

CUBA

CUBA

## El Deporte

Ciudad Deportiva

Habana

Havana

No. 1-2, 1968.

N.º 1-2, 1968.

*Fundamental concepts and general norms to be specially taken into consideration when applying modern training systems.* By Alejandro Sandino.

After defining training as the regular and systematic repetition of a certain activity, the Author studies the importance of its physiologic and psychologic aspects.

The most important psychic factor is the *will* when informed by scientific knowledge and helped by a correct technique.

For the full exercise of the will, mental concentration is indispensable:

- 1 — Recapitulation of fundamental «keys» of style and other norms.
- 2 — Mental reconstitution of action, exactly as one wants to accomplish it.
- 3 — Execution preceded by warming-up exercises and also characterized by previous mental concentration.

This concentration allows the best technical output and is useful to face eventual unfavourable circumstances.

*Conceitos fundamentais e normas gerais a serem especialmente considerados ao aplicar os modernos sistemas de treino.* Por Alejandro Sandino.

Depois de definir o treino como a repetição regular e sistemática duma certa actividade, o Autor estuda a importância dos seus aspectos fisiológicos e psicológicos.

O factor psíquico mais importante é a *vontade* quando informada por conhecimentos científicos e ajudada pela técnica correcta.

Para o pleno exercício da vontade, a concentração mental é indispensável:

- 1 — Recapitulação das «chaves» fundamentais do estilo e de outras normas.
- 2 — Reconstituição mental da acção tal qual se deseja realizada.
- 3 — Execução precedida por exercícios de aquecimento e também caracterizada por concentração mental prévia.

Esta concentração permite o melhor rendimento técnico e é útil para fazer face a circunstâncias desfavoráveis eventuais.

Training is divided into the general and the specific one. In the first are included all exercises to increase the functional organic ability, namely the muscular one, not having in view any special performance. The specific training aims at giving maximum capacity and skill in a certain sportive speciality.

One quality is adaptation to the milieu which implies a certain organic equilibrium, therefore a certain «struggle» followed by accommodation to this milieu.

Phenomena of adaptation were thoroughly studied by Prof. Hans Selye of the *Montreal University* in a world known theory *General Syndrom of Adaptation* (G. S. A.).

The basic principle of this theory is that all degrees or phases of any process of adaptation are partly the same (non specific ones), and partly specific, i. e., related to a certain stimulus.

Selye called *stress* the state of organic struggle in order to maintain equilibrium.

The agents that provoke «stress» may be physical (cold, heat, etc.), chemical (poison, products of muscular fatigue, etc.), nervous ones (emotions, intense sensorial excitations, etc.).

The *G. A. S.* presents three non specific phases:

*Alarm reaction:* It is the spontaneous natural reaction of the system facing any stimulus that disturbs its equilibrium. A «shock» is produced, followed by a state of «counter-shock» which is the beginning of the organic effort of adaptation.

*Resistance:* The system puts into action its defensive apparatus in accordance with the stimulus, with a view to overcome same and to adapt itself to new biological circumstances. In individuals who are used to a certain stimulus, the consumption of energy is less.

*Exhaustion:* The system cannot bear any longer its «struggle», i. e. cannot overcome the stimulus.

This phase can be preceded by the so-called «second wind»:

In fact there is a moment when one has a feeling of exhaustion in which respiration

O treino é dividido em treino geral e em treino específico. No primeiro estão incluídos todos os exercícios para aumentar a capacidade funcional orgânica, nomeadamente a muscular, sem ter em vista qualquer execução especial. O treino específico tem por fim dar a máxima capacidade e perícia numa certa especialidade desportiva.

Uma qualidade é a adaptação ao meio o que implica um certo equilíbrio orgânico, portanto uma certa «luta» seguida de acomodação a esse meio.

Os fenómenos de adaptação foram profundamente estudados pelo Prof. Hans Selye, da *Universidade de Montreal*, numa teoria mundialmente conhecida por *Síndrome Geral de Adaptação* (S. G. A.).

O princípio básico desta teoria é que todos os graus ou fases de qualquer processo de adaptação são em parte os mesmos (não específicos) e em parte específicos, isto é relacionados a um certo estímulo.

Selye chamou «stress» ao estado de luta orgânica para manter o equilíbrio.

Os agentes que provocam o «stress» podem ser físicos (frio, calor, etc.), químicos (venenos, produtos da fadiga muscular, etc.), nervosos (emoções, excitações sensoriais intensas, etc.).

O *S. G. A.* apresenta 3 fases não específicas:

*Reacção de alarme:* É a reacção espontânea, natural, do organismo em face a qualquer estímulo que perturbe o seu equilíbrio. Produz-se um «choque» seguido dum estado de «contra choque» que é o começo do esforço orgânico de adaptação.

