

REVUES

par A. Leal d'Oliveira

POLAND

POLÓNIA

Roczniki Naukowe

Wyższa Szkoła Wychowania Fizycznego

Poznań

Poznań

1966

1966

Daily oscillations of physical efficiency of young school boys aged 7 to 18 years, by Bogusław.

Oscilações diárias da eficiência física em jovens escolares dos 7 aos 18 anos, por Bogusław.

1. The analysis of the results obtained has shown that the ability to jump is more strongly connected with age than with rapidity. In the period from 8 to 18 years of age this ability, as a feature of efficiency, increases in a systematic way, the average amounting to 3,39 cm in the group of chronological age and to 2,32 in the group of physiological age. As to rapidity one can observe its increase from 8 to 12 years of age. In the period from 14 to 18 years great differences depending on the hour of the day, are noticed.

2. The efficiency of the investigated individuals as to rapidity and ability to jump, is on the average higher at midday and in the evening, than in the morning. This phenomenon appears distinctly in the test of rapidity and in a lesser degree in jumps. The increase of the ability to jump at midday and in evening as compared to the morning, is greater in the older groups.

3. The older age group is characterized by a lesser variability in jumps than in the rapidity where one can observe a tendency to higher coefficients of variability.

1. A análise dos resultados obtidos mostrou que a capacidade de saltar está mais fortemente associada com a idade do que com a rapidez. No período dos 8 aos 18 anos de idade, esta capacidade, como característica de eficácia, aumenta de maneira sistemática na média de 3,39 cm no grupo de idade cronológica e de 2,32 no grupo de idade fisiológica. Quanto à rapidez, o seu aumento observa-se no período de 8 a 12 anos. No período de 14 a 18 anos notam-se grandes diferenças que dependem da hora do dia.

2. A eficiência dos indivíduos examinados, quanto à rapidez e à capacidade de saltar é, em média, mais alta ao meio-dia e à noite, que de manhã. Este fenómeno aparece distintamente na prova de rapidez e em menor grau nos saltos. O aumento na capacidade de saltar ao meio-dia e à noite, comparado com o da manhã, é maior nos grupos mais velhos.

3. O grupo mais velho é caracterizado por menor variabilidade nos saltos que na rapidez onde se pode observar uma tendência para coeficientes mais altos de variabilidade.

4. A method modified by Demel and Sikora has shown that in the daily oscillations of efficiency in the test of rapidity, the accelerated and compensated type of curve dominates and, in the test of jumping, it is the dispersed type of curve.

5. A statistical analysis of the results do not show any basic differences in the test of rapidity between the groups of chronological and physiological age. One can only observe certain small differences in the groups aged from 15 to 18 years. As to the jump the differences between these two groups are still less important, except for the 18 years old group examined in the evening.

6. The application of the Perkal's indicators has shown that one can observe a greater similarity as to rapidity, among the older groups.

In daily oscillation of the jump, one can observe a greater similarity in the younger groups.

Influence of physical education on certain morphological features, by Zbigniew Drozdowski.

As a result of two years of physical education, various essential changes have been observed: A higher stature, mainly as a result of an improved posture, larger dimensions and lesser flatness of the thorax, wider shoulders, more weight and a sturdier structure.

4. Um método modificado por Demel e Sikora mostrou que nas oscilações diárias de eficiência na prova de rapidez, domina um tipo acelerado e compensado de curva e, na prova do salto, um tipo de curva dispersa.

5. Uma análise estatística dos resultados não mostra quaisquer diferenças básicas na prova de rapidez entre os grupos de idade cronológica e fisiológica. Apenas se podem observar certas pequenas diferenças nos grupos de idades entre os 15 e 18 anos. Quanto ao salto, as diferenças entre estes dois grupos são ainda menos importantes, excepto para o grupo mais velho de 18 anos, examinado à noite.

6. A aplicação dos indicadores de Perkal mostrou que se pode observar uma maior similaridade quanto à rapidez, entre os grupos mais velhos.

Na oscilação diária do salto, pode-se observar uma maior similaridade nos grupos mais novos.

Influência da educação física em certas características morfológicas, por Zbigniew Drozdowski.

Como resultado de dois anos de educação física, foram observadas várias mudanças essenciais: Maior estatura, principalmente como consequência de melhor atitude, maiores dimensões e menor chateza do tórax, ombros mais largos, mais peso e maior robustez.

Wychowanie Fizyczne I Sport

Marymonka 34

Warsaw

Varsóvia

No. 1 — 1966.

N.º 1 — 1966.

Physical analysis of the circulatory system in youth practising sport, by K. Markiewicz.

The examination embraced 40 young sport competitors, some with good and others with limited sporting conditions. An increase in the ejective capacity and cardio-pulmonar reactivity was found by physical analysis according to Wezber and

Análise física do sistema circulatório na mocidade desportiva, por K. Markiewicz.

O exame compreendeu 40 jovens competidores desportivos, uns com boa e outros com insuficiente condição desportiva. Por meio da análise física, segundo Wezber e Boeger, foi observado um aumento da capacidade de ejeção e da reactividade cardiopulmo-

Boeger in sportsmen with limited sporting conditions and greater cardiopulmonary reactivity. The minute volume, indices of peripheral resistance, etc., were increased in other competitors.

The effect of certain forms of interval and continuous training on the maximum consumption of oxygen, by I. Malarecki.

The A. carried out on 24 physical education students, an investigation on the effect of intervalled and continuous training, regarding oxygen consumption during physical effort.

The results obtained suggest that the effect of training might depend not only on its quality (method) but also on its intensity.

Correlation between some indexes of body build and physical fitness in boys, by M. Sklad and M. Witkowski.

Thin boys attain better results in exercises requiring speed, agility, general fitness and strength. Those who have more fat in relation to body weight, had a mediocre physical fitness.

