

# OS EXERCÍCIOS FÍSICOS NO TEMPO E NO ESPAÇO

Gen. Jayr Jordão Ramos — Vice - Presidente da FIEP

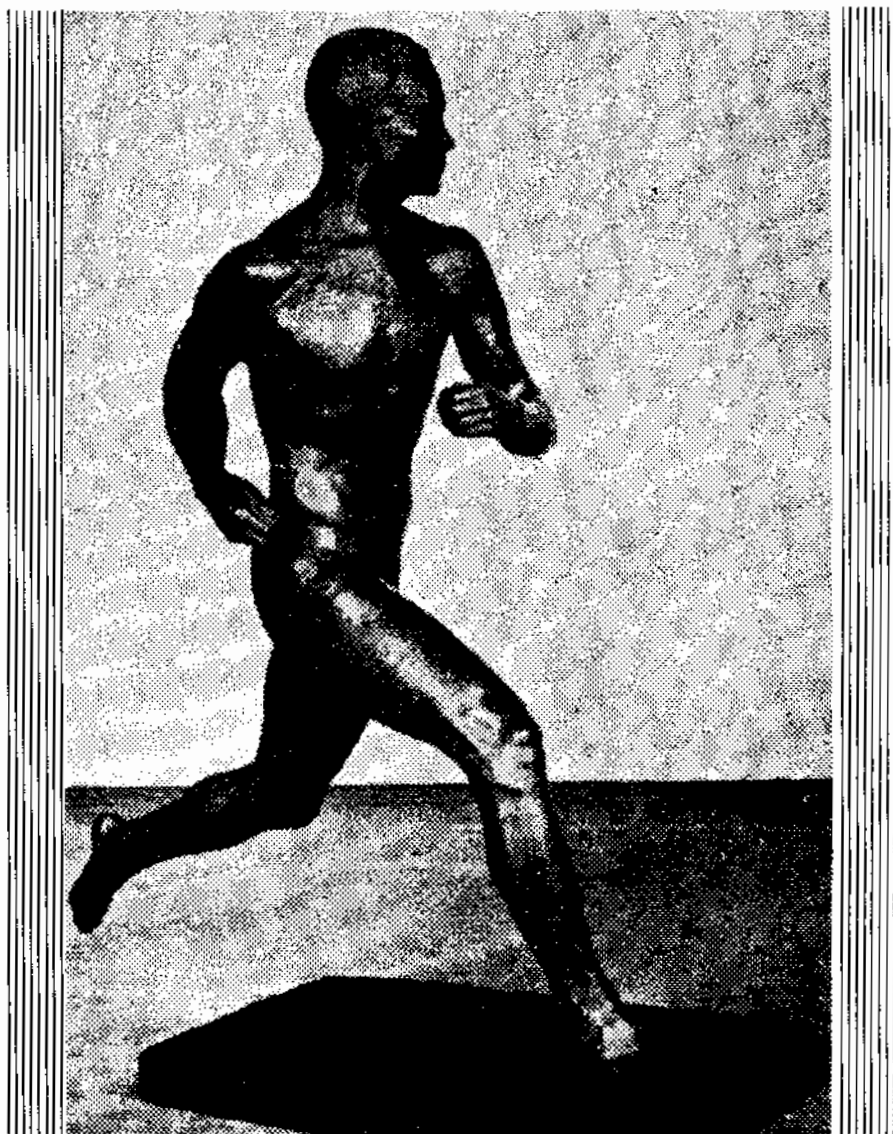
\* Neste artigo o autor dá continuidade ao tema, iniciado no número anterior (106). Da Pré-história à Idade Contemporânea, passando pela Antiguidade e Idade Moderna, o autor detém-se nos problemas atuais e nos rumos desta espetacular atividade que tem cativado o ser humano em todos os tempos: a Educação Física.

## IDADE CONTEMPORÂNEA

Os primeiros sistemas regulares de Educação Física, elaborados com certa ordenação e obedecendo a determinados princípios pedagógicos, apareceram a partir da segunda metade do século XVIII, com Basedow (1723-1790), Ling (1776-1839) e Amoros (1770-1848), dando importância aos exercícios ginásticos. Deles surgiram, na Europa Ocidental, três grandes movimentos doutrinários que, fechados em seus princípios e influenciados pelo fator político, persistiram em seus antagonismos até o II Grande Conflito Mundial, aproximadamente. Tais movimentos — do Centro, do Norte e do Oeste — tiveram seus principais centros culturais sediados, respectivamente, na Alemanha, Suécia e França. Com conceituação diferente dos sistemas citados manifestou-se na Inglaterra, devido ao pioneirismo de Arnold (1795-1842), a prática dos jogos desportivos.

Outros sistemas, enquadrados pedagogicamente, surgiram mais tarde, baseados em determinadas predominâncias como o exercício natural, o exercício construído, o desporto, a música e, ultimamente, a psicomotricidade.

Suplantando a ginástica, na atualidade, grande é o movimento desportivo mundial, nem sempre ajustado no quadro educacional, pelos aspectos de caráter profissional, político ou espetacular.



Nurmi, o atleta-símbolo do Sistema Finlandês, perpetuado no bronze, em Helsinque

## MOVIMENTO GERMÂNICO

A educação física germânica, inspirada nas novas idéias pedagógicas, especialmente de Locke e Rousseau, começou em 1760 com Basedow, e o filantropismo por ele criado. Além dele, na estruturação da doutrina, dentre outros educado-

res, tiveram atuação marcante: Guts-Muths (1759-1839), como notável pedagogo; Jahn (1778-1852), como fundador e animador da mais autêntica ginástica alemã de cunho patriótico; e Spiess (1810-1852), por sua luta tenaz em prol da introdução da ginástica na escola. Muito contribuíram também Salzmann (1744-1811), Vieth (1763-1836), o di-

namarquês Nachtegall (1777-1847), Arndt (1769-1860), Dürre (1796-1879), Massmann (1797-1874) e muitos outros.

No começo, as idéias de Guts-Muths alcançaram grande sucesso, mas os acontecimentos políticos dos séculos XVIII e XIX prejudicaram a generalização da ginástica por ele criada. O próprio termo *gymnastik* foi substituído.

*Dança folclórica sueca. Ao fundo, o Museu Nórdico: importante centro de pesquisas de história e da cultura do povo.*



Desfavorecido pelas circunstâncias, Guts-Muths foi ultrapassado por Jahn, exaltado patriota e verdadeiro criador da ginástica alemã, chamada *turnen*, uma forma de trabalho impregnado de conteúdo nacionalista.

