

O TREINAMENTO DA CORRIDA DE ORIENTAÇÃO COMO FATOR DE APRIMORAMENTO PROFISSIONAL MILITAR

Training for Orienteering Races as a factor in improvement of military professional

Williams Belentani Leme

Resumo

O Treinamento da Corrida de Orientação é ferramenta fundamental no preparo militar. O combate moderno caracteriza-se por manobras desbordantes ou envolventes, em um cenário dinâmico, onde a sincronia entre os sistemas operacionais é fator decisivo no sucesso das operações planejadas. Tal fato impõe, à Força Terrestre, uma preparação de tropas cada vez mais capazes de atuarem com eficiência e eficácia no terreno. Como estratégia para esta preparação, desponta o treinamento da corrida de orientação, esporte que, inter-relacionado ao terreno, é capaz de reproduzir vivências similares às do combate. A corrida de orientação permite auferir e desenvolver um preparo geral do praticante: físico, técnico, tático, intelectual, psíquico e moral. Portanto, com significantes benefícios na área psico-motora, é um instrumento de fácil acesso para contribuir no aprimoramento profissional dos quadros do Exército. Simples, práticos, prazerosos e lúdicos, os métodos de treinamento podem ser empregados até mesmo dentro das organizações militares.

Palavras-chave: Treinamento, Corrida de Orientação, Aprimoramento Profissional.

Abstract

Training for Orienteering Races is a fundamental tool in military preparation. Modern combat is characterized by overlapping or involved maneuvers, in a dynamic scenario, where the synchrony between operational systems is a decisive factor in the success of planned operations. This fact imposes, on Terrestrial Forces, the preparation of troops more and more able to act with efficiency and efficacy on the ground. As strategy for this preparation, training for the Orienteering race arises, a sport that is inter-related with the terrain and is able to reproduce experiences similar to those of combat. The Orienteering race permits the obtention and the development of a general preparation by participants: physical, technical, tactical, intellectual, psychic and moral. Therefore, with significant benefits in the psycho-motor area, it is an easily accessible instrument contributing to the professional improvement of Army personnel. Simple, practical, enjoyable and sporting, the training methods can be employed even within military organizations.

Key words: Training, Orientation Race, Professional Improvement.

INTRODUÇÃO

A Corrida de Orientação é um esporte em que o praticante tem que passar por pontos de controle marcados no terreno, no menor tempo possível, com o auxílio de um mapa e de uma bússola (IOF, 2007:3). Trata-se de uma atividade multidisciplinar, na qual o terreno exige vivências motoras, cognitivas e físicas, variadas e diversas. O mapa

de Orientação retrata, minuciosamente, os detalhes de uma região (relevo, vegetação, hidrografia, edificações e outros), através de símbolos convencionados internacionalmente.

O percurso, traçado no mapa, apresenta-se em uma seqüência numerada, sendo o desafio concluí-lo no menor tempo possível, optando por trajetos que se adaptem às suas capacidades técnicas e físicas (ISOM, 2000:1). A

Escola de Educação Física do Exército - Rio de Janeiro - RJ - Brasil.

Recebido em 14.01.2008. Aceito em 24.04.2008.

Revista de Educação Física 2008;141:59-64

necessidade de ocupar a mente, enquanto se desenvolve uma atividade física, é a responsável pela grande aceitação e desenvolvimento da Orientação, um desporto que alia, à atividade física, uma atividade mental intensa.

DISCUSSÃO

A origem da Orientação

Oriunda dos meios militares escandinavos, foi o Major Ernest Killander, do Exército Sueco, que, em 1918, organizou a primeira competição de Orientação, concebendo-a com o intuito de justapor uma atividade mental a longas corridas, tudo em ambientes naturais (Morient, 2007:10). A partir de então, a modalidade teve crescente desenvolvimento, principalmente por:

- investir no aprimoramento da confecção dos mapas;
- desenvolver inovadoras técnicas de treinamento;
- organizar competições de grande vulto; e
- propor uma atividade física em permanente contato com a natureza.

A relação da Orientação com ações militares

O manual de campanha C21-26 (1980:1-1), Leitura de Cartas e Fotografias Aéreas, preconiza a importância de dominar o mapa e o terreno para o combatente de qualquer arma ou serviço. Ele enfoca que: "a capacidade de sentir o terreno, representado em uma carta, somente é alcançada pela instrução prática". Depois, anuncia que o programa de instrução deverá suprir tal necessidade, mas não cita atividades específicas que proporcionem tal domínio. Soma-se que os "Programas Padrão de Instrução", utilizados no Exército, tratam o assunto de forma simples em relação à riqueza de ações exploradas em treinamentos desportivos de equipes civis e militares, nacionais e estrangeiras.