*Resistência:* O organismo põe em acção o seu aparelho defensivo, de acordo com o estímulo, em vista a superá-lo e a adaptar-se às novas circunstâncias biológicas. Nos indivíduos habituados a um certo estímulo, o consumo de energia é menor.

*Esgotamento:* O organismo não pode sustentar, por mais tempo, a sua «luta», isto é não pode superar o estímulo.

Esta fase pode ser precedida pelo chamado «segundo fôlego»:

De facto há um momento em que se tem a sensação de esgotamento, na qual a respi-

is excessively accelerated, blood pressure decreases, sweating is abundant and vertigo appears.

If the system is trained, these symptoms disappear by the intervention of new organic adaptation responses.

The Author makes other very important scientific considerations about the physiology of effort.

ração é excessivamente acelerada, decresce a pressão sanguínea, a sudação é abundante e aparece a vertigem.

Se o organismo está treinado, estes sintomas desaparecem pela intervenção de novas reacções de adaptação.

O Autor faz outras muito importantes considerações científicas sobre a fisiologia do esforço.

CZECHOSLOVAKIA

CHECOSLOVÁQUIA

Acta Facultatis Educationis Physicae  
Universitatis Comenianae

Slovenske Pedagogické Nakladateľstvo

Bratislava

Bratislava

1967.

1967.

This 22 page volume contains important articles on researches made in the *Faculty of Physical Education* of the *Komensky University* in *Bratislava*, from 1964 to 1966.

Este volume de 22 páginas contém importantes artigos sobre as investigações feitas na *Faculdade de Educação Física* da *Universidade de Comênio*, em *Bratislava*, de 1964 a 1966.

Contents:

Conteúdo:

*The criterion of cyclical speed in 11 to 13 years old youth and factors determining this speed.* By A. Kuchen, I. Havlicek and J. Cechavala.

*O critério da velocidade cíclica nos jovens de 11 a 13 anos e os factores que determinam essa velocidade.* Por A. Kuchen, I. Havlicek e J. Cechavala.

*Selection of indices for the determination and valuation of the general physical capacity of gifted youth, at experimental schools.* By F. Sykora.

*Seleção de índices para a determinação e a valorização da capacidade física geral da juventude bem dotada, em escolas experimentais.* Por F. Sykora.

*Investigation into the structure of sportive movements by the electrogoniographic method.* By M. Koniar and K. Viktorin.

*Investigação da estrutura dos movimentos desportivos pelo método electrogoniográfico.* Por M. Koniar e K. Viktorin.

*An objective judgement of overloading in therapeutical physical training.* By M. Palát.

*Um juízo objectivo da sobrecarga no treino fisioterapêutico.* Por M. Palát.

*Contribution to a more objective valuation of the general physical efficiency of candidates for the study of physical education at the Faculty of Physical Education and Sports of the Komensky University in Bratislava.* By F. Sikora and I. Havlicec.

*Contribuição para a avaliação mais objectiva da eficiência física geral dos candidatos ao estudo da educação física na Faculdade de Educação Física e Desportos da Universidade de Comênio, em Bratislava.* Por F. Sikora e I. Havlicec.

*Possibilities of the application of the Kraws-Keber test as an index of orientation concerning physical fitness of youth.* By M. Palát.

*Possibilidades da aplicação do teste de Kraws-Weber como índice da orientação relativa à aptidão física da juventude.* Por M. Palát.

*The psychological aspects of the control of the pre-start state and the possibilities of its valuation.* By I. Macák.

*Aspectos psicológicos do controlo da posição de partida e possibilidades da sua avaliação.* Por I. Macák.

*Changes occurred in the formation of social groups in the Czechoslovak movement of physical culture during the past decades and the lessons drawn from these changes.* By K. Stánay.

Etc.

The 6th mentioned article on the Kraws-Weber test, is accompanied with photographs of very well performed gymnastic exercises.

*Mudanças ocorridas na formação de grupos sociais, no movimento checoslovaco de cultura física durante décadas passadas, e as lições retiradas dessas mudanças.* Por K. Stránay.

Etc.

O 6.º artigo mencionado, sobre o teste de Kraws-Weber, é acompanhado com fotografias de exercícios ginásticos muito bem executados.

## FINLAND

## FINLÂNDIA

### Liv och Spänst

Tempelg, 19 D

Helsinki

Helsínquia

No. 4, 1968.

N.º 4, 1968.

*Man under stress.* By Stanley J. Sarnoff.

*O homem durante esforço intenso.* By Stanley J. Sarnoff.

The Author studies the causes and repercussions of stress on the system of aviators and military people during fight, specially regarding blood pressure and points out the rôle of the nervous system and psychic states during efforts.

O Autor estudo as causas e repercussões do esforço intenso no organismo de aviadores e militares em combate, especialmente em relação à pressão sanguínea e indica o papel do sistema nervoso e estados psíquicos durante os esforços.

*Gymnastics in 1970.* By Eija Franckes.

