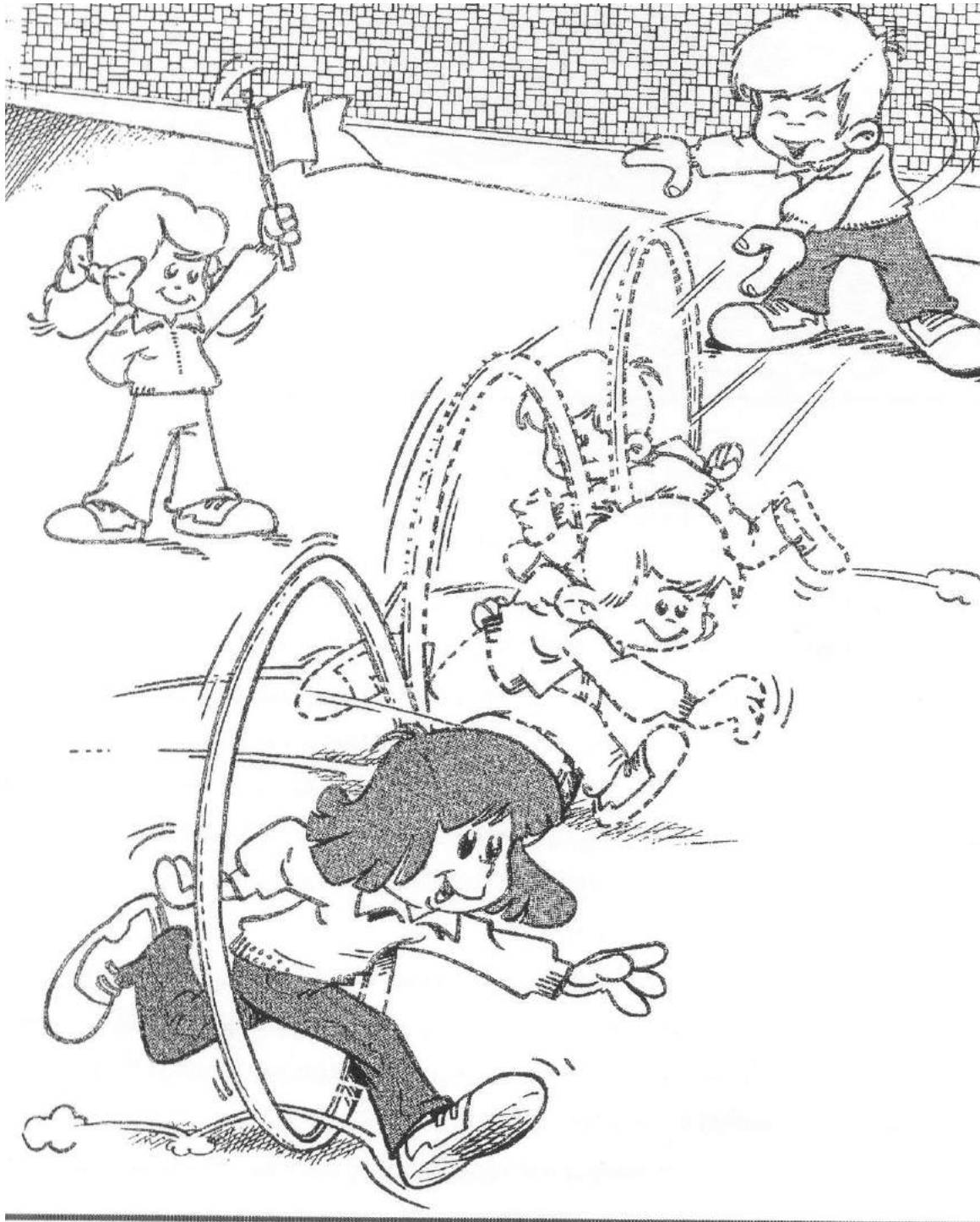
Como noção espaço-temporal definimos os movimentos que servem para reconhecer a distância no contexto do tempo que decorre para desenvolver determinada tarefa. Em suma, são aquelas habilidades que servem para adivinhar o tempo com que devemos fazer a ação, seja de ataque ou de defesa.



