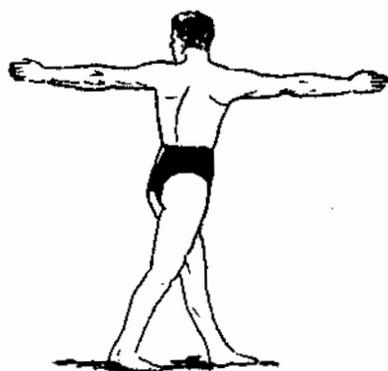


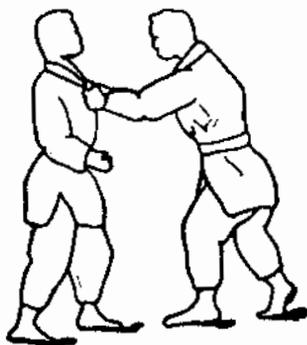
O Novo Manual de Educação Física (c21-20)

Histórico: — Após a última guerra mundial, a Educação Física assumiu tamanha importância que ficou patente a necessidade de uma revisão nos métodos de trabalho adotados, a fim de dar aos futuros combatentes, os recursos susceptíveis de fazê-los aptos a enfrentar os novos meios de combate utilizados pelos adversários em luta. Ainda mais, é de prever-se que a próxima guerra trará novas descobertas, visando, principalmente, o abatimento moral do adversário por meio de ações extremamente violentas tais que as armas atômicas e muitas outras surpresas



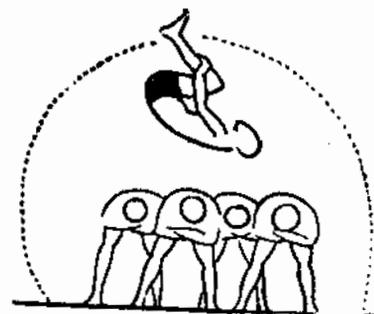
que a Física e Química poderão proporcionar-nos.

Em 1944, o Diretor de Ensino do Exército, Exmo. Sr. General GUSTAVO CORDEIRO DE FARIAS, determinou que a Escola de Educação Física



do Exército, encetasse os estudos necessários a adaptação do antigo Regulamento número 7, 3.^a parte, às necessidades impostas pela guerra que se findava.

No comando da Escola achava-se o Capitão NEWTON MACHADO VIEIRA, que com a cooperação do Major NEWTON FONTOURA DE OLIVEIRA REIS, confeccionou o an-



te-projeto do Manual de Educação Física Militar. O trabalho valioso do Capitão NEWTON MACHADO VIEIRA, transportado para o terreno da prática, foi sofrendo pequenas modificações, fruto das observações cuidadosas de um grupo de instrutores e monitores, entre os quais cumpre destacar os Capitães ANTONIO BARCELOS BORGES FILHO, DARCY PACHECO DE QUEIRÓZ, ARGUS LIMA, RUY PINTO DUARTE, VALMIKI ERICRSEN, EULÍDIO REIS DE SANTANA e Sargentos CUSTÓDIO BATISTA LOBO, HERIBALDO DE LAGOS LYRA, MOISÉS DE FIGUEIREDO, RAUL DE MENEZES, JOSÉ DA COSTA LIMA, FIDELIS CERQUEIRA CASSURIAGA, IVO IVAN DA COSTA

Foi a revelação do homem, feita, no século passado, como unidade biopsíquica, que impôs, definitivamente, a exigência do fortalecimento do corpo como base do vigor moral e intelectual.

A luz da ciência não se evidenciou, apenas, isto. Fomos além. Estudamos as diferenças essenciais entre a vida do homem moderno e primitivo demonstrando que, hoje, fatores sociais diversos, aumentando os prazeres e facilitando a vida, exercem influência profundamente nociva sobre o físico, com grave repercussão sobre o espírito.

Poderíamos citar um cortejo infinito de causas nefastas, como a subnutrição, as intoxicações, os esgotamentos etc., etc.. Uma delas, merece, pela sua curiosidade, menção especial: — a ausência de atividade muscular trazida pela máquina e pelo transporte mecanizado, fez com que alguém antevisse para daqui a alguns milênios, uma geração abastardada de ridículos anões.

Nos centros civilizados, como nos conglomerados amorfos dos povos primitivos, o homem está sujeito às mesmas leis naturais. A diferença é que, lá, as condições da vida e a luta para sobreviver, criam-lhe um ambiente de salutar contacto com a natureza, enquanto aqui conspira contra o civilizado o cortejo dos males atrás referidos.