*A ginástica em 1970.* Por Eija Franckes.

The Seminar held at the *Popular College of Gymnastics in Lillsved, Sweden*, from 14 th to 19 th July 1968, is reported.

É relatado o *Seminário* que se realizou na *Escola Superior Popular de Ginástica em Lillsved, Suécia*, de 14 a 19 de Julho de 1968.

This meeting was organized by Mr. Olle Kilmark.

Esta reunião foi organizada pelo Sr. Olle Kilmark.

Prof. Birger Rasmussens prognosticated the society we shall know within some years: economic prosperity, more leisure time, etc.

O Prof. Birger Rasmussens prognosticou a sociedade que conheceremos dentro de alguns anos: prosperidade económica, maior lazer, etc.

Prof. Bo Ingelmark accentuated the fact that only a part of our muscles work during usual jobs; the problem consists therefore in making all of them work, i.e. utilize all personal resources.

O Prof. Bo Ingelmark acentuou o facto de que apenas uma parte dos nossos músculos trabalha durante as ocupações usuais; o problema consiste portanto em fazê-los trabalhar a todos, quer dizer utilizar todos os recursos pessoais.

For example clerks only utilize 10 % of their strength. Other untrained people only 25 %. Atrophy is the consequence of such a lack of stimuli.

Por exemplo os burocratas apenas utilizam 10 % da sua força. Outras pessoas não treinadas, apenas 25 %. Atrofia é a consequência de tal falta de estímulos.

Prof. Birger Rasmussens showed the results of lack of body activity produced

O Prof. Birger Rasmussens mostrou os resultados da falta de actividade corporal

by mechanization, namely the tendency to certain illnesses, among others those of blood circulation.

Dr. Torbjörn Stockfest spoke about motivation in physical education.

One wishes to participate within the activity of social groups.

One wishes to stop thinking too much of oneself and to feel supported by the group without losing one's personality.

One wishes to structure one's existence which is expressed by movements.

One wishes to flee from worries by means of gymnastic movements.

One wishes to be praised, get rewards and be noticed.

Other people do gymnastics, why don't I too?

One is driven to perform body exercises because society reproaches our bad physical condition.

By means of physical education one builds up a system able to overcome difficulties.

Etc.

Lector Kaare Sunda! studied physical skill from the psychic point of view.

Fil. Lic. Olle Hallden commented upon all the lectures, by accentuating their pedagogical incidencies and outlined a standard organisation for physical education.

No. 5, 1968.

*Gymnastics in 1970.* By Eija Franckes.

It is the continuation of the same subject dealt with in No. 4, 1968, and then discussed in *Helsingfors* on the 19 th October 1968.

According to Fil. Olle Halldén, the aim of gymnastics is to be a corrective factor for the lack of physical activity, psychologic stress, lack of human contact and of not being harmoniously developed.

As to motivation, social relationships and competition play their rôle specially during youth; in mature people to fill up leisure time and be healthy, are the principal motives.

produzida pela mecanização, nomeadamente a tendência para certas doenças, entre outras as da circulação sanguínea.

O Dr. Torbjörn Stockfelt falou sobre a motivação em educação física:

Desejamos participar na actividade de grupos sociais.

Desejamos libertar-nos de pensar demasiadamente em nós próprios e de nos sentirmos apoiados por um grupo, sem perder a personalidade.

Desejamos estruturar a nossa existência que se expressa por movimentos.

Desejamos fugir de preocupações por meio de movimentos ginásticos.

Desejamos ser elogiados, recompensados e notados.

Outros fazem ginástica; porque não também eu?

Somos levados a praticar exercícios corporais, porque a sociedade censura a nossa má condição física.

Por meio da educação física, constroe-se um organismo capaz de vencer dificuldades.

Etc.

O Lector Kaare Sunda! estudou a des- treza física do ponto de vista psicológico.

O Lic. em Fil. Olle Halldén comentou todas as conferências, acentuando as suas incidências pedagógicas e esboçou um modelo de organização para a educação física.

N.º 5, 1968.

*A ginástica em 1970.* Por Eija Franckes.

É a continuação do mesmo assunto tratado no N.º 4, 1968, e depois discutido em *Helsingfors* em 19 de Outubro de 1968.

Segundo o Lic. Fil. Olle Halldén, o objectivo da ginástica é ser um factor correctivo para a falta de actividade física, dos grandes esforços psíquicos, da falta de contactos humanos e de não estarmos harmoniosamente desenvolvidos.

Quanto à motivação, as relações sociais e a competição representam o seu papel especialmente durante a juventude; nos adultos, os principais motivos são preencher os tempos livres e ser saudáveis.

In *Denmark* the principal motives, are the following ones:

To understand the signification of body exercises.

The sense of moral responsibility.

Joy during training and the search for one's well being.

Joy in social relationships.