Ao estudar os combates modernos, verifica-se que as características de mobilidade e flexibilidade destacam-se por proporcionarem um combate continuado e não-linear. Priorizam manobras desbordantes ou envolventes, com o objetivo de isolar o inimigo, privá-lo de sua capacidade de manobra e retirar-lhe a vontade de combater. A IP90-01(2000:1-3), Operações Aeromóveis, destaca a importância da surpresa, da flexibilidade, da manobra, da oportunidade e da velocidade para vencer rapidamente grandes distâncias e ultrapassar obstáculos. Este cenário

bélico dinâmico exige o adestramento de forças terrestres capazes de agir com rapidez, flexibilidade e precisão para obter a necessária sincronia às operações. Para cumprir missões com tais características, visualiza-se uma tropa com grande domínio das técnicas de navegação (mapa e bússola) e primorosa afinidade com o terreno nos mais variados escalões.

Don Paul (1991:66), oficial das Forças Especiais Americanas, em seu livro *The Green Beret's Compass Course*, enfatiza que o treinamento de Orientação facilita ações como:

- delinear no terreno uma rota de navegação mais fácil;
- local um acampamento com água e protegido do vento;
- identificar uma área de difícil progressão para os outros;
- assumir uma posição com bom campo de vista e tiro;
- planejar uma emboscada; e
- planejar uma rota de fuga segura.

Benefícios gerais da corrida de Orientação

Muitos são os benefícios que a Orientação pode proporcionar na formação de um componente terrestre altamente adestrado. Tratando o ser humano como um complexo físico-psíquico, Howard Gardner (1985), ao desenvolver a Teoria das Inteligências Múltiplas, dividiu a cognição humana em sete esferas: lingüística, lógico-matemática, físico-cinestésica, espacial, intrapessoal, musical e interpessoal. Recentemente, se adicionou à lista, a inteligência naturalista. Destas inteligências, seis são desenvolvidas e aprimoradas pela prática da Corrida de Orientação, a saber:

- a inteligência lógico-matemática, ao envolver o uso de ângulos referenciados no Norte Magnético e o uso constante da transformação de distâncias gráficas em numéricas. Dados que serão usados nos deslocamentos em caminhada ou corrida;
- a inteligência espacial, pelo fato de as formas do relevo estarem desenhadas no mapa através de curvas de nível, obrigando a construção mental do terreno em três dimensões;
- a inteligência físico-cinestésica, ao envolver o corpo, como um todo, em movimentos complexos que lhe proporcionarão, de forma diversa, as habilidades

fundamentais de movimento, seja na esfera locomotora, estabilizadora ou manipulativa. A riqueza de possibilidades de movimento, gerada por uma Corrida de Orientação, fortalecerá, ainda, o domínio físico-cinestésico das noções de esforço, de espaço e de relação;

- a inteligência lingüística, pois ao ser capaz de interpretar, traduzir e utilizar os sinais, símbolos e cores do mapa de orientação, esta-se-á alfabetizado em mais um "idioma", a *International Specification for Orienteering Map* (ISOM). Fruto disso, outros canais de comunicação simbólica terão abertura para serem compreendidos com facilidade.
- a inteligência intrapessoal, uma das mais desenvolvidas, pois, ao realizar um percurso de Orientação, o militar é capaz de ter acesso aos seus sentimentos mais íntimos: medo versus coragem, indecisão versus decisão, vontade, perseverança, etc. Tais sentimentos conduzirão a aflorar habilidades psicofísicas que possibilitam a solução do problema apresentado pelo mapa. A dificuldade encontrada ajudará, ainda, o militar a formular uma imagem de si próprio, equacionando suas fraquezas, suas virtudes e fortalecendo seus atributos da área afetiva; e
- a inteligência naturalista integra-se ao processo, pois o mapa de orientação representa o mundo natural. A posse do mapa e sua manipulação geram uma atitude de respeito e responsabilidade, a qual

transcende os preceitos de conservação e atinge grande afetividade com a natureza e intimidade com o terreno.

Logo, se a guerra é o domínio e o controle das intenções em um confronto de inteligências, a Orientação tem lugar de destaque para o sucesso.