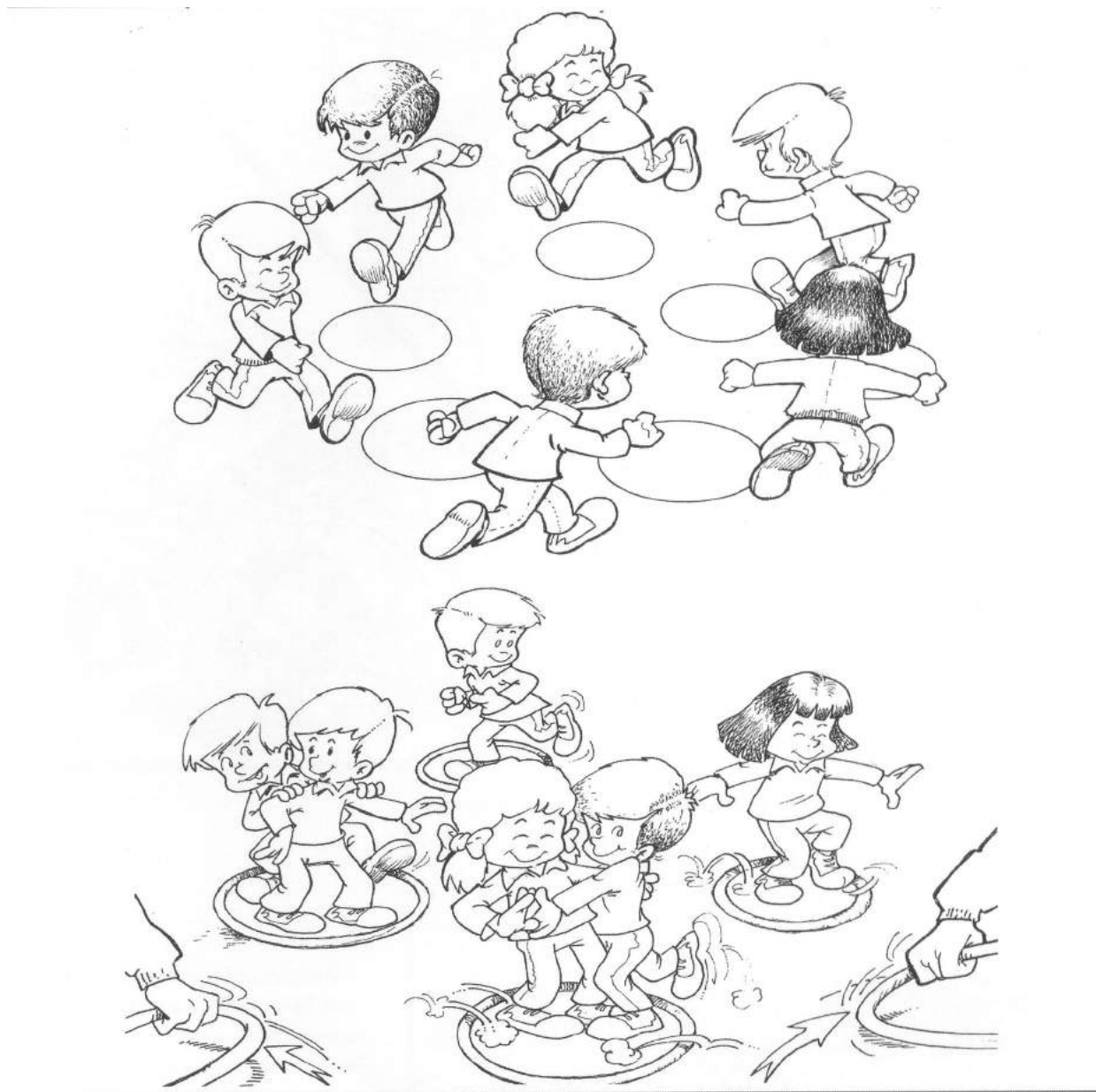
Os cestos com as bolinhas, principalmente para desenvolver as habilidades óculo-manuais, lógico-matemáticas e a visão periférica.

As crianças nascem dissimétricas, isto é, não sabem reconhecer distâncias “a olho” e devem aprender a fazê-lo. Durante a infância as distâncias são calculadas melhor se as crianças brincam ou prestam atenção a como distinguir entre o estar “longe” ou “perto” dos vários objetos.

A esgrima é um ótimo exercício porque as distâncias são muito variáveis e assim as crianças aprendem bem a administrar o espaço que as separa.



A passagem através de aros em movimento para desenvolver principalmente a noção espaço-temporal.