Na Alemanha e nos países influenciados por sua cultura, por mais de um século, o sistema preferido foi o de Jahn, apesar das resistências encontradas. Rothstein (1810-1865), partidário dos exercícios suecos, enfileirou-se como um dos seus muitos opositores.

Jahn, conhecido como *Turnwater*

(pai da ginástica), é a figura mais representativa do movimento germânico, tendo em Eiselen e Friesen os seus melhores colaboradores e em Spiess, o grande continuador de sua obra, a que deu um caráter mais pedagógico.

Muito sofreu Jahn, quando viu o exército prussiano, cheio de belas tradições, ser esmagado por Napoleão em Iena e Auerstaedt. Sofrimentos que continuaram em face das contradições políticas de seu país, onde passou a ser perseguido por suas idéias de revanche.

Jahn, com finalidades e procedimentos diferentes, mantiveram-se durante muito tempo em campos contrários. Embora tenha sido maior a realização do *turnen*, houve épocas em que foi proibido, ficando mesmo fora da lei.

Durante o período nazista, dentro da doutrina de Jahn e da programação de Neuendorff, surgiu uma orientação das atividades físicas voltadas para o campo de batalha. Era a volta das idéias de Wagner e Nietzsche, defensores da superioridade racial do povo germânico expressa pelo emprego da força sobre a razão.

Após a queda de Hitler, surgiram outras orientações inspiradas em fórmulas mais humanas, pedagógicas e democráticas. Um intenso movimento de predominância musical e a ginástica natural austríaca, bastante empregados, ao lado do desporto e outras formas de trabalho, caracterizam bem os novos propósitos.

O casal Langlade, em seu excelente trabalho sobre ginástica, caracteriza bem a educação física moderna alemã, bastante variada nos processos empregados, e ligada a três ordens de manifestações: a artístico-ritmico-pedagógica, a técnico-pedagógica, e a desportiva.

A primeira tendência, a que chamaremos musical, foi nos tempos idos inspirada nos trabalhos de Noverre (1727-1809), Delsarte (1811-1871), Isadora Duncan (1878-1929) e sua irmã Elisabeth (1874-1948), Dalcroze (1865-1950), Laban (1879-1968), Mary Wigmann (1888-1974) e outros. Com caráter verdadeiramente educativo, ela teve o seu impulso inicial dado por Rudolf Bode (nascido em 1881). Tal orientação, consubstanciada na ginástica feminina moderna, tem na Medau Schule, obra de Henrich Medau (1890-1974), um centro de elevada prática. Presentemente, Hannebuth tem-se projetado por seus trabalhos originais. Outros lhe seguem as pegadas, apresentando trabalhos cheios de beleza e criatividade.

A tendência técnico-pedagógica, visando a uma educação pelo movimento, e evidenciando novo despertar das idéias de Guts-Muths, constitui cogitações de Gaulhofer-Streicher e esforços de implantação de Slama, Groll, G. Schmidt e outros. Na Alemanha Ocidental continua grande o movimento progressista, sendo numerosos os professores e treinadores de projeção internacional: Liselott Diem, August Kirsch, Jürger Dieckert, Shultz, Grube etc. Na Austria, como documentarista, é justo mencionar o professor Josef Recla.

A tendência desportiva, dentro de novos conceitos e realizando toda a sorte de pesquisas científicas, constitui ponto alto das atividades físicas nas duas Alemanhas.

Na medicina desportiva, tendo

O *turnen*, exercícios de força e energia, constituiu-se produto da cultura alemã, posto ao serviço de sua grandeza, causa e determinações. Era seu lema: **Vive quem pode — supressão dos fracos — ai dos vencidos.**

Mais tarde, procurando solução para o seu problema político de libertação, a Tcheco-Eslováquia, com o movimento dos Sokols idealizado por Miroslaw Tyrs, retirou da ginástica de Jahn muitos ensinamentos e práticas.

As ginásticas de Guts-Muths e

Herxheimer como vanguardeiro, uma gama enorme de médicos tem trazido luzes ao campo científico do treinamento, possibilitando-lhe os melhores resultados. Entre os novos, podemos mencionar: Reindell, Procop, Nöcker, Mies, Roskmann, Hollmann e Wartenweiller, este no campo da biomecânica.

### MOVIMENTO SUECO

Para bem compreendermos o movimento sueco, temos de partir da Dinamarca, onde se manifestou a idéia da ginástica como parte da educação geral. Nachteggall, ligado também ao movimento germânico, foi um dos precursores das atividades nórdicas, professor que foi de Ling, fundador da ginástica sueca.

Ling (1778-1839), poeta e educador, é nome inconfundível no campo dos exercícios corporais. Sua obra — **a Ginástica Sueca ou de Ling** — evoluiu extraordinariamente, constituindo hoje em dia, apesar do largo desenvolvimento desportivo, verdadeiro monumento educacional. Dispensou atenção especial aos exercícios livres ou segmentários, e deu à sua ginástica um sentido formativo e higiênico.

Para realização das atividades ginásticas, imaginou Ling um sistema constituído de quatro divisões principais: pedagógica, médica, militar e estética. Porém acionou, de preferência, as duas primeiras modalidades, estabelecendo para elas princípios definidos.

Em 1808, sob a influência de Ling, a Suécia deu os primeiros passos no estabelecimento da ginástica escolar. Prosseguindo nos seus esforços, em 1813, fundou o célebre Instituto Geral de Ginástica (CGI), transformado nos últimos anos em Escola Superior de Educação Física e Desportos. Tal estabelecimento, por muitos anos, serviu de modelo para organizações congêneres.

Com a morte de Ling, o sistema sofreu certa estagnação e dogmatismo, ficando a ginástica em certas épocas, reduzida a exercícios corretivos, benéficos sem dúvida, mas incompleta dentro de uma educação física geral. Os males apontados foram, pouco a pouco, sendo corrigidos, destacando-se nesse trabalho, além do pessoal do Instituto, alguns professores de nomeada, geralmente conhecidos como inovadores.

Deixando de lado os mantedores da tradição lingiana, embora com propósitos de aperfeiçoamento, surgiram alguns espíritos revolucionários, verdadeiros construtores de uma nova ginástica sueca, nos seus diferentes aspectos. Entre professores e homens de ciência, suecos e não-suecos, são dignos de menção: Zander (1835-1920), Viktor Balck (1844-1928), Frode Sandolin, Müller (1866-1938), Elin Falk (1872-1942), Eli Björkstén (1870-1947), Niels Bukh (1880-1950), Lindhard, Thulin

(1875-1965). Muitos dos citados constituíram sistemas próprios ou difundiram novas idéias científicas ou práticas, apesar da resistência dos tradicionalistas. Niels Bukh criou novas técnicas para os exercícios segmentares, dando-lhes energia e movimento. Lindhard e Thulin foram notáveis ecletistas, respectivamente, nos campos da Fisiologia e da Pedagogia.

