

ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO EXÉRCITO — URCA — Rio de Janeiro — BRASIL

FUNDADA EM MAIO DE 1932 — PELO GENERAL NEWTON CAVALCANTI

DIRETOR — TEN. CEL. RAUL MENDES DE VASCONCELOS
VICE-DIRETOR — CAP. JOSÉ CORRÊA VELHO
REDATOR-CHEFE — CAP. SÍLVIO AMÉRICO DE SANTA ROSASECRETÁRIO — 1.º TEN. CARLOS RIBEIRO TROVÃO
GERENTE — CAP. SÍLVIO TAVARES LIBÂNIO
PROCURADOR — SGT. AJ. AUGUSTO LOPES DA SILVA

EDITA-SE NO FIM DE CADA MÊS

Preço — 15000

Atrasados 25000

TODA A CORRESPONDÊNCIA DEVE SER ENDEREÇADA À REVISTA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SEM MENCIONAR NOME OU FUNÇÃO
AS ASSINATURAS CONSTAM DE 12 NÚMEROS, SÃO PAGAS ADIANTADAMENTE E COMEÇAM COM O NÚMERO A SER EDITADO.
PREÇOS: SOB REGISTRO: 15\$000; PORTE SIMPLES: 10\$000

O Sentido Político da Máxima de Juvenal

Quem se der a preocupação de manusear os Helenistas, desejoso de interpretar certas sutilezas da Grécia em determinadas épocas, certo se deslumbrará ante duas civilizações que se distinguem pelo exagêro, pelo transbordamento das medidas — cada uma com suas indisfarçáveis peculiaridades.

E assim, o espírito curioso, passeando pelos arredores da Tessália, o que vê — aproximadamente no 6.º século da nossa era — são os “meteóros”, como se denominam os mosteiros erguidos na crista de rochedos íngremes daquela região, onde se homisiavam os crentes e os sábios, exilando-se do mundo bárbaro.

Esses eremitas partilhavam o tempo entre os trabalhos manuais, a mortificação corporal e os exames de consciência. Povoavam a solidão interior — reflexo da outra que lhes rodeava — com o cantochão matinal e a hora das vésperas, que era, naquele tranqüilo ambiente, como que um murmúrio doloroso projetado de suas almas, aniquiladas pela contemplação excessiva.

Pretendiam, assim, com esta fuga sempre para o alto, vencer o inimigo vociferante, entregue, em baixo — no primitivismo da força sem contróle — a prélhos desordenados, pela conquista exclusiva de bens materiais.

Praticavam o hiperbolismo subjetivo dentro de uma passividade inseqüente, e sem, por conseguinte, repercussão exemplificadora.

Num recuo bem mais prolongado, no tempo, e permanecendo em relação ao espaço, delimitado pela mesma paisagem, assistimos depois a descida de Apolo do cimo do Olimpo — então morada dos deuses — para ir até aos homens e, a seu modo, os encaminhar à Perfeição.

Com tal ânimo se recolheu o deus olímpico ao antro de Delfos — depois de matar o monstro Píton: — saindo somente após ter colhido o louro que do esconderijo trouxe aos mortais, como estímulo à posse da beleza e da força física.

E foi tão eloqüente o incentivo, que em seguida, nas efebias e nos ginásios, se adestraram tanto os dis-

cípulos do egresso do Olimpo, que talvez não houvesse, nas provisões de Delfos, louros bastantes que chegassem para coroar — nos jogos píticos — o número imenso de triunfadores...

Com êsses processos e exercícios, pretendiam subjugar o inimigo eventual com a força, sem preocupação muito forte pela ginástica invisível da inteligência.

Agigantavam, desse modo, o valor da vida física.

Foram aquelas — duas civilizações deformadas pela superstição — e, como vimos, distanciadas, no tempo, que nos serviram de extremos, afim de estabelecermos o meio termo dos valores.

Pesando serenidades e violências, e medindo as circunstâncias que também determinaram as preferências de Esparta, cultivando unicamente as virtudes do corpo, e as inclinações de Atenas, exercitando-se mais no aprimoramento do espírito, foi que pensamos no poeta latino Juvenal, ditando a máxima que o popularizou através sucessivas gerações, transpondo o tempo e penetrando os lugares, chegando até nós.

“Alma sã num corpo são”, nada mais é, por consequência, que a moral provinda, como compensação, do conjunto de forças do corpo e do espírito, desenvolvidas de modo proporcional entre si. Tal esforço, sem dúvida, no propósito de se atingir aquilo que os atenienses chamavam de aticismo e os romanos de urbanidade.

No caso do poeta de Aquino — levando-se em conta o seu gênio satírico e os costumes dissolutos que sempre via nos governantes e régulos de sua pátria — teve a sua máxima, em origem, uma intenção absolutamente regeneradora.

Compreendia, assim, a fortaleza dentro do raciocínio; a bravura e o cálculo, em perfeita coligação, como base fundamental para as investidas guerreiras, e no empenho, também, de se impor uma diretriz nobre e segura às intermináveis justas políticas, ainda hoje marcadas pelo rubro líquido que jorra ao embate dos “idealismos”, na instalação das assembléias...

GONZAGA COELHO.

Um problema da máxima importância para nossa nacionalidade

Dr. Floriano Stoffel.

Livre Docente da Faculdade de Medicina, Assistente efetivo de Clínica Propedêutica, Médico Assistente à Educação Física das Escolas Técnicas Secundárias do Distrito Federal.

Dr. Paulo Frederico de Figueiredo Araújo

Especializado em Educação Física pela E. E. F. E. Assistente voluntário à Educação Física das Escolas Técnicas Secundárias do Distrito Federal.

O maior fator de progresso para uma Nação é, sem dúvida alguma, o estado de saúde de seus habitantes. Só se chegará, porém, a possuir essa saúde almejada, percorrendo os quatro caminhos seguintes:

1.º — Evitar o mais possível que se propaguem as doenças transmissíveis hereditariamente;

2.º — Evitar as doenças infecciosas e as que produzam espoliações orgânicas;

3.º — Dar ao povo uma alimentação abundante e saudável, isto é, que contenha todos os elementos necessários ao bom desenvolvimento orgânico;

4.º — Dar ao povo educação física, ensinando-o a viver ao ar livre.

Cada um destes itens merece artigos; entretanto, vamos tratar hoje do último deles: a educação física e a vida ao ar livre.

É lamentável o descaso dos nossos poderes públicos para esse fundamental meio de elevar qualidades físicas, morais, e espirituais do indivíduo. No Brasil, quasi se pode afirmar que a educação física não existe. Digo quasi, porque temos poucas, mas honrosas exceções, como por exemplo: a Escola de Educação Física do Exército, primoroso centro de preparação de monitores, instrutores e de médicos especializados, infelizmente ainda muito pouco conhecida, embora colocada em admirável recanto do Distrito Federal, na base do Pão de Açúcar, onde a beleza de sua elegante instalação, aliada ao cenário deslumbrante, arrancaram do Prof. Escudero, quando lá esteve em nossa companhia e de Berardinelli, a exclamação de que "aquilo era a 8.ª maravilha"; a Escola de Educação Física da Marinha, na Ilha das Cobras, as Escolas de Educação Física das Forças Públicas de Minas, S. Paulo, Pernambuco e, parece-nos, também do Rio Grande do Sul; a Escola de Educação Física do Pará; a educação física feita nas Escolas do Espírito Santo; a educação física das Escolas Públicas do Distrito Federal e a linda vitória do incansável Capitão Inácio Rolim, competente e batalhador, que conseguiu obter a inclusão da educação física na Universidade Mineira.

Fora essas instituições dependentes dos poderes públicos, salvo involuntária omissão, só a Associação Cristã de Moços, raras escolas de dansas clássicas e alguns colégios particulares, fornecem educação física aos que lhes frequentam.

Não faço referência a Clubes, sejam de Remo, Futebol, Tennis, Basket e Atletismo, por que nêles não se faz educação física e sim desportos.

Não se pode criar um desportista de um momento para outro; é preciso que o indivíduo que tenha o seu físico meticolosamente preparado e esse preparo se faz pela educação física bem dosada e orientada, e só depois de obtido esse ótimo de condição de saúde, depois de realizadas provas de controle dessas condições e consultadas as aptidões constitucionais e vocacionais, é que se permite a especialização. Fazer desporto sem ter curso de educação física é o mesmo absurdo que querer passar para o curso secundário sem ter frequentado o curso primário.

Vejamos como a maioria dos países encara o problema da educação física do seu povo.

Começemos pela **Inglaterra**. Lá, a Educação Física é livre, mas não há inglês que não a aprenda, pois todas as escolas têm, pelo menos, uma ampla sala para exercícios, e com aparelhos, quando não possuem edifício especialmente destinado à educação física, com instalações completas. O desporto obrigatório é o Futebol. O Governo mantém um corpo de Inspectores Escolares que, além de verificarem a parte relativa à instrução cuidam também da referente à educação física.

América do Norte — A educação física se faz nas Escolas e Clubes, que possuem funcionários de controle (médicos e técnicos de esporte). Alguns Governos estaduais têm organismos de controle esportivo, como p. ex. New-York. O Governo só cuida oficialmente da Educação Física nas Escolas Militares do Exército, Marinha e dos Índios. A educação física é, porém, preocupação nacional: todos a praticam.

Suissa — A educação física se faz nas escolas, desde a primária. Em cada fim de trimestre, todos os alunos recebem graus de educação física, como em qualquer disciplina. Possui a Suissa sua **Société Fédérale de Gymnastique**, organização a que pertencem associações de todo o país e que preside a todas as iniciativas esportivas. A mentalidade individualista do suíço é refratária a qualquer espécie de controle disciplinar, apesar de ser ele extraordinariamente disciplinado. Todos os fins de semana, o povo vai fazer exercícios; as cidades ficam vazias, buscando as montanhas no inverno, e os lagos no verão.

Polônia — Na Polônia, encontramos todas as atividades referentes à educação física, girando em torno das organizações seguintes:

a) União das Federações Esportivas — (Z. Z. — iniciais polonesas) — ins-

tuição privada, subvencionada pelo governo federal. Há 24 Uniões em todo o país, cuidando de todos os esportes (gimnástica, atletismo, futebol, natação, ski, vela, tennis, etc.). A essas Uniões, filiam-se 12.000 clubes com 550.000 sócios. A União das Federações protege os esportes e tem um Comité Olímpico em ligação com o Comité Internacional.

b) Uma organização cujas iniciais em polonês são P. U. W. F. e é assim denominada. É instituição governamental, que possui um "Bureau de l'Etat pour l'Education Physique". Em todas as cidades, há representações que são semelhantes à que existe em Varsóvia. O PUWF é composto de membros dos Ministérios da Guerra, Educação e Interior. Neste Bureau, existem consultórios médicos, onde são encontrados médicos especializados em desportes. Controla a educação física nas escolas primárias, secundárias e organiza o serviço de preparação militar (tiros de guerra). O Bureau tem locais preparados e instalações para o treinamento dos desportistas que mais se sobressaem em todo o país. Ins-titue insignia que é dada a todos os jovens das escolas que praticaram a educação física e o desporto. A educação física escolar não é obrigatória, mas a mentalidade do povo não prescinde de sua prática, de modo que ela é geral. Nas Universidades, há Ligas Desportivas que incrementam e dirigem o Desporto Acadêmico. Existe ainda um Conselho de Educação Física que estuda os novos métodos e técnicas desportivas.

Em Varsóvia, há duas Escolas Superiores de Educação Física, onde se faz a preparação de professores de educação física. Possuem vários cursos especiais, além do geral, que é de dois anos. Esses cursos especiais são:

1.º — Medicina Desportiva; 2.º — Instrutores do Exército; 3.º — Instrutores técnicos dos Clubes, etc. Estes cursos são em 2 e 3 meses.

Nas Municipalidades de Cracóvia e Posnan, há também Faculdades de Educação Física.

Como se verifica, a educação física na Polônia é do tipo intermediário entre o sistema livre e o oficial obrigatório, pois, apesar de possuir organizações privadas, também possui dois organismos oficiais de orientação e controle.

Tcheco-Eslováquia — Existe o Ministério de Higiene e de Cultura Física, cuja V Secção se destina à Cultura Física e à Proteção à Infância. Este Ministério encoraja a cultura física e a torna obrigatória nas Escolas. A Cruz Vermelha favorece notadamente a cultura física dos jovens escolares. Existem também organizações privadas de cunho patriótico ou religioso, como sejam os Sokols, os Obreiros, aquela do Orel e a Sociedade Alemã de Ginástica. O desenvolvimento físico na Tcheco-Eslováquia tem fundo patriótico. Em 1860, com a decretação nova Constituição Austrí-

aca, que libertava os povos que viviam subjugados à Austria-Hungria, viu a nação tcheco-eslovaca a possibilidade de conseguir suas velhas aspirações políticas e empreendeu em todo o país uma ativa campanha em favor dos habitantes que até então haviam sido desprezados pelo Estado.

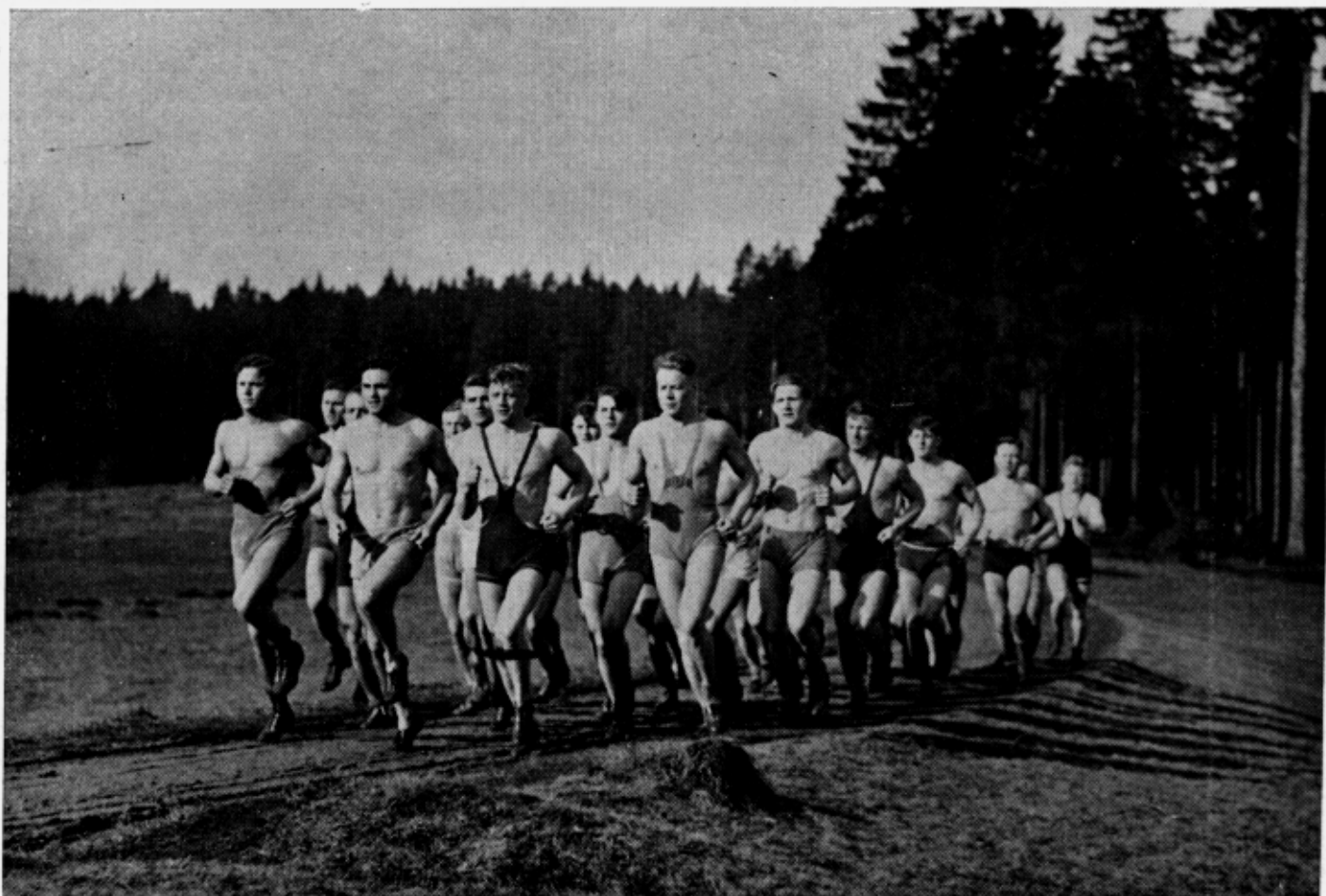
O despertar nacional se apoderou de todos, sem distinção de categorias sociais e surgiram em toda parte sociedades que ativaram a vida nacional, social e política. Durante aquêles dias de entusiasmo foi fundado o Sokol. Como se vê, essa organização para cuidar da educação física tem acentuado caráter nacionalista. Em 1897, com a entrada dos Social-Democratas no Parlamento Austriaco e por serem pelo Sokol, organização burguesa, excluídos os seus componentes que, por convicção política se declararam Social-Democratas, foi fundada a União dos Ginastas Obreiros, visando,

onal de Educação Física. Nas escolas, a educação física é obrigatória, sendo ministrada por professores formados por uma escola a tal fim destinada. As crianças passam por três exames médicos anuais: no início do ano letivo, no meio — por ocasião dos campeonatos escolares — e no fim do ano letivo. O esporte possui suas Federações, que são reconhecidas pela Comissão Nacional de Educação Física. Como Federações para amadores, recebem do Governo subvenções, por ocasião de campeonatos.