Effect of active rest on rehabilitation of muscles incapacitated by polio, by J. Lachowa.

It was found that the application of «active rest», as one of the methods for the therapeutical rehabilitation of muscles impaired by polio, gives positive results, despite the changed physiological conditions due to the disease.

Effect of physical education at school on development of the physical fitness of pupils, by Z. Zuchora.

The physical fitness of boys and girls from various schools was examined. These schools were selected with as many similar characteristics as possible, but the teachers were different.

Conclusions:

1. The level of physical education at school depends above all on the teacher i.e. on his didactical and pedagogical ability and consciousness in work. Environment, working conditions, installations and equipment are much less important.

nar em desportistas de limitada condição física. Em outros competidores estavam aumentados o volume minuto, índice da resistência periférica, etc.

Efeito de certas formas de treino intervalado e contínuo no consumo máximo de oxigénio, por J. Malarecki.

O autor realizou em 23 estudantes de educação física uma investigação sobre o efeito do treino intervalado e contínuo quanto ao consumo de oxigénio durante o esforço físico.

Os resultados obtidos sugerem que os efeitos do treino podem depender não só da qualidade (método), mas também da sua intensidade.

Correlação entre alguns índices de constituição corporal e a aptidão física nos rapazes, por M. Sklad e M. Witkowski.

Os rapazes magros atingem melhores resultados em exercícios de velocidade, agilidade, aptidão física geral e força. Os que possuíam mais gordura em relação ao peso do corpo, tinham aptidão física medíocre.

A efeito do repouso activo na reabilitação dos músculos incapacitados pela paralisia infantil, por J. Lachowa.

Foi observado que a aplicação do repouso activo, como um dos métodos de reabilitação terapêutica dos músculos enfraquecidos pela poliomielite dá resultados positivos, apesar das diferentes condições fisiológicas devidas à doença.

Efeito da educação física escolar no desenvolvimento da aptidão física dos alunos, por Z. Zuchora.

Foi examinada a aptidão física dos rapazes e raparigas de várias escolas. Estas escolas foram escolhidas de forma a apresentarem as mesmas características, tanto quanto possível, mas os professores eram diferentes.

Conclusões:

1. O nível da educação física nas escolas depende sobretudo do professor, isto é, das suas capacidades didácticas e pedagógicas e da sua consciência no trabalho. O meio, as condições de trabalho, instalações e equipamento, são de muito menor importância.

2. The level of the physical fitness of pupils depends on the level of physical education at school.

The effect of voluntary out-of-school motoric activity of youth on their fitness, is small and is noted only in younger boys.

2. O nível da aptidão física dos alunos depende do nível da educação física escolar.

O efeito da actividade motora voluntária da juventude fora da escola, na sua aptidão física, é pequeno e é apenas observado nos rapazes mais novos.

PORTUGAL

PORTUGAL

Educação Física - Desportos - Saúde Escolar

Direcção-Geral da Educação Física, Desportos e Saúde Escolar

Avenida Infante Santo, 76 - 4.º

Lisbon

Lisboa

No. 5 — 1966.

N.º 5 — 1966.

A Message, by Armando Rocha.

The Director of Physical Education, Sports and School Health addresses a message to the Portuguese youth advising it to practise gymnastics, games and sports, as a means to technical, human and social improvement.

Sociology and sport, by P. Seurin.

See *F. I. E. P.* — *Bulletin* n.º 1-2 — 1966, p. 40.

Sportive training, by Lousteau Mateus e Ferreira Ribeiro.

The As. study especially the sportive training on the field, refer to its different «schools» (the Finnish, Swedish, German, ones, etc.), point out their potential values and integrate them in the eclectic current of contemporary physical education.

Conclusions arrived at the Vth Congress of the Latin Group of Physical Medicine and Sports.

These conclusions were partially transcribed in the *F. I. E. P.* — *Bulletin* Nos. 1-2, 1966, p. 66.

Folkloric Portuguese dances, by Maria Amélia.

The A. informs us that folkloric dances are more and more practised in the Portuguese schools and begins a systematic study of some of these dances by describing them and transcribing the music that accompanies them.

Mensagem, por Armando Rocha.

O Director da Educação Física, Desportos e Saúde Escolar dirige uma mensagem à mocidade portuguesa aconselhando-a à prática da ginástica, jogos e desportos como meios de aperfeiçoamento técnico, humano e social.

Sociologia e Desporto, por P. Seurin.

Ver *Boletim da F. I. E. P.* n.º 1-2 — 1966, p. 40.

Treino desportivo, por Lousteau Mateus e Ferreira Ribeiro.

Os As. estudam especialmente o treino desportivo no campo, referem-se às suas diferentes «escolas» (finlandesa, sueca, alemã, etc.), apontam os seus valores potenciais e integram-nas na corrente eclética da educação física contemporânea.

Conclusões do V Congresso do Agrupamento Latino de Medicina Física e Desportos.

Estas conclusões foram parcialmente transcritas no *Boletim da F. I. E. P.* N.ºs 1-2, 1966, p. 66.

Danças folclóricas portuguesas, por Maria Amélia.

A A. informa que as danças folclóricas são cada vez mais praticadas nas escolas portuguesas e inicia um estudo sistemático de algumas dessa danças descrevendo-as e transcrevendo as músicas que as acompanham.

Legislation

The legal dispositions published concerning gymnastics, games and sports are referred to.

*

This issue is accompanied by an illustrated booklet on the teaching of crawl.

No. 6 — 1966.

The III Luso-Brazilian Sportive Games.

Programme of the III Luso-Brazilian Congress of Physical Education.

Contribution for the study of elementary forms of running and throwing in children, by Dolf-Dietram Blume.