Thulin merece maiores esclarecimentos, por ser a mais importante personalidade da escola sueca depois de Ling. Com seus estudos teóricos sobre os movimentos em geral, a incorporação do ritmo e da música na educação física da mulher, a introdução de testes na verificação dos resultados ginásticos, a organização de campos e cursos internacionais, e a exploração das sessões estoriadas nas práticas infantis, Thulin tornou a ginástica mais atraente, colocando-a no seu verdadeiro lugar, como meio poderoso de revigoração físico e de educação integral.

O aperfeiçoamento da ginástica sueca não estagnou nos inovadores mencionados. Outros, no decorrer dos anos, trouxeram suas contribuições, através dos trabalhos de Maja Carlsquist, Hilma Jalkanen e Tora Amylong.

Fora do círculo nórdico, a ginástica sueca manteve-se durante muito tempo presa à tradição. Mas, na Suécia sobretudo, o sistema evoluiu no sentido de maior ecletismo, começando a aparecer uma série de tendências novas, tais as contribuições da Ginástica Olímpica, da Ginástica Natural Austríaca, das práticas lúdicas e recreativas, dos exercícios naturais de Hébert e de vários sistemas não-lingianos da Ginástica Moderna, principalmente na parte feminina.

No campo da investigação científica, além de Christensen que brilhou na fisiologia do esforço, no momento dois fisiologistas suecos são justamente apreciados: Astrand e Saltin.

Com espírito aberto, os seguidores deste movimento continuam os seus esforços para descobrir outras aplicações da ginástica, a fim de adaptá-la às necessidades dos praticantes.

Procurando ser sintético, muito deixamos de informar sobre a análise do método sueco no campo da ginástica médica, da ginástica para todos, da ginástica voluntária, da ginástica de pausa e, sobretudo, dos sistemas neo-suecos.

### MOVIMENTO FRANCÊS

Para estudo deste movimento, que constitui ponto de partida doutrinário da educação física brasileira, teremos de considerar as figuras e métodos de Amorós, Demeny, Hébert, e as doutrinas do chamado Método Francês e da Educação Des-

portiva. Em todos estes sistemas militaram múltiplos campos de pensamento, de ação, de interesse ambiental e de orientações específicas.

Amorós (1770-1840), espanhol naturalizado francês, teve sua atuação bastante ligada ao exército. Foi técnico brilhante e pedagogo perspicaz, fundamentando sua ginástica nos conhecimentos da natureza humana e na análise do movimento. Escreveu o primeiro regulamento militar de ginástica e fundou, em Paris, um instituto especializado. É considerado o criador da escola amorosiana, alicerce de sistematização da educação física francesa. O seu método tinha em mira o desenvolvimento das qualidades físicas, o aumento da energia e a exaltação das qualidades morais.

Demeny (1850-1917), analista notável e investigador incansável, foi colaborador do fisiologista Marey (1830-1904) e continuador dos seus trabalhos. Publicou numerosas obras de alto valor, fez severas críticas ao método sueco e lançou as bases de uma educação física francesa essencialmente eclética e realizada através de movimentos completos, arredondados e contínuos, dentro da máxima economia de forças. Preconizou também a ginástica feminina com acompanhamento musical.

Georges Hébert (1875-1957), oficial da Marinha e criador do método natural, concebido na melhor filosofia e tradição de Rousseau. Escreveu muitas obras técnicas, entre elas a **Educação Física, Viril e Moral pelo Método Natural**. Pregando o retorno à natureza, criou um sistema higiênico e pleno de utilitarismo. Convencido do valor global do exercício, condenou o procedimento analítico na aprendizagem.

O Método Francês teve origem na Escola de Joinville-le-Pont, fundada em 1852, que contou de início com a colaboração de Napoléon Laisné, discípulo de Amorós. Lagrange, Demeny e Boigey cooperaram na estruturação do sistema, cuja codificação apareceu em definitivo, em 1927, com a publicação do **Regulamento Geral de Educação Física**. Introduzido no Brasil, foi difundido durante muitos anos, de maneira sistemática, em todos os recantos do território nacional.

No mundo inteiro, mesmo entre autores qualificados, existe confusão entre os Métodos de Hébert e o Francês, como se fossem um só. São duas doutrinas distintas, embora a classificação dos exercícios do último método, em famílias, tenha sido inspirado em Hébert que, por sua vez, buscou ensinamentos em Amorós, sem dúvida influenciado pelo jovem **Gargantua** de Rabelais.

A Educação Desportiva, filosofia surgida no pós-guerra, constitui aspecto interessante de trabalho es-

triturado pelo Instituto Nacional de Desportos (INS), organizado no local da velha Escola de Joinville-le-Pont. Teve em Maurice Bacquet e Listello figuras de primeiro plano. Procurando substituir o exercício feito por obrigação pelo executado com prazer, foram estabelecidas duas etapas para a realização progressiva e prática das atividades físicas: iniciação desportiva e treinamento generalizado.

Embora adepto da sueca, Phillipe Tissé (1852-1935) exerceu importante papel na educação física francesa. Foi também apóstolo dos jogos, das atividades ao ar livre e do desporto educativo. Os seus admiráveis pensamentos são ainda hoje lembrados pela profundidade dos conceitos neles contidos.

No movimento francês, na época das sistematizações e com concepções diferentes, três professores são dignos de menção: Clias, Triat e Paz.

Hoje há novas concepções com Le Boulch (líder da psicomotricidade), Parlebas (líder da sociomotricidade), Riaux, Seurin e outros.

#### MOMENTO DESPORTIVO MUNDIAL

Nos séculos XVIII e XIX, surgiu na Inglaterra um movimento, conhecido por **cristianismo muscular**, do qual o incentivador máximo foi Thomas Arnold (1795-1842), diretor do Colégio de Rugby. Foi Arnold grande pioneiro dos jogos educativos e exercícios desportivos donde resultou apreciável parte dos desportos atuais, embora suas origens, em princípio, venham dos tempos de antanho. Ele integrou o Desporto no quadro pedagógico, dando-lhe extraordinária importância.