A Orientação, não só é capaz de desenvolver tais inteligências, mas individualiza-se por sua especificidade ao reproduzir situações operacionais. Cabe, portanto, empregar estratégias para colher o máximo de benefícios da Corrida de Orientação, através de métodos de treinamentos avançados e inovadores.

Métodos de treinamento técnico

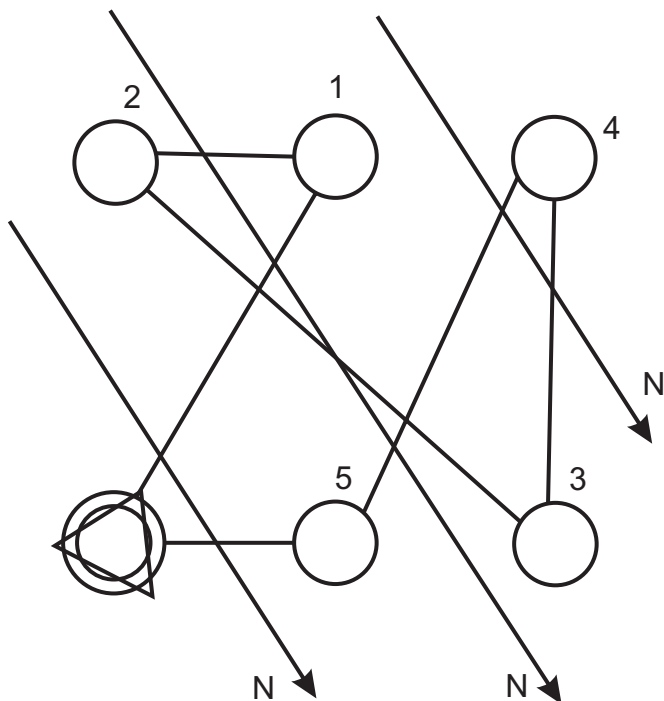
Leme (2004:41) elaborou um módulo de treinamento contendo, em seqüência, seis exercícios técnicos de Orientação para aperfeiçoar as ações em combate do Oficial de Reconhecimento (O Rec) e do Observador Avançado (OA) da Artilharia Leve (Amv). A metodologia empregada envolveu o mapeamento do 20º GAC L e a aplicação dos exercícios propostos em seus oficiais subalternos. Dos resultados obtidos, ressalta-se o elevado grau de aceitação do módulo de treinamento e a indicação, pelos participantes, da aplicação deste módulo em todos oficiais e sargentos do Exército Brasileiro.

Os exercícios técnicos, apresentados no QUADRO 1, constaram da construção do módulo citado e são de aplicação geral ao treinamento de Orientação para qualquer militar ou praticante.

QUADRO 1 EXERCÍCIOS TÉCNICOS.

| Exercício técnico | Finalidade de treino |
|-----------------------------------|---|
| 1) Intervalado Estrela (FIGURA 1) | - determinar e seguir direções (www.fosp.com.br, 2003). |
| 2) Janela (FIGURA 2) | - determinar e seguir direções; - controlar a distância (passos duplos); - memorizar a área próxima ao ponto de controle (www.fpo.pt, 2004) |
| 3) Corredor (FIGURA 3) | - realizar deslocamentos próximo ao traçado do percurso (Clínica de Orientação de Curitiba, 1997:118). |
| 4) "Check Point" (FIGURA 4) | - identificar pontos intermediários de controle (MORIENT, 2007:117). |
| 5) Curvas de nível (FIGURA 5) | - navegar exclusivamente utilizando curvas de nível (MacNeil, 1998:67). |
| 6) Memória (FIGURA 6) | - construir imagens mentais da região (MacNeil, 1998: 57). |

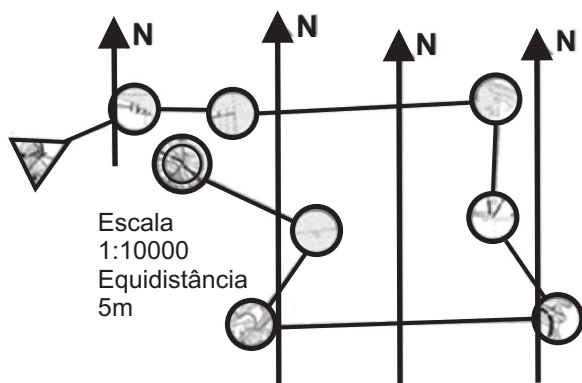
FIGURA 1
INTERVALADO ESTRELA.



Escala 1/1000

Fonte: Leme, 2004.