School difficulties, by José do Nascimento Costa.

The A. continues his study referring to the following factors:

Conditions of life out-side school.

Want of adaptation of the programmes and methods to pupils.

Overwork.

Want of former preparation of pupils.

Atypical causes.

Psychology and technique of sports pedagogy, by Peter F. Newel.

The science of the sportive pedagogy has been perfected in these last years.

Although the athlete had been considered a «machine» it is now understood that the mental preparation of competitions is as important as the physiological preparation.

SPAIN

Apuntes de Medicina Deportiva

Revista de la Federación Barcelonesa de Medicina Deportiva

Colt, 46

Barcelona

No. 9 — 1966.

Physiological assessment of results in sports training, by A. Venerando.

The A. studies the guidances that have been followed for the valorization of train-

Legislação

São referidas as disposições legais publicadas acerca da ginástica, jogos e desportos.

*

Este número é acompanhado de um opúsculo ilustrado sobre o ensino do «crawl».

N.º 6 — 1966.

Os III Jogos Desportivos Luso-Brasileiros.

Programa do III Congresso Luso-Brasileiro de Educação Física.

Contribuição para o estudo das formas elementares de correr e de lançar nas crianças, por Dolf-Dietram Blume.

Dificuldades escolares, por José do Nascimento Costa.

O A. continua o seu estudo referindo-se aos seguintes factores:

Condições da vida fora da escola.

Falta de adaptação dos programas e métodos aos alunos.

Esgotamento.

Falta de preparação anterior dos alunos.

Causas atípicas.

A psicologia e a técnica da pedagogia desportiva, por Peter F. Newel.

A ciência da pedagogia desportiva tem-se aperfeiçoado nos últimos anos.

Embora o atleta tivesse sido considerado como uma «máquina» compreende-se agora que a preparação mental da competição é tão importante como a preparação fisiológica.

ESPANHA

Apuntes de Medicina Deportiva

Revista de la Federación Barcelonesa de Medicina Deportiva

Colt, 46

Barcelona

N.º 9 — 1966.

Valorização fisiológica dos resultados do treino desportivo, por A. Venerando.

O A. estuda as orientações que têm sido seguidas para a valorização dos efeitos do

ing effects, the symptoms showed by the trained individual and refers to the scarcely relative value of the numerical criterion in relation to the great complexity of the phenomena observed during effort.

Time and space in feminine gymnastics, by C. Gutierrez Salgado.

Various contemporary tendencies in feminine gymnastics are studied.

Sport and personal dynamics, by J. Ferrer-Hombravella.

The three following individual states were considered:

a) State A, approximately three weeks before the first competition of the sporting season, which represents the «normal personality».

b) State B, 4 or 5 hours before the first competition in which changes caused by pre-competitive anxiety are observed.

c) State C, the morning after the competition.

By using the Rorschach, Buck and Raven tests, the A. arrived at the following conclusions:

In state B the intellectual coefficient falls from 106 to 92. Neurotic tendencies increase and the aggressive ones appear.

In state C the intellectual coefficient returns to its former level, the neurotic tendencies do not manifest themselves and the aggressive ones diminish.

No. 10 — 1966.

Contributions to sportive psychology, by J. Ferrer-Hombravella.

The frequent phenomenon that many sportsmen obtain inferior results in competitions than during training that precede them, is analysed and the studies of Antonelli, Vanek, Roudik, Pouni, Slater-Hammel, Johnson, Cannon, Hoff, Rosenblueth, on the subject, are cited.

treino, quais os sintomas mostrados pelo indivíduo treinado, e refere-se ao valor apenas relativo do critério numérico em relação com a grande complexidade dos fenômenos que se observam durante o esforço.

O tempo e o espaço na ginástica feminina, por C. Gutierrez Salgado.

São estudadas várias tendências contemporâneas na ginástica feminina.

Desporto e dinâmica pessoal, por J. Ferrer-Hombravella.

Foram considerados os 3 seguintes estados individuais:

a) Estado A, aproximadamente três semanas antes da primeira competição da temporada desportiva, o qual representa a «personalidade normal».

b) Estado B, 4 a 5 horas antes da primeira competição, onde se observam modificações derivadas da ansiedade pre-competitiva.

c) Estado C, na manhã seguinte à competição.

Servindo-se dos testes de Rorschach, Buck e Raven, o A. chegou às conclusões seguintes:

No estado B, o coeficiente intelectual desce de 106 a 92. Há aumento das tendências neuróticas e evidenciam-se tendências agressivas.

No estado C o coeficiente intelectual volta ao nível primitivo, as tendências neuróticas não se manifestam e as agressivas diminuem.

N.º 10 — 1966.

Contribuições à psicologia desportiva, por J. Ferrer-Hombravella.

É analisado o fenómeno frequente de que muitos desportistas obtêm resultados inferiores nas competições do que nos treinos que as precederam e citam-se os estudos de Antonelli, Vanek, Roudik, Pouni, Slater-Hammel, Johnson, Cannon, Hoff, Rosenblueth sobre o assunto.

Madrid

Madrid

No. 195 — 1966.

General principles of physical education, by A. Leal d'Oliveira.

See *F. I. E. P.* — *Bulletin* No. 4 — 1964, p. 3.

Special didactics of corrective gymnastics, by Alberto Langlade.

Didactics is an assemblage of notions that guide apprenticeship.

After having stated that the re-educator of bodily posture should possess great moral, temperamental, cultural and physical qualities, the A. refers to the places and material utilized, as well as the planning of the work of re-education which implies the consciousness of the end to be attained, the mastering of technical factors and the continuity and progressiveness of the re-educational action.

No. 196 — 1966.

Sport and international understanding, by P. Noel-Baker.