O homem moderno, para sobreviver, tem de criar, artificialmente, para o seu organismo, pela cultura física racional, um substitutivo da ação das forças naturais que suprimiu com os requintes da civilização.

A humanidade deste século não pode aguardar, como suicida, que o destino se encarregue dessa seleção, como aconteceu com os povos primitivos, porque não há, no meio civilizado, ambiente propício dada a preponderância nele, dos fatores de desagregação física e espiritual apontados.

Volvamos a vista simples e fugaz, cultivemos cientificamente o corpo, criando-lhe, pela obediência aos pre-

ceitos modernos da educação física, o ambiente favorável que a natureza proporcionou aos nossos remotos antepassados, se não quisermos ter, de futuro, uma geração de homúsculos, em cujo cérebro a inteligência e a razão torna-se-ão, simplesmente, bruxoaleantes em função daquela inexorável lei de evolução progressiva e regressiva, a que estão sujeitos todos os fenômenos naturais.

O problema não é individual, pois, a ele está ligado, como vemos, o futuro da própria humanidade. Exige a cooperação e o entendimento de cada um, sob a supervisão do Estado, para que as gerações futuras não sofram, pela hereditariedade, as dolorosas consequências hoje apontadas pela ciência, como intensamente mutiladoras das energias físicas, morais e intelectuais.

Para a humanidade o fato constitui, pois, agudo problema de sobrevivência. Ou enfrentá-lo ou marchar, em época remota, para o progressivo aniquilamento.



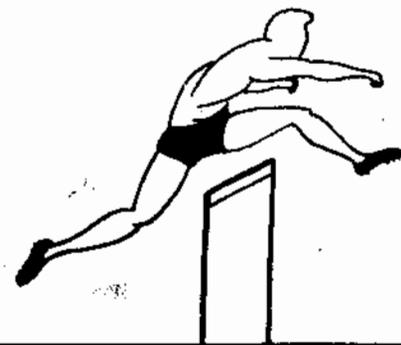
e outros, que sob a orientação do Capitão NEWTON MACHADO VIEIRA e depois do Tenente-Coronel SYLVIO AMERICO SANTA ROSA e o Major ANTONIO PIRES DE CASTRO FILHO, foram os propulsores e continuadores da obra de real valor que hoje norteia a preparação física e moral dos futuros defensores do solo pátrio.

Dado o vulto dos trabalhos e a necessidade de calcá-los seguramente na prática, alguns manuais, como os de Desportos coletivos aquáticos e terrestres e Desportos individuais, ainda não foram terminados. Os de Biometria, Ginástica Acrobática e Aplicações Militares estão praticamente terminados, dependendo, apenas, de impressão.

Descrição: — O novo Manual compõe-se de duas partes principais:

A primeira, referente aos princípios fundamentais do método adotado e a metodologia dos diferentes processos de trabalho a empregar. A segunda parte, denominada "Pedagogia Aplicada", em fase de impressão, refere-se a descrição dos exercícios analíticos e naturais, os mesmos existentes no Regulamento n.º 7, com pequenas modificações.

Os princípios fundamentais do Método da Escola de Joinville Le Pont não foram alterados. Todo o trabalho físico continua subordinado as "Regras Gerais de Aplicação", isto é, Grupamento dos indivíduos, Adaptação do exercício ao valor físico, Verificação periódica e Atração.



Os processos de trabalho foram ampliados, incluindo-se a GINÁSTICA ACROBÁTICA, as SESSÕES DE CORRIDA, de ATACAR E DEFENDER-SE e PERCURSO EM PISTA DE APLICAÇÕES MILITARES.

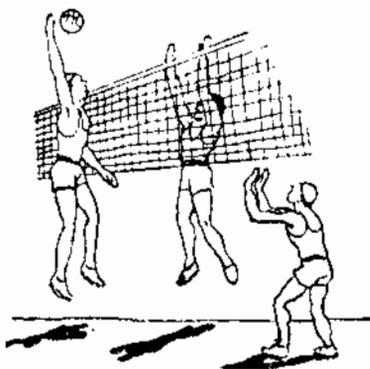
Vejamos cada um desses processos:

A GINÁSTICA ACROBÁTICA visa a obtenção de qualidades físicas e morais, a saber: Flexibilidade, equilíbrio, destreza, força muscular e resistência muscular. Desenvolve o sentimento de responsabilidade, destemor ao perigo, confiança em si próprio, camaradagem e espírito de sacrifício.