México — A educação física se inicia nas escolas primárias. A Secretaria de Educação tem grupos de professores que se incumbem dêsse mister. Os jovens iniciam a educação física pela ginástica e, assim, praticam os "jogos", dentre os quais o preferido é o futebol.

Para os anos superiores dessas escolas, há uma preparação de educação física e desportos mais intensa. Há en-

instrução aos operários e camponeses, elevar, enfim, seu nível de conforto, dando-lhes meios para fazerem um treinamento físico e cuidar ainda da educação intelectual e moral dos mesmos. Este Partido fundou, em todas as cidades, campos públicos com aparelhamento e pessoal técnico desportivo e médicos. As cidades têm então clubes particulares de operários e camponeses que usam aqueles estádios públicos. Hoje, dá-se grande importância à educação física naquele país irmão. Na sua maior data política, 20 de novembro, no ano passado, desfilaram na Capital, diante do Presidente, 200 mil atletas de todos os esportes. A direção da educação física e dos desportos é federal: "Dirección Federal de Educación Física", anexa, como já dissemos, ao Ministério da Educação. O México possui também uma Escola de Professores para preparar as moças como preparadoras de educação física.



A ALEMANHA NAZISTA cuida com especial carinho do desenvolvimento físico de seus filhos, como um fator de riqueza nacional. Êste é um flagrante da preparação olímpica alemã, para a próxima Olimpíada de Agosto.

mesmo no domínio da educação física, separá-los das associações burguesas existentes. Sabemos haver ainda na Tcheco-Eslováquia uma organização de caráter religioso, católica, mas infelizmente dela não possuímos maiores informes. Nas três dominam interesses religiosos, morais, políticos e esportivos. Essas organizações são inteiramente privadas, mas delas fazem parte, pelas razões acima expostas, números quasi fantásticos de associados, cerca de um milhão dêles. Em Praga, há uma escola para preparar professores de ginástica.

Uruguai — O Ministério da Instrução possui, a êle anexada, a Comissão Naci-

tão torneios entre escolas públicas e particulares e também entre si. Si os jovens têm queda para qualquer desporto, procuram então os Clubes particulares. Há clubes de Futebol, "Base-ball", tennis, etc. Nas escolas profissionais e secundárias, há ainda um regular serviço de educação física e desportos, havendo então competições inter-estaduais e internacionais. Um aspecto interessante da organização esportiva do México é aquele que se refere aos operários. O Governo do México é formado pelo Partido Nacional Revolucionário, de ideologia a mais radical possível e que tem, por um de seus **desiderata**, dar maior

Dinamarca — O Governo da Dinamarca tem tomado parte ativa nos esforços para assegurar o progresso da educação física no país. A lei de 1814 sobre os fundamentos da educação elemental naquele país, deu à ginástica um lugar permanente nas escolas de primeiros ensinamentos, e em 1830, o exercício físico foi introduzido em todas as escolas do reino. A Dinamarca foi um dos primeiros países a se deixar arrebatar pelo movimento de renascimento dos exercícios físicos ocorrido no continente europeu há uns 150 anos mais ou menos, sendo mesmo o primeiro país que reservou um posto de honra na "educação nacional",

para a ginástica, com o fim educativo e disciplinador sobre a nação inteira".

A Dinamarca, além das Escolas Populares para Adultos, em que o Estado ministra educação física aos que a frequentam, possui escolas particulares para homens e para mulheres, que são oficializadas e subvencionadas pelo Governo. Para moças e senhoras, citamos a "Escola de Ginástica de Junker" estabelecimento internacional de educação física, situada em Silkeborg, Jutlândia, criada em 1910, e que, iniciada com cursos de férias, em 1929, dava cursos de três anos de duração. Várias das provas por que passam as suas alunas, como p. ex., a final, são prestadas debaixo da fiscalização do Inspetor Principal do Departamento Educacional do Ministério de Instrução Pública. Esta Escola tem sanção do Departamento e é por ele inspecionada. Dirige essa Escola o Sr. H. G. Junker, professor e inspetor, tanto na Dinamarca, como na Inglaterra. Outra Escola para Senhoras e Moças é a da Srta. Agnete Bertram, formada em ginástica pela Universidade. Em 1920, foi a Srta. Bertram nomeada professora da Universidade e, no mesmo ano, fundou a sua própria Academia de Ginástica. Em 1926, tinha a Academia 1000 discípulos. Em 1928, fundou a Srta. Bertram sua própria escola, para instrução de professoras de ginástica. Possui esta notável educadora um sistema próprio que tem despertado a atenção de vários países, que têm solicitado visitas suas e de suas alunas, visitas estas que têm deslumbrado com suas demonstrações. Para homens, possui a Dinamarca a Escola Superior de Ginástica de Nicolas Brukh, construída em 1920. Brukh seguiu o curso de instrutores organizado pelo Estado nos anos de 1908 e 1909. Em 1914, obteve o lugar de instrutor de ginástica da Escola Popular para Adultos em Olerup, Fionia.

Recebe a Escola de Brukh subvenção pública e é reconhecida oficialmente. Os exercícios ginásticos sempre formaram parte integrante da educação prodigalizada pelas Escolas Populares para Adultos, e os alunos, em particular os adolescentes, de ambos os sexos, consideraram sempre a ginástica como parte não menos interessante que a instrução. Tratando, em alentado volume, do seu sistema, diz Brukh, que o objeto é de criar e formar uma juventude galharda e honita, forte e ágil, com boa vontade e energia para controlar suas faculdades e empregá-las em prol do bem comum. Os exercícios preconizados por esse vigoroso educador, têm uma finalidade outra, qual a que consiste no método de trabalho, pois os exercícios visam direta e racionalmente remediar os defeitos corporais quanto à força, à agilidade e à flexibilidade, e impedir qualquer tendência unilateral e anormal que possa desenvolver os músculos em outros sentido que não seja de harmonia perfeita. Essa Escola é conhecida universalmente e a ela afluem jovens de todas as partes do mundo. Tem sido visitada inúmeras vezes por grandes turmas de professores de outros países, como por exemplo as do Colégio Russel Sage, Escola Ginástica importante em Troy, Estado de New-York.

Itália — Anexo ao Ministério de Educação, há um Departamento de Educação Física, que depende a maior parte

do orçamento daquele Ministério, tal a importância que lhe empresta o governo fascista. Aos 4 anos de idade, ainda em período pré-escolar, as crianças são entregues aos cuidados do Estado, quanto à educação física. As cidades são divididas em zonas de centros de educação físicas. Nesses centros, o exame médico é diário. Nessa idade, se inicia a ginástica. Aos 6 anos, as crianças entram para a "Obra Nacional Balila", onde permanecem até 14 anos. Inicia-se a educação física sob o controle do médico especializado no assunto pela Academia Superior de Educação Física. Dos 14 aos 18 anos, os jovens passam de "Balilas" para "Avanguardistas" e recebem uma educação física e desportiva mais intensa e pré-militar: tiro, vãos em aeroplanos sem motor, excursões, etc. Aos 18 anos, prestam os fascistas o serviço militar. Até aos 57 anos o italiano faz, nos centros de ginástica do Estado, os exercícios físicos que lhe são próprios e pratica os esportes. Há, na Itália, escolas que preparam instrutores e escolas para especialização esportiva. Existem, além disto, as colônias de pré-tuberculosos, colônias de férias para os filhos dos operários, etc. Pretende o fascismo preparar um país para o futuro, daí o carinho, para muitos excessivo, dado à criança e ao jovem, cuidado que bem se avalia, dizendo-se que para tornar forte o seu povo, possui a Itália 3.773 campos de educação física.

Rússia — Na Rússia atual, a educação física é função do Estado; possui esse país um Conselho Superior de Educação Física com quatro departamentos autônomos "para formar uma nova geração de operários sãos, alegres, capazes de criar a força do país soviético e defendê-lo contra seus inimigos" (Stalin).

A educação física no país dos Soviets tem base científica. Foram construídos numerosos estádios, com organização metódica, parques para recreios esportivos nas fábricas, locais de repouso e cultura física, cidades esportivas, institutos científicos de cultura física.

Cerca de trezentos estudiosos, repartidos em quatro centros de estudos, consagram suas atividades ao melhoramento do esporte soviético, além dos que desenvolvem suas atividades nos institutos científicos de educação física.

Austria — A educação física se inicia nas Escolas públicas, como si fosse uma disciplina do curso de instrução. A organização é semelhante à da Suíça e Alemanha. Quanto aos esportes, quando Chanceler, o Príncipe de Starbemberg fundou uma Associação do Estado que controla todas as atividades desportivas. Essa organização é muito recente e dela não possuímos mais informes.

Bélgica — Neste país, a educação física é iniciada nas escolas primárias. Os desportos são praticados em Clubes, cujas organizações muito se assemelham às dos que possuímos.

Em Gand e Liège, nas suas Universidades, há cursos para formarem professores de educação física.

Houve, no ano passado, em Bruxelas, um Congresso Internacional de Educação Física e, para a ele comparecer, recebeu o governo brasileiro especial e

gentil convite, do qual entretanto não se serviu.

Suécia — A educação física é, neste país, uma disciplina como a geografia, matemática, etc.

Possuindo um método de Educação Física nacional, o sueco, criação de Pedro Henrique Ling, nascido em Lynuga, Luécia, em 1776, natural é essa veneração que os suecos têm pela Educação Física.

Há um controle médico rigoroso das crianças e a designação de ginástica a fazer — por exemplo, a ginástica ortopédica, quando necessária.

Os médicos são especializados em educação física, depois de cursarem o Instituto para tal fim existente. Inúmeras cidades têm estádios públicos que são construídos e pertencem às municipalidades.

Finlândia — O país é dividido em zonas desportivas, tendo cada uma seu corpo de técnicos de esportes e médicos especializados em educação física. O controle é federal.

Japão — Na terra dos crisântemos e das gueichas, todas as atividades referentes à educação física estão subordinadas a um departamento do Ministério de Educação. É a educação física feita desde as escolas primárias até as universidades. Não há japonês que não tenha praticado educação física.

Nas aldeias, a municipalidade constrói estádios públicos para o povo. A educação física é perfeitamente científica e cientificamente controlada.

Bulgária — Bulgária possui em seu Ministério de Instrução Pública uma secção de Cultura Física (colônias de férias, cantinas escolares, organizações esportivas e humanitárias). Possui ainda a Federação Esportiva Nacional e a União das Sociedades de Ginástica — "Unak".

Canadá — A educação física e os desportos são, no Canadá, preocupação de algumas municipalidades; outras, porém, não se interessam pelo problema.

Assim, 15 cidades canadenses dispenderam para mais de 3 milhões de dólares com a criação de 281 campos de jogos e centros de recreação, sob a direção de 624 monitores profissionais. Há também associações privadas que tratam de educação física e dos desportos e são subvencionadas pelas Municipalidades.

França — Os esportes e os exercícios físicos são encorajados moral e financeiramente pelo Ministério de Instrução Pública. Numerosas sociedades de escoteiros, de esportes, de educação física fundam campos de jogos e agrupam a juventude a educar. Estes agrupamentos, no correr dos últimos anos, tomaram grande incremento e se constituíram em Federações.

Alemanha — A Alemanha possui, no Ministério de Propaganda, um Encarregado dos Esportes para todo o País. Este é Von Tschammer und Osten. As autoridades municipais têm corpo de Médicos de Esportes que fazem, nas Escolas e Clubes, quatro exames anuais.

Argentina — Na Argentina, embora existindo um Instituto Nacional de Educação Física fundado há 25 anos e federal a educação física, ao contrário do que se verifica com os desportos, cuja organização é modelar, não conseguiu o prestígio a que tem direito, porque não interessa de todo aos administradores.

O Instituto luta, desde o seu nascimento, com a indiferença do meio e dos dirigentes. Esta escola forma técnicos esportivos e médicos especializados.

Existe, todavia, educação física nas escolas e também exames médicos regulares. A Municipalidade de Buenos Aires, por intermédio de sua Direção de Educação Física, desenvolve um plano de ação cada vez mais intenso em favor da criança. Reunindo várias organizações de benefícios às crianças, mas, que jaziam dispersas, e juntando-as às instalações desportivas e de jogos das praças, os Recreios Infantís, de recente criação, e em especial as Colônias de Férias, orientou todas estas instituições, agora agrupadas sob sua direção, num plano de conjunto, para o fim de prestar à criança benefícios reais para o corpo e espírito. O plano tem, por eixo, a Educação Física, sendo esta controlada pelos médicos.

Nas cidades do interior, as municipalidades constroem estádios públicos.

Pederíamos continuar as citações, porém, cremos ter convencido aos mais incrédulos com a relação não pequena, apresentada, provando o grande valor da Educação Física como elemento utilíssimo para o desenvolvimento de um povo.

Si não fora assim, os países referidos não se interessariam tanto por este problema.

Os leitores por certo notaram que em uns poucos países a educação física é livre, isto é, não é preocupação direta dos governos; e nos demais, na grande maioria, o governo se arroga a orientação e o controle e a torna obrigatória.

Notaram também, que, embora os governos não tomem parte ativa na organização da Educação Física em certos países, todavia facilitam-lhe meios, isto é, subvencionam as organizações que se propõem realizá-la.

Nós possuímos um Ministério de Educação e Saúde Pública, onde naturalmente caberia uma secção destinada à Educação Física, si quisermos tomar a palavra Educação no seu bom sentido e não simplesmente como se referindo à instrução.

"Educar é influir na organização das condutas motrizes de conservação e defesa da vida, diretas e imediatas, e nas de organização social do pensamento para reacções indiretas e imediatas". (Hábito e pensamento — Lourenço Filho).

"A Educação integral consiste na normalização das reacções que produzem com-

pleto desenvolvimento orgânico e na normalização das que promovem o mais amplo desenvolvimento psíquico" (Souza Ferraz). A intervenção educativa opera no sentido de favorecer as condições físicas, a ginástica e os jogos, a hygiene, etc., de provocar o contacto da criança com os agentes de desenvolvimento mental, afim de que adquira experiência, facilite e normalize as formas de reacção inteligentes.

Para nós, a palavra educação tem um significado amplo e compreende a educação do físico, do intellecto e da moral.

Infelizmente, no nosso Ministério de Educação, nada existe, segundo informações nele colhidas, que se refira à Educação Física, nem órgão algum possue que a superintenda, dirija, ou controle. E' tempo, porém, de remediar essa falta.

Está o ilustre ministro Capanema empenhado em organizar o plano Nacional de Educação. Si S. Ex. quiser nele incluír os cuidados que devem ser devidos a esse ramo da educação integral, que é a Educação Física, terá prestado ao brasileiro relevante serviço, pois lhe facilitará melhor saúde e robustez.

A nossa actual Constituição, no seu art. 5, diz: — "Compete privativamente à União... XIV — traçar as diretrizes da educação Nacional;" e no Capitulo II — "Da Educação e da Cultura" — art. 150: "Compete à União: a) fixar o plano nacional de Educação, compreensivo do ensino de todos graus e ramos, comuns e especializados, coordenar e fiscalizar a sua execução em todo território do país.

Para satisfazer a estes dispositivos e de acôrdo com o que se lê na Secção II — "Das atribuições do Poder Legislativo" — no item 8 — legislar sobre... letra e) todas as matérias de competência da União constantes do art. 5.º ou dependentes de lei federal, por força da Constituição, e mais no art. 152 do capitulo 2 — Da Educação e da Cultura — que reza — Compete precipuamente ao Conselho Nacional de Educação, organizado na forma da Lei, elaborar o plano nacional de Educação para ser aprovado pelo Poder Legislativo e sugerir ao Governo as medidas que julgar necessárias para a melhor solução dos problemas educativos, bem como a distribuição adequada dos fundos especiais, a Comissão de Educação e Cultura da Câmara dos Srs. Deputados, estudou e viu brilhantemente relatado

pelo Deputado Prado Kelly, da bancada fluminense, o projeto 193 de 1934, que "Reorganiza o Conselho Nacional de Educação". O parecer Prado Kelly, no seu Art. 2.º diz: "O Conselho Nacional de Educação terá as seguintes atribuições: 1.º — Elaborar o plano de Educação para ser aprovado pelo Poder Legislativo (Const. Federal, Art. 152); 2.º — Propor ao Poder Legislativo quaisquer modificações... (Const. Fed., art. 150 — par.º único). 3.º — Sugerir ao governo as medidas que julgar necessárias para a melhor solução dos problemas educativos... etc. etc. 8.º — Elaborar o ante-projeto de organização do Departamento Nacional de Educação, mediante os estudos a que procederá a actual directoria.