Physical education and sports have been a powerful civilizing force in the XX century. They play an important part in the educational system in almost all countries and rendered better health and happiness to millions of youths and adults.

Psycho-tonic self-control in sports, by E. de Winter ⁽¹⁾.

The instinctive search for muscular relaxation has been considered under two aspects:

From the physical point of view it improves the state of repose, as it allows the elimination of parasitical muscular contrac-

N.º 195 — 1966.

Princípios Gerais de Educação Física, por A. Leal d'Oliveira.

Ver *Boletim da F. I. E. P.* N.º 4 — 1964, p. 3.

Didáctica especial da ginástica correctiva, por Alberto Langlade.

A didáctica é um conjunto de conhecimentos que orientam a aprendizagem.

Depois de afirmar que o reeducador da atitude corporal deve possuir grandes qualidades morais, temperamentais, culturais e físicas, o A. refere-se aos locais e material utilizado e ao planeamento do trabalho de reeducação que implica a consciência do fim a atingir, o domínio dos factores técnicos e a continuidade e progressividade da acção reeducativa.

N.º 196 — 1966.

O desporto e a compreensão internacional, por P. Noel-Baker.

A educação física e os desportos têm sido uma poderosa força civilizadora no século XX. Eles desempenham um papel importante no sistema educacional em quase todos os países e proporcionaram uma melhor saúde e felicidade a milhões de jovens e adultos.

O auto-domínio psicotónico no desporto, por E. de Winter ⁽¹⁾.

A procura instintiva da relaxação muscular tem sido considerada sob dois aspectos:

No aspecto físico melhora o estado de repouso, pois permite eliminar as contrações musculares parasitas, aperfeiçoa os

⁽¹⁾ Reprinted from «Apuntes de Medicina Deportiva». Barcelona.

⁽¹⁾ Reimpresso de «Apuntes de Medicina Deportiva». Barcelona.

tions, perfects the movements and therefore betters their output.

From the psychical aspect, the voluntary mastery of muscles brings the psychic calm that is related with philosophical, mystic and medical aims.

Then the A. studies the matter in detail, in the following chapters:

I — Historical and theoretical sketch.

- A — Definition.
- B — Methods.
- C — General characteristics.

II — The fundamental technique of the training, according to J. H. Schultz.

- A — General conditions.
- B — Experiments.
- C — Indications for the sports milieu.

III — A complementary personal method.

- A — Tests of muscular relaxation.
- B — Opposition between the active movements and relaxation.
- C — Passive preliminary mobilisation (of the joints).
- D — The elective stimulation of the contracted zones.
- E — Fractional relaxation.

No. 197 — 1966.

Physical education in the primary school, by E. Ruiz Yague.

After some considerations of an essentially philosophical order, the A. develops the following chapters:

- I — Aims of education.
- II — Degrees of educationability.
- III — Unity and solidarity of the human being and of his means of education.

movimentos e melhora portanto o seu rendimento.

No aspecto psíquico, o domínio voluntário dos músculos traz consigo a calma psíquica que se relaciona com fins filosóficos, místicos e médicos.

Em seguida o A. estuda pormenorizadamente o assunto nos capítulos seguintes:

I — Bosquejo histórico e teórico.

- A — Definição.
- B — Métodos.
- C — Características gerais.

II — Técnica fundamental do treino autogéneo, segundo J. H. Schultz.

- A — Condições gerais.
- B — Experiências.
- C — Indicações no meio desportivo.

III — Método pessoal complementar.

- A — Testes de relaxamento muscular.
- B — Oposição entre o movimento activo e a relaxação.
- C — Mobilização passiva preliminar (das articulações).
- D — Estimulação electiva das zonas contracturadas.
- E — Relaxação fraccionada.

N.º 197 — 1966.

A educação física na escola primária, por E. Ruiz Yague.

Depois de várias considerações de ordem essencialmente filosófica, o A. desenvolve os seguintes capítulos:

- I — Fins da educação.
- II — Graus de educabilidade.
- III — Unidade e solidariedade do ser humano e dos seus meios de educação.

Finally the physical, chemical, physiological, intellectual and volitional factors that intervene in physical education, are pointed out.

School physical education by means of «constructed exercises», by Pierre Seurin.

The «constructed», localized exercises, are the best ones from the articular point of view, the most efficient for the modelling of the body and to develop the notions of «corporal duty», of things well done, of method and human dignity.

SWEDEN

Tidskrift I Gimnastik

Pelargatan 11 — Johanneshov

Stockholm

No. 2 — 1966.

The psychology of apprenticeship and physical training, by Berlil Nordlek.

All boring training creates unpleasant impressions that negatively influence the wish to exercise oneself: Hence the importance of the motivation that can be obtained in the following manner:

Progressiveness in teaching starting from the easiest things.

To encourage positive criticism.

To make pauses during the apprenticeship and divide the exercises into their elements.

To show the mistakes. Etc.

The monotonous training contributes to overtraining.

Points of view on the development and organization of movements, by Sven Carlsson.

It is a very important study essential to the theory of physical education and contains the following chapters:

The first movements of the foetus.

Priority of the trunk movements.

Rapid motor development.

Apprenticeship of new patterns of movements.

Development of the ability to coordinate.

São indicados, finalmente, os factores físicos, químicos, fisiológicos, intelectuais e volitivos que interferem na educação física.

A educação física escolar por meio dos «exercícios construídos», por Pierre Seurin.

Os exercícios «construídos», localizados, são os melhores do ponto de vista articular, os mais eficientes para a modelagem do corpo e para desenvolver a noção do «dever corporal», das coisas bem feitas, do método e da dignidade humana.

SUÉCIA

N.º 2 — 1966.

A psicologia da aprendizagem e o treino físico, por Berlil Nordlek.

