

MOVO-ME, LOGO EXISTO!

Abel Aurélio Abreu Figueiredo

"Movo-me, logo existo"
SÉRGIO, 1987, p. 15

"A criança é o seu corpo.
O corpo também é gente."
MENDES, 1977, p. 392

"intervir sobre o corpo é, também, construir uma sociedade e assegurar a sua continuidade"
CRESPO, 1990, p.573

"sou contra as ideologias que se servem do nome da ciência como arma de extermínio cultural"
FEYERABEND, Trad:1993, p.15

INTRODUÇÃO

A natureza anti-neutral da Educação Física e do Desporto é, quanto a nós, a essência das problematizações actuais nestes domínios de actividade e, pelo seu enquadramento epistémico, também na cultura contemporânea onde se inclui a concepção científica moderna emergente dos séculos XVII e XVIII, consolidada com o positivismo do século XIX.

As bases gerais do desenvolvimento da Educação Física e do Desporto na modernidade assentaram principalmente em áreas científicas paradigmáticas como a Mecânica, Anatomia, Química e Fisiologia, e mesmo a Matemática (métodos quantitativos), ou em ciências pré-paradigmáticas como a Psicologia, Sociologia, Pedagogia, etc.

Na actualidade, o processo de treino em Educação Física e Desporto é o suporte da melhoria das diversas capacidades dos sujeitos de prática (alunos, atletas, etc.). Numa gestão de qualidade impera a eficácia das metodologias do treino realmente aplicadas e não meramente as "intenções", as "concepções", os "conceitos", enfim: os conhecimentos individuais sobre a teoria e metodologia do treino. No entanto, toda a metodologia de intervenção traduz um determinado corpo de conhecimentos prévios, de conceitos, concepções e intenções prévias, sendo ela própria experiência vinculadora de reformulação destas concepções.

Neste trabalho, vamos situar-nos em algumas operações históricas que consideramos relevantes para

as nossas áreas fundamentais de intervenção (Educação Física e Desporto) evidenciando alguns aspectos das concepções de corpo que têm vindo a contribuir para o estudo e intervenção na Motricidade Humana¹.

Serão esses contributos suficientes para nos fazerem olhar de forma diferente os Factores ou Componentes do Treino (BOMPA, 1981; 1990) que evidenciam um determinado modelo de intervenção na gestão do treino em Desporto e Educação Física?

Terminaremos precisamente com uma proposta global de abordagem aos diversos factores de treino que, por limitações de expressão em "papel", só poderá ser interpretada pelos leitores em alguns dos seus aspectos teóricos², mesmo quando se relatam exemplos vividos.

¹ *Motricidade Humana* é aqui encarada como o *objecto* de diferentes áreas de intervenção e de estudo, onde colocamos a Educação Física, o Desporto, a Dança, a Ergonomia, a Educação Especial e Reabilitação, etc., e *objecto* de diferentes áreas científicas como a Anatomia, Fisiologia, Bioquímica, Biomecânica, Pedagogia, Gestão, Psicologia, Sociologia, Filosofia, Epistemologia, etc., etc.

² Temos que estar muito atentos à ideologia do "teorismo" que se pode repercutir na "modelação" cega com que alguns têm visto a referência científica a modelos de intervenção sobre a vida ("realidade?"). A arte, religião, filosofia, etc. são vivências que fundamentam de forma tão complexa como a ciência as intervenções na VIDA. E gerir o Desporto e a Educação Física não pode ser gerir exclusivamente uns aspectos da realidade restritamente identificada. Acima de tudo é viver intencionalmente com os que vivem connosco.

Corramos esses riscos.

PENSO, LOGO EXISTO

Descartes (1637)

A Perspectiva Mecanicista

Galileu (1564-1643) constituiu a mecânica como a ciência das máquinas³ e Descartes (1596-1650) foi dos primeiros a sistematizar a analogia entre as máquinas a vapor e o corpo humano. Borelli (1608-1679) explica com leis estritamente mecânicas os movimentos dos animais, e, segundo PEREIRA (1953, p. 16), dos seus estudos deriva a escola iatromecânica onde tentaram explicar por leis mecânicas os fenómenos vitais do corpo humano.

Certamente que estas concepções mecanicistas, fruto da episteme da época, imperaram no início da passagem das concepções fundamentadas no humorismo galénico para uma cada vez maior influência dos sistemas mecânico, químico e fisiológico, sem esquecer o sempre presente pano ideológico de fundo.

É este percurso que vem culminar em 1836 com a expressão cartesiana *Penso, logo existo* ("Je pense, donc je suis"), onde se releva a separação entre *mente* (coisa pensante) e *corpo* (coisa não pensante), dando espaço para que, sobre este último, se pudessem dizer as "heresias" que sobre o espírito se não podiam livremente referir.

