

E por demais conhecida a velha afirmação de que a Educação encerra três partes: moral, intelectual e física.

De ha muito, embora ainda não com a amplitude desejada, temos tratado dos dois primeiros aspétos, do ultimo, porém, temo-nos descurado lamentavelmene.

E, porque? Será a Ed. Física desnecessaria?

Não.

A explicação deste estado de aparente inferioridade tem suas razões na propria evolução da Humanidade em seu lento evoluer das ideias.

Como teremos ocasião de mostrar a humanidade evolue, buscando um ideal ainda não atingido integralmente, repelindo fases porque já passára anteriormente, sem que, porém, estas fases sejam identicas. Isto porque o progresso material ou científico não permite que em tempos diferentes, os fatos tenham as mesmas causas, efeitos ou consequencias.

Poderemos mais justamente assimilar a evolução a uma espiral, em que de passo em passo passamos pela mesma geratriz, porém mais elevados do que estiveramos antes.

Assim nos tempos pre-historicos, a Educação era física e sensorial, de acordo com as condições impostas pela luta pela vida.

Nos tempos heroicos da Grecia obtem-se a Educação integral; de que resultou o apogeu formidavel deste povo.

Nos tempos de Roma dominadora e suzerana, rompe-se o equilibrio educacional.

Na Idade Média a influencia do Cristianismo provoca o predomínio do aspéto moral, com acentuadas tendencias ascéticas.

A Renascença desequilibra a trindade, em favor da Educação intelectual.

Mas, desde os tempos modernos, os grandes filosofos e pedagogos, presentindo a necessidade do desenvolvimento integral do corpo humano preconizam a Ed. Física ao par da Moral e Intelectual.

Não tendo ainda surgido o vertiginoso aparelhamento mecanico dos nossos dias, a massa, o povo, não sentira os efeitos do desequilibrio organico e as ideias dos Mestres eram aceitas, sem serem praticadas realmente.

O progresso, nos tempos contemporaneos, substiuindo os exercicios fisicos necessarios, pelos meios materiais, veio tornar sensivel a Humanidade a necessidade premente de reajustar o sêr, por intermedio da Educação completa: Física, Moral e Intelectual.

Voltámos dessarte a Educação grega; educação integral, déla nos diferenciando nitidamente, pelos maiores progressos científicos.

Este játo teve como auxiliar poderoso a Guerra, processo seletivo eugenico invertido, que por eliminar os jovens, os sãos, por acarretar deficiencias alimentares para a população civil, só tem como contra-veneno o trabalho físico, que é o unico meio de retemperar a raça por

IMPORTANCIA DA EDUCAÇÃO FÍSICA PARA UM POVO

- O METODO ADOTADO -

- RAZÕES DE SUA ADOÇÃO -

Pelo 1.º Ten. Antonio de Mendonça Molina

fortificar os jovens, apressar o seu amadurecimento e melhorar a riquêsa, pelo acrescimo resultante do aumento do capital precioso força-saúde.

Aliás, intimamente ligados, como são, todas as faces do nosso sêr; a Educação Física tem formidaveis repercussões sobre o lado Moral e Intelectual.

Seu escopo principal e basico é a saúde, condição indispensavel a qualquer atividade, alicerçe forçado de toda a nossa produtividade.

E, como se obtem este resultado?

Conseguindo pelo trabalho físico desenvolver, harmanizar, integralizar todas as nossas funções organicas.

E, com isto, não só obteremos a saúde, como evitaremos, pôr termos aumentado a resistencia, que qualquer germen patogenico invada facilmente nosso organismo.

Alem deste seu efeito importante, êle desenvolve a força, a dextresa, a resistencia, a velocidade, a harmonia de formas, a coragem, a audacia, o sangue frio, a tenacidade, em quatro palavras: a tempera de caráter.

Estas vantagens imediatas refletindo-se diretamente em todo o país, trarão como consequencia o acrescimo das forças produtivas, aumento consideravel do rendimento do trabalho individual e coletivo, fechamento de hospitais e presidios, e a formação e melhoramento da nossa raça.

