

# Centro Municipal de Preparação Física

Por decreto do Sr. Interventor do Distrito Federal, foi criado o Centro Municipal de Preparação Física. Entre outras finalidades, tem o referido Centro a de proporcionar aos servidores municipais, em horário que não colida com as obrigações dos cargos respectivos, a educação física racional e progressiva.

A prática dos exercícios físicos, dosados e graduados, visará favorecer o desenvolvimento físico e mantê-lo nas melhores condições possíveis; despertar e desenvolver o sentido da saúde e criar hábitos higiênicos; contribuir para formação e aperfeiçoamento de hábitos de disciplina social e qualidades morais como espírito de iniciativa e solidariedade, a confiança em si mesmo, o domínio dos nervos e o cavalheirismo, que constituem o espírito desportivo; estimular o desenvolvimento mental direta e indiretamente, educando os sentidos, o movimento, a atenção e rapidez do raciocínio e das decisões e melhorando as condições de saúde; melhorar as condições de fôrça, resistência física e vivacidade, aliada à perfeita harmonia de formas; estimular e regular as grandes funções orgânicas; enfim, proteger a saúde em todos os seus aspectos.

Para a prática dos exercícios físicos, serão todos os candidatos fichados segundo as mais perfeitas observações médicas e grupados homoganeamente, constituindo-se ainda turmas femininas e, eventualmente, turmas infantis formadas de filhos de funcionários municipais. Periodicamente, serão verificados os resultados obtidos pelos praticantes.

Os exercícios físicos serão constituídos de ginástica propriamente dita, educativos e aplicações, pequenos e grandes jogos.

Na parte masculina, serão culminados por jogos desportivos, desportos individuais, ataque e defesa, ginástica de aparelhos, natação, etc.

Na parte feminina, serão culminados por ginásticas especializadas, dansas e bailados.

Nas partes especializadas, só poderão praticar os candidatos que apresentem resultados e que metodicamente venham realizando os exercícios normais de suas categorias.

E', em resumo, o programa da secção técnica de Educação Física do Centro Municipal de Preparação Física.