

Cont. da 1.^a conferencia realizada pela Divisão de Educação Física para os inspetores de ensino

Em rápida revista vimos a profunda repercussão que os exercícios físicos, desde que realizados regularmente e, de maneira corrêta, têm sobre a totalidade do organismo. Dedicamos uma parte especial para mostrar seus efeitos sobre as funções cerebrais, e esperamos ter provado plenamente o que nos propunhamos.

Passemos agora a tratar da educação física no Brasil.

Não há aqui a preocupação da prática da educação física sistemática, não há espírito desportivo no sentido ideal da expressão. Isso, entretanto, não é de extranhar, nem é dito como condenação, mas com o propósito de remediar. Em outras terras quando não são as condições ambientais que impelem à prática dos exercícios físicos, como por exemplo nos países de clima frio, onde o indivíduo é levado à movimentação para aquecer-se, outros motivos existem ou existiram que explicam a tendência dos nacionais à procura da educação física e dos desportos.

É conhecida universalmente a organização dos Sokols, existente na Tchecoslováquia, que tem como um dos seus principais objetivos a execução e propagação sistemáticas da educação física. A origem, entretanto, vai ser encontrada em sua história, pois os Tchecos constituindo uma população de raça perfeitamente definida, viviam sob o jugo de povos de outras raças; um meio de reunir os nacionais para pugnar por um ideal comum, foi a associação nessa grande organização, onde ao lado da propagação dos ideais libertadores, era ministrada a educação física. Também na Alemanha e na Suécia a prática da educação física vai buscar sua origem em condições especiais por que passaram esses países. Jahn na Alemanha e Ling na Suécia, foram os precursores da disseminação de ideais e entusiasmos desportivos, e conseguiram que fossem ouvidos, dadas as circunstâncias sociais e horas amargas por que passaram suas pátrias; então, o desporto, a educação física, se valeram do espírito bélico.

Em nosso meio, entretanto, não existindo nenhuma das causas que citamos, talvez seja preciso uma coerção, pois há manifesta ogeriza por desconhecimento dos benefícios que ela trazia. Linhas acima, mostramos sobejamente a necessidade da educação física. Entre nós ela precisa ser encarada como uma medicina preventiva. Nas escolas onde se cuida com consciência da educação física, da alimentação e do arejamento, os escolares apresentam em estatura, peso, desenvolvimento corporal e respiratório, índices de resistência e exames clínicos, um estado superior àqueles que é indicado como normal nas tabelas de crescimento.

Felizmente a questão já mereceu ser incluída em nossa Magna Carta. Vejamos o que existe sobre tudo o que se relaciona com a educação física e a preservação da saúde na Constituição de 10 de Novembro. Em seu artigo 15, diz: "Compete privativamente à União o poder de legislar sobre as seguintes matérias:

XXVII. Normas fundamentais da defesa e proteção da saúde especialmente da saúde da criança".

Nos seus artigos 125 e 127 já vimos no início da nossa palestra, a parte referente à educação integral e aos cuidados que merecem o preparo moral, intelectual e físico da infância e da juventude.

No artigo 131: "A educação física, o ensino cívico e o de trabalhos manuais serão obrigatórios em todas as escolas primarias, normais e secundarias, não podendo nenhuma escola de qualquer desses graus ser autorizada ou reconhecida sem que satisfaça aquela exigência".

No artigo 132: "O Estado fundará instituições ou dará o seu auxilio e proteção às fundadas por instituições civis, tendo umas e outras por fim organizar para a juventude períodos de trabalho anual nos campos e oficinas assim como promover-lhe a disciplina moral e o adestramento físico, de maneira a prepará-la ao cumprimento dos seus deveres para com a economia e a defesa da Nação."

Como vemos, o legislador previu sábiamente toda a extensão do problema. É de esperar que postas em prática, estas medidas terão como consequência um estímulo da educação física criando uma mentalidade dirigida para o amor à atividade corporal.

O início da educação física fazendo-se desde a escola primaria, cria o hábito que nunca será descurado em toda a vida do cidadão.

O interesse da criança para a atividade física é espontâneo, mas é necessária a direção do adulto para guiar o espírito do folgado dentro de limites saudáveis. Não somente os bem dotados muscularmente devem fazer exercícios físicos; os subnutridos, os pouco desenvolvidos, etc., são os que mais têm necessidade deles.

Nessa fase da vida, o trabalho corporal, sob o ponto de vista psicológico, deve apoiar-se na atividade natural, instinto construtivo, imaginário, atenção, iniciativa, gosto de imitar, curiosidade, espírito de investigação, interesse, alegria, instintos sociais e de cooperação.

Essa atividade natural explica-se fisiologicamente pela necessidade do exercício para o crescimento; psicologicamente pela necessidade não menos imperiosa de conhecer, desenvolver-se, aparelhar-se mentalmente para a vida.

Na adolescência, a maneira de agir já deve ser modificada. Torna-se necessário continuar e completar a ação dos jogos por meio de exercícios cuja técnica, mais apurada sob o ponto de vista fisiológico e mecânico, provoquem efeitos mais intensos e bem determinados sobre as grandes funções e as faculdades motoras.

Já o adulto requer maior intensidade nos exercícios, pois a finalidade é desenvolver convenientemente a musculatura e manter as grandes funções orgânicas em perfeito estado, haja vis-

ta ainda as modificações para cada sexo.

É assim que deve ser compreendida a educação física "não deve encarar um único período da vida excluindo os outros. Deve acompanhar o desenvolvimento do organismo humano; a adolescência e a mocidade são solidarias com a infância. A idade adulta depende do adolecente. A infância deve primeiramente solicitar as preocupações dos educadores".

A primeira finalidade a ser conseguida com a educação física na escola é a saúde; o melhoramento da saúde; pela ginástica e pelos jogos praticados ao ar livre. Para as horas de imobilidade passadas diante dos livros e dos cadernos, muitas vezes em salas mal arejadas, a educação física escolar teria esta grande finalidade.

Outro objetivo higiênico seria o correctivo: a criança transformada em escolar terá de passar grande parte do dia sentada nas carteiras, muitas vezes em atitudes viciosas, repousando em uma só das nádegas, o corpo inclinado; quantas escolioses e outras deformidades não seriam evitadas se, pela prática sistemática da educação física fossem sendo corrigidas aquelas atitudes viciosas por meio de exercícios adequados. Deve ser dito neste momento o papel relevante que os Professores das outras disciplinas, que não a Educação Física, poderão ter na correção de atitudes viciosas. Ela deve ser fiscalizada constantemente: nas aulas — no modo de sentar-se nas carteiras, no modo de escrever, nas atitudes em pé, etc. Também nos recreios não deve faltar essa ação benéfica, como também no modo de carregar as pastas e livros.

Mais uma finalidade a ser conseguida na escola seria o prazer: ao lado das aulas das outras disciplinas é preciso uma higiene mental, é preciso divertir o aluno, e nada melhor do que a educação física em bases atraentes.



O cinematografista — Alô! Espere um pouco nessa posição...