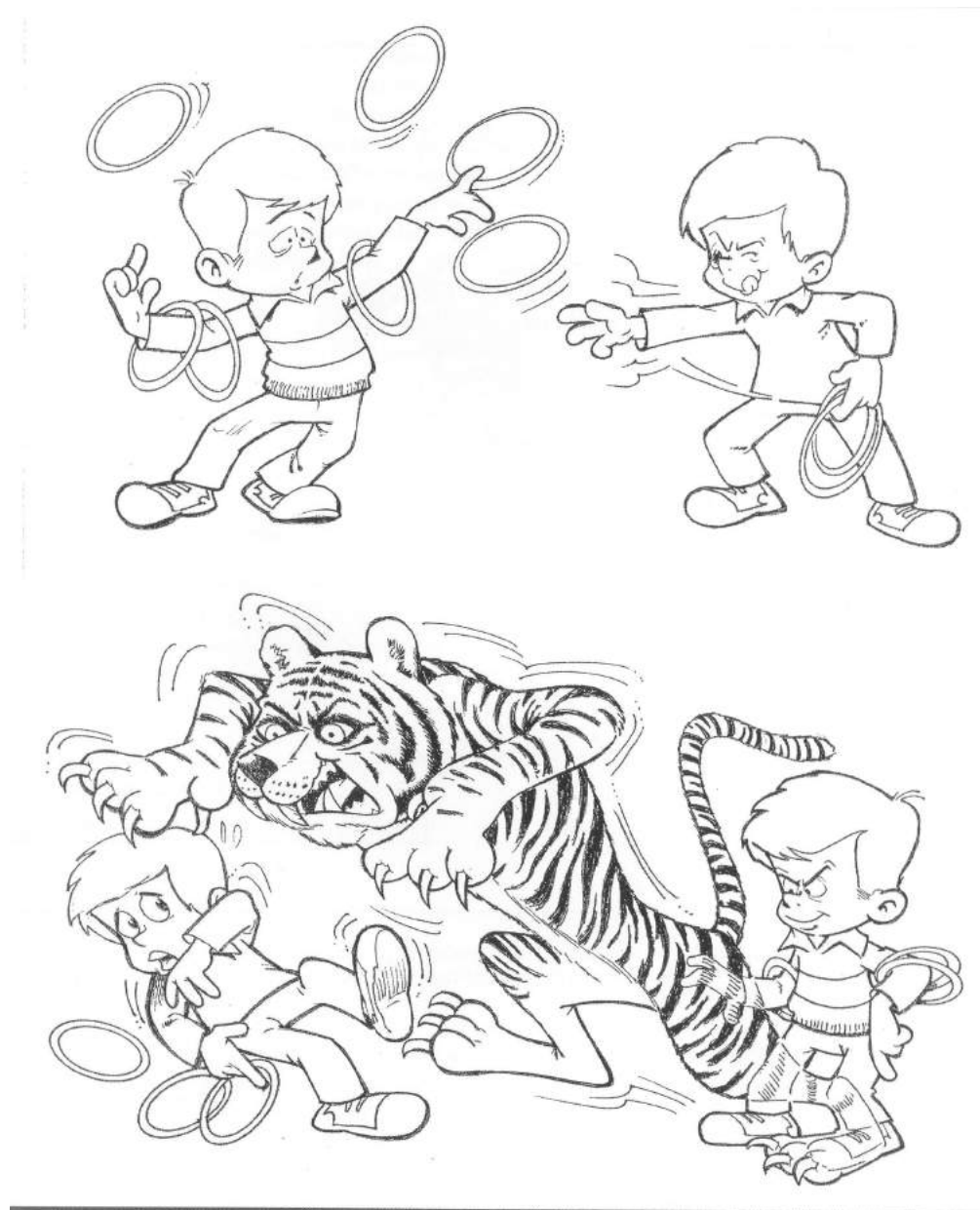


A brincadeira dos círculos serve para desenvolver principalmente a noção espaço-temporal, a velocidade e a atenção.

A visão periférica, isto é, a possibilidade de ver bem com o “canto do olho”, no esporte depende da capacidade de possuir um amplo horizonte lateral visível. Isto se aprende com determinados exercícios. Há muitas brincadeiras para melhorar essa potencialidade. De outra parte, é necessário ter uma ótima visão periférica porque não sabemos de onde chegam os golpes do adversário e é melhor procurar atingir os alvos no limite da sua visão. As ações esgrimísticas prevêm a execução de alguns golpes provenientes das margens extremas do campo visual dos atletas; frequentemente a diferença na gestão das estocadas advém de uma