Assim, pode o Conselho Nacional de Educação, quando elaborar o Plano Nacional de Educação e o ante-projeto de organização do Departamento Nacional de Educação, sugerindo ao governo as medidas que julgar necessárias para a melhor solução dos problemas educativos, corrigir a lacuna por nós apontada, incluindo, no plano geral de educação, aquela parte que é tão importante, ou melhor, mais importante do que a instrução propriamente dita, porque não mais se pode compreender, e nenhum pedagogo admite, que em corpo doente, fraco e mal alimentado, possa crescer, vicejar e produzir, a semente da instrução.

Embora o parecer Prado Kelly não proponha tacitamente para membro do Conselho Nacional de Educação, alguém especializado em Educação Física, poderá ser nele incluído, si o Exm.º Sr. Presidente da República, satisfazendo a letra b do art. 3.º do referido parecer, que trata da composição do C. N. de E. e "dos 12 membros com mandato por seis anos, escolhidos dentre pessoas de reconhecida competência para essas funções, e, de preferência, experimentados na administração do ensino de diversos graus e regiões e conhecedores das necessidades nacionais", escolher, um técnico de Educação Física que bem conheça tanto o método como o controle, como lhe cabe fazer segundo se deprende do § 1.º do citado artigo 3.º que diz: "A primeira nomeação dos membros referidos na alinea b será feita pelo Presidente da República por escolha em lista de 36 nomes, apresentada pelo Diretor da actual Directoria Nacional de Educação, por intermédio do Ministro da Educação e Saúde Pública e acompanhada dos títulos comprobatórios de competência e idoneidade de cada nome proposto".

Um apêlo à mocidade do Brasil

Palavras do General Newton Cavalcanti ao microfone da Rádio Cruzeiro do Sul,
na inauguração do programa olímpico.

Honrado com o convite do Representante Olímpico para o Brasil, dirijo-me ao povo de minha terra especialmente à mocidade pátria no momento em que se inicia a hora olímpica entre nós, promovida pelo Comité de Propaganda Germânica.

A frase: EU CHAMO A MOCIDADE DO MUNDO! — tem sido o sinal de reunião, que, de há muito se vem ouvindo em todos os recantos da terra, partido do sino olímpico alemão, convocando a mocidade para a reunião, onde se vai medir a potencialidade física dos povos na XI Olimpíada a realizar-se em Berlim.

O BRASIL atendeu à chamada da culta Alemanha e já se inscreveu entre as 50 nações concorrentes.

No início da sua vida desportiva, vai se fazer representar neste certame histórico, não como um concorrente, mas como um observador conciente que de-seja tirar ensinamentos que possam constituir futuramente as bases para uma nova orientação desportiva do nosso meio. Tenho fé na mocidade da nossa terra e estou convencido de que nenhum brasileiro negará apóio moral e material para a organização desta emoçãõ, que, na cultura ALEMÃ, vai tornar mais conhecida a bandeira da nossa Pátria. É necessário, entretanto, que um ambiente de paz permita aos encarregados dessa seleção um trabalho calmo e conciente. É necessário que a representação seja, sob o ponto de vista físico, moral e intelectual, capaz de cumprir a sua missão, isto é, de assimilar, em pouco tempo, os ensinamentos para difundi-los nos nossos meios desportivos, apertecendo o nosso potencial técnico, para que possamos, nos futuros certames, concorrer com a mocidade do mundo.

É necessário que a nossa delegação seja, de fato, o reflexo integral do espírito cultural que domina o nosso meio, principalmente na parte relativa à educação integral, onde já possuímos verdadeiros valores. Para isso, é preciso que as provas de seleção de ordem moral, física e intelectual sejam bem estudadas, afim de se apurar um conjunto homogêneo da nossa nacionalidade.

Tenho confiança nas autoridades, nos dirigentes de nossas entidades desportivas e, sobretudo, na mocidade pátria; e estou certo de que todos concorrerão para que a nossa delegação seja o reflexo desse espírito novo, que povoa o ambiente brasileiro.

É necessário, sobretudo, que essa mocidade seja de fato disciplinada e conciente, sem o que nada poderemos fazer em um meio adiantado como a Alemanha, onde toda sua formidável organização se baseia nesse espírito conciente da disciplina, sob todos os pontos de vista.

É necessário que todos tenham em seu pensamento — não as entidades desportivas e culturais que se vão fazer representar, mas sim a mocidade do Brasil, fazendo conhecidos os progressos da nossa raça, o Brasil de hoje, já integrado no concôrto das nações, com todo seu patrimônio moral, intelectual e físico.

Cabe à mocidade da nossa terra essa tarefa, de cujo êxito dependerá o conceito a ser feito de nossa cultura, da nossa grandexa e do nosso progresso.

Troféu "Sílvio Padilha"

A PRIMEIRA DISPUTA — UM GRANDE PASSO PARA O DESENVOLVIMENTO DO ATLETISMO EM MINAS GERAIS

Por iniciativa do Sr. Gerson Sabino e com a colaboração dos Capitães Osvaldo Niemeyer, do Exército, e Lélío Graça, da Força Pública, o primeiro instrutor do D. I. da Força Pública de Minas, e o segundo, diretor técnico do mesmo, foi realizado na Capital mineira, nos dias 8, 9 e 10 de novembro do corrente ano, a disputa do troféu "SILVIO PADILHA".

Com uma organização "sui-generis", o referido troféu, cujo nome foi dado em homenagem ao maior dos atletas que tem o Brasil possuído, é para ser disputado em três anos, ficando de posse do atleta que vencê-lo por duas vezes. A disputa consiste em 10 provas, um decátlon não oficial.

Concorreram ao referido certame 15 atletas, sendo 3 da E. S. A. V. de Viçosa, 1 do Gammon, de Lavras, e o restante, de Belo-Horizonte.

As provas foram presenciadas por numeroso público. O homenageado Sílvio Padilha, que também representava o General Almério de Moura, Comandante da 2ª Região Militar, contribuiu com sua presença para realçar o brilho da competição. Foi primeiro vencedor da disputa, Carlos Durand, da E. S. A. V., de Viçosa, que marcou 33 pontos, sendo vencedor individual de: 100 metros rasos, salto em distância e em altura. Marcando o 1º lugar 6 pontos, pode-se avaliar o futuro deste rapaz, que conseguiu pontos em todas as provas. Em segundo lugar, classificou-se José Cândido, também da E. S. A. V. de Viçosa, com 31 pontos e, em 3.º, o festejado corredor mineiro Juvenal Santos, do A. F. C., de Belo-Horizonte, que apesar de só ter entrado em 4 corridas, conquistou 17 pontos.

Ao 1.º colocado, foi entregue o troféu de posse transitória, a medalha de ouro "FOLHA DE MINAS" e mais 6 medalhas; ao 2.º colocado, José Cândido, foi entregue um bronze, oferta de Sílvio Padilha, pelo melhor resultado: 400 metros rasos em 53" 2/5, após ter corrido a preliminar 20 minutos antes e ter tomado anteriormente parte na disputa de vara (3.º colocado) e disco (vencedor). Recebeu também mais 5 medalhas.



O HOMENAGEADO ENTRE OS PROMOTORES DA COMPETIÇÃO. — O TROFÉU. — UM SALTO DE HELVÉCIO CARVALHO, DO A. F. C. — O DESFILE DOS ATLETAS.

PRINCÍPIOS PEDAGÓGICOS

Pelo 1.º Ten. Valdemar de Lima e Silva

Todos nós conhecemos a origem dos nossos conhecimentos. Conhecemos, de um modo geral, que os nossos valores físico, moral, intelectual, começam com conhecimentos pouco precisos e vagos.

A ação contínua e incessante da civilização faz que estes conhecimentos cresçam e progridam com tal intensidade, que, para conseguirmos conservá-los e aplicá-los, é necessário proceder-se a um trabalho sistematicamente metódico.

Estas idéias iniciais, estes conhecimentos empíricos, acumulam-se, coordenam-se, integram-se e surge então a ciência. Esta chega ao seu fim, não examinando o fato isolado, mas estabelecendo relações e ligações que os fatos têm entre si, uns com os outros, e só assim há o aparecimento das causas e das leis. Onde está colocada a Pedagogia? — Ciência, arte, disciplina...

A Pedagogia abrange praticamente a vida. Não se limita a satisfazer a nossa imperiosa necessidade de conhecer os fatos e explicá-los; ela toca a ação humana, modificando-a e melhorando-a com as suas normas traçadas, elevando-a, procurando tornar mais perfeitos os afazeres humanos, tirando-lhes vagarosamente os inconvenientes, subtraindo o inútil e corrigindo-lhes os erros. O homem, com o saber, consegue derrubar obstáculos gigantescos; êle não considera o saber um prêmio último e independente, mas, sim, um meio firme e certo para aumentar o seu poder, fazendo, em todas as ocasiões, valer a sua vontade. A origem do saber é uma necessidade prática; é uma contribuição, um auxílio para aumentar e aperfeiçoar a atividade na vida. Pedagogia então não é ciência simplesmente teórica. Pedagogia é o estudo da educação, com o fim de se tirarem regras que sirvam para a aplicação prática. O progresso intelectual, moral e técnico não desaparece em virtude da educação.

A educação torna possível a conservação e a transmissão dos conhecimentos, por meio dos quais se obtém a continuidade e o progresso da cultura.

O indivíduo e a sociedade humana necessitam da educação; o homem tem o máximo de inteligência e o mínimo de instinto; não é guiado por tendências inatas e imutáveis, mas nasce com simples aptidões e disposições, as quais só se transformam em ações, quando necessitam do auxílio da experiência e do exercício. Indivíduo algum vive numa sociedade, sem saber qual é e como é o meio social; só assim consegue adaptar-se ao

ambiente e então tomar parte na cooperação social. Dêste modo, poderá ser útil a si e aos outros.

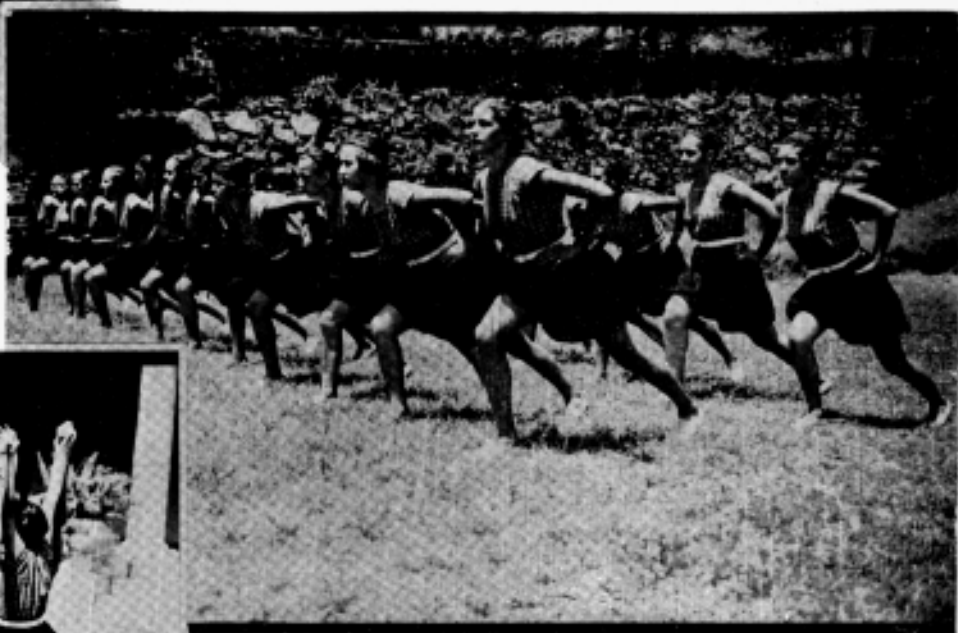
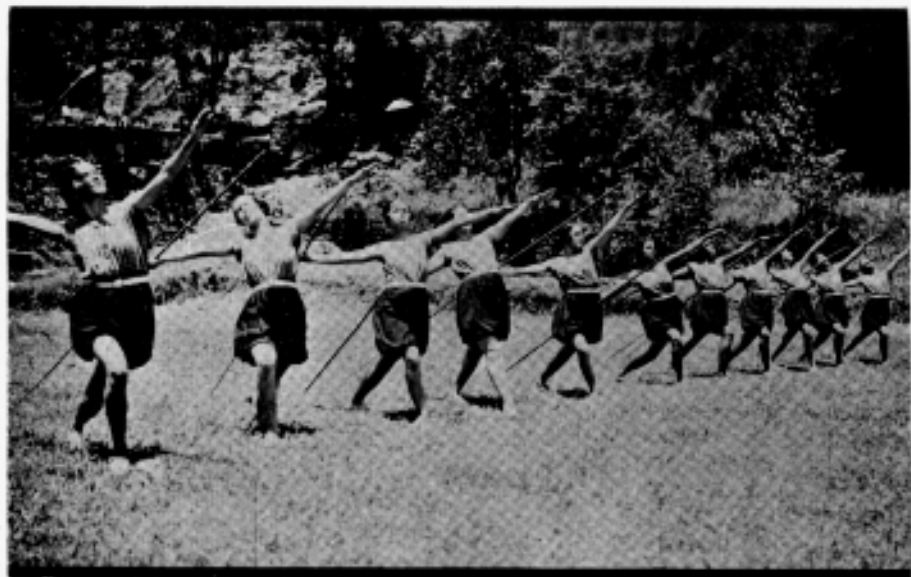
O conjunto das ações que se exercem sobre um indivíduo, afim de tornar mais rápido e aperfeiçoar o seu desenvolvimento, para o tornar mais apto a viver no ambiente físico, e na sociedade de que faz parte, chama-se educação.

A intensidade da educação varia nos indivíduos. Assim, quando êle tem uma tendência favorável ao saber e à virtude, quasi não há necessidade de educação; o seu adiantamento moral e intelectual realiza-se por si. Quando a disposição é, porém, anormal, e se impele ao egoísmo, ao meio e a supremacia da animalidade sobre a humanidade, então a ação corretiva e melhoradora da educação é quasi nula, pouco producente.

Vejamos a criança; dois são os obstáculos principais: um dêles, quando falta a força de vontade por parte da criança; o outro, quando a criança nasce com uma certa tendência para o mal. Além do mais, a educação é impedida pelas condições especiais da vida social. A educação então, deve atuar sobre a criança desde os primeiros anos, isto é, quando tem ainda a máxima plasticidade, e não está ainda com certos hábitos, e menos ainda se ach: formado o caráter. A educação tende a fazer da criança um homem; tem a sua ação, pois, enquanto o indivíduo está se tornando homem e cessa a sua ação quando o indivíduo não tem mais necessidade do auxílio e do domínio dos outros. O desenvolvimento orgânico e psíquico não pára, quando o ser está formado homem, continua como progresso até a velhice, e em seguida até a morte do indivíduo, como regresso. Todo ser normal resiste sempre às influências do mundo exterior, e não recebe de um modo passivo estas influências; por meio da vida social, chega a transformar o ambiente em que vive, tornando-o tal qual as suas exigências e necessidades requerem.

Inicialmente, o homem segue uma vida simples e perfeitamente natural, e depois eleva-se vagarosamente do estado de incivilizado, e faz valer na natureza a sua vontade, o seu saber, e seu enorme poder. — Pelo nascimento, cada ser humano começa a fazer parte de um grupo social dotado de sentimentos, pensamentos, tendências bem determinadas, e recebe a ação desses exemplos. O indivíduo acha-se, nessa grande fase, em estado de completa dependência física e aceita passivamente tudo aquilo que pensam e fazem os que dêle cuidam e que o defendem. Isto se passa de uma maneira involuntária e quasi inconscientemente, em virtude da sugestão e da imitação. A vontade dos mais fortes é imposta ao indivíduo, e êle então aceita suggestionado. Tudo que os mais fortes e ativos fazem é imitado pelos mais fracos e passivos, de uma maneira inconciente e espontânea. A imitação é, pois, um efeito da sugestão. Dêste modo, há a formação de uma tradição e um costume; compreende ainda as mais insignificantes particularidades da vida individual e adquire uma grande força imperativa. A educação social deve ter sempre em vista que a sociedade é uma organização que não existe separada dos indivíduos que a constituíram, mas consiste na sua vontade de se unirem e de cooperarem para o bem comum. Os indivíduos não perdem a liberdade e a autonomia, e nem se transformam em autómatos dóceis e passivos: conservam e reforçam a sua personalidade. A educação da sociedade deve ter sempre em vista êste principio: o respeito e o favorecimento da personalidade.