Divide-se em três partes: — GINÁSTICA DE CHÃO, EM APARELHOS E PIRÂMIDES.

A GINÁSTICA DE CHÃO é constituída de Exercícios de equilíbrio, Flexibilidade muscular e Resistência muscular.

A GINÁSTICA EM APARELHOS compõe-se de Exercícios de destreza, Força muscular e Resistência mus-



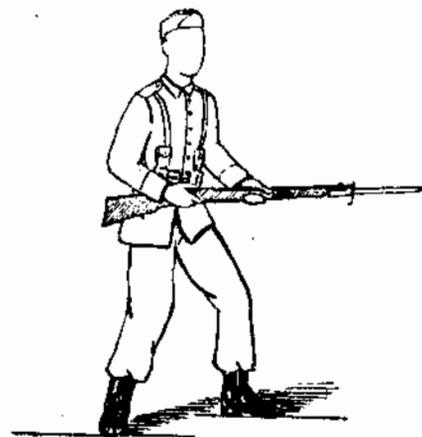
cular, visando particularmente a parte superior do corpo.

As PIRÂMIDES formam uma série de exercícios utilitários guerreiros e visam, particularmente, o espírito de coesão e emprego de todas as qualidades adquiridas com os dois processos de trabalho acima enunciados.

As SESSÕES DE CORRIDA são formadas, em sua parte principal, de percursos que variam, de 1000 a 4000 metros, em pista ou estrada e visam especialmente a resistência orgânica e força de vontade.

As SESSÕES DE ATACAR E DEFENDER-SE contêm golpes e ardis, empregados na Defesa Pessoal e visam a destreza, coragem, golpe de vista, rapidez de raciocínio e amor a luta.

O PERCURSO EM PISTA DE APLICAÇÕES MILITARES é o coroamento de toda a instrução do combatente e serve de teste para a verificação dos resultados alcançados durante o ano de instrução, constituindo objeto do denominado 3.º EXAME



FÍSICO, de que falaremos posteriormente.

O MANUAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA MILITAR (C — 21-20), fornece apenas orientação geral quanto aos processos de trabalho enunciados, deixando para os diversos Manuais, os detalhes metodológicos e a descrição dos diferentes exercícios. Assim, teremos os seguintes Manuais:

"MANUAL DE GINÁSTICA ACROBÁTICA", já descrito.

"MANUAL DE APLICAÇÕES MILITARES", compreendendo as Sessões de ATACAR E DEFENDER-SE, de PREPARAÇÃO DO COMBATENTE, de APLICAÇÕES MILITARES e PERCURSO EM PISTA DE APLICAÇÕES MILITARES.

"MANUAL DE DESPORTOS COLETIVOS TERRESTRES", compreendendo uma parte geral sobre metodologia do treinamento desportivo e o estudo do treinamento individual e de conjunto para os seguintes Desportos: Futebol, Bola ao cesto e Voleibol.

"MANUAL DE DESPORTOS COLETIVOS AQUÁTICOS", abrangendo o remo e o polo aquático.

"MANUAL DE DESPORTOS INDIVIDUAIS TERRESTRES", constan-



do dos seguintes desportos: Arremessos, Saltos e Corridas.

DIVISÃO DA INSTRUÇÃO — O novo Manual escalona a instrução em três períodos a saber:

PERÍODO DE ADAPTAÇÃO — Destinado a adaptar fisicamente os conscritos aos trabalhos da caserna. Além disso, esse PERÍODO dá oportunidade a formação de relações de amizade entre os recrutas, pelo que os grandes Jogos assumem a supremacia do trabalho. Este PERÍODO tem a duração de 1 (um) mês e durante ele é realizado o Grupamento dos soldados por meio da tomada de peso e da altura e determinação do biotipo por inspeção, tudo de acordo com o **MANUAL DE BIOMETRIA**. Em seguida tem lugar o 1.º **EXAME FÍSICO**, destinado ao conhecimento sumário, por parte dos instrutores, do valor físico de seus instruendos. Esse exame vem facilitar, por outro lado, a seleção dos homens que já apresentam trabalho físico anterior, os quais poderão iniciar as práticas desportivas desde logo, de modo que as seleções das unidades, possam organizar-se, o mais cedo possível, para as competições previstas no **CÓDIGO DESPORTIVO** do Departamento de Desportos do Exército.