Ajudado por outros professores, Arnold fomentou a prática das atividades físicas, cujo aspecto recreativo foi animado de preocupações de ordem pedagógica, moral e social. A ação educativa, definida por **fair-play** ou jogo limpo — assentado no respeito do indivíduo por si próprio — recorda a cortesia e a honra do verdadeiro cavalheiro. Ele traduz honestidade e integridade na competição, modéstia na vitória e serenidade na derrota.

Lamentavelmente, pelo fato de ser a vitória considerada cada vez mais importante, o desporto de competição tem-se modificado bastante, a ponto de atingir os fundamentos do **fair-play**.

Herbert Spencer (1820-1903), filósofo inglês, considerava a educação que desprezasse o valor físico como espécime fóssil. Ademais, ressaltava a importância do desporto sobre a ginástica.

Hoje o Desporto é um fato social que, sem medo de errar, caracteriza o nosso tempo. Em alguns países, constitui quase a totalidade da educação física, sendo o espírito de competição fator de interesse,

constantemente utilizado como alicerce do trabalho.

Por influência inglesa, os Estados Unidos, sobretudo no meio universitário, têm no Desporto o seu meio principal de prática das atividades físicas. Tal é o gosto pela sua execução que muitos, criados no meio norte-americano, têm larga aceitação mundial: beisebol, basquetebol, solftbol e outros. O futebol americano é uma adaptação violenta do rugby.

No círculo dos países eslavos e magiar, foram fracas as iniciativas semelhantes aos movimentos estudados. Atividades físicas sempre existiram, sobretudo entre os húngaros, povo de tradição milenar na prática dos desportos. No campo educacional, no entanto, os primeiros passos foram ditados pelos métodos de Ling e Jahn.

Hoje a situação é diferente. No países da área socialista, os exercícios físicos foram introduzidos na ideologia marxista-comunista, sendo as empresas responsáveis pela difusão dos desportos. Da União Soviética partiu a indicação do caminho: "Para o desporto de massa, para os recordes". De fato, brilhante tem sido o resultado, não só nela como nos seus satélites.

Partidário do desporto de competição, Pierre de Coubertin (1863-1937), com a ajuda de alguns amigos, restaurou os Jogos Olímpicos, em Atenas. Adotou como lema as palavras latinas: **Citius, Altius e Fortius**, significando "mais veloz, mais alto e mais forte".

Coubertin era uma humanista, um educador. Ele sentia que com a competição, além do valor físico, é possível adquirir qualidades morais, e viu através do ideal olímpico a formação do homem integral. Referindo-se a ele, diz Piernavieja del Pozo, insigne professor espanhol: "atrás de sua diminuta figura, ocultava-se a inteligência de um sábio, o coração de um herói e a energia de um gigante, tudo temperado pela serenidade do filósofo e a clarividência do pedagogo". É a figura máxima da história contemporânea do Desporto e um dos grandes benfeitores da Humanidade. Sua filosofia assentou-se no espírito grego, no ideal da cavalaria e no interesse desportivo inglês, objetivando a promoção da fraternidade internacional.

Para as competições de alto nível, tendo em vista o máximo rendimento, na busca de melhor resistência orgânica, potência muscular e outras qualidades físicas, ao lado da técnica e da tática, foram criados numerosos sistemas de preparação desportiva: **Sistema Finlandês** (Lauri Pihkala), **Fartelek** (Gösser Holner), **Interval-Training** (Gerschler-Reindell-Rosk-mann), **Circuit-Training** (Adamson-Morgan), **Power-Training**

(Raoul Mollet), **Cross Promenade** (Raoul Mollet), **Marathon-Training** (Lydiard), **Contração Isométrica** (Hettinger, Müller, Bob Hoffman e outros), **Weight-Training** (Bob Hoffmann e outros), **Trabalhos Aeróbicos** (Dureyckov-Fruktov), **Altitude-Training** (Lamartine), **Aeróbicos** (Cooper), **Time-Lauf** (Stampfl), **Sistema dos Pontos Fortes** (Mihaly Igloi), **Método de Cerruty** etc. De modo geral, cada sistema é específico para desenvolvimento de certas qualidades. Mas, hoje em dia, o treinamento é total: age-se planejadamente e de maneira ordenada sobre todos os aspectos psicossomáticos do atleta. Ao lado dos sistemas, além da **medicina desportiva**, existe o chamado **treinamento invisível** (preparo psicológico, questão da alimentação, melhoria dos hábitos e sistema de vida, cuidados de revigoração, adaptação e emprego adequado das horas de lazer). Numerosos homens da ciência têm contribuído, cada vez mais, para a melhoria do desporto competitivo.

De tudo exposto, uma coisa é certa: não há um único sistema de trabalho a empregar pois muitos caminhos conduzem ao sucesso. O treinamento age, na atualidade, de maneira eclética, mas sente-se a influência de quatro movimentos específicos, baseados nas atuações: da União Soviética e seus satélites, dos Estados Unidos, da Europa Ocidental e do mundo asiático.

#### CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dos fatos relatados, de maneira sintética e progressiva, procuramos posicionar as atividades físicas no tempo e no espaço.

Partindo de priscas eras, expressamos o sentido utilitário, ritual e recreativo do exercício físico nas civilizações primitivas. Sem pormenores, comentamos algo sobre o passado desportivo dos povos do Oriente e dos indígenas americanos. Contrastando a diferença, ressaltamos a grandeza da palestra grega e o espetáculo sangrento do circo romano. Marcando uma parada ao progresso, ficamos desolados diante do quadro medieval, apesar do valor moral do cavaleiro. Com a revolução cultural renascentista, motivada por geniais precursores, sentimos o retorno dos preceitos de uma educação física humanista. Sem excesso de dados doutrinários, mostramos as principais sistematizações, criando unidades de trabalho físico, no Centro, Norte e Oeste da Europa, e na Grã-Bretanha. Como corolário, tratamos do olimpismo e atingimos os tempos atuais com o nosso pensamento voltado para o futuro.

Na realidade, pouco foi exposto, mas o conjunto do trabalho, encaixando os acontecimentos, permitirá ao leitor, diante de certas considerações, refletir sobre o assunto e

dele retirar suas próprias conclusões, para melhor compreender os fatos das atividades físicas nas situações presentes e futuras.

No atual mundo em transformação, marcado por uma civilização intelectualista e tecnológica, além da explosão demográfica e da violência, da fome e da poluição, numerosos outros problemas constituem um atentado permanente à saúde do homem, e faz surgir a questão da defesa do seu todo psicossomático.

Não temos dúvida de que nas atividades físicas, sobretudo no desporto, como fator de equilíbrio, está parte apreciável das medidas salvadoras.