Preparando
a geração
do futuro



Na Fundação Osório

AS ALUNAS DÊSTE PRIMOROSO ESTABELECIMENTO DE EDUCAÇÃO FEMININA PRATICAM DIÁRIAMENTE A EDUCAÇÃO FÍSICA, NO MEIO DA FARTA VEGETAÇÃO QUE CIRCUNDA A ESCOLA, ENRIQUECENDO O CLIMA DO LOCAL. ESTAS GRAVURAS SÃO FLAGRANTES DAS LIÇÕES DIÁRIAS MINISTRADAS PELO CAP. SIMAS DE MENDONÇA.

PREPARAÇÃO OLÍMPICA FEMININA

REALIZADA NA PISCINA DO CLUB
GERMÂNIA, DE S. PAULO,
PROMOVIDA PELA

LIGA DE ESPORTES DA MARINHA



AS NADADORAS
CARIOCAS

LÚCIA CORDOVIL,
NEUSA CORDOVIL,

CLARA SOARES
E HILDA DIAS



E, NO MEDALHÃO, A FA-
MOSA NADADORA PAULIS-
TA MARIA LENK, QUE
HÁ POUCO, NA PISCINA
DO FLUMINENSE, BATEU
O RECORD MUNDIAL DE
400 METROS, DE PEITO.

O TENIS INFANTIL

Este esporte elegante, benéfico para a saúde e educador do caráter, tendo sofrido uma metamorfose radical, se tornou o esporte de todas as classes, de todas as idades e se tornará esporte das massas.

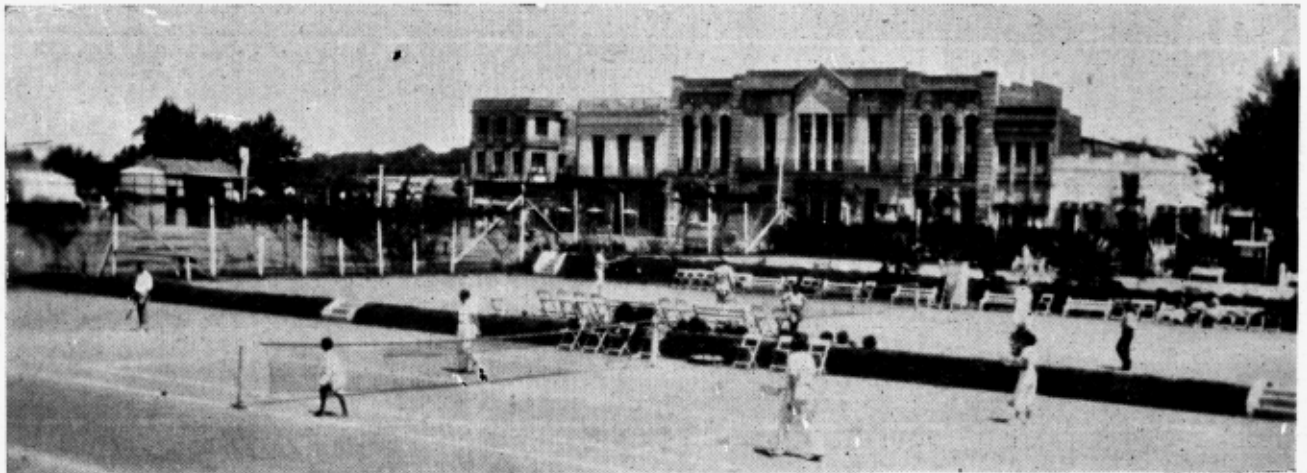
E' o esporte da combatividade.

A combatividade no tenis é fruto de um esforço que deriva duma coerção do próprio eu, a vontade se empenha sem ser ajudada por instintos, baseando-se unicamente sobre motivos de caráter ideal. E' por essa razão, a forma de luta que

Pelo Cap. Armando de Freitas Rolim
PRESIDENTE DO "LIVRAMENTO TENIS CLUB"

Um jôgo complexo como é o tenis não pode, de modo algum, ser dominado senão depois de muitos anos de prática e de observação. Daí, a necessidade de ser começado desde cedo; seu domínio está ao alcance de todos, desde que se pratique muito e constantemente. Vejamos o que diz a respeito o grande Tilden: "Não vejo nenhuma razão para que qualquer pessoa que pos-

Si não nos interessarmos pelo tenis infantil, com torneios abertos internos. Damos assim aos meninos oportunidade para se disciplinarem e aperfeiçoarem seu jôgo. Recordamos-lhes, a miúde, estas palavras de Tilden: "O tenis me deu o contrôle de mim mesmo, a paciência e a coragem que possuo. Eu era antes de começar a praticá-lo um menino nervoso, irritável e ridiculamente sensível. Muitas destas qualidades, é certo, permanecem comigo, mas hoje sob meu contrôle. As dificuldades da cancha de tenis têm tido a virtude de eliminar muitas asperezas e muitas extravagâncias de minha meninice e de



VISTA PARCIAL DA PRAÇA DE TENIS DO "LIVRAMENTO TENIS CLUB"



A TURMA INFANTIL QUE TOMOU PARTE NO ÚLTIMO TORNEIO

melhor responde às necessidades da juventude moderna.

Essa combatividade é uma manifestação de coragem; não da coragem necessária para vencer o instinto de conservação ante o perigo, mas uma coragem moral que consegue submeter os nervos à obediência da vontade; forma de coragem que, si bem menos aparente, é igualmente importante e educativamente mais útil.

sua um corpo são e forte e seja mentalmente normal, não possa aprender todos os segredos do tenis; não há mais nada de misterioso ao redor dêle, pois que todos os seus golpes estão baseados em firmes principios científicos. Tudo se trata, pois, de observar, concentrar-se no jôgo e trabalhar duramente nas sessões de prática, até se ir dominando por completo todos os seus golpes".

minha adolescência e me ensinaram uma grande lição: a normalidade de vida".

Tal tem sido a atenção que o Livramento Tenis Club dedica ao tenis infantil que, no quadro de seus melhores jogadores, já figuram elementos que passaram pela categoria infantil, tendo a referida agremiação somente quatro anos de existência. Assim pensamos formar os nossos futuros campeões.

A Ginástica Infantil, Como Fator de Desenvolvimento Cerebral na Espécie Humana

(CONTINUAÇÃO)

PELO CAP. MÉDICO DR. OTÁVIO SALEMA
MÉDICO MILITAR E CHEFE DA SEÇÃO DE HELIOTERAPIA DO INSTITUTO
DE ASSISTÊNCIA E PROTEÇÃO À INFÂNCIA DO RIO DE JANEIRO

A VIDA É O MOVIMENTO. NO PERÍODO DE GESTAÇÃO, QUANDO ÊLE SE MANIFESTA, NOS DÁ A CERTEZA ABSOLUTA DA VITALIDADE DO FETO.

E CONTINUA DEPOIS SEMPRE O MOVIMENTO ENTRETENDO A VIDA E SENDO A SUA MAIOR EXPRESSÃO.

O PUERICULTOR DEVE ENCARAR COMO PROBLEMAS MAIS SÉRIOS E FUNDAMENTAIS O REGIME ALIMENTAR, O AR RESPIRADO, O SOL E A EDUCAÇÃO FÍSICA.

SI A GINÁSTICA NA CRIANÇA ANORMAL, CIENTÍFICAMENTE MINISTRADA, CORRIGE DEFORMAÇÕES, RESTABELECE PARAPLEGIAS, NA CRIANÇA Sã, COM O TRABALHO MUSCULAR METODIZADO, TEMOS ASSEGURADA A MAIOR ATIVIDADE CIRCULATÓRIA, APERFEIÇOANDO O METABOLISMO, TRAZENDO POSSÍVELMENTE O DESENVOLVIMENTO PREMATURO DO SISTEMA NERVOZO.

Orlando Goes

Terminamos o nosso último artigo assinalando a vantagem que a ginástica proporciona às crianças, no lhes facultar, aos 3½ meses, o desenvolvimento muscular necessário ao início da adaptação mortuária.

Esse fato evidencia o primeiro triunfo obtido com o cultivo físico infantil, pois, adquirido o senso muscular pode o ser humano iniciar a sua fase de adaptação ativa, o que normalmente só se observa a partir dos seis meses.

Realmente, só na época acima apontada, adquire o ser humano, no comum, a robustez necessária, a procurar, pelos seus próprios esforços, atitudes tais como sejam a de gatinhas e a sentada, atitudes estas que só consegue adotar com perfeição e eficiência, entre o 7.º e o 8.º meses.

Exercitada, porém, atinge a criança um grau de desenvolvimento muscular, que lhe permite, como acabamos de ver, um



FIG. 22

avanço de três meses, na sucessão normal das diferentes fases evolutivas do desenvolvimento infantil.

Voltando, entretanto, ao assunto de que nos vínhamos ocupando, cumpre-nos declarar que os movimentos descritos até aqui, devem sempre ser praticados como tempo preparatório da sessão quotidiana

de ginástica, sendo tais movimentos gradativamente modificados de acordo com os progressos apresentados pela criança.

A educação física científica tem por base não exigir em demasia, mas ativar inteligentemente as reações fisiológicas, aproveitando-as para aumentar a capacidade vital do organismo.

Eis porque, aos três meses, começamos a utilizar o reflexo de preensão, que nos praticantes da ginástica, nesta idade, já se faz perfeitamente, revelando, tal fato, grande progresso no evoluir infantil

Quando descrevemos os movimentos passivos para os braços, frisamos bem a importância de se colocarem os polegares nas palmas das mãos das crianças.

Esse cuidado vai ter agora a sua explicação.

O animal humano, ao nascer, apresenta, entre outros, os reflexos de fechamento das pálpebras, e do sucção e o de preensão, destinados, o primeiro, a proteger-lhe o delicado aparelho visual contra os excessos de luz.

O segundo não precisa que se explique: sem êle, a criança não poderia alimentar-se.

Em relação, porém, ao reflexo de preensão, ocorre-nos a original conjectura de um grande romancista francês, ao descrever um parto em apresentação transversa (criança atravessada) verificado em personagem de um dos seus romances.

Nessa posição (apresentação transversa), a criança não pode nascer e às vezes acontece que o útero materno só consegue expelir um dos braços do feto.

Observa-se, então, a cada instante, movimentos alternados de abertura e fechamento da mão que se exterioriza, parecendo, como muito bem conjecturou o referido escritor, "que na ânsia de nascer, o feto se agarra com desespero à vida".

Em certas circunstâncias, não duvidamos que o reflexo de preensão possa ter esse objetivo; no início da existência, porém, atribuímo-lo à necessidade de um complemento para o reflexo de sucção, mercê do qual o recém-nascido consegue melhor se alimentar.

Os pequenos animais, como os cães, por exemplo, ao sugarem as tetas maternas, utilizam-se das patas dianteiras para fixá-las e comprimí-las, obtendo assim maior quantidade de alimento.

Os recém-nascidos humanos, acreditamos, utilizariam da mesma forma o citado reflexo, não fôra o carinho materno lhes poupar tal esforço.

Realmente, no ato de amamentar, as mães em geral procuram facilitar a tarefa aos filhos, fazendo ligeiras massagens com o indicador e médio da mão com que lhes oferecem o seio; de outra forma, tudo faz crer, empregariam as crianças o reflexo de preensão, de igual maneira e com o mesmo objetivo que os animais acima citados.

Por conseguinte, não deixa, de ter razão quem procura explicar a precocidade desse importante reflexo, como um meio que a natureza facultou ao recém-

nascido para melhor se agarrar a vida; o leite materno, é, incontestavelmente, a vida da criança.

Com respeito, portanto, ao reflexo de preensão, o indivíduo humano deveria inicialmente empregá-lo como auxiliar do de sucção, no conseguir a substância alimentar de que carece.

Esse reflexo, porém, não é só empregado com o fim que acabamos de apor-



FIG. 23

tar; acompanha, antes, o indivíduo humano em toda a sua evolução, contribuindo sempre e de maneira preponderante, no lhe garantir os meios de progredir normalmente.

Assim é que, fixando-se pela preensão e distendendo os braços, consegue a criança tomar a interessante posição do despertar para a vida; agarrando-se, contraindo e distendendo os referidos membros, executa a locomoção de rastros e a seguir a atitude de gatinhas, mercê da qual melhor se locomove, conseguindo satisfazer mais facilmente as suas primeiras aspirações, no alcançar qualquer objeto que lhe desperte a curiosidade.

Exercendo ainda o mesmo reflexo, chegam os humanos, por intermédio do tato, a ter noção perfeita da forma dos objetos que apreendem, fato a que os biólogos atribuem grande parte do desenvolvimento intelectual alcançado pela espécie humana.

E eis como um reflexo de aparência tão simples desempenha papel de grande destaque na evolução natural do homem, proporcionando-lhe, progressivamente, como melhor se alimentar, esboçar a locomoção de rastros, igualar-se aos quadrúpedes, superar os primatas e, por fim, chegar a ser o mais perfeito dos

seres vivos, pelo desenvolvimento intelectual que alcança, utilizando tal reflexo na percepção mais nítida dos objetos que apreende.

Atendendo, por conseguinte, à observação dos biólogos, as impressões colhidas mercê da sensibilidade, têm acentuada influência sobre o desenvolvimento dos centros nervosos dos animais, devendo assim o homem grande parte do seu aperfeiçoamento cerebral, à vantagem que tem sobre todos os outros viventes, de ser dotado de sensibilidade tá-



FIG. 24

til assás notável, aliada à faculdade de possuir mão preensível.

Com o que fica dito, não precisamos encarecer mais o valor do reflexo de preensão, para justificar o nosso interesse em desenvolvê-lo muito precocemente.

Desde que nasce, ao cerrar as mãos sobre qualquer objeto, o criança o faz de modo interminante e desordenado, sendo-lhe, assim, impossível fixar-se, faculdade que só vai adquirir ao completar seis meses.

Nos indivíduos sujeitos ao sistema que preconizamos, essa faculdade se manifesta muito precocemente, o que demonstra a ação benéfica da ginástica em relação ao desenvolvimento da função nervosa na primeira infância.

Observamos, assim, nas crianças em que se cultiva a função motora desde cedo, que aos três meses já se faz com perfeita segurança, de modo a nos facilitar, com tais pacientes, qualquer façanha ginástica mesmo a de aparência mais absurda.

Não se deve, entretanto, abusar dessa vantagem.

Bem desenvolvida a preensão com os movimentos passivos dos braços iniciados na segunda quinzena do segundo mês, ao ingressarmos no terceiro, devemos, aos poucos, deixar que o paciente se agarre sem auxílio, até que adquira a necessária firmeza.

Alguns dias mais e os praticantes da ginástica por tal forma se aperfeiçoam, que na segunda quinzena do terceiro mês, são capazes de suportar o peso do próprio corpo, suspensos aos polegares de quem os exercita.

Para conseguir, porém, tal progresso, torna-se necessário agir com muita cautela.

Os mesmos exercícios que vinham sendo feitos até então, devem, como já dissemos, continuar a ser praticados diariamente, como ato preparatório da sessão quotidiana de ginástica.

Ao executarmos, porém, os movimentos passivos dos braços, devemos ir aos poucos abandonando os punhos dos pacientes, até que eles adquiram a necessária firmeza na nova aptidão em que pretendemos exercitá-los.

Isso feito, o que se consegue em poucos dias, a criança procura apóio nos polegares do operador e de maneira bem evidente, cerra as mãos com energia, contrai os braços e tenta erguer o corpo para sentar-se, insistindo tanto neste intuito, que em breve, consegue o que deseja.

E assim, aos 3½ meses, mostram os ginastas aptidão para adotar uma atitude, habitualmente só conseguida pelas crianças quando entregues ao desenvolvimento espontâneo, entre o 6.º e 7.º meses.

Essa aptidão, entretanto, por precoce, não deve ser desde logo aproveitada.

O manter-se sentado, para o ser humano, representa meia conquista na luta que é obrigado a sustentar contra os agentes externos, para alcançar o aspecto físico que lhe é próprio.

Tanto essa atitude, como a de gatinhas, significam, sob o ponto de vista biológico, que o novo representante da mais evoluída das espécies, já adquiriu vitalidade bastante para vencer a ação da gravidade, que o atrai como a todos os corpos, para a terra.