*Doping in the sports world.* By Geoffrey Bocca.

The Author comments on the cycle race «*Tour de France*» where the English cyclist Tommy Simpson died as a result of violent effort and «doping».

Drugs are even taken in public by athletes. Their use in sport is as old as ancient *Greece*.

The *I. O. C.* forbids the use of them without having definitive means to carry through such prohibition.

Mr. Geoffrey Bocca refers in detail to what happens in the *U. S. A.* and *France* regarding doping taken by runners, footballers, boxers, weight lifters. Sports enthusiasts have been seen giving drugs to athletes.

Examination of the real sex of supposed women athletes, in the *Olympic Games*, is also referred to.

Na *Dinamarca* os principais motivos são os seguintes:

Compreender a significação dos exercícios corporais.

O sentimento da responsabilidade moral.

Alegria durante o treino e a procura do bem-estar.

Prazer nas relações sociais.

*A dopagem no mundo desportivo.* Por Geoffrey Bocca.

O Autor comenta a corrida ciclista «*Tour de France*» em que o ciclista inglês Tommy Simpson morreu em consequência do esforço violento e dopagem.

As drogas são mesmo tomadas pelos atletas em público. O seu uso no desporto é tão velho como a *Grécia* antiga.

O *C. O. I.* proíbe o seu uso, sem ter meios definitivos para efectivar tal proibição.

O Sr. Geoffrey Bocca refere em pormenor o que acontece nos *E. U. A.* e *França* no que respeita à dopagem dos corredores, futebolistas, pugilistas, levantadores de pesos. Têm sido vistos entusiastas do desporto, dopando atletas.

O exame do verdadeiro sexo de supostas atletas femininas, nos *Jogos Olímpicos*, é também referido.

## FRANCE

## FRANÇA

### Education Physique et Sport

Comité d'Études et d'Informations Pédagogiques

de l'Éducation Physique et du Sport

Avenue du Tremblay

Paris (12<sup>e</sup>)

Paris (12)

No. 96-97, 1969.

N.º 96-97, 1969.

*Permanent promotion.* By Pierre Dumas.

This is the title of a lesson given by Dr. Pierre Dumas at the beginning of the school year 1968-1969, in the *Teachers' Training College* («*E. N. S. E. P. S.*»), in *Paris*.

The Author begins by defining promotion as the accession to a higher social position. Then he points out the task of teachers of physical education:

The widening of their social rôle.

*Promoção permanente.* Por Pierre Dumas.

É o título da lição dada pelo Dr. Pierre Dumas no início do ano escolar de 1968-1969, na *Escola Normal de Educação Física e Desportos* («*E. N. S. E. P. S.*») em *Paris*.

O Autor começa por definir promoção como acesso a uma posição social mais elevada. Seguidamente indica a missão dos professores de educação física:

O alargamento do seu papel social.

The progressive juxtaposition of disciplines.

The development of pedagogical and scientific research.

To orient themselves towards a certain specialization.

The combination of theory and practice is stressed so as to unite empirical and scientific acquisitions, as well as the need for general body culture.

Hence the importance of studies of anatomy, physiology, psycho-physiology, analysis of movements, history, etc. also in order to justify the confidence of society in teachers of physical education.

A justaposição progressiva das disciplinas.

O desenvolvimento da investigação pedagógica e científica.

Orientar-se em vista a uma certa especialização.

É acentuada a combinação da teoria e da prática a fim de unir as aquisições empíricas e científicas, assim como a necessidade da cultura geral do corpo.

Daí a importância dos estudos de anatomia, fisiologia, psicofisiologia, análise dos movimentos, história, etc., também para justificar a confiança da sociedade nos professores de educação física.

## L'Éducation Physique

Organe Officiel de la Fédération Française d'Éducation Physique

2, Rue de Valois

Paris (12°)

Paris (12)

No. 56, 1969.

N.º 56, 1969.

*Conclusions and suggestions.* By L. Barnier.

The author states that there is in France a valuable doctrine on physical education based on Amoros (1770-1848), Demyen (1850-1917), Hébert (1875-1957) and on the *Joinville School*.

This doctrine has at its disposal three kinds of gymnastic exercises: formative, utilitarian and recreative ones, to be applied according to individuals, surroundings and circumstances.

*Utilitarian and professional physical education.* By J. L. Dupuy.

The development of industry and relationships between Men and their work, arouse a great interest nowadays. One endeavours to prevent noxious repercussions of work on the system and to adapt working forms to human capacities.

Now physical education should prepare everybody to satisfy his needs, even eventual ones (incidents, dangers) i. e. making people able to adapt themselves to varied situations.

*Conclusões e sugestões.* Por L. Barnier.

O Autor afirma que há em França uma valiosa doutrina de educação física baseada em Amoros (1770-1848), Demyen (1850-1917), Hébert (1875-1957) e na *Escola de Joinville*.