Estamos no século do homem "sentado". Ortega y Gasset (1883-1957), filósofo espanhol, escreveu com muita propriedade que "a sociedade moderna industrial está ameaçada de perder a sua vitalidade". A diminuição das horas de trabalho e conseqüente aumento da folga, se não consideradas no presente momento, constituirão, em futuro próximo, sério problema social de grande complexidade e de difícil solução. As horas de lazer, quando mal aproveitadas são grandes inimigas do homem. Diz bem o adágio popular, na sua sabedoria, que a "ociosidade é a fonte de todos os vícios".

O corpo humano é formado para a ação muscular e não para o repouso excessivo. A sociedade moderna, destruindo cada vez mais sua movimentação e trabalho, tem de buscar exercitações compensadoras, a fim de assegurar o equilíbrio pessoal de seus componentes. Astrand, fisiologista sueco de alto gabarito, costuma salientar que a boa conduta física é imprescindível tanto para a vida diária e profissional como para o êxito desportivo. A educação física deve ser permanente, desde a infância à velhice, por meio do exercício adequado de valor formativo ou de conservação.

O exercício corporal, na busca da condição física geral, necessita, para ministrá-lo, de professores qualificados, capazes de considerar o homem como unidade psicofísica indivisível. A saúde terá valor significativo, mas o apuro das qualidades físicas, morais e sociais constituirão objetivos a alcançar no esmero da formação integral do indivíduo. Tais são as metas atuais da Educação Física.

Deve ser procurado o gosto pelo esforço físico e o sentido de vida social, a fim de se conscientizar o indivíduo para cooperar com os seus semelhantes e, em particular, participar da luta contra os grandes males sociais, tais como a fome, a polui-

ção, o terrorismo, o alcoolismo, o tóxico, a pornografia, a marginalidade etc.

Dentre as considerações acima, para todos os educadores, treinadores e dirigentes desportivos, na nossa opinião, há na atualidade cinco documentos básicos, dignos de apreço e reflexão: o **Manifesto Mundial de Educação Física** (FIEP, 1971), o **Manifesto Sobre o Desporto** (UNESCO-CIEPS, 1965), o **Discurso de René Maheu** (XX Olimpíada — Congresso Mundial da Ciência do Desporto, Munique, 1972), o **Informe Final da Conferência de Ministros e Dirigentes do Desporto** (UNESCO, Paris, 1975) e o **Manifesto do Fair-Play** (CIEPS, 1976). A UNESCO acaba de lançar, como havia prometido, a **Carta Internacional de Educação Física e Desporto**, onde estabelece que a prática das atividades físicas é um direito fundamental de todos.

Após a Conferência de Ministros, o Conselho da Europa, entidade de pregação educacional ligada à UNESCO, lançou pequeno trabalho de divulgação: a **Carta Européia do Desporto Para Todos** (1975). Do ponto de vista humano e social, as atividades físicas devem interessar as massas populacionais, através de uma prática generalizada. É um documento válido, mas cheio de lugares comuns e falhas quanto ao rumo ▶

do atual desenvolvimento desportivo mundial, sobrecarregado de imperfeições do ponto de vista educacional. No dizer de Cagigal, filósofo do Desporto, melhor seria que o documento firmasse primeiro uma verdadeira teoria sobre a questão e, em seguida, estabelecesse os preceitos do **desporto para todos**.

Em todo o mundo, o **desporto para todos**, prática de massa, ganha terreno, constituindo-se sinônimo de educação física permanente. Ele poderá salvar o Desporto, conservando a sua alegria, benefícios e valores em geral.

experiência, prestígio e espírito de cooperação. Além do Comitê Olímpico Internacional (COI), das Federações Desportivas Internacionais (FIS), da Federação Internacional do Desporto Universitário (FISU) e de muitas outras, todas cuidando do desporto de competição, há uma infinidade de organizações culturais, educativas e científicas das atividades físicas em geral, embora algumas cuidem, concomitantemente, das práticas competitivas. Entre tantas, cumpre ressaltar: o Conselho Internacional de Educação Física da UNESCO (CIEPS), a Federa-

ção seja em nível universitário e seu espírito aberto a todas as doutrinas teóricas e pedagógicas. Passou-se o tempo do empirismo e dos adestramentos.

Hoje em dia, sem se prender a sistemas na organização do trabalho, usando de didática própria e entrosando-se com o aluno, deve o professor acompanhar os progressos de sua profissão. Ele decide o que pretende ministrar, atuando com criatividade e de acordo com os seus conhecimentos, possibilidades materiais, tendência pedagógica e desportiva, convicções e vantagens dos exercícios escolhidos, procurando formar para um mundo novo, homens adaptáveis e não adaptados. Homens que, ao lado de forte personalidade, capacidade de ação e espírito desportivo, apresentam mente sadia, desejo de cooperação, corpo vigoroso, e caráter firme, resoluto e nobre. Equilíbrio entre o espírito e o corpo, entre a afetividade e a energia, entre o indivíduo e o grupo, no dizer de um pensador. Desportistas que, no dizer de Karl Diem, notável professor alemão e gigante do Olimpismo mundial, sejam: "soldados da evolução, da ética e de uma Humanidade melhor".

Há necessidade de o professor se conscientizar, durante sua formação, de que a realidade da educação física não se limita a um simples trabalho físico, de maior ou menor intensidade, mas que ela implica adequado comportamento e modo de vida. Procurará criar uma mentalidade desportiva nos praticantes, contribuindo assim para evitar a violência que, no momento e mundialmente, domina nos jogos. Ele será preparado, como líder e educador, para agir dentro e fora da escola, pois várias serão as suas tarefas: alunos de várias idades e sexos, ati-



*Anualmente, nas férias escolares, mais de mil crianças fazem Educação Física e recreação na Escola de Educação Física do Exército (Rio de Janeiro) e em outras escolas e corpos de tropa, onde funcionam Colônias de Férias.*

Além dos documentos mencionados, é importante ressaltar o atual movimento de editoração de assuntos desportivos e afins. Destaca-se, em particular, o papel das publicações periódicas na difusão das atividades físicas. Elas são numerosas e aparecem com regularidade. A maioria trata de matérias gerais, mas existem umas tantas cuidando, particularmente, de certos aspectos de sua problemática: ciências aplicadas, cultura física, desporto específico, ginástica voluntária, medicina desportiva, olimpismo, pesquisas biológicas e pedagógicas, educação física escolar, treinamento desportivo de alto nível, treinamento físico militar, trabalho e lazer do trabalhador. A revista espanhola **Citius, Altius, Fortius**, sem dúvida, no campo da História, a melhor publicação mundial no gênero.