Não se deve, portanto, permitir à criança, muito precocemente, a posição sentada, pois tal atitude, adotada muito cedo, mesmo quando se utilizem almofadas como amparo, produz, com muita fre-



FIG. 25

quência, deformações na coluna vertebral das crianças.

O que acabamos de afirmar obriga-nos a abrir aqui um parêntesis.

A ginástica, segundo nossas constatações, proporciona tal adiantamento à cri-

ança, que lhe faculta oportunidade de abreviar muito a sua evolução natural.

Esse adiantamento, observado através da esfera motora, traduz iguais progressos para o lado do sistema nervoso, o que nos levou nas primeiras experiências que fizemos, a deixar que os pacientes evoluíssem de acôrdo com as vantagens que iam obtendo, afim de podermos observar com precisão, até onde chegam as possibilidades facultadas pela educação motora durante a primeira infância.

Esses fatos, aliás, bem consignados, destinam-se não só a demonstrar o nosso

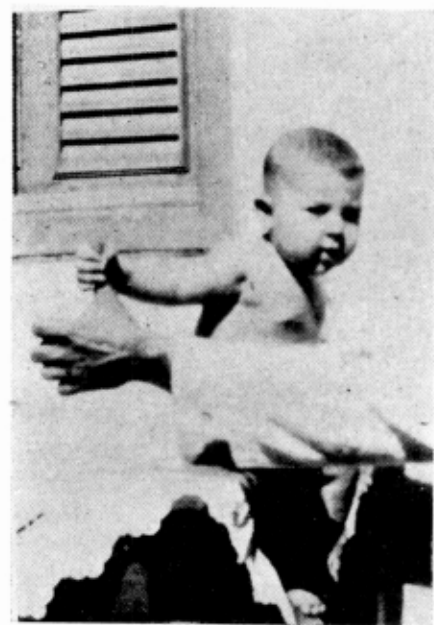


FIG. 26

ponto de vista, como a servir de precioso esclarecimento aos clínicos, quando tal processo tenha que ser utilizado com fins terapêuticos.

No comum, entretanto, aconselhamos aos pais só praticarem com as crianças até o quinto mês os exercícios figurados nas fotografias que antecedem a de numero 22, pois, nenhuma vantagem poderão ter os praticantes da ginástica, em realizar atos fora do comum.

Ainda aos 3½ meses, sob o influxo benéfico do cultivo físico, conseguem os bebês tal robustez e progresso motor que, agarrados aos polegares de quem os exercita, forcejam por sentar, e, uma vez satisfeitos, firmam as pernas e ficam em pé.

Tal atitude, porém, da mesma forma que a precedente não é própria dessa idade e como não nos propomos a realizar prodígios com as crianças e sim que as mesmas evoluam com saúde e dentro dos limites do normal, aproveitamos o ensejo para recomendar aos que executam as práticas que aconselhamos, não se deixarem levar pelos ansejos naturais dos seus exercitandos, só lhes permitindo a atitude que acabamos de descrever, a partir de oito meses.

E, no caso em apreço, como agir com a criança, dos 5 aos 8 meses?

Entregue aos seus esforços, o ser humano emprega seis meses para conseguir vitalidade que lhe permita poder sentar-se, e só então achamos oportuno consentir que os ginastas também o façam.

Dos 5 aos 6 meses, portanto, aconselhamos, além dos exercícios figurados

até a fotografia n.º 21, praticar também o exemplificado na de n.º 22, deixando que a criança fique sentada e logo torne a se deitar, por 5 vezes consecutivas, durante as sessões de ginástica.

Mas êsse exercício será praticado até que o paciente adquira a sinergia muscular que lhe permita manter-se sentado sem amparo, o que naturalmente se verificará aos 6 meses.

Nessa atitude, aconselhamos então ensaiar o levantamento e abertura dos braços em quatro tempos, com a criança sentada na borda da mesa em que ha-



FIG. 27

bitualmente pratica os seus exercícios, tal como passamos a figurar nas fotografias ns. 24, 25, 26 e 27.

No primeiro tempo, mantém-se a criança sentada;

no segundo, erguem-se os seus braços;

no terceiro, deixa-se o corpo da criança pender para trás;

para no quarto e último tempo, atraí-la para frente, abrindo-lhe os braços em cruz.

Nessa época, podem-se ainda praticar com as crianças os exercícios exemplificados nas fotografias ns. 37, 38, 39, 40, 41 e 42, que daremos a seguir.

E assim levaremos bem as crianças até os 8 meses, época em que tais criaturas começam naturalmente ensaiar a atitude figurada na fotografia n.º 23.

Dos 8 aos 9 meses, poderemos também consentir que as crianças fiquem em pé e tornem a se sentar, por cinco vezes consecutivas, até que adquiram a necessária sinergia e vitalidade muscular, para que se possam ter em pé, sem auxílio.

E assim atravessará o ser humano a sua fase de adaptação motora, sem sacrifício e dentro dos limites do normal.

Vamos, entretanto, voltar à descrição que vínhamos fazendo no intuito de deixar bem patente o adiantamento motor, e assim o cerebral, que as crianças apresentam com a ginástica, quando evoluem de acôrdo com as vantagens que a educação motora lhes proporciona e sem que se lhes oponha qualquer restrição, ao natural anseio de progredir rapidamente para a vida.

A despeito, por conseguinte, do que dissemos em relação aos inconvenientes da adoção precoce de certas atitudes, aos 3½ meses consentimos que os pacientes se sentassem, guindados aos nosso polegares, proporcionando-lhes, como já ficou dito, oportunidade de contrair ativa e enérgicamente todos os músculos dos braços e do abdômen.

Constatamos ainda nessa época (dos 3½ para os 4 meses) que as crianças, mercê da ginástica não só conseguem a execução perfeita da preensão, como a coordenação motora, o que habitualmen-

te só se observa no Brasil aos nove meses (Fernandes Figueira), assinalando Prayer o mesmo progresso para as crianças estrangeiras, a partir de 12 meses.

Aos 3½ meses, portanto, começam os pacientes, graças à exuberância de vitalidade que lhes proporciona o sistema que preconizamos, a cooperar nos exer-



FIG. 27 BIS

cícios, procurando apossar-se dos dedos do operador quando êste lhes oferece para exercitá-los, fato que, a nosso ver, constitui magnífico teste de desenvolvimento cerebral, pois a coordenação motora é função dêste órgão.

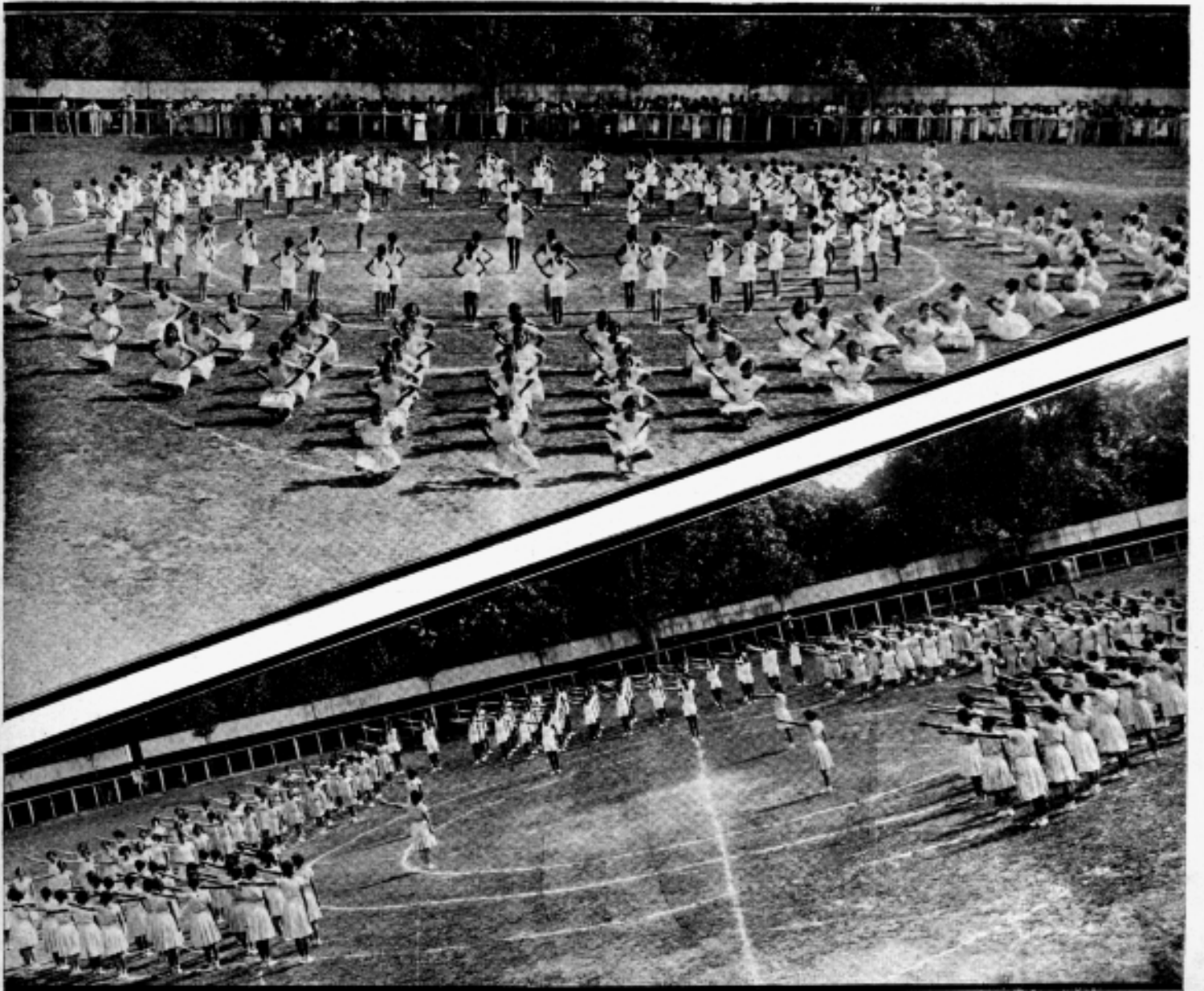
O teste que acabamos de descrever é praticado da forma figurada na fotografia n.º 27 bis., em que o operador tixa os joelhos do paciente com a mão direita, ao mesmo tempo que lhe oferece os dedos indicador e mínimo da mão esquerda.

A essa ordem mímica, **a criança segura cada dedo que lhe é oferecido com uma das mãos, contrai os braços e consegue sentar-se.**

Os movimentos que acabamos de descrever, **exercidos pela criança**, mostram que o paciente já se acha em condições de orientar os próprios membros, o que, em tal idade, caracteriza **a fase da coordenação motora, primeira manifestação do desenvolvimento cerebral na espécie humana.**



Ginásio Nilo Peçanha Campos



EQUITAÇÃO

INDICAÇÕES PARA O PREPARO DO CAVALO DE CONCURSO

PELO CMT. BATTISTELLI

Não constituem estas notas um Código; em equitação, qualquer que seja, nada se codifica.

São apenas conselhos que poderão ser postos em prática, quando o executante tiver capacidade para dosá-los e julgar de sua oportunidade.

Nada têm de pretensivas; não são também fruto de imaginação, mas da experiência dos mestres que iniciaram o autor, adjunta ao resultado dos ensinamentos adquiridos pessoalmente e em colaboração com camaradas de trabalho.

I — ESCOLHA DO CAVALO

O futuro cavalo de concurso deve:

- ter recursos;
- respeitar naturalmente os obstáculos.

Na aquisição de um tal cavalo, pode a escolha ser feita entre exemplares já experimentados no salto, e que hajam revelado qualidades notáveis, ou num lote, de cujos elementos nenhuma informação se possua.

As regras a seguir em um e outro casos apresentam muitas analogias, embora diferam ligeiramente no ponto de partida. Na primeira hipótese, relativamente rara, si o cavalo se serve normalmente de seus recursos, (espáduas, pescoço e rins), si se flexiona e manifesta real facilidade no obstáculo, além de preencher as condições de energia, idade, modelo e andadura, de que se tratará mais adiante — deve ser experimentado.

De que modo?

Na guia ou em liberdade, facilitando-se-lhe a prova pela reunião de condições que o disponham da melhor maneira.

E' opinião geral que, após dois ou três ensaios, o cavalo que dispõe de recursos deve poder saltar corretamente 1m,40. Esta opinião pode ser adotada, mas sem se perder de vista que é preciso dar atenção ao modo pelo qual o cavalo se dispõe para saltar a altura que lhe é imposta.

Durante os ensaios, o cavalo cometerá faltas, tanto com os posteriores, como com os anteriores. Ver-se-á como reage e, si mais tarde, terá probabilidades de respeitar o obstáculo.

Si o cavalo em questão satisfizer as condições esboçadas, deve-se adquiri-lo e começar sua preparação.

No segundo caso, isto é, quando se não tenha nenhuma informação sobre o lote de cavalos de onde se fizer a escolha, procurar-se-á, de preferência, o futuro saltador entre os que:

- não sejam muito idosos, de 7 a 10 anos no máximo;
- tenham boa corrente de sangue, manifestada pela energia (não temer cavalos fogosos);
- tenham boas linhas;
- possuam belas espáduas (a inclinação da espádua e, sobretudo, do braço, tem grande importância).
- apresentem peito forte e profundo, dorso bem conformado, permitindo a ada-

ptação correta da sela, bem como, rins largos (preferíveis os ligeiramente longos aos muito curtos), joelhos e jarretes baixos, fortes e largos, bons aprumos e principalmente bons pés.

Seu tipo deve ser bem proporcionado, parecendo ser o médio o melhor. O pequeno tem seus meios fatalmente limitados; por sua vez, os muito desenvolvidos têm contra si a ausência de boa conformação, pecando, não raramente, pela dificuldade em se os por em forma e em equilíbrio.

Os que tenham facilidade em galopar poderão ser velozes, e, mesmo sem **trop grands foulées**, facilmente dirigidos naquela cadência.

Evidentemente, é difícil encontrar cavalo que reúna todas as qualidades, mas é mister escolhê-lo entre os que as possuem em maior número.

Escolhido assim o cavalo, deve então ser experimentado, quer na guia, quer em corredor circular, esforçando-se para que salte calmo e com períodos de distensão.

O trabalho destinado a fixar a escolha exige uma quinzena, durante a qual se procurará, inicialmente, fazer o cavalo confiante em pequenos obstáculos e, gradativamente, aumentado-os até 1m,00 ou 1m,20 (utilidade do obstáculo de barras paralelas e na mesma altura).

Durante esse tempo, observa-se a maneira pela qual o cavalo enfrenta o obstáculo, si o faz com gosto e voluntariamente, qual seu modo de saltar, si flexiona o pescoço (**bascule**), si se serve das espáduas e dos rins, si salta mais facilmente picando de longe ou de perto, enfim, si respeita o obstáculo.

Passados alguns dias sem saltar, para atentar nos sofrimentos em consequência das provas anteriores, leva-se o cavalo a alguns obstáculos de 1m,20 e 1m,50. Si manifestar vigor, flexibilidade e franqueza, a par de gosto e respeito pelo obstáculo, é adquiri-lo o encetar o treinamento.

II — PREPARAÇÃO DO FUTURO CAVALO DE CONCURSO

A — O trabalho.

Escolhido o cavalo, qual seu trabalho?

Antes de tudo, cuidando-se de sua alimentação, aspecto geral e membros, pô-lo em boas condições de saúde e em estado de se lhe dar trabalho metódico e de se lhe aperfeiçoar o adestramento nos saltos.

Obedece êle, a partir do primeiro dia, a uma progressão razoável e bem estabelecida e o animal só será forçado a saltar, com objetivo nitidamente estabelecido.

A título de exemplo, pode-se adotar para programa semanal, a seriação abaixo, que será feita alternativamente:

- durante dois dias — passeios tranquilos (a passo, trote curto);
- idem — distensão (trote, galope);
- idem — distensão, trabalho em obstáculo.

O trabalho de salto, quer a guia, em corredor, ou montado, deverá ser feito

pelo futuro cavaleiro e conduzido sempre conscienciosamente e com propósito. Tomando-se tais precauções, seu estado melhorará, sua aptidão se desenvolverá a pouco e pouco, apresentando progressos em presença de obstáculos e, dentro de curto prazo, ficará comprovado si realmente pode comparecer, brilhantemente, aos concursos. Esta fase será aproveitada para familiarizá-lo com os obstáculos do exterior: retos saltáveis, variados fossos, taludes, subidas, descidas, etc., começando sempre pelos simples e progredindo até os mais complicados. Dar particular atenção aos saltos em extensão, iniciados pelas pequenas valas, que se abordarão bem de vagar, para que o animal veja o que está fazendo e, em caso de necessidade, empregando-se, como guia, um velho saltador.

