

Golpe de vista sôbre o problema da educação física

NOTA—O Ten. Cel. Arnould, autoridade que é no assunto, em breve artigo que acabamos de traduzir, precisa com a mais perfeita exatidão a importância e a maneira como deve ser encarada em nossos dias, a Educação Física. A magna cruzada de regeneração da raça, apenas iniciada entre nós, sente a oportunidade de suas palavras cheias de ciência, fé e altruísmo.

A ciência da Educação Física se esforça para resolver problemas práticos que visam a melhoria do indivíduo e da raça, por métodos positivos com resultados verificáveis.

Não pode haver objetivo de ação mais nobre para o sábio cuja imaginação paira acima da crença desesperada de um absoluto desconhecido, e empreende levar suas cogitações além da tarefa quotidiana, que o da procura das condições mais favoráveis à atividade moral, intelectual e física do ser humano.

E para se tratar da personalidade humana é preciso analisá-la em todo o seu conjunto.

Procurando determinar as leis de nossa condição física, nossa inteligência descobre suas próprias leis e as relações entre a consciência e a natureza.

Esforzando-se por melhorar nossa natureza, a vontade descobre os limites de sua potência.

A ciência acertou quando lançou uma ponte sôbre o fôssco que separa o mundo material do mundo moral, porque, no conhecimento do mundo físico, observou-o durante os vinte e cinco séculos que vão de Demócrito a Broglie.

E a humanidade, poeira de vida abandonada na imensidade do mundo material, estará sujeita ao mesmo determinismo da matéria? Todos os seres vivos, geração após geração, estarão sujeitos às leis da necessidade física? Eis o grave problema.

A ciência, entretanto, limita-se a descrever e não a prever.

E' por essas razões que a Educação Física, ciência experimental, deve estabelecer seus alicerces fundamentais sôbre as bases sólidas de suas irmãs vizinhas, a física a química, a radiologia, a anatomia, a fisiologia, a biologia, a psico-fisiologia, e, para dizer tudo: será científica; fora disso, não passará, jamais, de panacéia dos charlatães e dos falsos sábios, animados unicamente dos sentimen-

tos da vaidade satisfeita, produto do meio saber.

Seu campo de ação começa nos laboratórios—domínio do físico, do radiologista, do médico e certamente do cirurgião, — e se estende à sala de cultura física, ao ginásio, à piscina de natação, ao estádio—domínio do professor, do pedagogo, mas também do médico.

Depois de tudo isso, que é a Educação Física senão um dos ramos da Higiene e uma das numerosas aplicações do movimento?

O movimento dosado não é o meio mais ativo de transformar a doença em saúde?

Desde que os médicos refletiram, desde Hipócrates para não ir mais longe, ha 2.400 anos, portanto, que se proclama o valor higiênico incomparável do exercício corporal.

E não é só, o exercício físico pode também pôr em evidência lesões que escapam ao clínico.

Nós da Escola de Joinville, somos de opinião que o trabalho muscular devia ser considerado como um dos reativos mais seguros para o descobrimento de lesões orgânicas imperceptíveis. A análise do sangue e da urina tem-nos permitido estabelecer que em certos indivíduos, jovens, são, levados ao exercício físico, sem nenhuma tara aparente—físicamente semelhantes a outros que não apresentam nenhuma modificação orgânica—o trabalho muscular violento (assalto de esgrima, luta, box, rowing, levantamento de peso, etc.) faz aparecer na *urina de fadiga* (colhida 90 minutos depois do trabalho) traços de albumina renal, característicos de uma pequena albuminúria insuspeita. Com respeito à glicosúria, as mesmas constatações têm sido feitas. Pelo exercício físico, vemos então a bioquímica se associar à clínica e constituir uma variedade da clínica de laboratório. Assim, estabelecem-se por uma nova prova, as relações de intimidade absoluta que existem entre a Educação Física e a Medicina.