A colaboração internacional em Educação Física e Desportos, visando à fraternidade mundial e ao intercâmbio de conhecimentos, impôs a criação de organismos constituídos por pessoas responsáveis pela sua

ção Internacional de Educação Física (FIEP), a Federação Internacional de Medicina Desportiva (FIMS), o Conselho Internacional de Saúde, Educação Física e Recreação (ICHPER), a Associação Internacional das Escolas Superiores de Educação Física (AIESEP), a Associação Internacional de Recreação (IRA), o Conselho Internacional de Desporto Militar (CISM), a Associação Internacional de História de Educação Física e Desportos (HISPA), a Liga Internacional de Ginástica Moderna (LIGM) e a Associação Internacional de Educação Física e de Desporto Feminino (AIEPSF).

Desde a velha Grécia, sente-se enorme afinidade entre cultura e desporto, duas fontes do mesmo humanismo, na apreciação feliz de René Maheu. Ambas procedem da mesma origem: o lazer. Na realidade, são duas culturas que se entrelaçam — a do espírito e a do corpo, a do pensador e a do atleta.

O professor de Educação Física necessita ter uma cultura sólida; mais do que técnico, deve ser educador, embora suas funções sejam múltiplas nos diferentes setores sociais. É indispensável que sua for-



*Desportos e Cultura: um aspecto do magnífico Museu do Desporto de Praga, Tcheco-Eslôvquia.*

vidades para deficientes físicos e mentais, desportos para todos, competição de todos os níveis, pesquisas e testes de avaliação, administração de clubes etc. Ademais, é preciso que tenha tanto prestígio quanto os demais professores, qualquer que seja o meio cultural onde atue.

Ainda quanto à formação cultural do professor, desejamos expressar a nossa perplexidade diante do fato de ter sido abandonado, de modo geral, o estudo da História dos Exercícios Físicos nas escolas brasileiras especializadas. Em um país de clubes, a Administração Gerencial, assentada na administração de empresa, é outra disciplina que se impõe em nova estruturação curricular. Também não se compreende a inexistência de estudos de Filosofia e Sociologia desportivas, indispensáveis na formação das teorias da Educação Física e do Desporto.

A investigação científica e tecnológica alcançou em muitos países largo desenvolvimento, mormente no campo desportivo de alto nível. A pesquisa no campo escolar tem progredido mais lentamente. Em ambos os casos, é preciso que os especializados em Educação Física e Desporto se interessem por ela e tomem conhecimento dos resultados para aplicá-las, quando julgadas válidas.

A Medicina Desportiva vem-se desenvolvendo de maneira expressiva, penetrando no campo da Fisiologia, da Biotipologia, da Patologia, da Traumatologia e da Terapêutica, observando o indivíduo sobre os pontos de vista estático e dinâmico, diante das variadas agressões que ele sofre, sobretudo nos treinamentos e competições de alto nível, onde deve ser apreciada, particularmente, a questão do *stress*.

Os testes de avaliação do esforço tem largo emprego hoje em dia, sobretudo no campo médico-desportivo. Entre numerosos, podemos ressaltar: o do ciclo-ergômetro, o do tapete-rolante, o anaeróbico de Margaria, o de Mustrand-Rhyning, o de Lutenov, etc. Na educação física escolar e de massa destacamos, entre muitos, testes menos sofisticados e mais usados: o de Ruffier, Pachon-Martinet, Ruffier-Dikson, Havard, Lartigue, Faulkes e Cooper.

Reportando-nos aos sistemas ginásticos estudados, oriundos das ordenações operadas, principalmente nos meios germânicos, sueco e francês, cumpre evidenciar que, de aperfeiçoamento em aperfeiçoamento, nenhum deles permaneceu absolutamente puro. No decorrer do tempo, uns influíram sobre os outros, adquirindo todos, sem exceção, um caráter universal e maior desportividade. O Desporto, na atualidade, comanda o campo das atividades físicas.

De modo geral, integradas na pe-

dagogia, como já foram expressas, há cinco predominâncias nas atividades físicas: natural, médica, musical, psicomotriz e desportiva. Todas partiram do exercício natural, adquirindo novas expressões no decorrer do tempo. Do apoio da cultura do movimento espontâneo, surgiram tais tendências que caracterizam, com maior ou menor intensidade, os diferentes programas de trabalho. Todas agem na busca da motivação humana e de um desenvolvimento físico e harmonioso.

O termo "educação física" não mais satisfaz aos educadores e treinadores. Mais de sessenta denominações foram tentadas sem êxito. Possivelmente será substituído, em futuro próximo, por outro mais adequado, abrangendo o total dos seus atuais objetivos: atividade escolar, condicionamento do indivíduo, treinamento desportivo e animação do lazer. Tudo leva a crer que a palavra *desporto*, evoluindo na sua semântica, será o vocábulo do futuro. Na Alemanha Ocidental, por exemplo, numerosas são as instituições que já o estão adotando. O Instituto de Educação Física tornou-se Instituto de Ciência do Desporto, justificando a iniciativa com sólida argumentação pedagógica e social.

Ao lado da nova denominação, já quase consagrada, temos de estabelecer uma terminologia precisa, clara e universal, a fim de facilitar a comunicação e compreensão do ensino e prática dos exercícios corporais. "As principais causas dos nossos erros", dizia Flaubert, "vêm quase sempre do mal emprego das palavras."

Em toda parte, apesar de certa insegurança no rumo, existe um sopro de progresso nas atividades físicas. É necessário muito cuidado com as modernas idéias e sistemas que, de quando em quando, são lançados a pretexto de rendimento, criatividade e originalidade. Tais idéias, procurando substituir coisas do passado, nem sempre têm valor real e comprovado. Modernização nem sempre é sinônimo de aperfeiçoamento e progresso.

O desporto popular, realizado de maneira voluntária, ocupa lugar de vanguarda na prática mundial dos exercícios físicos. Pode ser enquadrado no movimento do *desporto para todos*, capaz de conduzir à prática permanente, à melhoria do clima social e às condições individuais de higiene.

Na escola, ao lado do *desporto*, verdadeiro estilo de vida da sociedade moderna e agente fundamental da educação física, os exercícios da ginástica natural e neo-sueca são os da preferência dos professores.