Importante é que o salto seja sempre calmo e em ordem. Quando se não alcance esta condição, insistir freqüentemente no fazê-lo ao trote, porque assim o cavalo é forçado a elevar as espáduas, a equilibrar-se, fazer a flexão de abaixamento de pescoço e servir-se dos rins; além disso, acalma-se, muscula-se e permite ser conduzido de frente e enquadado no obstáculo, recebendo também a impressão segura do esforço a despender e da maneira de dar a batida. Bem entendido, nesta andadura se não deverão abordar obstáculos de grande vulto, porque faltaria a impulsão ao cavalo que, duvidando dos próprios meios, poderia retardar exageradamente o movimento.

Cumpra igualmente fazê-lo galopar, largo ou curto, de acordo com seu temperamento, para estendê-lo, fixá-lo, dar-lhe franqueza, musculá-lo e ampliar-lhe a ação (utilidade da gamarra-martingal, que auxilia a colocar o cavalo) evitando a todo custo, que se debruce sobre as espáduas, baixando desmedidamente a cabeça. As exigências de esforços necessários a seu desenvolvimento seguem alternativas tranquilas; cada período de galope será compensado por longo passeio em andadura calma.

E' justamente a quadra que se aproveita para tornar o cavalo agradável à montaria, dando-se-lhe flexibilidade, facilitando-se-lhe as voltas, os alongamentos e os encurtamentos de andadura, desenvolvendo-se, enfim, sua obediência aos eixos simples das rédeas e das pernas. Só apressaremos sua estréia em concurso, si lhe dermos equilíbrio, e o fizermos manejável e flexível, sem pesar na mão; daí decorre a necessidade de exigir sempre o mínimo. Mas, um mínimo apenas de picadeiro, afim de que conserve o entusiasmo natural, permanecendo apoiado e aceitando suavemente a mão do cavaleiro. Isto se obtém, apelando para toda espécie de flexionamentos, pedidos a galope.

Todo o trabalho elementar visa torná-lo dócil aos alongamentos e encurtamentos de andadura, que permitem as meias paradas, as ajudas laterais e diagonais

que facilitam a condução ao obstáculo e as voltas muito apertadas. Nele, é claro, conserva-se no cavalo a franqueza no movimento para frente e se lhe evita o acumamento, e ainda aí o treinamento de salto tem a primazia.

B — O obstáculo.

a) — Princípios gerais.

Não se deve saltar mui freqüentemente (duas ou três vezes, no máximo, por semana), nem um número exagerado de obstáculos em cada sessão (10 serão suficientes). Assim procedendo, não se estanca o gosto do cavalo pelo obstáculo, nem se o desencoraja. Para não saltar maior número que o desejado, é mais seguro seja a contagem dos saltos feita por um terceiro. Não se salte a esmo, nem obstáculos insignificantes. Não se exagere a altura do salto; de 1m,10 a 1m,20 é bastante. Uma vez por mês, leve-se o cavalo à altura de 1m,30 ou mesmo 1m,40. Preferir sempre os obstáculos retos ou os profundos (utilidade das barras paralelas). O animal será ensinado a respeitar o obstáculo: elevar a barra no fim da sessão.

Sempre que possível, os obstáculos serão fixos.

Saltar freqüentemente ao trote (vantagens já assinaladas).

Encerrar a sessão com um bom salto, recompensando o cavalo fartamente.

b) Material necessário.

Não é de tamanho vulto como se pensa. Basta haver:

— 4 a 6 barras de 4 a 5 metros de comprimento e, de preferência, não muito grossas;

— 4 a 6 suportes (castiçais);

— uma sebe (traie);

— uma barreira;

— um retângulo de tela, dobrável, em cujas faces são pintados grosseiramente, muro, palanques, barreira.

c) Como saltar obstáculos fixos.

Em um corredor, é fácil, colocando as varas na frente dos suportes que são fixos.

No picadeiro, consegue-se, vasando na parede uma goteira vertical guarnecida de anéis metálicos, que sustentam as extremidades das barras, apoiadas nas outras, apenas por um suporte. E' bom ha-

ver também uma barra metálica (pedaço de cano) que se sobrepõe ao obstáculo para, com a resistência e ruído provocado pelo choque, impôr respeito ao cavalo.

C — Métodos para o adestramento de salto.

A preparação para o salto é feita, quer a guia, quer em liberdade (corredor ou picadeiro).

Pode-se, igualmente, prepará-lo montado, mas, este processo, pôsto seja empregado em casos isolados, não é recomendável; convém utilizá-lo rara e criteriosamente e, mesmo assim, quando o animal esteja perfeitamente submetido às ajudas.

a) Trabalho a guia.

Muito útil nos casos enumerados mais adiante, deve mesmo ser considerado indispensável. Como recurso de adestramento, subjuga e flexiona o cavalo. Contudo, é de difícil aplicação em face dos obstáculos e muito poucos são os cavaleiros capazes de empregá-lo com propósito, a não ser que o tenham praticado anteriormente, com esmero e minúcia. Seu emprêgo é regulado pelos dois princípios abaixo:

1.º — O cavaleiro deve manejar habilmente a guia;

2.º — O cavalo já deve ser mestre neste trabalho, obedecer sem excitação e ter suas andaduras reguladas pela voz de seu cavaleiro.

Fora destas duas condições, é inútil qualquer tentativa.

Observe-se ainda:

A guia convenientemente disposta — as faceiras do cabeção não molestando os olhos do animal e a focinheira bem ajustada, nem lassa, nem apertada — de forma que o cavalo possa estender a guia e conservar um contacto suave com a mão do condutor.

O cavalo, cumpre já esteja bastante distendido quando for enfrentado o obstáculo. Ao abordá-lo, o fará normal à sua frente, assim se conservando depois de passá-lo. E' preciso, pois, dirigi-lo de modo que tome uma pista perpendicular ao obstáculo e antes, cerca de 10 metros do salto, acompanhá-lo durante duas ou tres batidas (*foulées*) deixando a guia escorregar entre os dedos.

Em cada três ou quatro voltas, saltar uma vez.

Conseguir do cavalo andadura regular e constante (trote ou galope franco antes e depois do obstáculo), de modo a evitar suas mudanças.

Não abusar dos saltos e trabalhar nas duas mãos.

E' muito útil este trabalho, e nunca demasiadamente encarecido, não só para transformar em saltador de concurso um cavalo que salte sem entusiasmo, como para ensinar-lhe o abaixamento de pescoço, a se receber depois do salto e a não dar a batida longe do obstáculo, etc.

Nestes diferentes casos, são utilizados:

Para provocar o abaixamento do pescoço — obstáculo gênero "oxer", com regular afastamento;

Para habituá-lo a se receber — elevar as barras e duplas a distâncias variadas.

Para impedir que salte de muito longe — dupla ou tríplice que se aproximam ou se afastam.

b) Trabalho em liberdade.

Suas finalidades e vantagens já foram expostas no correr destas notas. Cumpre relembra simplesmente que, comparado com o trabalho a guia, tem sobre este a excelência de contribuir para que o cavalo seja colocado em condições de velocidade análogas às dos percursos montados; e, importa notar, si o cavalo deve aprender a saltar velozmente si é necessário encontrar-se a velocidade máxima na qual conserve, para o salto, o equilíbrio horizontal.

Para ser proveitoso o adestramento, deve ser realizado no picadeiro (de dimensões reduzidas), de preferência aos corredores circulares, porque si estes são sensivelmente grandes, carecem de numero pessoal para auxiliar; si, ao contrário, são muito acanhados, os resultados obtidos em relação ao fator velocidade, pouco diferem dos alcançados com a guia.

Guardadas, porém, as proporções, os corredores circulares oferecem comodidades incalculáveis ao trabalho de barragem, uma das razões que tornam indispensável sua existência, ainda mesmo de dimensões modestas (elipse de 30 por 14 metros; com pista de 3 metros de largura).

O valor do trabalho em liberdade é consequência da conduta do cavaleiro e do preparo preliminar do cavalo, que só deve iniciá-lo quando estiver perfeitamente calmo, com as andaduras comandadas a voz.

Precauções a tomar:

— Estender completamente o cavalo antes do salto;

— Fazê-lo saltar nas duas mãos para coibir os maus hábitos;

— Recorrer ao trote sempre que o cavalo tenha tendência a debruçar-se;

— Contar rigorosamente os saltos; jamais passar de 12 a 15, no máximo 20, si o animal estiver em exuberância de forma;

— Permitir que se recomponha, após alguns saltos, a não ser que contrarie a condição natural do obstáculo;

— Não saltar mais de duas vezes por semana.

c) Trabalho montado.

Posto que marque êle a finalidade do adestramento de saltos, no curso desta preparação, constitue exceção, com o fito apenas de verificação do progresso realizado.

Sem embargo, é indispensável um entendimento perfeito entre cavalo e cavaleiro, o primeiro encontrando o melhor modo de equilibrar-se sob o peso do se-

gundo, êste permitindo àquele realize por si mesmo o mecanismo do salto.

E' ainda excelente exercicio, a recomendar pelas oportunidades que oferece ao cavalo de travar conhecimento com obstáculos de aspecto especial e que não seriam fáceis de saltar, a não ser montado.

Enfim, é o único processo para preparar, simultaneamente, cavalo e cavaleiro para a execução de um percurso.

Deve ser convenientemente dosado, fazendo-se o animal saltar em proporções muito limitadas, espaçando, regulando e variando as sessões, para que não o fiquem, nem o esgotem inutilmente, induzindo assim, o cavaleiro, a um falso juízo de seu preparo. Ao contrário, o cavaleiro deverá fazer frequentes percursos, montando em outros cavalos, único meio de adquirir pleno conhecimento do obstáculo e da maneira pela qual se portam os diferentes cavalos montados.

Que se deseja no trabalho montado?

1.º — Do cavalo.

O cavalo deve saltar francamente, galopando direito antes e depois do obstáculo. Correr, pode dizer-se, espontaneamente de um a outro obstáculo, fazendo o percurso por si mesmo, sem esperar que o cavaleiro o constranja a isso; deve estar suavemente destendido no corredor formado pelas rédeas e pelas pernas, coisa a obter-se, a pouco e pouco, mediante galopes e percursos variados de poucos obstáculos, cuja dificuldade crescerá progressivamente.

Os percursos serão feitos em andadura parelha, sem alongamentos nem encurtamentos, salvo junto ao obstáculo, afim de recompor o cavalo ou fazê-lo saltar de longe.

O cavalo deve ser obediente às pernas e manjável, afim de executar facilmente as voltas, sempre preparadas de antemão, para, uma vez terminadas, poder dirigir-se direito sobre o obstáculo seguinte.

2.º — Do cavaleiro.

Precisa estar fixo na sela, o que não exige lomos exageradamente curtos, porém diminuídos de 4 furos em relação ao habitual para montaria de passeio. Ser flexionado, o que conseguirá com o trabalho e a prática. Suas mãos permanecerão sempre baixas, agindo manifestamente coladas ao cavalo (de um e outro lado do garrote e não no ar).

Manifesta-se a ação das pernas gradual e imperceptivelmente e só em caso de necessidade, à semelhança de quem espreme uma esponja, mais ou menos enérgicamente e nunca por pancadas ou batidas (salvo em caso de defesa ou refúgio).

O cavaleiro, desde longe, põe o cavalo em andamento cadenciado, mas, no momento oportuno, deixa que saite. Esforça-se por conduzi-lo de rédeas suficientemente longas, para dar-lhe plena liberdade ao pescoço, mas, em todo o caso, mantendo-as ligeiramente tensas, em permanente contacto com a boca do animal, cujos movimentos acompanha com as mãos, e tendo as pernas vigilantes, aguardando ocasião de agir.

Mantém a parte superior do corpo inclinada para a frente, as mãos baixas, as pernas coladas ao cavalo, não se lhe antecipando jamais no salto, nem também atrasando seu centro de gravidade, no momento em que se recebe, pousando no solo. Em suma, antes, como na ocasião do salto ou depois, sua posição será a do galope de escola ("galop ganter"), assim se adaptando ao modo pelo qual o cavalo aborda o obstáculo.

Montará conforme o tipo e a natureza do obstáculo a transpor. Aos poucos, progressiva, mas francamente, irá obtendo o galope próprio ao percurso e conservando-lhe a cadência, sem flutuações; preferindo sempre fazer o percurso sem faltas, ao invés de procurar grande velocidade.

E' mister acompanhar o cavalo, compreender e sentir, a todo momento, a marcação das andaduras, não para contê-lo nas proximidades do obstáculo, coisa a proscrever em absoluto, mas para se aperceber de como o enfrenta, atirando-se de longe ou de perto.

Isto depende do caráter e temperamento do cavalo; no primeiro caso, agir progressiva, mas suavemente com as pernas, e no segundo, apoiar as mãos, inalterar as pernas coladas, mais ou menos passivas, e eclipsar-se-lhe, por assim dizer, em cima. Tais qualidades serão adquiridas pouco a pouco, realizando frequentes percursos em diferentes cavalos, quaisquer sejam suas aptidões como saltadores.

Nos obstáculos duplos ou triplíceis, dirigir o cavalo bem direito, em andadura conveniente, sobre o primeiro, e deixá-lo continuar, acompanhando-o em suas batidas e estimulando-o com pressão de pernas, si seu temperamento o exigir. Examinar antecipadamente e com exatidão a distância entre as duplas e as triplíceis e imprimir ao cavalo uma velocidade tal que, dada mais uma batida no vão do obstáculo, não se o atire ao pé do obstáculo a saltar.

Durante o adestramento e antes que o animal esteja plenamente confirmado, iniciar as sessões de saltos sobre dois ou três obstáculos fáceis, semelhantes aos que se pretendem saltar, afim de torná-lo confiante.

Obrigar o cavalo, o mais cedo possível, a fazer pequenos percursos, o que todavia não significa saltar 10 a 12 obstáculos consecutivos; as sessões não devem ser violentas, mesmo que consistam em ir de um obstáculo a outro com tempos de parada, ou na insistência por diversas vezes no mesmo obstáculo. Si se dispuser de terreno apropriado, podem realizar-se percursos com dois ou três obstáculos, que se não saltam mais de uma vez, mas cujas distâncias são variadas.

III — O TRABALHO NA E'POCA DAS PROVAS

O adestramento do cavalo de obstáculo e suas condições devem marcar progressos muito acentuados, para que se pense em apresentá-lo ao público e, ainda assim, o cavaleiro andará à maravilha, fixando, com particular interesse, as questões seguintes:

a) Como pô-lo em condições e dar-lhe fôlego.

Estes requisitos, a miúdo desprezados, têm importância capital, porque o cavalo de concurso deve estar na posse de todos seus recursos e exuberância.

Suas condições melhoram consideravelmente:

— por meio de um trabalho metódico, com período de calma e com sérias distensões, de forma e desenvolver toda a sua musculatura;

— mediante cuidada nutrição, distribuída e fiscalizada como si fôra para um parceiro em pleno treinamento.

O fôlego será gradativamente obtido, recorrendo-se ao galope mais ou menos longo, segundo o temperamento do animal: rápido para os calmos e normal para os árdegos.

Atribua uma grande importância a este trabalho, o **Cel. de Campesavin**. Opina êle que, para concorrer a uma prova certo de êxito, o cavalo, posto à margem o obstáculo, deve estar em estado de cobrir 4.000 metros em bom galope sem se afrontar.

De qualquer modo, porém, importa mantê-lo em alto estado, não se poupando tempo, nem cuidado, para alcançá-lo.

b) Preparação para o obstáculo.

As qualidades musculares do animal, sob o aspecto do obstáculo, devem ser de tal maneira desenvolvidas, que a sucessão dêles no percurso não o ponha em choque, nem seja por fadiga que se abata ao terminá-lo. Neste sentido, é conveniente habituar o cavalo a passar, pouco a pouco, com intervalos bem espaçados, na guia, em liberdade, ou montado, e sempre em andadura regular e bem cadenciada, cerca de vinte obstáculos de 1m,20 aproximadamente.

Não obstante, estas sessões serão relativamente raras e sempre efetuadas com oportunidade.

c) Percursos.

Os percursos feitos intra-muros constituirão uma exceção, pois não é no terreno do exercicio que se ganham as provas; entretanto, o cavalo será habituado a fazer algumas pequenas pistas, que se aproximem do tipo das que terá de enfrentar, e o cavaleiro, levado a conhecer profundamente as qualidades ou falhas de sua montada nos percursos, que poderão comportar um número mínimo de obstáculos.

Nestes exercicios convém focalizar: o estudo da velocidade que o cavalo pode sustentar e que se lhe tem direito de exigir, a qual será sempre regular, não pedida por emissões, havendo, está claro, todo interesse em que seja tão corrente (coulant) quanto possível, porém jamais exorbitante de sua capacidade.