O trabalho deste PERÍODO consta de **SESSÕES DE GINÁSTICA COMUM**, (Lições de Educação Física do Regulamento número 7), com as **SESSÕES DE ESTUDO** correspondentes e **SESSÕES DE JOGOS MILITARES**.

PERÍODO DE PREPARAÇÃO — Tem uma duração de 4 (quatro) meses e corresponde ao Período de Recrutas pelo R.P.I.Q.T.. Este PERÍODO é destinado a preparar os soldados para o trabalho mais intenso do período seguinte. Aqui, o instrutor que planeja o trabalho, deve estabelecer uma ordem de prioridade quantitativa das Sessões de Trabalho, a saber: Sessões de Ginástica Acrobática, Sessões de Ginástica Comum, Sessões de Atacar e Defender-se, Sessões de Corrida, Sessões de Preparação do Combatente e Sessões de Treinamento para o 2.º Exame Físico. Na primeira semana de cada mês serão feitas pesagens, visando a verificação das reações orgânicas, sofridas pelos instruendos, com a prática diária da atividade física.

Na 19.ª semana, isto é, na penúltima semana do Período de Preparação, tem lugar o 2.º **EXAME FÍSICO**, ou seja, um conjunto de provas práticas destinadas a verificar o resultado atingido pelos recrutas, em consequência do trabalho realizado. O

Manual C-21-20 estabelece as normas para execução dessas provas. Na 2.ª semana, isto é, na última semana do Período de Preparação, quando também, são realizados os Exames de Recrutas, tem lugar o **EXAME DE EDUCAÇÃO FÍSICA**, que se processará do seguinte modo: a mesma Comissão de Oficiais que examina os recrutas, verificará na reserva do Comandante da Sub-Unidade, em exame, toda a documentação referente à prática do trabalho físico, isto é, as fichas biométricas que deverão estar "em dia" em todos os seus itens, inclusive a escrituração da parte "Biotipo-etnológico". Para que a Comissão possa aquilatar os resultados obtidos, o Comandante da Sub-Unidade, deverá calcular a porcentagem de retardatários em Educação Física. Como ponto de partida para o julgamento desse resultado ficará estabelecido o seguinte critério: 40% ou mais de retardatários — conceito **MAU**.

Entre 30 e 40% de retardatários — conceito **SOFRÍVEL**.

Entre 20 e 30% de retardatários — conceito **REGULAR**.

Entre 10 e 20% de retardatários — conceito **BOM**.

Menos de 10% de retardatários — conceito **ÓTIMO**.

AUSÊNCIA TOTAL DE RETARDATÁRIOS — Excepcional.

Completando o julgamento da Sub-Unidade, todo o seu efetivo "em forma" deverá realizar uma prova de caráter utilitário, que o Manuel alvitra ser uma corrida de meio fundo ou fundo. Essa prova deverá ser preparada com a necessária antecedência

fixada pelo Comando, afim de que os locais disponíveis (pistas ou estradas), sejam distribuídos convenientemente para o caso da coincidência de dois ou mais exames no mesmo dia e à mesma hora, dentro de um regimento, por exemplo. A Comissão deverá assistir, pelo menos, a partida e a chegada, fixando-se um limite máximo de tempo para completagem do percurso, facilitando, assim, a constatação da percentagem dos retardatários nessa prova, o que dará uma idéia do grau de treinamento físico dos examinados.

Essa prova poderá, também ser feita, em caráter de competição, por toda a Unidade, estabelecendo-se prêmios à Sub-Unidade vencedora e computando-se, do mesmo modo, por meio da chegada em "funil", o número de retardatários de cada Sub-Unidade para efeito de julgamento parcial.

Findo o exame, a Comissão entregará ao Comando do Escalão superior os resultados gerais e o Comando na Unidade fará publicar, em Boletim, o Conceito relativo a cada Sub-Unidade, mencionando os "retardatários", os quais ficarão nessa situação, do mesmo modo que os recrutas que não satisfazem as condições previstas para o Tiro de Fuzil, etc., até que, pelo treinamento continuado através o Período seguinte, o homem realize as provas que o inhabilitaram, tornando-se em qualquer época, mobilizável, por solicitação, em parte, do Comandante da Sub-Unidade ao seu chefe imediato.

Continua no próximo número.