A ginástica moderna (Bode, Medau, Hannebuth e numerosos outros inovadores dos nossos dias), as danças folclóricas, o *jazz-ballet* (Beckmann e outros) e a dança mo-

terna constituem contribuições de tendências rítmicas, que motivam bastante a juventude. Outras orientações são seguidas, aqui e ali, no mundo atual: a Ioga, o Za-Zen japonês (trabalho de relaxamento e concentração), a Calistenia, o *Circuit-Training*, os Aeróbicos de Cooper, a Contração Isométrica, a Ginástica Voluntária, a Ginástica Corretiva, a Psicomotricidade, os programas canadenses 5 BX e 10 BX, a Ginástica de Pausa, o Cong-Fou ocidentalizado, o Jopping, a Corrida de Orientação e outras formas de cunho ginástico-desportivo marcam um verdadeiro interesse na prática dos exercícios físicos.

As danças folclóricas e certos exercícios tradicionais, reconhecidos pelo seu valor educacional, na certa não serão prejudicados pela obsessão provocada pelo desporto competitivo. Seria lamentável se na Índia, por exemplo, desaparecessem os exercícios ginásticos do Mallakamb e as suas admiráveis danças cheias de força, recreação e religiosidade.

A Psicomotricidade, modelo intelectualizado da prática de Educação Física, apesar de apresentar elementos bastante válidos sobretudo para as crianças, jamais constituirá forma de trabalho de alta aplicação, pois considera o movimento como manifestação incompleta da conduta humana. De fato, junta-se à Educação, mas não se integra nela totalmente, sendo insuficiente do ponto de vista social. Tem no Dr. Le Boulch o seu paladino no campo teórico, não se preocupando suficientemente com o desporto e o trabalho manual. Presta-se a toda sorte de especulações e ficará no mundo dos iniciados, não podendo substituir de maneira completa a educação corporal de massa, que procura, de maneira contínua, tornar-se mais aberta e universal. Ela traz, sem dúvida, o seu contingente de cooperação e as modernas obras a ela se referem constantemente. Achamos que os professores devem conhecê-la para melhor atuar nos seus trabalhos e na compreensão dos rumos futuros da Educação Física, marcada pelo aumento de sua socialização. Deve ser dada ênfase às atividades físicas da vida em geral, fato imposto pelo apuro da formação do homem novo, no campo da Educação.

Na vida social, com o tempo, as atividades físicas ganharão importância crescente. Ligadas à produtividade, na certa surgirão novas formas de trabalho, a fim de melhor capacitar o homem para que se realize de maneira integral. No próximo século, sem dúvida, além de grande competência politécnica e habilidade prática, o homem deverá ser moralmente qualificado e bastante consciente, resolutivo, forte e resistente. ▶

O grande movimento humanista da atualidade, de base filosófica e educacional, criado para intensificar a atividade física espontânea é o *Desporto Para Todos*. Ele representa, de maneira democrática, algo de muito importante quanto às necessidades humanas de relaxamento de tensões, comunicação, solidariedade, participação e expressão. E o desporto entre amigos e familiares, o desporto-jogo, o desporto-lazer, o desporto de massa populacional. Tem elevado valor formativo-educativo e recreativo e pode ser continuado, devidamente dosado, durante toda a vida. Todos devem praticá-lo, inclusive os deficientes físicos, mentais e sociais.

Na Alemanha Ocidental, esse grande movimento, inicialmente conhecido pelo nome de 2.<sup>a</sup> Via de massificação desportiva, hoje é conhecido como *Trimm*, cujo lema é expresso pelos dizeres: "Em forma, graça ao desporto". Igualmente, na Grã-Bretanha, Holanda, Bélgica, Luxemburgo e países nórdicos cresce o interesse por tal forma de desenvolvimento corporal, criado com elevados propósitos sociais.

A *mass-media* norte-americana e os países socialistas, dentro de conceitos diferentes, estão também empenhados na prática dos *Desportos Para Todos*.

A ginástica voluntária também tem seus adeptos em numerosos países. É um meio de alto valor da Educação Física, bastante significativo no preenchimento dos tempos de lazer.

Para os talentos desportivos, minoria selecionada, superdotados de elevado espírito de combatividade, há treinamentos específicos, dentro da idéia do rendimento máximo. Não constitui forma ideal de preparação física, no conceito do verdadeiro educador, mas é uma imposição do mundo atual. Não adianta aprová-lo ou criticá-lo, é preciso integrá-lo na educação.

Como vimos, vários sistemas foram criados objetivando o apuro do atleta de categoria internacional, necessários na constituição de potentes representações nacionais para competições de alto nível, pois suas vitórias, significam progresso, grandeza e superioridade política.

Do ponto de vista pragmático, até certo ponto, as competições de vulto constituem fator de mobilização e estímulo para a prática desportiva. Na filosofia dos Jogos Olímpicos assim pensava Coubertin.

A célebre teoria da pirâmide, um tanto duvidosa e falsa em face da realidade dos fatos, deve ser analisada com inteligência. Melhor seria a representação por blocos superpostos. Na verdade, um grande campeão não resulta, progressivamente, da seleção oriunda do desporto escolar e de massa, embora neles possa ser descoberto. Se isso bas-

tassem, dizia o saudoso Prof. Colombo, a Suécia seria a vencedora dos Jogos Olímpicos e atletas como Bikila e Wilma Rudolf, oriundos de nível populacional de baixa situação econômica, jamais surgiriam como grandes campeões.

Repisando o assunto, sobre o atleta de escol, com acerto diz Cagigal: "É produto artificial da técnica e da ciência aplicada a um superdotado".

Tudo leva a crer que a Educação Física futura, alicerçada nas atuais tendências, terá os seus planos ginásticos organizados com muitas atitudes e exercícios, mas os *Desportos Para Todos* assumirão, na prática, papel preponderante como elemento indispensável na vida social.

Na escola, desde o Jardim de Infância até a Universidade, caberá ao professor de Educação Física a ação principal na formação da juventude, havendo perigo se ela for concebida, unicamente, em função de altos rendimentos, com prejuízo para a maioria dos praticantes.

O praticante precisa ser informado sobre os benefícios que a atividade física acarreta, assim como sobre os seus perigos, quando mal orientada. Além disso, cabe aos meios de comunicação de massa importante papel na conscientização popular, usando para isso técnicas de elevado alcance social. A propaganda é um fator poderoso no desenvolvimento da educação física racional e dos desportos competitivos.

No nível universitário mundial, ao contrário do que muitos pensam, é quase inexistente a obrigatoriedade da Educação Física. Somos favoráveis a que sua prática seja facultativa, mas que nas Universidades devam existir ótimas instalações e um quadro de professores e técnicos bem qualificados para realização de qualquer atividade física, humanitária ou de alto nível. No último campo, mesmo nos Estados Unidos, são aproveitados os talentos desportivos, oriundos da escola secundária ou da massa comunitária. Do ponto de formação na universidade, normalmente, eles já chegam tarde, sendo aproveitados os bens iniciados e superdotados.