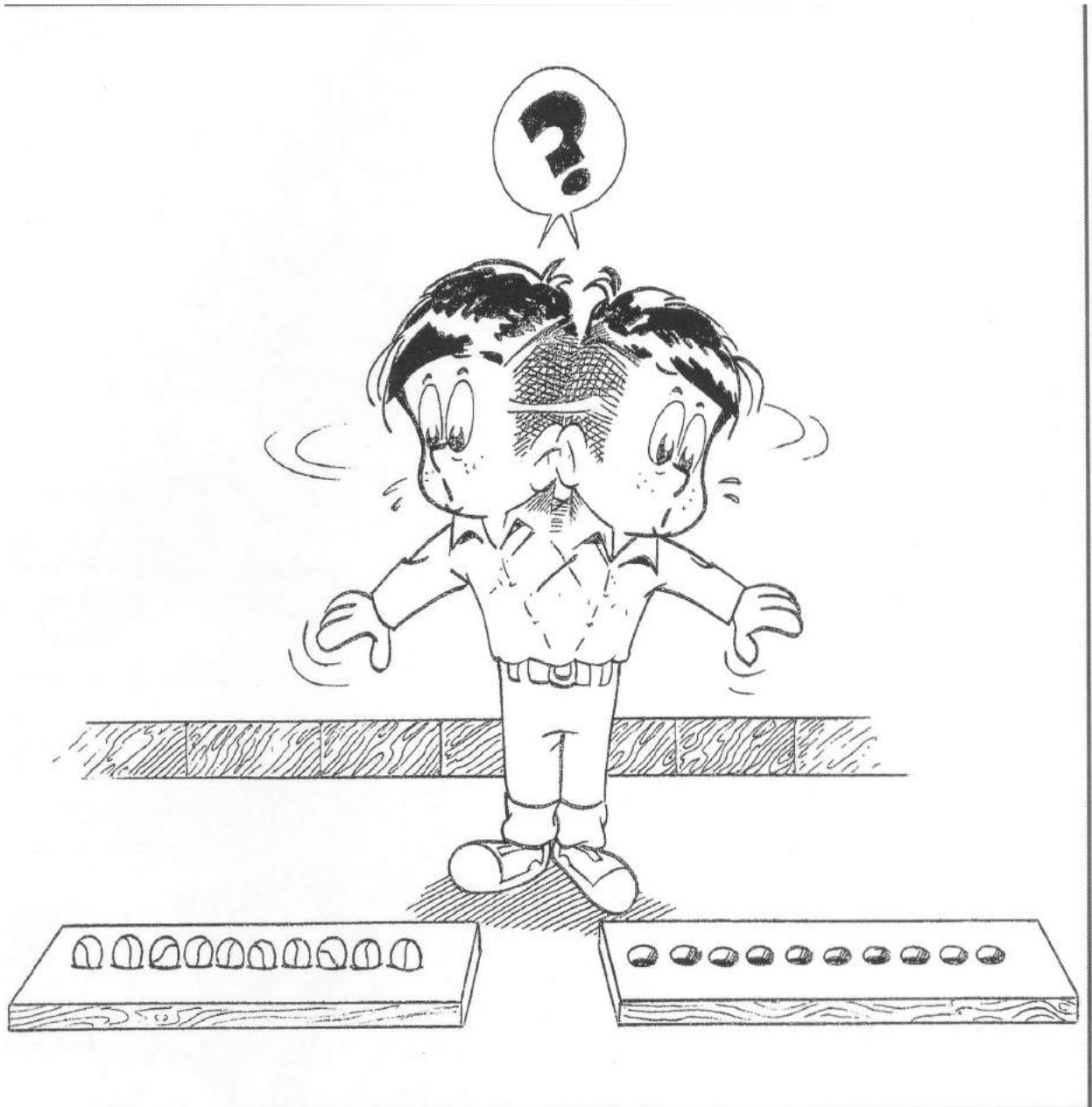
grande capacidade eclética de utilizar um espaço visível maior com relação ao adversário.

Durante um assalto de esgrima deve-se prestar atenção a todo o espaço ao redor porque os golpes podem alcançar a linha baixa ou alta; de outra parte, os golpes do adversário dependem também do contexto espacial da pista. Olhar apenas a lâmina ou apenas a pista pode ser um limite às possibilidades de confrontar o adversário. Justamente devido a essa necessidade de atenção visual de raio amplo, a esgrima pode ser utilizada para desenvolver a visão periférica.



A brincadeira de jogar argolas em duplas, para desenvolver principalmente a noção espaço-temporal, a coordenação e a sociomotricidade.

A escolha do tempo é a capacidade que serve para golpear um objeto no exato momento em que prevemos. É necessário calcular mentalmente o movimento no local exato e no tempo exato. Um esgrimista é o atleta que individualiza o momento certo para desferir um ataque ou pode fazer a finta que deseja no momento preciso para evitar a parada do adversário. A natureza da criança é cultivada com exercício, porque nenhuma nasce com um controle perfeito da distância e do tempo: as crianças são dissimétricas.



As tábuas com as bolinhas para desenvolver principalmente a habilidade óculo-manual (ou “mira”), a visão periférica e a capacidade lógica.