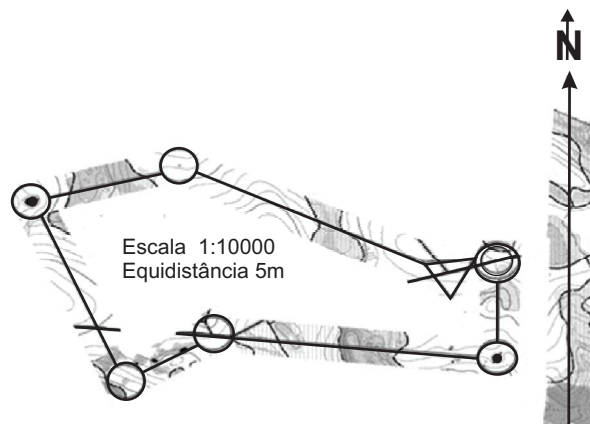
FIGURA 2
JANELA.



Escala
1:10000
Equidistância
5m

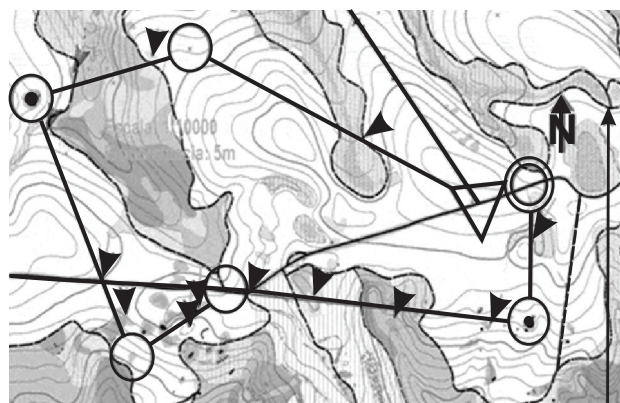
Fonte: Leme, 2004.

FIGURA 3
INTERVALADO ESTRELA.



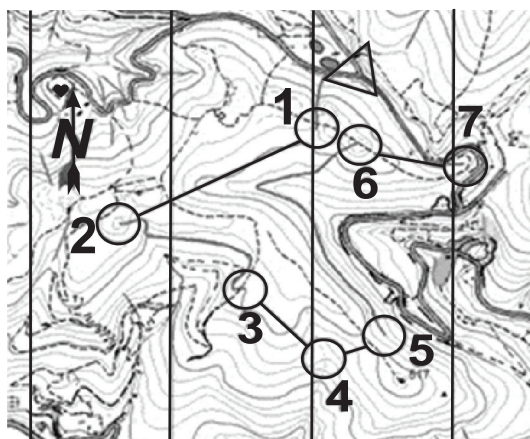
Fonte: Leme, 2004.

FIGURA 4
CHECK POINT.



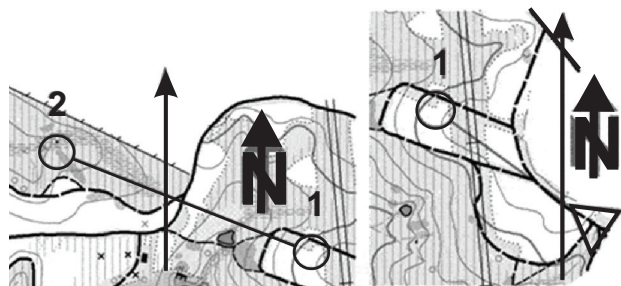
Fonte: Leme, 2004.

FIGURA 5
CURVAS DE NÍVEL.



Fonte: Leme, 2004.

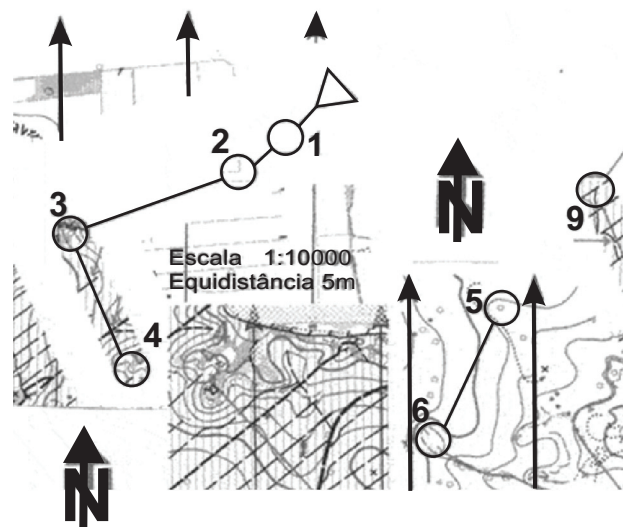
FIGURA 6
MEMÓRIA.