Todo o treino aborrecido cria impressões desagradáveis que influenciam negativamente o desejo de se exercitar. Daí a importância da motivação que pode ser obtida da seguinte maneira:

Progressão no ensino a partir das coisas mais fáceis.

Encorajar a crítica positiva.

Fazer pausas durante a aprendizagem e dividir os exercícios nos seus elementos.

Mostrar os erros. Etc.

O treino monótono contribui para o sobre-treino.

Pontos de vista sobre o desenvolvimento e a organização dos movimentos, por Sven Carlsson.

É um estudo muito importante, essencial à teoria da educação física e contém os capítulos seguintes:

Primeiros movimentos do feto.

Prioridade dos movimentos do tronco.

Rápido desenvolvimento motor.

Aprendizagem de novos modelos de movimentos.

Desenvolvimento da capacidade de coordenação.

Relationship between stature, weight and the obtained results.

Programme of movements with a biologic basis.

No. 3 — 1966.

Coordination between physical education and the other school matters, by Anders Nordlund.

Only by means of great coordination between physical education and the other school subjects, can the pupils accept physical activity as being essential.

It is during growth that conditions for the adult life are created. We should therefore favour, as much as possible, the physical activity of youth by convincing it of the necessity of physical education for health, well being and capacity for work. A good coordination of all scholastic matters contributes to this.

Measurement of muscular strength, by Sven Carlsöö.

The A. describes the experiments made in this respect in the *Central Institute of Gymnastics in Stockholm*.

No. 4 — 1966.

Physiology and Pedagogy, by Calle Landström.

Physiology and Psychology are basic sciences for Pedagogy, as the A. proves by citing various experiments.

No. 6-7 — 1966.

Biotechnology, by K. E. Gunsäter.

This science, already taught in technical schools, has for its aim to adapt professional work to the anatomical, physiological and psychic conditions of workers.

In fact the increase in industrial production has caused more concern than the human conditions of work. For that reason the A. suggests a course of 60 hours for the teaching of the following matters.:

The surroundings in which one is working.

Relação entre a estatura, o peso e os resultados obtidos.

Programa de movimentos com bases biológicas.

N.º 3 — 1966.

Coordenação entre a educação física e as restantes matérias escolares, por Anders Nordlund.

Apenas por meio de uma boa coordenação da educação física com as restantes matérias escolares, poderão os alunos aceitar a actividade física como essencial.

É durante o crescimento que se criam as condições para a vida adulta. Devemos portanto favorecer, quanto possível, a actividade física da juventude convencendo-a da necessidade da educação física para a saúde, bem-estar e capacidade de trabalho. Para isso contribui a boa coordenação entre todas as matérias escolares.

Medida de força muscular, por Sven Carlsöö.

O A. descreve as experiências feitas a este respeito no *Instituto Central de Ginástica de Estocolmo*.

N.º 4 — 1966.

Fisiologia e Pedagogia, por Calle Landström.

A Fisiologia e Psicologia são ciências de base para a Pedagogia, o que o A. prova citando várias experiências.

N.º 6-7 — 1966.

Biotecnologia, por K. E. Gunsäter.

Esta ciência, já ensinada em escolas técnicas, tem por fim adaptar o trabalho profissional às condições anatómicas, fisiológicas e psíquicas dos trabalhadores.

Com efeito o aumento da produção industrial tem preocupado mais que as condições humanas do trabalho. Por isso o A. propõe um curso de 60 horas para o ensino das seguintes matérias:

O meio onde se trabalha.

Building and functioning of the human body.

Psychological factors.

Standard values.

Prophylaxis.

Recruiting and employment.

Direction of work. Protection and hygienic care of the worker.

Constituição e funcionamento do organismo humano.

Factores psicológicos.

Valores «standard».

Profilaxia.

Recrutamento e emprego.

Direcção do trabalho. Protecção e cuidados higiénicos com o trabalhador.

No. 8-9 — 1966.

This number contains a very well illustrated programme of «gymnastic badges for youth».

The different exercises are summarily described and are indicated in accordance with the different classes in the secondary teaching, from 11 to 18 years of age.

The badges are in iron, bronze and silver and distributed to the pupils who properly perform the exercises referred to.

N.º 8-9 — 1966.

Este número contém um programa muito bem ilustrado de «*marcas ginásticas para a juventude*».

Os diferentes exercícios são sumariamente descritos e indicados de acordo com as diferentes classes do ensino secundário, dos 11 aos 18 anos de idade.

As «*marcas*» são em ferro, bronze e prata e distribuídas aos alunos que executam devidamente os exercícios referidos.

UNITED STATES OF AMERICA

ESTADOS UNIDOS DA AMERICA

Journal of Health - Physical Education - Recreation

1201, 16th Street N. W.

Washington 6, D. C.

Washington 6, D. C.

January, 1966.

Janeiro, 1966.

White House Conference on health, by Carl E. Willgoose.

For two full days, representatives of the health and medical community gathered in Washington for the *White House Conference* on health.

Over and over again during the sessions it was stated that the day for changes in both medical care and education has arrived.

Senator Lister Hill of *Alabama* referred to Franklin Roosevelt's words:

«Human welfare has not increased and does not increase through materialism and luxury... it does progress through integrity, unselfishness, responsibility and justice».

Some other opinions:

«We are a lazy nation trying to reduce our efforts when we should be trying to

Conferência na Casa Branca sobre saúde, por Carl E. Willgoose.

Durante dois dias inteiros, representantes da saúde e da comunidade médica reuniram-se em Washington para uma conferência na *Casa Branca* sobre saúde.

Foi afirmado repetidas vezes, durante as sessões, ter chegado o dia para mudar tanto os cuidados médicos como a educação.