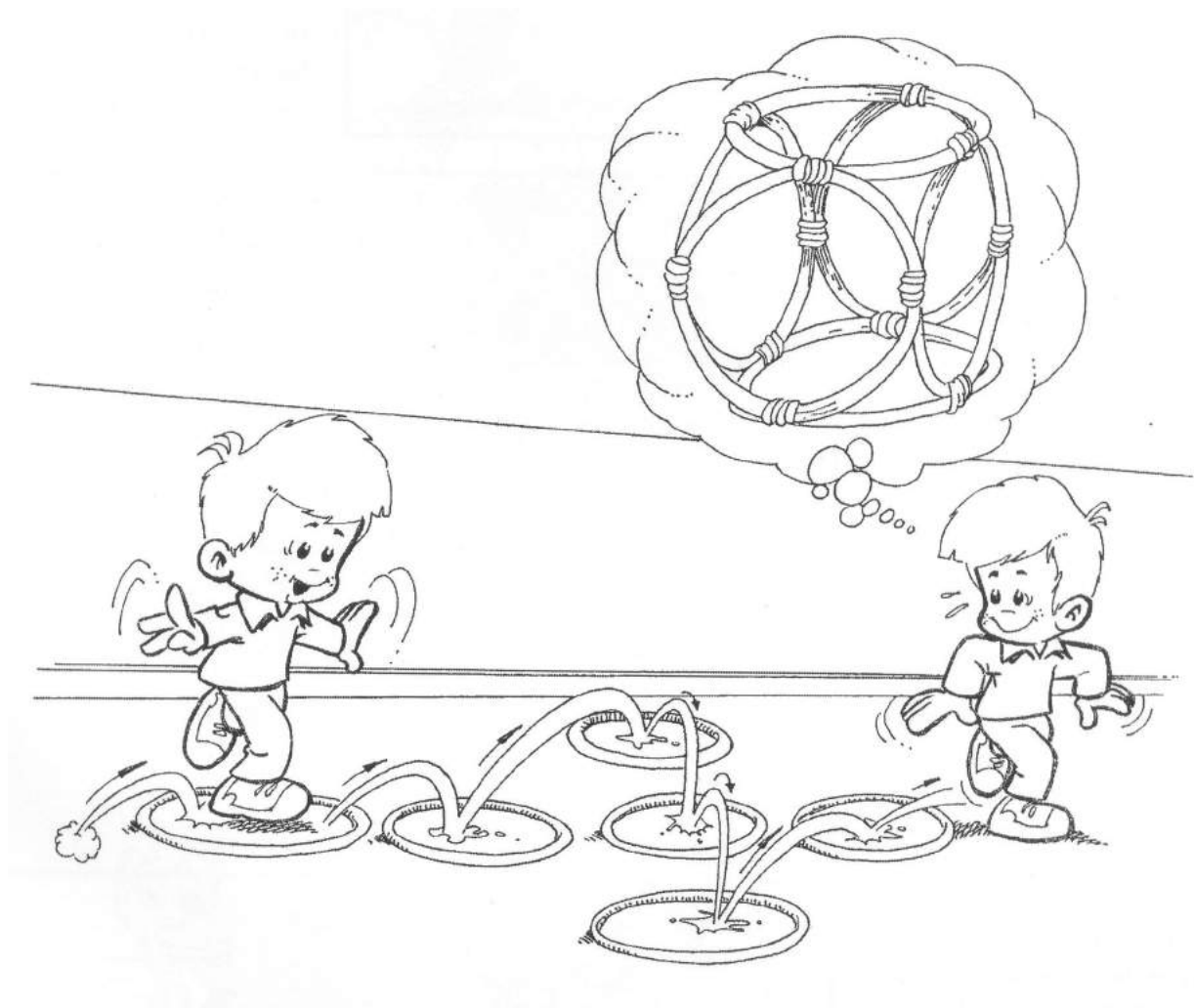
Na vasta gama da atividade motora, esta habilidade espaço-temporal que serve para tocar o adversário quando ele se encontra exatamente onde havíamos calculado que estaria antes de executar o golpe de ataque ou defesa, pode ser considerada a base para desenvolver todos os movimentos nos quais devemos escolher o momento para realizar o gesto.

Na vida diária essas avaliações são comuns quando se deve decidir um determinado movimento em combinação com o que nos cerca, como por exemplo atravessar a rua: com o olho devemos calcular a distância do carro que se dirige ao ponto onde estamos antes de “sentir” que podemos atravessar a rua sem risco.

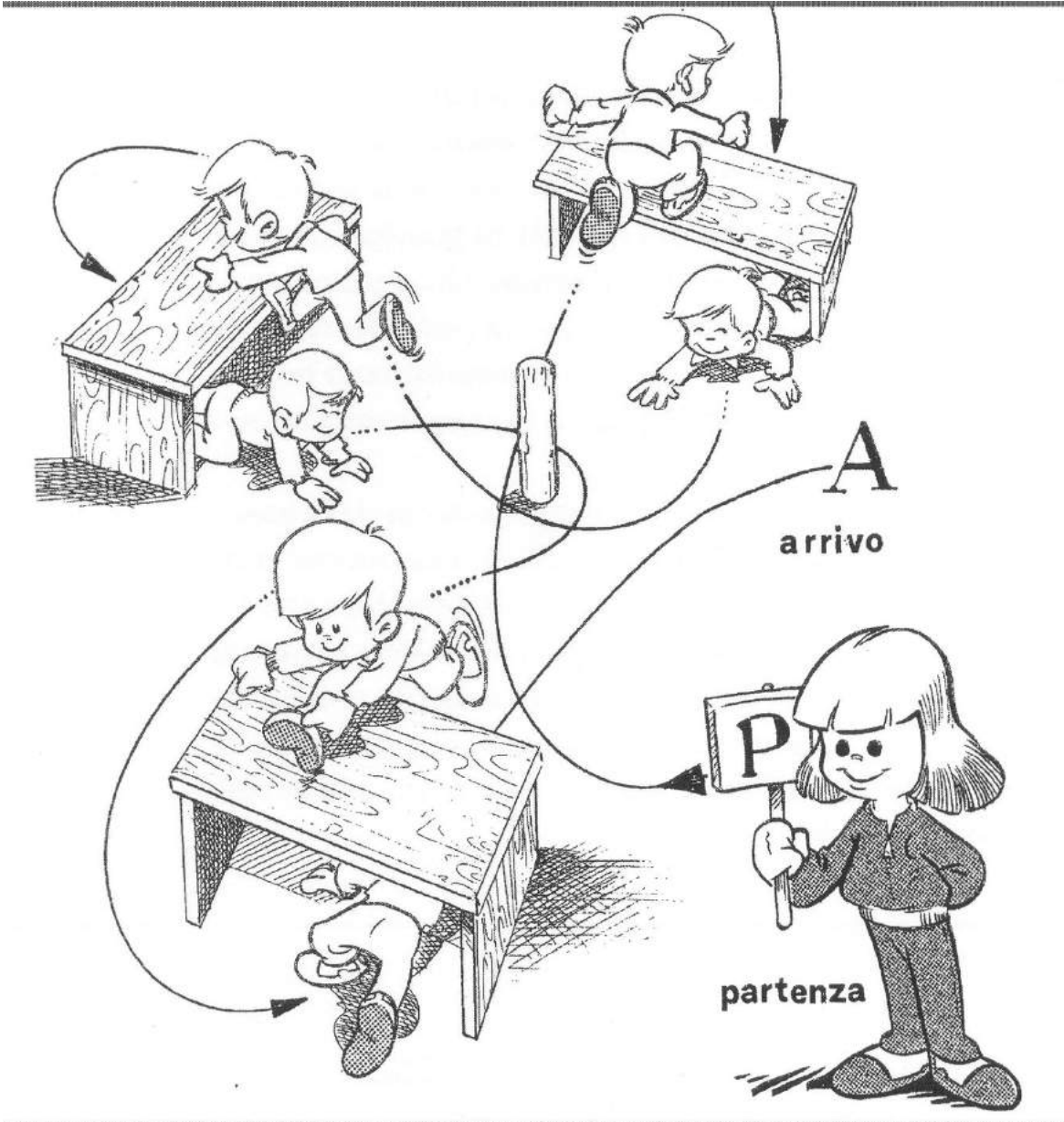
Quando estamos na beira da praia e queremos nos aproximar da água para pegar uma concha sem nos molharmos com o vai e vem das ondas, devemos calcular o tempo necessário para nos aproximarmos da água, recolher o objeto e retornar diretamente à praia, permanecendo secos.