Esta doutrina dispõe de três formas de exercícios ginásticos: formativos, utilitários e recreativos a aplicar de acordo com os indivíduos, o meio e as circunstâncias.

*Educação física utilitária e profissional.* Por J. L. Dupuy.

O desenvolvimento da indústria e das relações entre os Homens e o seu trabalho, despertam actualmente grande interesse. Esforçamo-nos por evitar as repercussões nocivas do trabalho no organismo e adaptar as formas de trabalho às capacidades humanas.

Ora a educação física deverá preparar todos a satisfazer as suas necessidades, mesmo as eventuais (incidentes, perigos), isto é, torná-los aptos para se adaptarem a situações variadas.

According to this point of view, Hébert says the following:

«One should aim at complete physical development promoted by ten essential natural activities: marching, running, jumping, crawling, climbing, balancing, throwing lifting and carrying, defending oneself, swimming.

These activities are the most physiologically efficacious and utilitarian.

From the point of view of the intensity of exercises, the two following laws are fundamental:

If the system is not led periodically to its fatigue threshold, it tends to be atrophied.

If it passes over this threshold it tends to deteriorate.

Having acquired a certain general development through the above mentioned activities, anyone may specialize himself in a certain technique with the best results.

Hébert diz o seguinte, de acordo com este ponto de vista:

«Deve visar-se o desenvolvimento físico completo promovido por dez actividades naturais e essenciais: marchar, correr, saltar, rastejar, trepar, equilibrar-se, lançar, levantar e transportar, defender-se, nadar.

Estas actividades são as mais eficazes, do ponto de vista fisiológico e as mais utilitárias.

Do ponto de vista da intensidade dos exercícios as duas leis seguintes, são fundamentais:

Se o organismo não é periódicamente levado ao limiar da fadiga, tende a atrofiar-se.

Se ultrapassa esse limiar, tende a deteriorar-se.

Tendo adquirido um certo desenvolvimento geral pelas actividades acima mencionadas, qualquer pessoa pode especializar-se em uma certa técnica, com os melhores resultados.

## Le Journal de Kinésithérapie

Boîte Postale 128

Paris (17°)

Paris (17)

No. 165, 1968.

N.º 165, 1968.

*Respiratory reeducation in gerontology.*  
By R. Rigell.

*Reeducação respiratória em gerontologia.*  
Por R. Rigell.

Definition:

Gerontology is the study of aging phenomena in the human being and means of delaying them.

Reeducation or education?

Only very few old people have «to resume» respiratory training as most of them have not received any in schools.

Definição:

Gerontologia é o estudo dos fenómenos do envelhecimento no ser humano e dos meios de os retardar.

Reeducação ou educação?

Apenas muito poucas pessoas idosas têm de «retomar» o treino respiratório, visto a maior parte não o ter recebido nas escolas.

The senile age:

What is certain is that each person gets old according to his chromosomes, education and the milieu where he evolves.

A idade senil:

O que é certo é que cada pessoa envelhece conforme os seus cromossomas, educação e meio em que evolui.

I — The causes:

Senescence of tissues is due to the replacement of dead cells by the conjunctive ones which often makes difficult the func-

I — As causas:

A velhice dos tecidos é devida à substituição das células mortas por outras conjuntivas que muitas vezes tornam difícil



tioning of the system (lack of suppleness, permeability, sensibility, vascularization).

#### Obstruction of the respiratory tracks.

The respiratory apparatus is obstructed by impurities, specially in the polluted atmosphere of big cities, industrial regions, etc.

#### Weakness of muscles:

There is a natural tendency towards the atrophy of all muscles, particularly of the expiratory ones almost never used in many people, in special the transverse muscle.

#### Loss of articular mobility.

It is specially due to the sclerosis of ligaments and tendons; it limits the amplitude of movements. This may be aggravated by the deterioration of the articular surfaces (arthrosis).

#### Weight:

As a result of weight, etc., the spine becomes curved which makes respiration difficult, etc.

#### Weakening of blood circulation.

Besides sclerosis of tissues, obstruction of respiratory tracks, muscular weakness, weight, hardening of arteries, looseness of veins and decrease of their calibre, weakness of the cardiac impulse and other muscular contractions, decrease in thoracic inhaling, etc., diminishes blood circulation.

#### External aggravating causes:

Sedentariness favours the above mentioned phenomena. It is well known that, contrary to what happens to industrial machines, the human «machine» is more rapidly deteriorated through inaction than through movement.

The polluted atmosphere of big cities and tobacco smowing are particularly noxious.

Other chapters are devoted to the application of body exercises, control of results, rôle of massage, etc.

o funcionamento do organismo (falta de flexibilidade, permeabilidade, sensibilidade, vascularização).

#### Obstrução das vias respiratórias:

O aparelho respiratório é obstruído por impurezas, especialmente na atmosfera poluída das grandes cidades, regiões industriais, etc.