O Senador Lister Hill do *Alabama* referiu-se às palavras de Franklin Roosevelt:

«O bem-estar humano não aumentou e não aumentará com o materialismo e o luxo... ele progride graças à integridade, generosidade, responsabilidade e justiça.»

Algumas outras opiniões:

«Somos uma nação preguiçosa que procura reduzir os nossos esforços quando

exert ourselves... capillaries atrophy and circulation is reduced with the sedentary life» — Charles Houston.

«The gap between medical knowledge and public application is scandalous... good health advice seldom comes to the surface in plain English...» — Peter Wyden.

«Cardiovascular disease, obesity, in youth, tooth decay and premature aging can be reduced if we follow what we know already about exercise and food» — Frederick J. Stare.

The capacity to adjust, by Edward J. Shea.

The degree of adjustment is also due to the demands or lack of demands which are placed upon Man by the environment.

The absence of activity, whether it be physical, intellectual, social, or moral, can only result in the deterioration of man's ability to respond, and to a great sense of dependency. It is a slippery path which leads to loss of integrity, greater bondage and eventual degradation.

Quo Vadis?, by Ray O. Duncan.

Physical education personnel, particularly those at the *College and University*, are greatly disturbed about intense intellectual work and express great concern for the lack of acceptance of physical education as an academic discipline.

February, 1966.

Improving courses in the History of Physical Education, by Bruce L. Bennet.

Within the last years there have been unmistakable signs of a revival of interest in the history of physical education which was a basic subject in earlier teacher preparation programmes. One reason is that physical education today faces the problems of achieving academic responsibility and developing intellectual content, in order to hold its place in the college curriculum; courses in the history of physical education can help in this regard.

deveríamos procurar exercitarmo-nos... os capilares atrofiam-se e a circulação é reduzida com a vida sedentária». — Charles Houston.

«A lacuna entre o conhecimento médico e a sua aplicação pública é escandalosa... o bom conselho higiénico raras vezes aparece num inglês simples...» — Peter Wyden.

«As doenças cardiovasculares, a obesidade na juventude, a cárie dentária e a velhice precoce, podem ser reduzidas se seguirmos o que já sabemos acerca do exercício e do alimento» — Frederick J. Stare.

A capacidade para se adaptar, por Edward J. Shea.

O grau de adaptação é também devido às exigências ou falta de exigências do meio sobre o Homem.

A falta de actividade, seja física, intelectual, social ou moral, pode apenas resultar na deterioração da capacidade de reagir e num grande sentimento de dependência. Isto é um caminho escorregadio que conduz à perda da integridade, à maior servidão e à degradação eventual.

Quo Vadis?, por Ray O. Duncan.

O pessoal da educação física, particularmente nas *Escolas Superiores e Universidades* está grandemente perturbado com o intenso trabalho intelectual e exprime grande preocupação com a falta de aceitação da educação física como disciplina académica.

Fevereiro, 1966.

Melhorando os cursos de História da Educação Física, por Bruce L. Bennet.

Nos últimos anos tem havido sinais evidentes de ter renascido o interesse pela história da educação física que foi um assunto fundamental nos antigos programas para a preparação dos professores. Uma razão é que a educação física enfrenta hoje os problemas de cumprir uma responsabilidade académica e de desenvolver um conteúdo intelectual de forma a manter o seu lugar no currículo colegial; os cursos de história da educação física podem auxiliar a este respeito.

April, 1966.

Education is our Business, by Lona Halbrook.

The union of the words «health» with «education», «physical» with «education» and «recreation» with «education», corresponds to the mission of the *American Association for Health, Physical Education and Recreation*.

Activity programmes for the mentally retarded, by J. Stein, J. Benoit, J. Oliver and R. Carrol.

Physical education helps mentally retarded children to achieve increasing levels of independence. It has been demonstrated that physical, mental, and social abilities improve as the child is physically educated.

Julian Stein presents following teaching suggestions:

- 1 — Progress slowly, offering familiar activities first. Use repetition, because students need reinforcement of learning.
- 2 — Introduce new activities during the early part of the class before children get tired.
- 3 — Be kind, firm and patient.
- 4 — Be clear and use concrete examples.
- 5 — Attempt to keep each child active.
- 6 — Demonstrate and take part in activities.
- 7 — Offer activities which could be useful during recess time, after school hours, and later on.
- 8 — Remember the characteristics of children and consider individual abilities, specially attention capacities.
- 9 — Let children compete with one another. Some simple tests and measurements provide an incentive.
- 10 — Give the children goals in which they can have some success, and use praise as often as possible.
- 11 — Allow them to have some choice of activities and suggest other activities.

Abril, 1966.

A educação é conosco, por Leona Holbrook.

A união das palavras «saúde» e «educação», «física» e «educação», «recreação» e «educação», corresponde à missão da *Associação Americana para a Saúde, a Educação Física e Recreação*.

Programas de actividade para retardados mentais, por J. Stein, J. Bennoit, J. Oliver e R. Carrol.

A educação física auxilia as crianças atrasadas mentais a conseguir níveis progressivos de independência. Foi demonstrado que as capacidades físicas, mentais e sociais, melhoram à medida que a criança é educada fisicamente.

Julian Stein apresenta as seguintes sugestões para o ensino:

- 1 — Progredir lentamente, oferecendo primeiro actividades familiares. Empregar a repetição, porque os estudantes necessitam que o ensino seja reforçado.
- 2 — Introduzir novas actividades durante a primeira parte da classe, antes que as crianças se fiquem.
- 3 — Ser amável, firme e paciente.
- 4 — Ser claro e usar exemplos concretos.
- 5 — Tentar conservar as crianças activas.
- 6 — Demonstrar e participar nas actividades.
- 7 — Oferecer actividades que possam ser úteis durante as férias, depois do tempo escolar, e mais tarde.
- 8 — Lembrar-se das características das crianças e ter em consideração as capacidades individuais, nomeadamente as capacidades de atenção.
- 9 — Deixar as crianças competir entre si. Algumas provas simples e medições fornecem incentivos.
- 10 — Indicar objectivos às crianças em que elas sejam bem sucedidas e elogiá-las tantas vezes quanto possível.
- 11 — Permitir-lhes escolher e sugerir-lhes outras actividades.