Na esgrima a noção (ou discriminação) espaço-temporal servirá para controlar a medida e individualizar o alvo em um ponto exato no momento exato. A estimativa do espaço entre nós e o adversário, e o tempo que calculamos necessário para chegar a tal distância para efetuar o golpe são dados fundamentais, porque determinam a possibilidade material de colocar em prática a representação esgrimística.

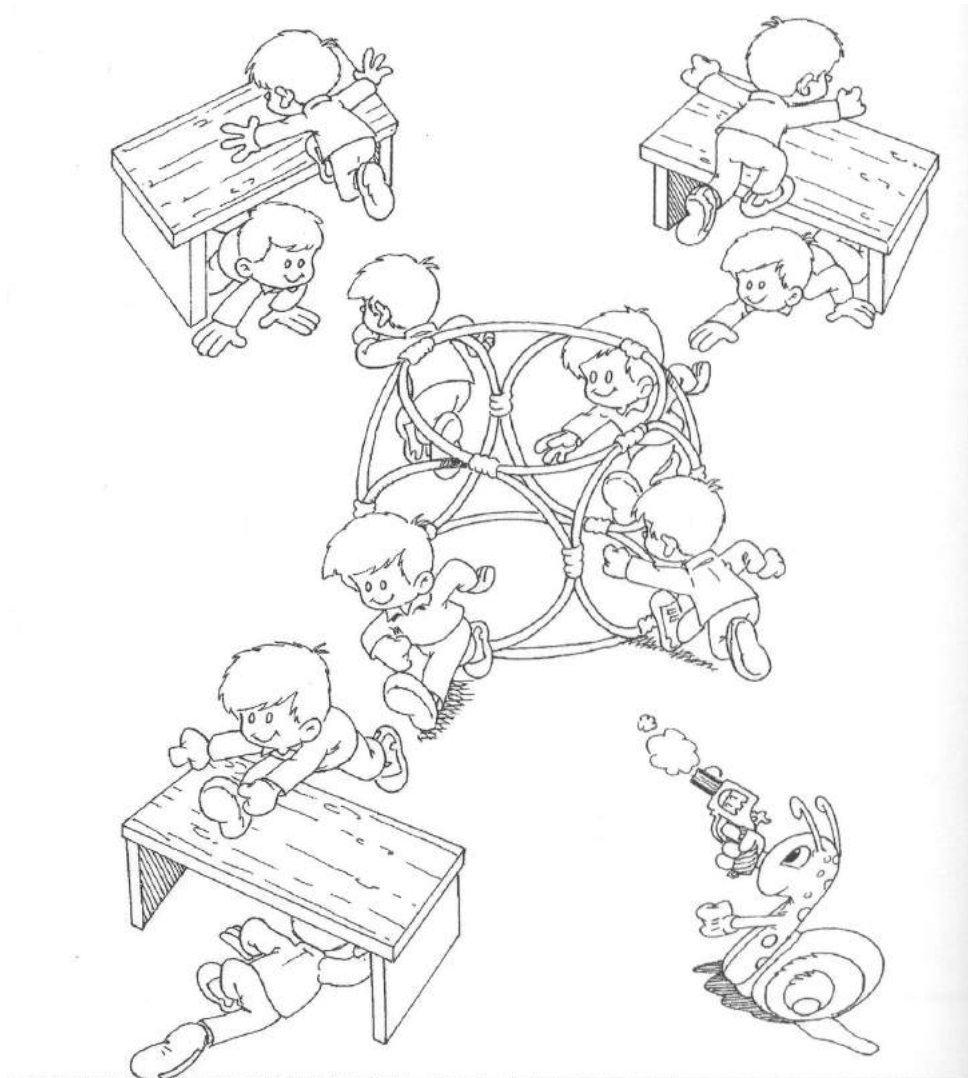
O cálculo da velocidade em que deve ser coberta essa determinada distância é determinante para contrapor as ações adversárias: são as informações que dizem respeito à distância e à provável posição do corpo no tempo. A estimativa do alcance do alvo ou da lâmina do adversário depende dessa possibilidade de distinguir no espaço as várias partes do corpo do adversário e a lâmina.