Os Jogos Olímpicos, expressão máxima da prática competitiva, embora em crise motivada por seus próprios erros, constitui a mais importante reunião popular de caráter festivo do nosso tempo. Na atual fase pós-guerra, eles são marcados pelo fortalecimento do nacionalismo e pela predominância do socialismo.

Pelos seus desvios, os Jogos caminham para um profissionalismo declarado ou disfarçado, como na decadência grega, se providências não forem tomadas pelo Comitê Olímpico Internacional (COI). Impõe-

se uma nova estruturação da Carta Olímpica, mais liberal em certos aspectos e rigorosa em outros, sem debilitar o seu ideal, devemos reconhecer o atleta não-amador, dentro de certas condições regulamentadas. O que não se pode tolerar é a deslealdade, a mentira e a fraude, através da dopagem e do atleta "marrom", ferindo a ética do olimpismo, além de constituir exemplo deplorável para a juventude.

Em defesa do olimpismo, a fim de reafirmar o seu valor positivo, existe a necessidade de serem introduzidos alguns conceitos essenciais, tais como a neutralidade política, a participação como recompensa honrosa e a aceitação do *fair-play*. Será a integração da idéia olímpica no conceito da educação integral porque, caso contrário, a perda do seu idealismo levará, fatalmente, ao desinteresse e a prática perniciosos dos Jogos, podendo até fazê-los desaparecer. Eles precisam adquirir o princípio que norteia a Cruz Vermelha, não como instituição de luta desleal mas de total fraternidade.

A decadência da Grécia trouxe, em conseqüência, a desfiguração dos Jogos, onde a coroa de louros nada significava para o atleta vencedor. A eles, como prêmio, era dado dinheiro e até uma escrava bonita, como nos afirma Diem.

Nos dias vindouros, em virtude das dimensões políticas do fenômeno desportivo, continuará a luta pelas duas linhas de ação: educação física humanista e prática desportiva agonística. Elas representam a luta do humanismo contra o treinamento exagerado, do desenvolvimento físico racional contra a alta especialização desportiva, da doutrina contra o pragmatismo, da tradição pedagógica contra a busca de recordes, da filosofia do essencialismo contra o existencialismo, do desporto-jogo contra o de alta competição. Por determinismo social, ambas as linhas subsistirão, não adiantando uma querer anular a outra. Os seus campos já se encontram perfeitamente definidos. Assim também é o pensamento de Karl Diem, Olaf Astrand, René Maheu, Philip Noel Baker, Pierre Seurin e J. M. Cagigal.

Não sendo iguais as tarefas das duas linhas, cumpre que se respeitem e colaborem entre si. A primeira agirá com mais ênfase no campo educativo-social, e a segunda, no âmbito social-competitivo de alto nível.

Os verdadeiros educadores, mesmo dentro do desporto-espetáculo, continuarão a pugnar pela afirmação dos valores humanos fundamentais, procurando mantê-los de acordo com o conceito ateniense de beleza, harmonia de formas, virtude, dignidade e moderação.

Como manifestações significativas de espetáculo desportivo mode-



rado, periodicamente são realizadas as Ginásticas (Alemanha Ocidental, Holanda, Suíça etc.) e as Espar-taquizadas (Tcheco-Eslováquia, União Soviética, Alemanha Oriental etc.); festas de movimento toral de vida, expressando espírito criador, alegria de viver e desejo de competir lealmente. É pena ter desaparecido a Ligiada, festival ginástico de elevado valor pedagógico no aperfeiçoamento de professores de Educação Física.

Certas competições de alto nível, apesar da beleza e emoção do espetáculo, fogem da finalidade educativa do Desporto, por seus desvios e violências, prejudicando a formação moral de atletas e torcedores. Elas devem servir para unir os homens e não para afastá-los. É preciso repô-las no plano moral, dentro do seu aspecto positivo, de onde nunca deveriam ter sido afastadas.

O desporto agonístico ou pragmático, baseado no esforço máximo e de superação, continuará na sua rota em busca de recordes e vitórias a qualquer preço, mas acreditamos que os verdadeiros educadores, intimamente ligados pelos princípios pedagógicos essenciais, saberão impor, em todos os países, uma educação física racional, harmoniosa e útil, estruturada para ser posta

verdadeiramente a serviço do homem e da sociedade. Uma educação física, não é demais repetir, plena de criatividade, motivação e desportividade.

Pelo visto, através do presente trabalho, as atividades físicas sempre acompanharam os progressos e retrocessos das sociedades. Meditando sobre sua evolução, desde o homem primitivo até os nossos dias, estamos convictos de que ela se amoldará às transformações dos novos tempos, apresentando-se, no século XXI, sadia e vigorosa, dentro de uma estrutura renovada para melhor servir ao homem e para compreensão mútua dos povos.

#### BIBLIOGRAFIA CONSULTADA

1. Accioly, A. R. Marinho, I. P. *História e Organização da Educação Física e dos Desportos*, 1956.
2. *Bulletin de la FIEP e La Gymnastique Volontaire*, 1976, (sobretudo os artigos de P. Seurin, W. Dufour e R. Decker).
3. Colombo, A. *Elementos para uma Carta do Desporto Agonístico Brasileiro*, 1975.
4. Diem, K. *Historia de los Desportes*. 1966.

5. Langlade, A. e Langlade N. R. *Teoria General de la Gínesia*, 1970.

6. Langlade, A. *Les Plus Graves Problèmes de L'Education Physique*, 1976.

7. A. L. d'Oliveira, *Conceptions Générales de L'Education Physique et du Sport en Occident*, 1962.

8. Pereira, C. F. M. *Tratado de Educação Física*, 1960.

9. Ramos, J. J. *A Moderna Ginástica Sueca*, 1967.

10. Ramos, J. J. *Alguns Aspectos dos Exercícios Físicos na História e na Arte*, 1969.

11. Ramos, J. J. *Panorama Mundial da Educação Física e Outros Assuntos*, 1970.

12. Ramos, J. J. *Pontos de História dos Exercícios Físicos*, 1971.

13. Ramos, J. J. *Os Jogos Gregos e as Olimpíadas Contemporâneas*, 1976.

14. Seurin, P. *L'Education Physique dans le Monde*, 1961.

15. Silva, J. e Penna, J. B. D. *História Geral*, 1970.