- 12 — Include rhythmical activities, such as simple folk dancing.
- 13 — Aid the children in developing their skill in running, jumping, ball handling, etc.
- 14 — Correlate good health habits with physical education.
- 15 — Keep records of physical fitness.
- 16 — Aim for progression.
- 12 — Incluir actividades rítmicas como sejam danças folclóricas.
- 13 — Ajudar as crianças a desenvolver a sua destreza na corrida, saltos, manejo de bolas, etc.
- 14 — Associar bons hábitos higiénicos à educação física.
- 15 — Conservar os registos da aptidão física.
- 16 — Visar a progressão.

Research Quarterly

1201, 16th Street N. W.

Washington 6, D. C.

Washington 6, D. C.

No. 4 — 1965.

N.º 4 — 1965.

A comparison of fitness training methods in a school programme, by E. W. Banister.

Comparação de métodos de treino da aptidão num programa escolar, por E. W. Banister.

Summary and conclusions:

Sumário e conclusões:

- 1 — Four methods of developing physical fitness have been compared. Three of the methods used progressive resistance exercises and, in addition, two of them involved endurance running.
- 2 — One of the progressive resistance running methods organized the resistances, repetitions and rest intervals, differently from the generally accepted circuit training methods.
- 3 — Comparison of the results of the four methods shows that the method using progressive resistances, where the maximum weights were always used combined with endurance running, was the only method that showed superiority over any other.
- 4 — A more frequent and extended training period might show this result more definitely.
- 1 — Foram comparados quatro métodos para desenvolver a aptidão física. Três dos métodos empregaram exercícios de resistência progressiva e, além disso, dois deles implicavam a corrida de resistência.
- 2 — Um dos métodos de corrida de resistência progressiva organizou as resistências, repetições e intervalos de pausa, de forma diferente da dos métodos geralmente aceites de treino em circuito.
- 3 — A comparação dos resultados obtidos com os quatro métodos mostra que o método que usa as resistências progressivas, em que foram sempre usados pesos máximos combinados com a corrida de resistência, era o único método que mostrou superioridade sobre qualquer outro.
- 4 — Um período mais frequente e longo de treino poderia mostrar este resultado mais definitivamente.

Relationship between socio-economic status and physical fitness measures, by N. A. Pontieux and D. G. Barker.

Relação entre a situação socioeconómica e as medidas da aptidão física, por N. A. Pontieux e D. G. Barker.

This study investigated the relationship between socio-economic status and the seven aspects of physical fitness measured by the «A. A. H. P. E. R.» *Youth Fitness Test*. The subjects of the study were 329 girls and 304 boys of ages 10, 11 and 12 who were attending the public schools of a small central Texas community.

Significant relationship were found, but they did not favour any status group in all the components of the fitness test. There were indications that lower-status girls were faster, were better coordinated and had more endurance, and that upper-status girls were stronger in arm and shoulder girdle strength, in abdominal and hip flexor muscles and in muscular explosiveness. Results indicated that lower-status boys were faster and better coordinated and that higher-status boys scored better in combined agility, speed and in strength of abdominal and hip flexor muscles».

Relationship between race and physical fitness, by A. Ponthieux and D. G. Barker.

This study identified statistically significant relationship between race and the measures of physical fitness included in the A. A. H. P. E. R. *Youth Fitness Test*.

Racial differences in physical fitness generally favoured Negro pupils, especially among the boys. The findings of this research reveal that the Negro schoolboys exceeded the White boys significantly in five components of physical fitness as measured by the A. A. H. P. E. R. *Youth Fitness Test* while there was no significant difference between their performances on the other two measures. The Negro girls surpassed the White significantly on four measures, the White ones surpassed the Negroes on two and there was no significant difference in the girls' performances in the one remaining test».

Body concept as it relates to self-concept, by Leela C. Zion.

The results of this study indicate that there is a significant linear relationship between self-concept and body concept in most

Este estudo investigou a relação entre a situação socioeconómica e os sete aspectos da aptidão física medidos pela *Prova de Aptidão Física* da «A. A. H. P. E. R.». Os sujeitos de estudo foram 329 raparigas e 304 rapazes de idades 10, 11 e 12 anos que frequentavam as escolas de uma pequena comunidade no centro do Texas.

Foram encontradas relações significativas que não favoreciam qualquer dos grupos em todos os elementos do teste de aptidão. Havia indicações que as raparigas em pior situação eram mais rápidas, melhor coordenadas e mais resistentes, e que as que estavam em melhor situação tinham os braços, a cintura escapular e os músculos abdominais e flexores das coxas mais fortes e maior explosividade muscular. Os resultados indicaram que os rapazes em situação inferior eram mais rápidos e melhor coordenados e que aqueles em melhor situação eram mais aptos em agilidade, rapidez e força combinadas, e na força dos músculos abdominais e flexores das coxas.

Relações entre a raça e a aptidão física, por A. Pontieux e D. G. Barker.

Este estudo identificou estatisticamente relações significativas entre a raça e as medidas da aptidão física incluídas na *Prova de Aptidão Juvenil* da A. A. H. P. E. R.