Fonte: Leme, 2004.

Para ilustrar, ainda, a grande gama de possibilidades a explorar com exercícios técnicos de Orientação, pode-se visualizar o emprego conjunto dos seis exercícios, anteriormente apresentados, em uma única sessão de treinamento (FIGURA 7).

FIGURA 7
MISTO TÉCNICO.



Fonte: Leme, 2004.

CONCLUSÕES E SUGESTÕES

Cabe explorar que, para Matwejw (1972, apud Weineck, 1999), o “treinamento esportivo” engloba o preparo geral: físico, técnico-tático, intelectual, psíquico e moral do atleta. Preparo este que a Força Terrestre busca, incessantemente, em seus militares. A Corrida de Orientação, ao propiciar íntima relação entre o homem e o terreno, torna-se fator multiplicador do desempenho em combate e, assim, justifica sua necessidade de treinamento.

A riqueza de trabalhos técnicos possíveis de serem realizados propicia que, até mesmo dentro dos quartéis, sejam formulados treinamentos de Orientação. Assim, em

um ambiente natural, pode-se empregar instrumentos práticos, simples e lúdicos capazes de produzir uma vivência motora que favorece o pleno envolvimento físico-psíquico e o desenvolvimento de atributos da área afetiva.

Baseado nas qualificações apresentadas, sugere-se, também, a aplicação de treinamentos de Orientação em alunos das Escolas de Formação do Exército, como uma ferramenta para capacitação profissional física, técnica e psíquica.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BRASIL. Ministério da Defesa. IP90-1 Operações Aeromóveis. 1ª ed. Brasília: Min Def, 2000:1-3.
- BRASIL. Ministério da Defesa. C21-26 Leitura de Cartas e Fotografias Aéreas. 2ª ed. Brasília: Min Def, 2000:1980: 1-1.
- CLÍNICA DE ORIENTAÇÃO. International Orienteering Federation. Curitiba: International Orienteering Federation, 1997:118.
- CURSO DE INICIAÇÃO AO DESPORTO ORIENTAÇÃO. São Paulo: Federação de Orientação de São Paulo, 2003.
- ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO EXÉRCITO. MORIENT - Manual de Orientação. Rio de Janeiro: EsEFEx, 2007:10-117
- FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE ORIENTAÇÃO. Métodos de Treino. Disponível em: http://www.fpo.pt/manuais/manuais_orientação.htm. Acesso em: 10 abr. 2004.
- IOF. International Orienteering Federation. Competition Rules for Foot Orienteering Events, 2007:3.
- IOF. International Orienteering Federation. International Specification for Orienteering Maps, 2000:1.

LEME W. O Treinamento de Orientação para o Aperfeiçoamento das Ações do Oficial de Reconhecimento (O Rec) e do Observador Avançado (OA) da Artilharia Leve (Aeromóvel). Dissertação de Mestrado em Operações Militares. Rio de Janeiro: EsAO, 2004:41.

McNEIL C, CORY-WRIGHT J, RENFREW T. Teaching Orienteering. Second Edition. British: Harveys and Human Kinetics, 1998:57-67.

PAUL D. The Green Beret's Compass Course. Cap 5 Terrain Analysis. 6ª ed. Woodand, CA:Path Finder Publications, 1991:66.

TEORIA DAS INTELIGÊNCIAS MÚLTIPLAS E SUAS IMPLICAÇÕES PARA A EDUCAÇÃO, 2007. Disponível em: http://paginas.terra.com.br/educacao/teletrabalho/psicope_main.htm. Acesso em: 23 out. 2007.

WEINECK J. Treinamento Ideal. 9ª ed. São Paulo: Manole, 1999.

Endereço para correspondência:

Av João Luiz Alves, s/n (Forte São João) - Urca
Rio de Janeiro - RJ - Brasil
CEP 22291-090
Tel.: (21) 2543 33 23 R 2086
e-mail: wblni@uol.com.br

ANUNCIE NA

REVISTA DE
EDUCAÇÃO FÍSICA

Versão impressa distribuída para 5.000 assinantes (Bibliotecas, Entidades de Ensino Superior em Educação Física, Nutrição, Medicina Esportiva...)

Versão on-line distribuída para 20.400 assinantes (Academias de Ginástica, Estudantes, Professores, Confederações, Equipes Desportivas, Atletas...)

CONTATOS: (21) 2533-4606