O salto em círculos afastados um do outro para desenvolver principalmente a noção de espaço e a força.



Percurso para desenvolver principalmente a fantasia e a memória. Partida (P) e chegada (A)

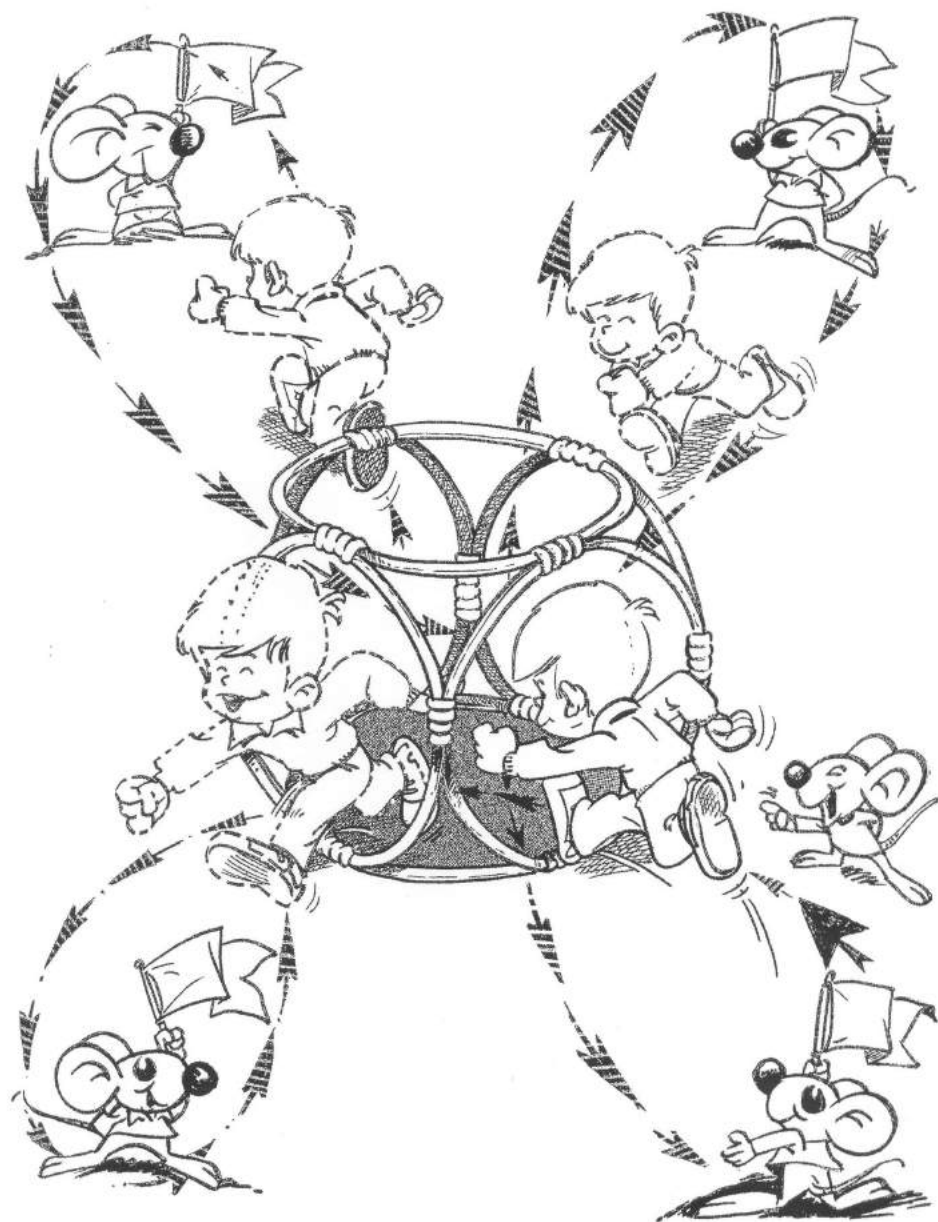


Fantasia motora e destreza.

Embora seja muito difícil testar a destreza, compreendida como inteligência motora ou como fantasia, um cientista alemão inventou em 1870 um teste ainda hoje considerado idôneo para testar essas habilidades.

Nestes desenhos são representados o *Teste de Harre* original e as variações criadas pelo Mestre Antonio Di Ciolo. Esta última versão é a alternativa que vem sendo utilizada no nosso clube com o “cubo” feito de aros coloridos, para dar à criança a idéia de entrar e sair do jogo em vez de partir do lado de fora, como no teste original.