Estudos das voltas. — E' de toda conveniência habituar o cavalo a fazer as voltas tão fechadas quanto possível e dispô-lo rapidamente para o obstáculo que se segue. Caso se imponha mudança de andadura, é preciso obtê-la progressivamente, para impedir que o cavalo se inerve e resulte daí perda de tempo. Nas provas públicas, há grande vantagem em percorrer a pista a pé, antes de ser interdita, afim de estudar a natureza das voltas e referir os pontos em que se devam começá-las.

d) Barragem.

Durante o adestramento, há interesse em não se fazer a barragem. E' mais aconselhável trabalhar o cavalo em terreno ligeiramente pesado (picadeiro ou terreno arenoso) com obstáculos fixos, contentando-se com a elevação das varas para impressioná-lo ou regular sua batida.

A melhor barragem é a natural, quer dizer, o cavalo chocando-se na parte superior do obstáculo, cuja resistência se poderá aumentar por meio de uma barra de ferro.

E' muito prático, máximè nos obstáculos retos, para torná-los respeitadas, colocar uma barra de ferro à frente e à sua altura, afastando-a de 25 a 30 centímetros. Os cavalos preguiçosos, encontrando-a fatalmente, pois que a não veem, impressionam-se bastante com o choque e o ruído.

Os bons saltadores dispensam a barragem, respeitando naturalmente o obstáculo. Os que são frequentemente barrados se rotinam: elevam-se nos exercicios e se relaxam em público.

Todavia, ha frequentemente necessidade de operar a barragem, antes das provas, para levantar o cavallo que se descuidou ou se enerva, mas geralmente barra-se muito parcimoniosamente. Em todo caso, não fazê-la em obstáculos altos e muito pouco nos posteriores, para não aproximá-lo de mais do obstáculo.

O cavallo comete faltas, ou por preguiçoso — e, neste caso, é absolutamente preciso barrá-lo — ou por aboridar mal o obstáculo, quando é mais recomendável aperfeiçoar o seu adestramento que barrá-lo.

Arma de dois gumes é a barragem; cumpre empregá-la bem a propósito pois, do contrário, leva-se o animal à prática de vícios, difficilmente sanáveis.

O cavallo montado é, sem dúvida, mais fácil de barrar, porque o cavaleiro le dá e mantém a impulsão necessária, evitando as faltas e os accidentes.

Pode ser executada por uma ou duas pessoas. Raro é encontrar-se cavaleiro bastante hábil que, a sós com uma vara (com ou sem taxas), seja capaz de realizá-la com esmero. Tudo se tem imaginado para sua applicação: o arame esticado sob o obstáculo, o cabo resistente e sonoro, e até o próprio petardo.

Empregam os ingleses, com frequência varas leves revestidas com couro de ouriço, as quais impressionam muito, conquanto não firam o cavallo. E' um excellentissimo processo.

Ha também, muito interessante, a barragem de roldanas de d'Arincourt, pela suspensão das barras, tornando o cavallo muito vigilante e obrigando-o a reparar na colocação do obstáculo.

Em suma, a melhor delas parece ser a applicada por duas pessoas, por meio de uma vara de dimensões limitadas, mas resistente. E' preciso ensinar os ajudantes a darem a pancada levemente, e, sempre à mesma altura (15 a 20 centímetros), o que evita os golpes intempestivos da barra, dados ao acaso e desastradamente.

A pancada deve ser desferida, sêca e bruscamente, entre o casco e o bolete.

Sendo possível, é de toda a conveniência barrar em diferentes obstáculos e, de preferência, no fim de um percurso.

O ideal seria ter, em cada obstáculo, uma turma invisível, que elevasse cêrca de 20 centímetros a barreira, toda vez que o cavallo saltasse.

A pancada com a vara, ou melhor, elevação da vara pode também servir para regular a batida ou o gesto do salto.

A elevação à frente do obstáculo obriga a uma batida afastada; atrás, quando o cavallo se acha ainda a duas ou três ba-

tidas, força-o a se recolher, caso tenha a tendência de saltar de muito longe.

A pancada nos posteriores tem como consequência o abaixamento do pescoço, com a inconveniência de aproximar o cavallo do obstáculo.

e) Repouso.

Há, ordinariamente, interêsse em concorrer nas provas com o cavallo descansado em relação a obstáculos. Visando isto, é fazê-lo realizar um percurso, cinco ou seis dias, às vezes mesmo oito, antes da prova, barrá-lo no fim do exercício, e cessar em seguida o treinamento de saltos, contentando-se apenas em passeá-lo e fazê-lo galopar.

Entre dois concursos, com oito ou dez dias de intervalo, suspender completamente os saltos.

f) Conselhos para montar em público.

Dar ordens para que os cavalos cheguem $\frac{1}{2}$ de hora antes do começo da prova.

Inspeccioná-los rapidamente. — membros, ferraduras (ter com que colocar rompões, si o terreno estiver escorregadio, convido mesmo ferrá-los com rompão fixo).

Inspeccionar o arreiamento, verificar o ajustamento do freio, reajustar a sela sempre, para que se mantenha correta, de preferência atrás, apertar fortemente a cilha, utilizar sobrecilha de segurança.

Informar-se da hora de sua partida, ler o plano do percurso e fazê-lo a pé para fixá-lo. Jamais se impressionar com a altura dos obstáculos, mas examinar como estão organizados. Verificar as distâncias das triplices, duplas, etc. Eucorar as voltas e investigar onde deve começá-las para rasar os vasos de flôres, bandeirôlas, etc. Conhecer a pista de côr, para evitar as hesitações.

Entrar no **paddock**, para fazer o trabalho de distensão, ao trote e galope, até que o animal se tenha descontraído e pareça já desembaraçado.

Saltar sempre uma barra, duas ou três vezes antes de entrar na pista. Conforme o salto dado pelo cavallo, aplicar uma barragem apropriada.

Entrando em pista, montar para vencer; não esquecer que o segundo já é um fracasso. Si há já percurso sem falta, ganhar por tempo.

Si se tem mais de um cavallo, montar o melhor em último lugar; é lastimável concorrer com um só animal. Neste caso, é preferível apresentar uma segunda montada — qualquer que seja — montá-la num percurso deixando para a ocasião decisiva o cavallo em que ponha todas as esperanças.

Em público, ser calmo e correto. Não soltar exclamação alguma, nem voltar-se

para ver si foi derribado o obstáculo, desistir da prova, após ter cometido tantas faltas que não mais tenha probabilidade de êxito. Voltar, neste caso, ao **paddock**, saltar duas ou três vezes, barrando enêrgicamente em caso de difficuldade, mas, de forma alguma, jamais castigar o cavallo em público.

Não se faz adestramento em pista de concurso, quando muito reentrar no **paddock** e ter uma explicação muito severa com o cavallo.

g) Cuidados.

A montada na fase de preparação para concursos, deve ser cercada de cuidados de toda natureza; êstes desvelos têm sua importância.

Cumpre velar-se por que:

— a nutrição seja variada (menos aveia aos nervosos; de preferência, aos mais calmos, etc);

— o arreiamento esteja bem ajustado e sólido e os bocados estejam de acôrdo com a sensibilidade do cavallo, sendo de preferir os mais grossos e doces (o briedão de remonta com gamarra -- martin-gale — é especialmente recomendável);

— as peças de proteção (polainas, ligas, joelheiras e **clochos**) sejam utilizadas em caso de necessidade;

— a ferragem seja adaptada ao pé do cavallo e à natureza do trabalho a obter-se: de modo geral, ferradura com pinça truncada e ajustamento reverso; a inglesa ou ferradura leve com quatro rompões em cada pé, si o terreno for escorregadio; si for muito duro, com ferraduras apropriadas.

Enfim, é mister se tenham à mão os recursos de urgência para remediar os accidentes comuns, que são para os cavalos de concurso, os joelhos inchados, as pancadas, as sobre-canas.

A título de informação, jamais se esquecer que para os edemas, inchações e moléstias semelhantes, a melhor terapeutica é a água, applicada tão quente quanto possível e sob a forma de compressas, de hora em hora.

Para os ferimentos, feridas, etc., a solução de azul de metileno, na proporção de 5/10000, é o melhor dos desinfetantes. Finalmente, os pés do cavallo de concurso devem merecer a mais cuidadosa atenção: serão constantemente engraxados com unguento apropriado, e facilmente preparável, misturando-se alcatrão da Noruega e sebo, em partes iguais.



Em Recife



Os "TEAMS" DA BRIGADA MILITAR DE PERNAMBUCO E DO COLÉGIO AMERICANO BAPTISTA, APÓS UMA PARTIDA AMISTOSA.—UMA FESTA DE ALEGRIA SADIÀ NO CLUBE NÁUTICO CAPIBARIBE, ASSOCIAÇÃO ESPORTIVA QUE É UM ORGULHO DA CAPITAL PERNAMBUCANA

“Educação Física”

Este é o título de um novo órgão técnico de publicidade, órgão oficial do Departamento de Educação Física do vizinho Estado de S. Paulo, do qual nos foi remetido um exemplar da edição inaugural, vinda à luz em janeiro do corrente ano.

Não podemos ocultar nossa grande satisfação em registrar, nas modestas páginas de nossa Revista, este tão auspicioso acontecimento, que erige mais um marco no progresso da educação física nacional, pelo qual nos batemos há longos anos.

“Educação Física” é um periódico mensal de formato duplo da nossa Revista, com um lindo suplemento ilustrado, em papel couché, onde uma escolhida reportagem fotográfica registra os fatos mais interessantes ocorridos durante o mês nos meios culturais do Estado.

A parte editorial registra, como órgão oficial que é do Departamento de Educação Física, as principais atividades desse organismo da administração pública; difunde assuntos doutrinários e técnicos de educação física; pugna pela expansão da cultura corporal; e dá as mais oportunas notícias, sobre a especificidade, do que se passa no próprio Estado e nas demais Unidades da Federação.

O primeiro número, que temos em mãos, publica, além de profuso noticiário de interesse local, alguns artigos técnicos originais, dos quais destacamos “Um problema do momento”, de autoria do professor Idílio Alcântara Oliveira Abade, diplomado pela E. E. F. E. em 1933, nosso colaborador, em que seu autor focaliza um aspecto interessante da educação física feminina: “a estilização do método francês”. Este artigo, que não deixa de ser curioso, transcrevê-lo-emos em nosso

próximo número, para maior divulgação, si a isso não se opuser seu autor.

Uma notícia impressionante foi a que veio publicada na primeira página do periódico em questão, intitulada “Contrôle Médico da Ginástica e dos Esportes”, por onde se verifica que 583 esportistas foram examinados e aprovados pelo Departamento de Educação Física, no segundo semestre de 1935. Estas centenas de cultores do corpo pertencem a mais de vinte associações esportivas e outros estabelecimentos da cidade de S. Paulo. Esta Revista felicita calorosamente o Departamento de Educação Física de S. Paulo, por esta notável vitória. Oxalá conseguisse o Governo o mesmo com as associações desportivas da Capital da República, que tratam muito de política e ainda “não acreditam em controle médico...”

A' nossa novel colega “EDUCAÇÃO FÍSICA”, os nossos mais ardorosos votos de prosperidade, esperando que cumpra, a-pesar-dos múltiplos obstáculos que por certo surgirão, o árduo programa que se traçou, para progresso de nossa pátria e para benefício de nossa gente!



Concentração



DURANTE UM MÊS, ESTIVERAM ACAMPADOS NOS TERRENOS DO ESTÁDIO DA E. E. F. E. OS ESCOTEIROS ESPÍRITO-SANTENSES, QUE ALÍ DESENVOLVERAM SUAS ATIVIDADES COM NOTÁVEL BRILHO E PRESTARAM VALIOSO CONCURSO À COLÔNIA DE FÉRIAS LEVADA A EFEITO NAQUELA OCASIÃO. OS NOSSOS LOUVORES AOS ESCOTEIROS CAÇIÇABAS.

Escoteira

DOIS ASPECTOS DA VISITA DOS ESCOTEIROS DO MAR AOS SEUS COLEGAS CAPICHABAS. — COZINHA IMPROVISADA, NAS "BOIAS" APETITOSA... — FORMATURA GERAL DOS ESCOTEIROS ESTACIONADOS NA E. E. F. E. E DOS VISITANTES.



A visita da E. E. F. E. à Rádio Ipanema

Uma saüdação proferida ao microfone pelo Prof. Tarso Coimbra

Educação, palavra que resume todo o destino de uma geração, nós, em boa hora, a compreendemos.

Si cuidarmos da geração atual, com a responsabilidade que nos cabe, seremos um dos povos mais felizes do mundo.

O que encoraja os educadores é o interêsse despertado em todas as camadas sociais, pela cultura de seus pares.

As iniciativas nascem indistintamente, quer no meio público, quer no meio particular.

Há, para ventura nossa, uma ânsia de saber incontida; os pais fazem os maiores sacrifícios, em benefício da cultura de seus filhos.

Pela concorrência e exigência da vida moderna, não basta que um homem ou mulher tenha uma cultura parcial. A complexidade dos problemas da subsistência humana obriga as nações ao abandono da monocultura. Não existe a confiança das compensações. Povos que viviam única e exclusivamente da agricultura, são levados a uma industrialização prematura, fazendo seus filhos passarem por um período de experimentação e adaptação, por causa das lutas alfandegárias, e coligações de uns em prejuízo de outros.

Antes, tudo era fácil, desde que se tivesse dinheiro. Um exército era calculado pela reserva ouro que o país tivesse; si em sua terra não existissem homens em condições de pegar em armas, uma simples viagem a outros países, aliciando mercenários, faria dêsse exército um dos mais fortes e equipados do mundo. Mas tudo na vida tem as suas fases, e a atual é a fase individualista.

Hoje não basta ter um número de homens em idade de mobilização, pois o progresso, no reverso da medalha, atrofiou o homem, fazendo dêle um elemento sem vontade, pois que esta é perturbada pelos vícios considerados elegantes, pela falta de atividade física.

O progresso, mecanizando o trabalho, tornou os homens modernos verdadeiros indivíduos artificiais, com tendências à completa decadência.

Outro fenômeno interessante é o dos produtos necessários à potencialidade de um país. Os que têm fábricas especializadas em produtos bélicos, procuram, em caso de conflito internacional, favorecer um determinado país, levando-o mais tarde a um completo domínio financeiro.

O Brasil teve felizmente homens capazes, que compreenderam as nossas necessidades, homens êsses que têm feito os maiores esforços para nos libertar da dependência estrangeira, abandonando a monocultura, e industrializando os nossos centros vitais.

Sim, os homens que assim compreenderam foram os militares e em especial, o Exército, transformando as casernas em arsenais e fábricas de todas as espé-

cies, como produtos diretos e indiretos para a guerra, mas que estão ligados aos planos de estado maior.

Tenho feito referências a todos os elementos, exceto o principal, o homem; por êste e que o Exército mais tem se interessado. Como prova, temos a maior Escola de Educação Física da América do Sul, que é a do Exército.

O que estou afirmando não é infundado, pois tenho o orgulho de ter sido diplomado pela mesma em 1933. Lá, o homem aprende o que e a vida em sua realidade, aprende quais são as suas necessidades, possibilidades e como vencer; é, pois, uma verdadeira Escola de preparação social. O aluno da Escola de Educação Física do Exército, quando termina o curso, tem a impressão de viver mais integrado na sociedade, rompendo com todas as barreiras e tabús que entavam o progresso humano; vive, pois, completamente absorvido pela melhoria de sua raça.

Hoje, a Rádio Ipanema tem a honra de receber a visita do Diretor Ten. Cel. Raul de Vasconcellos e do Corpo de Professores e alunos da Escola de Educação Física do Exército; agradeço penhorado tão elevada distinção, fazendo votos pela felicidade pessoal de cada um, pois a mesma redundará em grande parte, na felicidade do Brasil.

ATLETISMO

UMA ESTATÍSTICA DAS MELHORES MARCAS MUNDIAIS FEMININAS

Agora que o atletismo feminino começa a despertar algum movimento das nossas entidades especializadas, é interessante noticiar-se a estatística das melhores marcas mundiais do sexo chamado fraco, onde se notam, de par com resultados comuns, algumas outras que atingem índices bem significativos.

CORRIDAS RASAS

- 50 metros — Mejzlikow (tchecoslovaca) — 6" 2/5.
- 60 metros — Walasiewicz (polonesa) — 7" 3/10.
- 80 metros — Walasiewicz (polonesa) — 9" 8/10.
- 100 metros — Walasiewicz (polonesa) — 11" 7/10.
- 100 metros — Koubkova (tchecoslovaca) — 11" 7/10.
- 200 metros — Walasiewicz (polonesa) — 23" 6/10.
- 800 metros — Walasiewicz (polonesa) — 2' 12" 3/5.
- 1.000 metros — Koubkova (tchecoslovaca) — 3' 0" 3/5.
- 1.200 metros — Lunn (inglesa) — 3' 12" 3/7.