Si, de outro lado, analisamos os movimentos do corpo humano, constatamos que um método só é bom, quando os exercícios que êle preconiza são estabelecidos, partindo de única base científica anatomo-fisiológica. Como consequência lógica, afastaremos os exercícios que não apresentam um conjunto de qualida-

Pelo Tenente - Coronel ARNOULD

COMTE. DA ESC. SUP. DE EDUCAÇÃO FÍSICA, DE JOINVILLE

TRADUÇÃO DA REVISTA SPORT ET SANTÉ, PELO CAP. ADAURÍ PIRASSINUNGA, INSTR. ED. FÍSICA

des higiênicas, fisiológicas, terapêuticas, estéticas, pedagógicas, sociológicas, e que estão em oposição com os dados, as aspirações, os hábitos isto é, com toda a herança da civilização.

Mas o exercício corporal é, apenas, um dos meios de aperfeiçoamento empregados na Educação Física. Por si só, o movimento é inoperante, si o corpo não está submetido, ao mesmo tempo, às ações dos elementos naturais (calor, luz, ar, água etc.) que ativam e provocam os fenômenos físicos ou químicos que se efetuam nas profundezas glandulares.

Essas ações serão favoráveis ou desfavoráveis à saúde segundo sejam dosadas por hábeis práticos ou por ignorantes.

Entim, sem se deixar embalar por ilusões tão doces, mas muitas vezes tão enganadoras do sonho, pode-se entrever o dia em que, concorrentemente com o exercício, com a ação dos elementos naturais, com as práticas de higiene geral, outras ações intervirão (naturais ou artificiais) que elevarão nosso potencial de vida, ativando e regenerando os órgãos essenciais (pele, vísceras, glândulas, etc.) cuja integridade condiciona a personalidade humana.

A estrada é ainda longa e a tarefa dos educadores imensa. Há lugar para todo aquele a quem anima o desejo ardente de se tornar útil: sua atividade não tem outros limites que os da Ciência.

Aquele que só é bom para si, escreveu Voltaire, não é bom para nada.

EM nenhum outro jôgo se faz tão necessário, imprescindível mesmo, como no *basket-ball*, a "Parte Fundamental" ou, melhor dizendo, o ABC dêste belo e salutar ramo de esporte; e, para que se possam colher os melhores resultados, é preciso que os que o dirigem, tracem os seus programas de treinamento individual, observando os menores detalhes, bem como os que desejem de fato aperfeiçoar-se em sua aprendizagem, se entreguem aos ensinamentos ministrados com fôrça de vontade, assiduidade e paciência.

Chamamos "Fundamental" a esta parte de *basket-ball*—que consiste no preparo iniciado com a maneira "como se deve segurar a bola" e continuado até o "giro" — porque representa, na sua essência, o preparo individual. E', portanto, grande e vasta a matéria a ser dada no preparo de um jogador de *basket-ball*; e assim sendo, requer da parte do instrutor um meticoloso cuidado na seqüência dêstes ensinamentos, procurando, para obter os melhores resultados, o maior numero possível de treinos, bem como, necessita que os jogadores adotem êstes hábitos adquiridos no treinamento individual, a que acabamos de fazer referênciã, para depois poderem pô-los em prática com maior desembaraço, quer nos treinamentos em conjunto, quer no desempenho de qualquer sistema de jôgo.

Todos nós sabemos que a primeira preocupação de todo aquele que se dedica a qualquer ramo de esporte de conjunto, é justamente entrar logo nos quadros; assim, também no *basket-ball*, a ansiedade do candidato é atirar logo á cesta, etc.; enfim, deseja, de início, exatamente tudo que se possa taxar de mais improdutivo para a prática metódica, para a aquisição de bons hábitos e perfeitos conhecimentos, condições imprescindíveis a um perfeito jogador de *basket-ball*.

Ao - invés - de se preocupar com o que só mais tarde poderá fazer, deverá tornar um hábito o seu treinamento individual, para que chegue à perfeita execução do ABC do *basket-ball*, como por exemplo: "segurar a bola", "manejar a bola", etc., o que só se adquire com o treino individual diário. Exemplificando, para maior clareza, posso citar um meio de conseguir o candidato, de uma maneira inteligente e prática, um treinamento que o levará a um resultado bem apreciável. E' o seguinte caso: "como recêber a bola"; poderá o jogador se valer de qualquer parede, para diariamente executar êste treinamento, observando naturalmente, não só a maneira de