#### Fraqueza dos músculos:

Há a tendência natural para a atrofia de todos os músculos, particularmente dos expiratórios quase nunca usados em muitas pessoas, em especial o músculo transverso.

#### Perda da mobilidade articular:

É especialmente devida à esclerose dos ligamentos e tendões; limita a amplitude dos movimentos. Isto pode ser agravado pela deterioração das superfícies articulares (artrose).

#### Peso:

Como resultado do peso, etc., a coluna vertebral curva-se o que torna a respiração difícil, etc.

#### Enfraquecimento da circulação sanguínea:

Além da esclerose dos tecidos, obstrução das vias respiratórias, fraqueza muscular, peso, endurecimento das artérias, relaxamento das veias e diminuição do seu calibre, a fraqueza da impulsão cardíaca e de outras contracções musculares, a diminuição da aspiração torácica, etc., fazem diminuir a circulação sanguínea.

#### Causas exteriores agravantes:

A sedentariedade favorece os fenómenos acima mencionados. É bem conhecido que, contrariamente ao que acontece às máquinas industriais, a «máquina» humana se deteriora mais rapidamente pela inação do que pelo movimento.

A atmosfera poluída das grandes cidades e o fumo do tabaco, são particularmente nocivos.

Outros capítulos são dedicados à aplicação de exercícios corporais, controlo dos resultados, papel da massagem, etc.

## L'Homme Sain

Organe de la Fédération Française de Gymnastique Educative

et de Gymnastique Volontaire

4, Rue Paul-Delaroche

Paris (16<sup>e</sup>)

Paris (16)

N.º 1, 1968.

No. 1, 1968.

*History of physical education.* By Alberto Langlade.

Prof. Langlade refers to the work of two eminent Scandinavian authors on physical education: the Swedish Dr. H. C. Joseph G. Thulin, former President of the *F. I. E. P.* and Med. Dr. Johannes P. Lindhard.

The first one was certificated by the *Central Royal Gymnastics Institute in Stockholm* and Doctor Honoris causa by the *University of Lund*. He devoted his life to study and spread rational physical education, as Director and professor of the «*Sydvenska Gymnastikinstituted*» that he founded in 1907, was the author of numerous books, articles and lectures, and leader of important gymnastics and sports organizations, namely of the *F. I. E. P.* He founded the magazines «*L'Éducation Physique et la Science*» and the *F. I. E. P. — Bulletin* in 1932.

J. G. Thulin was a very cultured renovator convinced of the value of physical education specially through educational gymnastics.

He devoted himself in particular to children's gymnastics, as well as to integrate scientific acquisitions with technical procedures, and to establish an evolved terminology of body exercises.

As an author he worked out a vast literature, wrote numerous articles and delivered many lectures.

In what concerns children's gymnastics, he created «game-like exercises», namely under the form of tales. He said the following:

«The subject of these stories and game-like exercises shall be drawn from a tale that is known and understood by children in accordance with their development and

*História da educação física.* Por Alberto Langlade.

O Prof. Langlade refere o trabalho de dois eminentes autores escandinavos, sobre educação física: o sueco Dr. H. C. Joseph G. Thulin, antigo Presidente da *F. I. E. P.* e o Dr. Med. Johannes P. Lindhard.

O primeiro era diplomado pelo *Instituto Central Real de Ginástica de Estocolmo* e Doutor Honoris Causa pela *Universidade de Lund*. Ele consagrou a sua vida ao estudo e divulgação da educação física racional, como Director e professor de «*Sydvenska Gymnastikinstituted*» que fundou em 1907, foi o autor de numerosos livros, artigos e conferências e dirigente de importantes organizações ginásticas e desportivas, nomeadamente da *F. I. E. P.* Fundou as revistas «*A Educação Física e a Ciência*» e o *Boletim da F. I. E. P.*, em 1932.

J. G. Thulin foi um renovador muito culto, convencido do valor da educação física especialmente por meio da ginástica educativa.

Dedicou-se em particular à ginástica infantil, assim como a integrar as aquisições científicas e os processos técnicos, e a estabelecer uma terminologia evoluída dos exercícios corporais.

Como autor elaborou uma vasta literatura, escreveu numerosos artigos e fez muitas conferências.

Relativamente à ginástica infantil criou os «exercícios-jogos», nomeadamente sob a forma de contos: Disse:

«O assunto desses contos e exercícios-jogos será tirado duma história conhecida e compreendida pelas crianças de acordo com o seu desenvolvimento e idade. Os

age. Exercises are easily suggested by verbal images such as «to jump like a little rabbit».

Thulin's terminology of postures and movements was adapted in many countries.