Ora, um meio educacional capaz de fornecer tantas qualidades ao país e ao individuo e que transmitir-se-ão e serão mais desenvolvidas pelos seus decedentes, não pôde ser desprezado por todo aquêle que desejar que seu povo constitua, realmente, uma Nação poderosa.

Deante do que se vem de expôr parece indiscutivel a importancia capital da Ed. Física para qualquer povo e, muito principalmente, para o nosso.

Necessario como é que cuidemos da Ed. Física, impõe-se a escolha do meio ou processo a adotar.

Não nos era possível ter a veleidade de apresentar um método brasileiro, pois para tanto faltavam-nos as observações e estudos continuados, de anos seguidos, afim de que, de acordo com as ideias, as experiências e observações brasileiras, pudéssemos fazer a seleção sob um ponto de vista estritamente científico, dos meios e exercicios que deviam constituir o método nacional.

Na impossibilidade, repetimos, de apresentar, por óra, um método brasileiro, restava-nos a solução de estudar todos os métodos existentes e, dentre estes, escolher o que mais nos poderia ser util.

Assim sendo, só nos restava passar em revista os métodos existentes, confrontá-los e daí tirar as conclusões necessarias.

Este exame demorado é feito no nosso C. M. E. F. na parte Historia da Ed. Fisica; aqui faremos, simplesmente, uma rapida sintese dos métodos mais em voga.

O método culturista, cuja denominação abrange aquêles métodos que procuram desenvolver o sistema muscular por meio de exercicios analíticos, execuados geralmente com resistencias, dos quais o tipo classico é o haltere, apresenta, como principal inconveniente, o ser baseado no desenvolvimento hipertrofico muscular, sem a repercussão organica, mórmente na adolescencia, que se faz mistér.

Provocando a fadiga local, não obtendo jámais a fadiga geral, êle se mostra incapaz de desenvolver as grandes funções vitais, alicerces basicos da saúde. Si podendo ter sua aplicação indicada na ginastica da idade madura, êle é contraproducente e mesmo perigoso na infancia, na adolescencia e na juventude.

O método suéco, genial criação (para a época) do grande suéco Ling, a despeito de sua evolução de fundamentalmente anatomico para anatomo-fisiologico, apresenta dois graves inconvenientes: falta de adaptação do exercicio ao valor fisiologico, isto é, exercicios identicos para homens, mulheres, crianças e velhos e, ainda, é enfadonho e monotonho.

O método esportivo, tentativa ousada do Dr. Bellin du Coteau em reunir os esportes, o método francês e a observação dos estilos, exige, como condição indispensavel, um desenvolvimento fisico integral, feito por intermedio de outro método; mostrando-se, assim, como um complemento de um método e não como um método independente.

Em sendo assim, sua adoção não pôde ser preconizada.

O método a ser adotado deve ser geral, isto é, servir para qualquer idade ou sexo — com variantes, mas dentro de uma unica diretiva —; ser fisiologico, isto é, basear-se no conhecimento perfeito das ações e reações organicas nas diferentes idades em face do exercicio fisico; ser atraente, meio psicologico e pedagogico, de obter-se a persistencia dos praticantes.

A todos estes requisitos satisfaz o método francês, daí sua adoção.

Graças aos trabalhos de Marey, Lagrange e principalmente de Demeny, em sua acerba critica ao método suéco, aos progressos da ciencia, as creações de Amoros e de Hebert, após milhares de experiencias, de um trabalho de depuração secular, surge da Escola de Joinville o atual método francês.

Método eclético por excelencia, êle retira dos mestres Ling, Amoros, Hebert e Demeny coados através da ciencia, a esta estritamente presa, cujos passos acompanha em estreita ligação, o unico meio de regenerar a raça franceza salvá-la da ruina: a Ed. Fisica.

E' este método científico-fisiologico e psicologico — idealizada para uma raça latina como a nossa que nós adotamos.