Perspectiva Higiénico-Funcionalista

Por outro lado, a acompanhar o mecanicismo já referido em cima, vemos desenvolverem-se, as preocupações portuguesas com o "*corpo são*", com destaque para o campo médico. Nas palavras de Fernão Solis da Fonseca, em 1626, no seu *Regimento para conservar a saúde e vida*, considerado por Jorge Crespo que o cita como "o primeiro tratado de higiene em língua portuguesa" (CRESPO, 1990, p.537),

E primeiramente o exercicio e movimento he causa de quentura como diz Arist. «Mortus est causa caloris», què se move e exercita adquire quentura com a qual, e por virtude do

³Arquimedes (287-212 A.C.) estudou e definiu a teoria das alavancas, estabelecendo as bases da mecânica teórica; Galileu (1564-1643) estabelece a lei da queda dos corpos; Huygens (1629-1695) estabelece o princípio da acção e reacção; Newton (1642-1727) estabelece a lei fundamental da gravitação universal; Bernoulli (1645-1705), d'Alembert (1717-1783) e Lagrange (1736-1813) estabelecem as bases da dinâmica; Laplace (1748-1827) estuda a mecânica celeste.

exercicio se gastão as superfluidades e ruins humôres do corpo, e se distribue o calor natural pellos mêmbrs, para lhe dar ser e força como diz Galeno.

Um século depois, em 1721, na *Anchora Medicinal para conservar a vida com saúde* de Francisco da Fonseca Henriques, elogia-se que o exercício físico:

... aumenta o calor natural, de que resulta o fazerem-se bem os cozimentos do estomago, e o haver boa nutrição do corpo. Elle adelgaça os humores, e alarga os ductos, e vasos por onde se movem, de sorte que facilita a circulação do sangue, e da lymphá, e as expulsão dos excrementos, que á natureza deturbaõ pelas vias para isto destinadas. Move, e agita os espiritos, que com o ocio estão quasi entorpecidos. Dissipa os flatos, attenua os humores crassos, que fazem obstrucções nas primeiras vias; e por isto he grande remedio dos hypocondriacos, e melancolicos. Desseca as humidades do cerebro; excita o appetite de comer; conforta o estomago, fortifica as juntas, e todo o genero nervoso. (in: CRESPO, 1990, pp. 538-9)

Estes estratos evidenciam claramente concepções funcionalistas e humorais (galenismo) baseadas na doutrina aristotélica, salientando que nos séculos XVI e XVII o fundamento do exercício físico consolida-se na perspectiva higiénica e terapêutica. Assim, com PEREIRA (1953, p. 21) podemos identificar o surgimento de uma concepção funcional da educação física, embora ainda sem uma perspectiva biológica bastante desenvolvida.

É de evidenciar com CRESPO (1990) que a perspectiva galénica arrastava ainda uma certa ideia de um "corpo mole e passivo, sem capacidades para se responsabilizar pela sua própria formação [...], definitivamente marcado por factores que lhe eram estranhos", tal como os "condicionamentos das heranças" (p. 542). Por isso, numa hierarquia social em que a aristocracia ocupava lugar de destaque, diferenciando os seus corpos pela prática da esgrima, equitação e dança, a diferenciação entre "exercício" (carácter intencional) e "movimento" (sem carácter intencional)⁴ as referências à importância do exercício físico em geral surgem como uma tímida crítica inicial à situação, sem nunca ultrapassar os limites da biologia.

A Perspectiva Higiénico-Moralista

Paralelamente, é certo que se iniciou o movimento precursor do fenómeno pedagógico da Educação Física e Desporto com Andry de Boisgirard, Des Essarts, Tissot, Pestalozzi (1746-1839), Basedow

⁴Esta diferenciação é feita por Francisco da Fonseca Henriques na sua *Anchora Medicinal para conservar a vida com saúde* com a primeira edição em 1721 e por Francisco José de Almeida no seu *Tratado da Educação Física dos Meninos, para uso da Nação Portuguesa*, de 1791. (CRESPO, 1990 pp. 542 e 565).

(1723-1790), Kampe, Salzmann e Guts-Muths (1759-1839) (PEREIRA, 1953, p. 16).

Para Friedrich MALHO "Guts Muths é o representante mais importante do filantropismo no domínio da educação física [...] [cuja] obra pedagógica foi um combate para a realização das ideias e dos objectivos democráticos e humanistas dos racionalistas John-Locke e Jean-Jacques Rousseau e da burguesia ascendente" (MALHO, orig: 1969, trad: s/d, p. 19). Mais à frente refere ainda que quando na sua obra de 1796⁵ "descreve os jogos nas suas «regras», encontramos já a enumeração de comportamentos tácticos [...] (*ibidem* p. 20)", questão fundamental para MALHO.