In accordance with distinguished physiologists, notably Dr. Lindhard, he worked out a theory of physical education with scientific bases and advocated a close collaboration between investigators and educators. His *Treatise of gymnastics, Handbook of Gymnastics, Gymnastic Tableaux, Gymnastic Figures and Gymnastic Atlas* with more than 8,000 small photos, etc., show an enormous pedagogical-scientific and technical work.

In what concerns his international activity, besides his presidency of the *F. I. E. P.*, direction and collaboration in the above mentioned magazines, he participated in numerous international congresses and courses. His books are translated into many foreign languages.

\*

\*

It was with a real feeling of veneration towards the memory of the former President of the *F. I. E. P.*, that the chronicler summarized the study written by his illustrious friend Prof. Langlade.

The latter makes known the work of two eminent authors who gave to physical education a high standard, fighting in this manner vulgar tendencies which are leading body exercises to the category of mere amusing, spectacular, commercialized and even corrupted activities.

Having inherited from Dr. Thulin the heavy burden of an Organization to which he devoted so much work, intelligence and sacrifice, always helped by our common friend Mr. Oswald Kragh, Honorary Secretary General of the *F. I. E. P.*, and remembering our frequent meetings (*Sweden, Belgium, Portugal and Turkey*), the chronicler has great pleasure in seeing how Prof. Langlade studied his magnificent work.

exercícios são facilmente sugeridos por imagens verbais, como «saltar como um coelho pequeno», etc.»

A terminologia de Thulin, de atitudes e movimentos foi adaptada em muitos países.

De acordo com distintos fisiologistas, nomeadamente o Dr. Lindhard, elaborou uma teoria da educação física com bases científicas e defendeu a estreita colaboração entre investigadores e educadores. Os seus *Tratado de Ginástica, Manual de Ginástica, Quadros de Ginástica, Figuras de Ginástica e Atlas de Ginástica* com mais de 8000 pequenas fotografias, etc., mostram um enorme trabalho pedagógico, científico e técnico.

Quanto à sua actividade internacional, além da presidência da *F. I. E. P.*, direcção e colaboração nas revistas acima mencionadas, participou em numerosos congressos e cursos internacionais. Os seus livros estão traduzidos em muitas línguas estrangeiras.

Foi com real sentimento de veneração para com a memória do antigo Presidente da *F. I. E. P.*, que o cronista resumiu o estudo escrito pelo seu ilustre amigo Prof. Langlade.

Este faz conhecer o trabalho de dois autores eminentes que, como ele, deram à educação física um nível superior, combatendo desta forma as tendências vulgares que estão levando os exercícios corporais à categoria de simples divertimentos, espectáculos, e actividades comercializadas e mesmo corrompidas.

Tendo herdado do Dr. Thulin, o pesado fardo duma Organização a que ele consagrou tanto trabalho, inteligência e sacrifício, sempre auxiliado pelo nosso comum amigo, o Sr. Oswald Kragh, Secretário Geral Honorário da *F. I. E. P.* e relembrando as nossas frequentes reuniões (*Suécia, Bélgica, Portugal e Turquia*), o cronista teve o grande prazer ao ver como o Prof. Langlade estudou a sua magnífica obra.

★

Referring to the great Danish physiologist Dr. Johannes Lindhard, Prof. Langlade also describes his life and work.

Concerning his books, the following ones are mentioned: *Special Theory of gymnastics* (1914, 1918, 1927) that was translated into English in 1934 and into Spanish in 1943, *General Muscular Physiology, Movement Therapy* (1944, 1945) and *Some Researches on Swedish Medical Gymnastics*.

The chronicler only adds the following to the Authors' very pertinent commentaries:

He is most thankful to Dr. Lindhard specially for the first above mentioned book that helped him (together with Thulin's, etc. books) to work out the course of *Analysis of Body Exercises* he created at the *N. I. P. E.* in Lisbon where basical biological, pedagogical and technical notions were synthetized for the better understanding of «physical» exercises». These notions when separatetd, are always insufficient to understand well such complex problems.

*International Course in Bordeaux.* 1968. By George Coevoet.

The Secretary General of the *F. F. G. E. G. V.* reports this *Course*. (See also p. 81.)

*Is physical education a science?* By José Maria Cagigal.

This is the speech delivered by the Director of the *National Institute of Physical Education*, in Madrid, during the inauguration of this *College* for the training of teachers of physical education, on 3rd November 1967.

After defining Education referring it to different life periods, he mentions the various qualities required from all teachers.

Regarding «physical» education, he studies its etimology and concludes that such an aspect of education concerns above all individual constitution, body skill, harmony of movements, agility, vigour, resistance, etc.

★

Referindo-se ao grande fisiologista danês Dr. Johannes Lindhard, o Prof. Langlade também descreve a sua vida e obra:

Acerca dos seus livros, são mencionados os seguintes: *Teoria Especial da Ginástica* (1914-1918-1927) que foi traduzida para inglês em 1934 e para espanhol em 1943, *Fisiologia Muscular Geral, Terapêutica dos Movimentos* (1944, 1945) e *Algumas Investigações sobre a Ginástica Médica Sueca*.

