

Educação Física

Educação Psíquica

(ESPECIAL PARA ESTA REVISTA)

O Centro Militar de Educação Física realizou, num ano, o milagre de transformar algumas aulas de ginástica, dadas num barracão, em um curso de Educação Física e Desportos administrado no monumento de arquitetura que é o Ginásio Leite de Castro.

Edifício construído com material brasileiro, mobiliado com material brasileiro, orientado por técnicos brasileiros em suas linhas gerais e em todas as minúcias, nada deixa a desejar; e seria por si só justo orgulho desse pugilo de moços briosos, si maior gloria não lhes estivesse aureolando as fronteiras.

Aos que têm pasmado diante da construção magestosa, do seu conforto, de sua higiene, da elegancia de suas linhas, do luxo de suas instalações, é preciso lembrar que dentro dessa casa, mais do que tudo isso é digno de admiração o que vai por lá de interesse científico, a preocupação dos programas dos cursos, a dedicação dos instrutores, os estudos que se estão realizando no intuito de estabelecer um tipo físico brasileiro.

As diferentes provas a que são submetidos os alunos de diferentes idades constituirão testes de morfologia e fisiologia humana, capazes de dar uma idade física que dividida pela idade cronológica fornecerá um índice de capacidade física, análogo ao quociente intelectual.

De tal modo se vem alargando o campo de ação desses batalhadores que, na ancia de estudar as capacidades físicas, eles vem, naturalmente e com muita propriedade, invadindo o dominio das capacidades psíquicas.

E quem poderá hoje, cientificamente, separar umas de outras?

A moderna psicologia do comportamento não mais distingue o fisiológico do psicológico.

Ninguém mais se lembraria hoje de repetir o velho aforismo "mens sana in corpore sano", pois a mentalidade e o organismo manifestam reações da mesma natureza.

Foi-se o tempo em que se acreditava que a fadiga muscular era independente da fadiga nervosa, em que se pretendia contrapor exercícios físicos a exercícios psíquicos, como se fossem esferas de atividade inteiramente separadas.

Sabe-se hoje que há estreita associação entre os chamados estudos d'álma e sua respectiva exteriori-

zação. Cada estado d'álma determina uma expressão que se traduz exteriormente num movimento característico.

Mas o movimento expressivo também se repercute internamente, despertando um estado d'álma secundário análogo ao que o produziu.

E' assim que cada gesto, cada movimento, apropriado ou não, tende a deixar no espírito um rasto que pôde ser de alegria, de bondade ou de melancolia.

Sabe-se hoje que, na criança, o estímulo das fibras nervosas lhes facilita a formação da bainha de mielina que é indispensavel ao funcionamento integral dos nervos.

E', pois, pela atividade que o sistema nervoso se fortifica e consolida. Os centros motores cerebrais se atrofiam nos individuos que, na infancia, sofreram a amputação de um braço ou de uma perna.

Todos sabem que o brinquedo na criança corresponde a uma necessidade para o seu desenvolvimento intelectual.

No adulto, para entreter constantemente as atividades adquiridas, em tempo de paz, o soldado faz exercícios de guerra; entre dois meios tempos de uma partida de futebol, os jogadores batem bola, brincando; no intervalo de um concerto, os músicos tocam escalas.

Segundo Carr as demonstrações de exercícios físicos desempenham ainda um papel social que é o de animar o sentimento de solidariedade.

Cultura física é cultura psíquica.

A harmonia das funções da vida vegetativa tras a harmonia da vida mental. O bem estar corporal produz pensamentos nobres e elevados, desperta a inteligência, aperfeiçoa a moral.

Não é a apologia do atleta possuidor de um biceps volumoso que queremos fazer aqui, mas do homem que fez cultura física racional, sob bases científicas, aquêle que cultivou o corpo e que nesse exercício cultivou o espírito.

Educação física, é, pois, educação psíquica.

DR. PLINIO OLINTO.

Professor do Instituto de Educação.
Diretor da Assistência de Paço das
do Hospital Nacional.