

Os ginásios e a Educação Física

Nunca devemos perder de vista que um instituto de ensino, para merecer o nome de *Ginásio*, há de arrolar, na primeira linha de seus cuidados, a educação física dos jovens alunos. E' o que a origem grega do vocábulo está evidenciando.

Entre os antigos, na bela Grécia, onde o cinzel primoroso de Lisipo esculpiu e modelou a admirável estátua de Apoxiomenos, *ginásio* era um lugar onde se faziam exercícios de ginástica. E a nossa alusão a essa obra prima da escultura grega está a reclamar aqui a abertura de um parêntese explicativo em tôrno d'este assunto interessante.

Fácil é saber o que seja Apoxiomenos. Em breves e simples palavras, J. P. Müller nô-lo diz, no seu magnífico livro "O Meu Sistema", cujas edições se contam por milhares, nos idiomas principais do mundo. O Apoxiomenos, que ainda hoje nos é permitido conhecer e admirar, já não é o original mesmo, que Lisipo cinzelou em bronze, mais de três séculos antes da civilização cristã. Mas no bloco de mármore exumado no Transtevere, em Roma, e selado entre os primores do museu do Vaticano, ainda representa, com esplendor, nos dias do presente, a forma humana primitiva, que serviu de modelo vivo ao escultor antigo, na Hélade ridente, onde os encantos má-

Pelo Prof. Aristóbulo Leão

**Diretor do Ginásio S. Vicente de Paulo
em Vitória, E. Santo**

gicos de uma natureza privilegiada etiam de molde a deslumbrar os gregos nas praias da Jônia e não podiam deixar de inspirar e favorecer a essas divinas manifestações da arte. Depois de haver jogado sistematicamente com os músculos e ativado a torrente circulatória, respirando e transpirando, numa esplêndida afirmação de vida e de pujança, o atleta conciente toma um banho de ar e de água límpida, pondo-se em seguida a friccionar a epiderme, com um zelo escrupuloso. Ele sabe perfeitamente o que é o corpo: maravilhosa máquina que, atirada ao abandono, se enferruja e desmantela; faz-se mister lubrificá-la e asseá-la, para que dela se possa obter um funcionamento proveitoso. Importa exercitar diariamente o corpo, numa ginástica racional, distendendo-lhe e contraindo-lhe a trama dos tecidos, para que os humores deletérios do sangue transudem pelo crivo da epiderme, deixando o organismo saneado e vigoroso. Tenham-se, pois, em mira, êstes três elementos ca-

pitais: exercício, banho e fricções desobstruentes dos póros, para a livre passagem dos detritos orgânicos. Assim o compreende o atleta digno d'este nome. Um atleta não deve ser um ignorante. Não lhe há de esquecer, por exemplo, o caso histórico daquela criança evocada por Müller, à qual confiaram a missão de representar a idade de ouro, numa procissão destinada a celebrar a elevação de Leão X ao sólio pontifício. Douraram-lhe de alto a baixo a epiderme e a pobrezinha morreu envenenada, em dolorosas convulsões. Tal, porém, não se teria dado, si não fosse a suprema ignorância dos responsáveis no caso, relativamente às importantíssimas funções epidérmicas e os cuidados extremos que requer a pele. O desportista, que se jacta de fazer exercícios sem suar, mostra um profundo desconhecimento das coisas do desporto. O atleta de lei, o desportista esclarecido, compreende perfeitamente que o fim primário dos jogos e exercícios não é proporcionar mero prazer a quem os pratica ou um passa-tempo divertido aos espectadores circunstantes. Antes de mais nada, seu escopo é o benefício da saúde, o qual consiste em ativar harmoniosamente todas as funções orgânicas, das quais a excreção cutânea ocupa um papel saliente. Em consequên-

cia da sudorese, torna-se indispensável a limpeza da pele, para a desobstrução dos poros. Daí, a necessidade de voltar o desportista toda a sua atenção para estes três pontos seguintes: o exercício, o banho e a fricção, num ambiente de luz e de ar puro. Foi justamente no ato em que um atleta perfeito da Grécia antiga executava o último ponto deste programa, proporcionando à pele os cuidados requeridos, que Lisipo arrancou

Lisipo a maravilha deste modelo? Somente os cuidados supremos que os gregos dispensavam à educação física da mocidade. E essa educação era ministrada nos *ginásios*.

Ramiz Galvão, tratando especialmente de etimologia, no seu Vocabulário Etimológico, Ortográfico e Prosódico, nos dá, para significação de *ginásio*: — “Lugar em que se faziam exercícios de ginástica”. E Aulete, apresentando-nos

Este assunto é importante demais para ser tratado, assim superficialmente, em algumas tiras de papel: é assunto para um trabalho de fôlego, para um livro volumoso. Valha-nos, porém, para resumir e enfeixar, com felicidade, os nossos intentos, neste ligeiro disquete, esta sentença autorizada de Spencer: “O vigor do físico é necessário a fazer com que a educação intelectual seja útil para as lutas da vida”.



Uma vista do Ginásio S. Vicente de Paulo, em Vitória (E. Santo), cuja situação é maravilhosa: fica sobre a crista de um outeiro, próximo ao mar, onde se goza um clima amentíssimo marítimo, sem os inconvenientes da grande proximidade do mar.

do bronze a forma aprimorada de Apoxiomenos. Sabe-se, agora, o que vem a ser Apoxiomenos: uma estátua de linhas impecáveis, copiada de um original vivo, representando o ideal do verdadeiro atleta. Mas quem havia de fornecer a

o vocábulo no seu sentido e uso correntes, sentença, no Dicionário Contemporâneo, que *ginásio* é um “lugar em que se fazem exercícios ginásticos. Não se compreende, pois, um *ginásio* sem a cultura física dos seus educandos.

E já é tempo de se volverem as vistas dos espíritos responsáveis pela formação dos nossos homens de amanhã, para este alto ideal, que fala muito de perto ao progresso de nossa raça e a glória dos nossos destinos.