

# Unidade de Doutrina

## EDUCAÇÃO FÍSICA MILITAR

A Educação Física nos corpos de tropa tem dado margem a interpretações que não estão de acôrdo nem com a letra, nem com o espírito do Regulamento.

Divulgar a verdadeira orientação a ser dada a êsse ramo educacional constitúe nosso objetivo.

Os elementos que anualmente ingressam no Exército são dotados de valôr físico diferente e, no geral, não se acham em condições de suportar as exigências consequentes de uma preparação intensiva a ser dada no curto tempo do serviço militar. Daí, a necessidade de um periodo de adaptação seguido de um outro de especialização.

Em consequencia, a Educação Física Militar divide-se em duas partes bem distintas:

a) A educação física geral, por meio da qual se preparam e se aperfeiçoam fisicamente os jovens em serviço nas fileiras, fornecendo-lhes os meios para se adaptarem ás funções do soldado;

b) O treinamento físico relativo ás diversas especialidades, destinado a facilitar a tarefa dos combatentes nas diversas funções em cada arma.

A primeira parte não é mais do que a execução do Regulamento Geral de Educação Física, na parte relativa ao ciclo secundario, a princípio, e, mais tarde, no ciclo superior, com ligeiras modificações inteligentemente feitas, para que os exercícios se adaptem aos valôres físicos diferentes dos incorporados, de modo a nivelá-los fisicamente o mais cêdo possível, afim de suportarem as exigências da nova vida.

A segunda parte, mais particularizada, é a aplicação das adaptações profissionais de que trata o Regulamento Geral, orientado para o militar, como poderia ser para o operario se si tratasse de instruir essa classe laboriosa.

O treinamento físico das diversas especialidades tem por fim a preparação física, visando dirétamente o combate, com o equipamento, a carga, o armamento, o material ou os engênhos, e é orientado pelas prescrições contidas nos Regulamentos das Armas.

Posta a questão nêste ponto, vamos, para facilidade de raciocinio, acompanhar os trabalhos em um corpo de tropa a partir da incorporação até a desincorporação final dos que vêm prestar o serviço militar.

Feita a incorporação, após os exames médicos, são os recrutas classificados em dois grupos: os normais e os poupados.

Os primeiros são submetidos ainda á prova prática funcional ou fisiológica, destinada a verificar os resultados do exame estático; confirmando-se ou não a sua permanência nêsse grupo ou a sua transferência para o dos poupados.

No primeiro periodo de instrução, trata-se apenas de ministrar a Educação Física Geral pelo seguinte modo:

Aos poupados, isto é, aos que têm deficiências físicas ou respiratórias são ministrados os exercícios do primeiro gráu do ciclo secundario, como se seguem: sessões de estudos dos elementos; lições de educação física na propoção de três educativos por familia e quatro aplicações; sessões de grandes jogos.

Nêsse programa são introduzidos exercícios sucetiveis de corrigir as deficiências e melhorar a educação respiratória.

Sua progressão será menos intensa e mais minuciosa em vista da inferioridade dos homens dêsse grupo. Tendo em conta esta dificuldade, é recomendado que o instrutor, na falta de um graduado em condições, dirija pessoalmente a instrução, que, em caso algum, deverá exceder de trinta minutos. Os exercícios a serem praticados são os que o Regulamento de Educação Física Militar marca com um sinal como os mais apropriados.

A interferência do instrutor é ainda justificada pela necessidade de distribuir êsses jovens por sub-grupos que reunam elementos com as mesmas deficiências afim de facilitar o trabalho.

Para isso é preciso que o instrutor colabore estreitamente com o médico, e, no momento do exame, esteja presente afim de ir tomando nota dos que devem constituir os grupamentos homogeneos.

Aos normais, ou melhor, os que não contam deficiências físicas, aplica-se-lhes o regime de trabalho do segundo gráu do ciclo secundario um pouco mais atenuado, isto é:

sessões de estudos dos elementos;

lições de educação física comportando três exercícios educativos e sete aplicações por familia (mais suave do que o segundo gráu, que prescreve uma ou duas aplicações por familia);

sessões de grandes jogos.

A intensidade dos exercícios, e sua dificuldade crescente, é organizada pela própria sériação dos exercícios nas diversas familias, e a duração das sessões não deve exceder de quarenta a quarenta e cinco minutos.