CORRIDAS DE REVESAMENTO

- 300 metros — 4 x 75 — equipe tchecoslovaca — 37" 4/10.
- 400 metros — 4 x 100 — equipe norte-americana — 46" 9/10.
- 800 metros — 4 x 200 — equipe alemã — 1' 45" 8/10.
- 1.000 metros — 10 x 100 — equipe inglesa — 2' 4" 2/5.
- 1.200 metros — 100 + 100 + 200 + 800 — equipe italiana — 3' 30".
- 2.400 metros — 3 x 800 — equipe do Club de Breslau — 7' 37" 4/10.

CORRIDAS COM OBSTÁCULOS

- 80 metros — Fugelhardt (alemã) — 11" 6/10.

SALTOS

Em altura, com impulso — Shirley (norte-americana) — 1m,65.

Em altura, sem impulso — Cottub (austriaca) 1m,32.
Em distância, com impulso — Ritomi (japonesa) — 5m,98.
Em distância, sem impulso — Lyford (norte-americana) 2m,62.

LANÇAMENTOS

Dardo com uma mão — Giudele (norte-americana) 46m,745.
Dardo com as duas mãos — Gelias (alemã) 62m,43.
Pêso com uma mão — Mauermeyer (alemã) 14m,38.
Pêso com duas mãos — Jungkug (alemã) 21m,47.
Disco com uma mão — Mauermeyer (alemã) 44m(34).
Disco com duas mãos — Cejskova (polonesa) 67m,82.

PENTATLON

Performance cumprida pela atleta alemã Giselle Mauermeyer, 377 pontos: 100 metros em 13"; salto em altura, 1m,52; lançamento do dardo: 32m,905; salto em distância: 5m,51; lançamento do pêso: 12m,44.

Por esta estatística, se verifica que a Alemanha caminha na liderança do atletismo feminino mundial, possuindo 8 records. A Polônia segunda-a com 6 records, sendo cinco conquistados pela notável campeã Walasiewicz.

Vêm a seguir os Estados Unidos e a Tchecoslováquia com quatro marcas mundiais cada uma. A Inglaterra possui duas e a Itália, a Austria e o Japão, uma cada.

O ATLETISMO BUENAIRENSE INAUGURA AS INSTALAÇÕES ELÉTRICAS DE UMA NOVA PISTA ARGENTINA

As autoridades do Club Social Esportivo Presidente Mitre, de Buenos Aires, fizeram realizar um interessante programa de atletismo como parte principal dos festejos comemorativos da inauguração das instalações de iluminação elétrica em seu campo de esportes.

Essa notícia, mesmo em seu laconismo, obriga-nos imediatamente a pensar na diferença existente entre essa agitada atividade do atletismo argentino e o marasmo decadente da atlética nacional...



ATENEU PEDRO II - Aracajú

FESTIVAL REALIZADO ENTRE O ATENEU PEDRO II E
BANCÁRIOS, DAQUELA CAPITAL

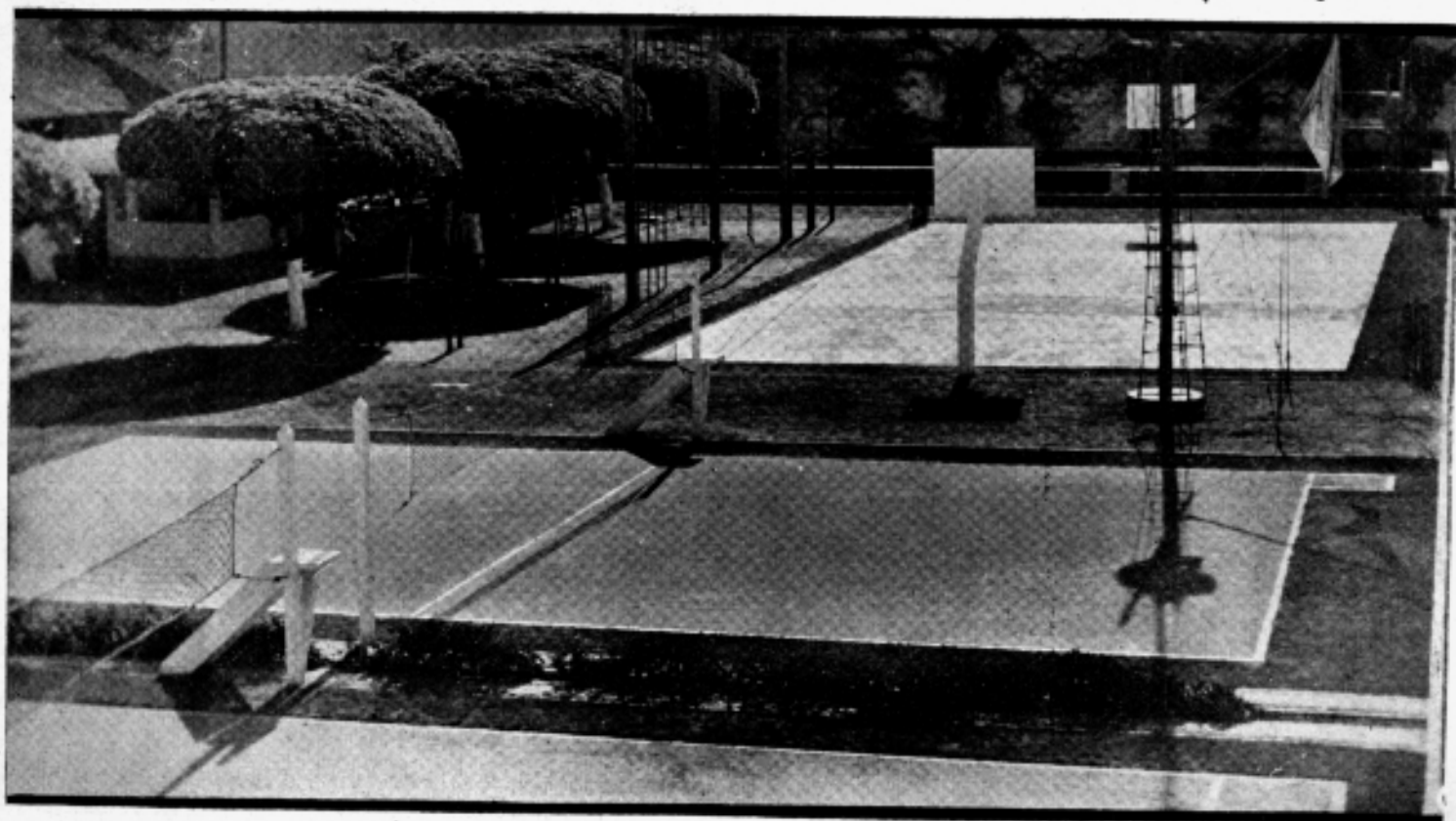




E. Aprendizes Marinheiros



Recife





A Educação Física na P.R.H.8

ASPECTOS COLHIDOS DURANTE A VISITA DO COMANDO, INSTRUCTORES E ALUNOS DA ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO EXÉRCITO AO TERRAÇO DA P. R. H. 8, ONDE, COM TODA A PROFICIÊNCIA, O PROFESSOR TARSO COIMBRA, DIPLOMADO PELA E. E. F. E., MINISTRAVA UMA LIÇÃO DE GINÁSTICA ÀS CRIANÇAS, QUE ERA IRRADIADA PELO MICROFONE DESTA POTENTE ESTAÇÃO.



200 mts. BARREIRAS

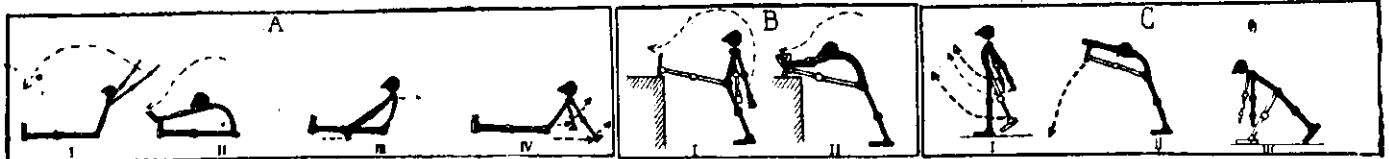
REGULAMENTAÇÃO: Consiste esta prova em correr, com a maior velocidade possível, de uma linha transversal à pista (linha de partida) a outra (de chegada), situada a 200 metros da primeira, saltando dez (10) barreiras de 0m,76 de altura, colocadas de 18m,29 em 18ms, 29, a contar da linha de partida.

O corredor que derruba três (3) barreiras ou que não passa completamente ambas as pernas por cima de todas as barreiras, é desqualificado.

PRINCÍPIOS DE EXECUÇÃO: Esta prova, como todas as demais de barreiras, é de corrida e não de salto. O essencial do treinamento é aprender a transpor a barreira: 1.º) com o mínimo possível de esforço; 2.º) sem perder a velocidade.

QUALIDADES REQUERIDAS: 1.º) Flexibilidade para abordar a barreira quasi sem saltar; 2.º) coordenação de movimentos para executar estritamente o exigido na difícil passagem da barreira; 3.º) rapidez de movimentos para retomar a corrida instantaneamente após cada obstáculo.

ELEMENTOS DE TREINAMENTO



A) Flexionamentos: Posição de partida—Sentado no solo, pernas estendidas, pés unidos.

I—Eleva pelo lado, o mais possível para trás, os braços estendidos;

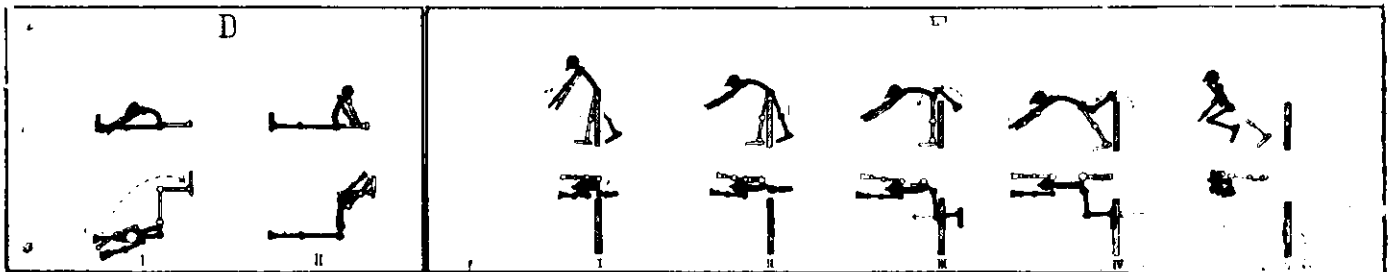
II—Sem dobrar os joelhos, nem os cotovelos, procurar tocar com as mãos ou os punhos o mais longo possível, as pontas dos pés;

III—Erguer o tronco, deslisando as mãos pelas panturrilhas e pelas faces internas das coxas;

IV—Trazer para trás os braços estendidos e começar os movimentos.

B) Realizar os mesmos movimentos descritos em A, mantendo-se, porém, em pé sobre uma das pernas e o outro pé colocado sobre um obstáculo de 0m,75 de altura. Cuidados: manter as pernas estendidas; não voltar para fora a ponta do pé de apóio e trazer finalmente as mãos para frente e não para baixo.

C) Mantendo equilíbrio sobre um dos pés (I), lançar para frente e para cima as duas mãos e a outra perna (II), inclinar-se, em seguida, para frente, dando meio passo (III). Não flexionar as pernas e os braços (sobretudo a perna de apóio); projetar a perna e não conduzi-la.



D) Posição de partida—Sentado no solo, uma perna estendida à frente, mantendo a ponta do pé para cima (I e II, perfil), coxa, perna e pé, de trás, apoiados no solo, fazendo ângulo reto nas três articulações (I visto de cima).

I—Inclinar-se para frente e tocar o solo do lado de fora do tornozelo (e não do joelho ou da coxa) com ambas as mãos.

II—Erguer o busto e tocar o solo com as duas mãos no ângulo da perna com o pé que está atrás.

E) Posição:—Em pé junto à extremidade de uma barreira, o calcanhar (do pé oposto à barreira) um pouco para fora do obstáculo.

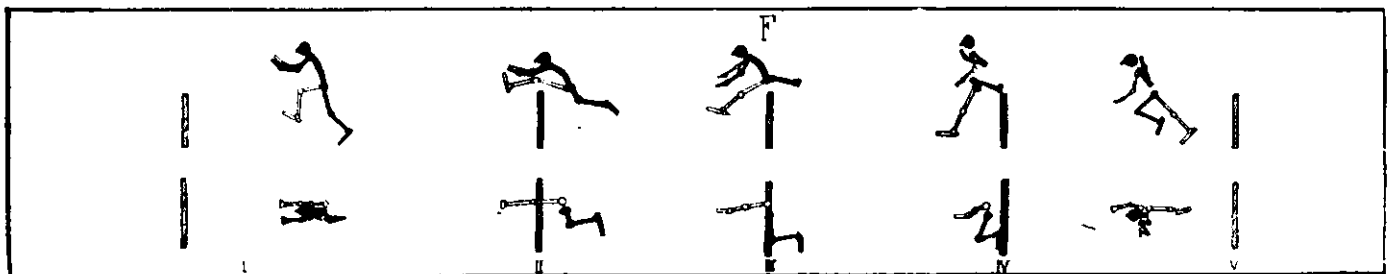
I e II—Inclinar-se progressivamente para frente, sem mover as pernas.

III—No momento em que se perde o equilíbrio na inclinação para frente, sem flexionar a perna de apóio, passa-se o joelho do lado da barreira por cima dela.

IV—Continuando-se a cair para frente, bascula-se a perna de modo que o tornozelo passe pelo mesmo lugar onde o joelho passou, o pé paralelo à parte superior da barreira.

V—Fazer voltar a perna de trás ao plano da corrida.

Cuidado—Não olhar para a barreira; inclinar-se diretamente para a frente; lançar rapidamente o joelho para o lado; passar com o joelho, panturrilha e tornozelo pelo mesmo lugar em relação à barreira; passar o pé atravessado.



PASSAGEM DE UMA BARREIRA

F) Partir de boa distância (variável com os atletas, mas quando se parte demasiadamente perto, passa-se mal).

Lançar os braços para frente, inclinando fortemente o corpo também para frente; lançar a parte de diante para a frente e para cima (como em C II).

Passar a perna de trás (como em E III, IV, V), enquanto que se ergue bruscamente o corpo para abaixar a perna da frente estendida, assim como para dar um impulso de calcanhar no solo, para prosseguimento da corrida.

Cuidados—trazer as mãos para frente; lançar a perna da frente; não se erguer nem reconduzir a perna de trás, antes de haver transposto a barreira; inclinar-se novamente depois do obstáculo.

REGRAS DE TREINAMENTO

Nunca passar a um período de treinamento qualquer, sem realizar perfeitamente o anterior.

1.º PERÍODO—Flexionamentos: (A, B, C, D, E). Não procurar perfeição em um primeiro treinamento; fazer o movimento tão

corretamente quanto o permita a facilidade; melhorar pouco a pouco sua execução. Repetir os movimentos até aquele que se apresentou penoso ou incorreto. Si isto acontece demasiadamente cedo, passar a outro movimento, para voltar depois ao primeiro.

2.º PERÍODO—Flexionamentos e transposições parciais: (A, B, C, D, E) depois transpor uma barreira, porém, sucessivamente

pelas extremidades, afim de não se preocupar sinão com a perna que passa por cima, passando a outra pelo lado.

3.^o PERÍODO Como o anterior e mais a transposição total (F).

4.^o PERÍODO Dar uma saída e transpor uma barreira a 18m,29

5.^o PERÍODO Uma saída e 2 barreiras.

6.^o PERÍODO Uma saída e 7 barreiras.

7.^o PERÍODO - Uma saída e 10 barreiras.

Nos tres últimos períodos, um companheiro correrá ao lado para treinar. Parar a sessão, desde que se sinta diminuição na facilidade da passagem da barreira.

Cuidados Dar um número de passos regular (7 a 9) entre as barreiras; si possível, fazer simètricamente todos os exercícius, transpondo as barreiras indiferentemente com uma ou outra perna (dar 8 passos); dar mais ràpidamente o primeiro passo após cada barreira.

NOTA. - Para 50 sessões de treinamento, consagrar: 20 ao 1.^o período, 5 ao 2.^o, 1 ao 3.^o 1 ao 4.^o, 2 ao 5.^o, 2 ao 6.^o e 1 ao 7.^o