Nas fases sucessivas será introduzido o rolamento ou “cambota”. Este exercício-jogo é importante para a percepção, controle corporal e coordenação geral.



O jogo com o “cubo”: transformação do Teste de Harre.

Varição sobre o tema do Teste de Harre, criada pelo Mestre Antonio Di Ciolo no curso da sua carreira cinquentenária.

Índice

<i>Prefácio</i>	
Que é a esgrima ?	p. 5
<i>Introdução</i>	
As origens	p. 6
A esgrima entre os povos antigos	p. 7-8
Os gregos e os romanos	p. 9-10
Na idade média	p. 11-13
A esgrima como disciplina esportiva	p. 14-18
O convite (<i>invito</i>) e os alvos	p. 20-21
O ataque	p. 22-24
A defesa	p. 25
As brincadeiras para aprender a mover-se bem	p. 26-35
A variação do <i>Teste de Harre</i>	p. 36-37

Os autores

Prof. Antonio Di Ciolo

Nasceu em Pisa em 12-7-1934. Inicia a prática da esgrima em 1948.

Depois de diplomado professor inscreve-se no ISEF (Istituto Superior de Educação Física) de Roma.

Em 1959 é diplomado Mestre de Esgrima na Academia Nacional de Napoli.

Diplomando-se no ISEF de Roma em 1960, retorna a Pisa para iniciar a atividade de Professor em escolas públicas por 33 anos. Desde 1960 ensina educação física em escolas elementares públicas e particulares, gratuitamente (de 1959 a 1993 no CUS de Pisa, de 1993 a 1996 no Fides de Livorno, de 1994 a 2006 no Pisascherma, desde setembro de 2006 ensina no Club Scherma Pisa Antonio Di Ciolo (do qual é Presidente Honorário).

Em 1981 inicia a carreira de Mestre de Esgrima para atletas em cadeira de rodas.

Foi treinador da Equipe Nacional de Desabilitados de 1985 a 2000.

Como treinador da Equipe Nacional Italiana de Esgrima desde 1994 participou de:

10 campeonatos mundiais absolutos

(1995, 1997, 1998, 1999, 2000, 2002, 2003, 2005, 2006, 2007);

4 paraolimpíadas (1988, 1992, 1996, 2000);

4 olimpíadas (1996, 2000, 2004, 2008).

Foi agraciado com o título de Oficial do Mérito da República Italiana.

Publicou numerosos textos sobre motricidade e esgrima, sendo os últimos em ordem cronológica:

"Pronti A Voi", com ilustrações de Paolo Macchia em 1996,

"Entre A fundos e Esquivando-se, com Paolo Gianfaldoni em 2004,

"A Escola Di Ciolo", com Enrico Di Ciolo, Simone Piccini, Sabrina Ballestracci, em 2007.

Faleceu em 29-9-2020, em Pisa.

Prof. Enrico Di Ciolo

Nasceu em Pisa em 03-6-1962. Inicia a prática da esgrima em 1970 seguindo os passos do pai Mestre Antonio Di Ciolo. Em 1981 inicia a carreira de Mestre de Esgrima para atletas em cadeira de rodas; foi treinador da Equipe Nacional de Desabilitados de 1985 a 2000.

Em 1991 é diplomado Mestre de Esgrima na Academia Nacional de Napoli.

Em 1994 diploma-se no Instituto Nacional de Educação Física (ISEF) de Firenze com a tese "a esgrima com os desabilitados".

Ensinou de 1987 a 1993 no CUS de Pisa, de 1994 a 2006 no Pisascherma, desde setembro de 2006 no Club Scherma Pisa Antonio Di Ciolo (do qual é Presidente).

Desde 2005 é docente contratado da Faculdade de Medicina e Cirurgia da Universidade de Pisa.

Em 1994 começa a colaborar com a Equipe Nacional Italiana, inicialmente no setor juvenil e depois com a Equipe Nacional de maiores.

Treinador da Equipe Nacional Italiana de Esgrima, desde 1994 participou de:

5 campeonatos mundiais juvenis (1997, 1998, 1999, 2000, 2003);

3 *Universiadi* (2001, 2005, 2009);

5 campeonatos mundiais absolutos (2002, 2003, 2006, 2007, 2009);

3 olimpíadas (2000, 2004, 2008);

Os alunos da sua escola ganharam:

5 medalhas em campeonatos mundiais FIE

3 medalhas em campeonatos mundiais FISD

Foi agraciado com o título de Cavaleiro do Mérito da República Italiana.

Publicou alguns artigos científicos e textos sobre a esgrima, entre os quais:

"Didática no jogo da Esgrima", com Simone Piccini em 1996,

"Motivação à Esgrima", com Luigi Mazzone em 2002,

"Aspectos Neuromotores e Psicológicos na Prática Esgrimística", com Luigi Mazzone, em 2004,

"A Escola Di Ciolo", com Antonio Di Ciolo, Simone Piccini, Sabrina Ballestracci, em 2007.