Como vimos, neste período não se praticam os desportos e nem as aplicações militares, apenas sua iniciação é um sistema racional porque, si neste momento si fosse fazer desportos e aplicações militares, por certo, os recrutas ficariam "surmenageados" pelo excesso do trabalho e, dêsse modo, contrariavamos as bases científicas do Método.

A preocupação de não fatigar os homens ressalta com a recomendação de só fazer praticar nessa época os exercícios que o Regulamento assinála e que são os recomendados para aquêles que se iniciam ou para manter o estado físico já adquirido.

No decorrer da decima sexta ou na decima setima semana, si algum motivo impedir, realisam-se novos exames médicos destinados a verificar si os normais podem ser submetidos ás provas práticas na semana seguinte e si os poupados podem ser classificados como normais, seguindo-se uma prova prática.

Dêste exame resulta:

os normais que podem fazer as provas práticas;

os normais que continuam na classe reforçada pelos poupados que aí são incluídos e os que não satisfizerem as provas práticas.

Os normais do 1.º grupo, são, no decorrer da decima setima semana, submetidos ao exame prático e, os que satisfizerem as condições são classificados como selecionados. Os demais ficam como normais e poupados.

As provas dêste exame são as exigidas no ciclo superior com as modificações que se seguem:

a de 1.000 metros é substituída por uma de 1.500 metros, feita em grupos, e a velocidade é dada por um monitor experimentado;

a de lançamento de pêso dá lugar á de lançamento de granada;

na categoria de trepar sómente é exigido 4,50 em vez de 5,50;

no evantar e transportar, o fardo de 50 quilos é transportado a 100 metros, em vez de 80, no mesmo tempo de 30 segundos;

os exercícios de flexionamentos são suprimidos.

No decorrer do segundo período de instrução, os selecionados são submetidos á seguinte progressão:

lição de educação física com sete aplicações por familia sem obrigação de alternancia e um jogo facultativo. E' o regimen do ciclo superior;

desportos individuais e coletivos;

lições de aplicações militares á razão de uma por semana.

Os normais são trabalhados em:

sessões de estudos dos elementos;

lições de educação física com três educativos e sete aplicações por familia, e um ou dois jogos;

lições de aplicações militares, uma por semana;

sessões de treinamento para atingir as exigências das provas prática .

Não é permitida a prática dos desportos individuais e, dos coletivos, sómente o basquete-ból.

O objetivo é o preparo intenso dos homens de modo a pô-los em condições de fazerem as provas práticas no próximo exame com êxito.

E' isto que justifica a inclusão neste programa de sessões especiais de treinamento para êsse fim.

Os poupados continuam nêsse período, com o mesmo programa de trabalho do primeiro, tendo, porém, o objetivo de fazê-los passar de classe.

Na quadragésima semana, novos exames médico e prático se realisam tendo em vista constatar os resultados alcançados. Os normais são submetidos ás provas práticas e são classificados como **selecionados** emquanto que os poupados, si os houver, o que é difícil, continuam no mesmo regime de trabalho. Do exposto, conclue-se que educação física militar é, no primeiro período, a aplicação integral do Regulamento Geral de Educação Física e, no segundo, continuação dêsse mesmo Regulamento, com o aumento das aplicações militares que constituem mais particularmente uma parte especializada para o militar.

Devo ainda pedir a atenção para o fato de ser sómente no segundo período de instrução praticados os desportos individuais e coletivos para os selecionados que durante o primeiro período, como normais, são iniciados não só nesta parte, como também nas aplicações militares, no decorrer da instrução técnica própria á cada arma.

E' necessario ainda que fique bem claro que as aplicações militares sejam a consequência lógica da instrução do soldado, dada, portanto, pelos instrutores e não sómente, como querem, pelos oficiais especializados em Educação Física.

Este modo de vêr, em que se colocam muitos oficiais, tem dado margem a que êsse importante ramo da Educação Física Militar, seja prejudicado por não estar êste ponto de vista com a letra e com o espirito do Regulamento.

A boa doutrina nêsse assunto deve ser a que indica o R. I. Q. T., pelo qual os Comandantes das pequenas unidades são os seus instrutores em todos os assuntos a serem ministrados, ficando a cargo dos oficiais especializados o preparo dos quadros para se desempenharem integralmente de suas funções de instrutores e educadores.

No próximo número trataremos do treinamento físico das diversas especialidades, dando o nosso ponto de vista sôbre essa parte da instrução.