O cronista apenas acrescenta o seguinte aos comentários muito pertinentes do Autor:

Está muito agradecido ao Dr. Lindhard, especialmente pelo primeiro livro acima mencionado que o auxiliou (juntamente com as obras de Thulin, etc.) a elaborar o curso de *Análise dos Exercícios Corporais* que criou no *I. N. E. F. de Lisboa* onde foram sintetizadas noções biológicas, pedagógicas e técnicas, básicas, para a melhor compreensão dos exercícios «físicos». Estas noções, quando separadas, são sempre insuficientes para bem compreender tão complexos problemas.

*Curso Internacional em Bordéus,* 1968. Por George Coevoet.

O Secretário-Geral da *F. F. G. E. G. V.* relata o *Curso*. (Ver também p. 81.)

*A educação física é uma ciência?* Por José Maria Cagigal.

É o discurso feito pelo Director do *Instituto Nacional de Educação Física*, em Madrid, durante a inauguração desta Escola Superior para a formação de professores de educação física, em 3 de Novembro de 1967.

Depois de definir Educação referindo-a aos diferentes períodos da vida, menciona as várias qualidades requeridas a todos os professores.

Relativamente à educação «física», estuda a sua etimologia e conclui que tal aspecto da educação diz sobretudo respeito à constituição individual, destreza corporal, harmonia dos movimentos, agilidade, vigor, resistência, etc.

The theories of physical education derive from different points of view:

It would be subordinated to various sciences.

It would be conditioned by various sciences.

It would be relatively independent.

It would be completely independent.

It would be a «transversal» science (Schmitz).

The Author cites the opinion of many pedagogues about the matter and refers to the confused terminology which concerns it.

*Conditions for the international progress of physical education.* By Pierre Seurin.

This is the lecture delivered by the Secretary General of the *F. I. E. P.* during the *International Course of Physical Education* held in *Madrid* in July 1968.

To ensure the international progress of physical education, is a real struggle.

The «intellectuals» are suspicious towards a subject which has not yet given sufficient scientific and pedagogical proofs.

The ignorant mass, as well as business men and politicians, either are hostile, or try to place physical exercises at the service of financial interests, passion or personal ambitions. Cultural values are put aside.

To ensure the progress of international physical education, the following conditions are necessary:

- 1 — To establish a clear conception of physical education so as to distinguish it from certain sportive activities.
- 2 — To organize scientific, pedagogical and technical research in all countries.
- 3 — To multiply international exchange while facilitating reciprocal information and the coordination among principal international Associations.

As teorias da educação física derivam de pontos de vista diferentes:

Estaria subordinada a várias ciências.

Estaria condicionada por várias ciências.

Seria relativamente independente.

Seria completamente independente.

Seria uma ciência «transversal» (Schmitz).

O Autor cita a opinião de muitos pedagogos sobre a matéria e refere-se à terminologia confusa que lhe diz respeito.

*Condições para o progresso internacional da educação física.* Por Pierre Seurin.

É a conferência feita pelo Secretário-Geral da *F. I. E. P.* durante o *Curso Internacional de Educação Física* realizado em *Madrid* em Julho de 1968.

Assegurar o progresso internacional da educação física, é uma verdadeira luta.

Os «intelectuais» suspeitam duma matéria que ainda não deu suficientes provas científicas e pedagógicas.

A massa ignorante, assim como homens de negócios e políticos, ou são hostis ou tentam colocar os exercícios físicos ao serviço de interesses financeiros, da paixão, ou de ambições pessoais. Os valores culturais são postos de lado.

Para assegurar o progresso da educação física internacional, são necessárias as condições seguintes:

- 1 — Estabelecer uma concepção clara da educação física de forma a distingui-la de certas actividades desportivas.
- 2 — Organizar a investigação científica, pedagógica e técnica, em todos os países.
- 3 — Multiplicar o intercâmbio internacional facilitando a informação recíproca e a coordenação entre as principais Associações internacionais.

4 — To define the principal options or priority sectors that Governments and *UNESCO* would take into consideration, starting from a general conception of physical education, scientific research and international information.

Then the Author develops the following chapters:

- 1 — A clear conception of physical education.
- 2 — Scientific research in physical education.
- 3 — To multiply international exchanges.
- 4 — To determine priority options for the international progress of physical education.

4 — Definir as principais opções, ou setores prioritários que os Governos e a *UNESCO* teriam em consideração, a partir duma concepção geral da educação física, investigação científica e informação internacional.

Em seguida o Autor desenvolve os capítulos seguintes:

- 1 — Concepção clara da educação física.
- 2 — Investigação científica em educação física.
- 3 — Multiplicar o intercâmbio internacional.
- 4 — Determinar opções prioritárias para o progresso internacional da educação física.