As diferenças raciais em aptidão física favoreceram em geral os alunos negros, especialmente entre os rapazes. Os resultados desta investigação revelam que os escolares negros excediam significativamente os rapazes brancos em cinco componentes da aptidão física medida pela *Prova de Aptidão Juvenil* da A. A. H. P. E. R., enquanto que não havia diferença significativa entre os resultados nas outras duas medidas. As raparigas pretas superavam significativamente as raparigas brancas em quatro medidas e os rapazes brancos excediam os pretos em duas e não havia diferença significativa nos resultados das raparigas no outro teste.

Conceito do corpo na sua relação com o conceito de si próprio, por Leela C. Zion.

Os resultados deste estudo indicam que existe uma relação linear significativa entre o conceito de si próprio e o conceito que

of the dimensions measured. It appears that the feeling of security one has in his own body, is related to the security with which one faces one's self and the world.

The concept of body acceptance deserves the consideration of physical educators and others who may be concerned with mental health.

se tem do próprio corpo, na maior parte dos valores medidos. Parece que o sentimento de segurança que se tem no próprio corpo, está relacionado à segurança com que se enfrenta o próprio eu e o mundo.

O conceito da aceitação do corpo merece a consideração dos educadores físicos e de outros que podem preocupar-se com a saúde mental.

L'ÉDUCATION PHYSIQUE DANS LE MONDE

par P. SEURIN

Docteur en Education Physique

Directeur du C.R.E.P.S. de l'Académie de Bordeaux

Secrétaire Général de la Fédération Internationale d'Education Physique

Un volume de 16 × 24, d'environ 500 pages avec plus de 100 illustrations.

Préface du Président de la F.I.E.P.

L'ouvrage a pour but d'apporter une documentation précise sur l'organisation de l'éducation physique dans chaque pays (40 pays). Les collaborateurs sont pour la plupart des responsables officiels qui connaissent parfaitement les conceptions et la réalité de l'éducation physique dans leur pays.

PRIX: 24 N. F., frais d'envoi compris

EDITIONS BIÈRE

18, Rue du Peugue — Bordeaux — FRANCE

REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACION FISICA

ORGANO OFICIAL DEL COLEGIO NACIONAL DE PROFESORES DE EDUCACIÓN FISICA DE ESPAÑA

Dirección y Administración: Pilar de Zaragoza, 99
Madrid 3 (ESPAÑA)

Redactor-Jefe: D. Ricardo Alba Navas — Callejón de San José, 10
Toledo (ESPAÑA)

Esta Revista tiene por objeto poner al día entre los Profesores de E.F. toda la técnica moderna relacionada con esta materia.

Se publica una vez al mes y cada número comprende alrededor de 50 páginas.

Publication trimestrielle — Issued quarterly — Publicación trimestral

Cotisation annuelle — Annual fees — Cotización anual

Membres collectifs	\$ 5	(1) Minimum
	36/-	
Collective members	Sv. Kr. 25	
	F. B. 250	
Miembros colectivos	N. F. F. 24	
	144\$00	
Membres individuels	\$ 2	(1) Minimum
	14/-	
Individual members	Sv. Kr. 10	
	F. B. 100	
Miembros individuales	N. F. F. 10	
	57\$00	

- À envoyer avant le 1^r Mars.
- To be sent before the 1st March.
- A remitir antes del 1.º de Marzo.



- Pour l'Amérique, l'Afrique, l'Asie et l'Océanie, le port de chaque N.º, *par avion*, a un supplément de 4/6.
- For America, Africa, Asia and Oceania, the postage of each No. *by air mail*, bears an addition of 4/6 extra.
- Para America, Africa, Asia y Oceania, 4/6 de suplemento, para portes de cada N.º *por avión*.



- Prière de renvoyer cette revue au cas où son abonnement n'intéresse pas.
- Please return this magazine if not interested.
- Se pide la devolución de esta revista en el caso de no interesar.

Número avulso (Portugal): 40\$00



- (1) — Les Membres ou Souscripteurs collectifs (Ecoles ou Instituts d'Education Physique, Instituts de Recherche Scientifique, Fédérations, Associations, etc.) ont droit à deux exemplaires (minimum).
- Collective Members or Subscribers (Schools or Institutes of Physical Education, Scientific Research Institutes, Federations, Associations, etc.) have a right to two copies (minimum).
- Los Miembros o Suscritores colectivos (Escuelas o Institutos de Educación Física, Institutos de Investigación Científica, Federaciones, Asociaciones, etc.) tienen derecho a dos ejemplares (mínimo).

AVERTISSEMENT — WARNING — AVISO

— Faite attention, s. v. p., aux nouvelles adresses ci-dessous mentionnées concernant la correspondance, etc.

— Please pay attention to the under mentioned addresses concerning correspondence, etc.

— Por favor preste atención a las direcciones abajo mencionadas y concernientes a la correspondencia, etc.

Correspondance confidentielle

Articles pour le Bulletin
Nouvelles du Monde
Revues

Confidential correspondence

Articles for the Bulletin
World News
Magazines

Correspondencia confidencial

Artículos para el Boletín
Noticias del Mundo
Revistas

Dr. António Leal d'Oliveira
Av. 5 de Outubro, 50, r/c - D.
Faro — PORTUGAL



Correspondance générale étrangère

Délégués de la F. I. E. P.

Foreign general correspondence

F. I. E. P.'s Delegates

Correspondencia general extranjera

Delegados de la F. I. E. P.

Dr. Pierre Seurin
CREPS
33 — Talence — FRANCE



Livres

Books

Libros

Dr. C. Marques Pereira
«I. N. E. F.»
Cruz Quebrada - PORTUGAL



Inscriptions et cotisations Bulletins

Inscriptions and subscriptions Bulletins

Inscripciones y cotizaciones Boletines

Fernando de Lacerda Melo
Trésorier — Treasurer — Tesorero
Av. Infante Santo, 76 - 4.^o
Lisbon — PORTUGAL