Por outro lado, Pezталozzi procurava uma ginástica "graças à qual a formação do corpo se tornasse, do ponto de vista do espírito, o meio de formação espiritual, do ponto de vista moral, um meio de progresso moral, e do ponto de vista estético, da apresentação, ou da manutenção física e da beleza, um meio de desenvolvimento estético" (*ibidem*, p. 21)

Assim, podemos afirmar que no século XIX há uma tentativa de mudança que leva a consolidar a ideia da importância da Educação Física na escola: o paralelismo entre a educação física e a *educação moral*, inicialmente, e, com Almeida Garrett (1829), na sua obra *Da Educação*, o reforço entre esses vínculos não esquece a *educação intelectual*.

"Um mau corpo, mal formado e doentio, com mau estomago e maus nervos, raro e quasi impossivelmente tera um coração bem formado, forte, aberto, generoso. Com maus nervos e mau coração, mau ha de ser o cerebro. E vice versa, o mau coração desarranjará tarde ou cedo a flexibilidade e justa tensão dos nervos, e a perfeição do cerebro, - e o cerebro a um d'elles e a todos; e mútua e simultaneamente assim" (*in*: CRESPO, 1990, pp. 561).

Assim, pretende-se contextualizar a educação física num discurso científico novo que trazia uma nova concepção de corpo: "o organismo é considerado como uma totalidade integrando órgãos e funções em íntima relação; o corpo não é, por sua vez, uma entidade isolada do mundo envolvente, necessitando mesmo, para que as funções se cumpram, de viver em certo equilíbrio com as condições exteriores..." (*ibidem*, p. 563).

O exercício físico tenta surgir como dinamizador, de uma só vez, de todos os elementos, não só essenciais à saúde, mas também ao "entendimento", estimulando particularmente a capacidade de autonomia, proporcionando oportunidades excepcionais de aperfeiçoamento do indivíduo em todas as suas

dimensões. Para isso era fundamental a participação da "vontade individual".

Nas palavras de Jorge Crespo (1990), "a educação física adquiria, neste contexto, uma importância que nunca mais deixaria de possuir." (pp. 560-561).

É, pois, de compreender a noção de que a ginástica⁶ deixava de ter um mero conteúdo higiénico-terapêutico no sentido *corporal*, mas, poderia ser utilizada para "fortalecer" o *espírito*. Mais uma vez, também, a história ensina-nos que o *sentido* dessa orientação foi a questão essencial, reflexo das concepções de corpo então existentes.

Com Peter Henrik Ling⁷ (1776-1839), por exemplo, inicia-se uma direcção em que se atribui um interesse particular à análise mecânica e anatómica dos exercícios gímnicos, em paralelo com Amoros, Clais e Jahn, o criador do *turnen*⁸, movimento esse seguido pelos seus percursos (PEREIRA, 1953, p. 16) de entre os quais MALHO destaca A. Spiess.

Spiess, introdutor do *turnen* nas escolas alemãs durante a segunda metade do século XIX, "fiel à atitude idealista fundamental, esforçava-se por fazer do espírito o mestre e senhor do corpo. A educação mental que perseguia com a «tomada de consciência» dos exercícios não era outra coisa senão uma aprendizagem de cor de elementos, encadeamentos e de várias formas de carácter militar. Reprimia, deste modo, toda e qualquer iniciativa do aluno que tivesse em vista uma actuação autónoma" (MALHO, orig: 1969, trad: s/d, p. 22).

Certamente que a crítica de MALHO ao mecanicismo antológico⁹ de Spiess surge no sentido de realçar a necessidade de se sistematizar também o ensino da táctica, e não ficar na visão reducionista da "técnica", situação que ainda hoje tem tendência a imperar.

Assim, há que evidenciar que nos finais do século XIX e princípios do século XX foi-se consolidando a ideia de que "os exercícios do corpo surgiam [...] como meios eficazes no aperfeiçoamento da saúde e da moral dos homens, permitindo a concretização de dois objectivos primordiais: o «corpus sanum» e a «mens sana», entidades cada vez mais

⁵MALHO considera a *Ginástica para a Juventude* (1793) e os *Jogos para o Exercício e Recreação do Corpo e do Espírito* (1796) como as "primeiras obras relevantes do género. Elas orientaram a evolução da educação física até à nossa época" (s/d., p. 19).

⁶"nela se compreendendo os mais simples exercícios (a corrida, a luta, etc.) até às técnicas mais complexas (a equitação, a esgrima, etc.)" (CRESPO, 1990, p. 551)

⁷Para SOBRAL (1980, p. 18-19), Ling foi "o primeiro que fundamentou a Educação Física (ou, melhor, a Ginástica) num corpo de conhecimentos científicos consagrados, lhe atribuiu finalidades claramente expressas e de teor educativo irrefutável para a época, sistematizando os exercícios físicos num método coerente, o «método sueco», adaptado às finalidades enunciadas".

⁸Ginástica alemã de índole militar preconizada inicialmente por Ludwig Jahn

⁹De antologia, numa perspectiva "coleccionista".

imbricadas e relevando-se em fecundação recíproca [...] (CRESPO, 1990, p. 546)¹⁰. No entanto, esta reciprocidade evidenciada por CRESPO tem claramente um sentido: a dinâmica de valorização do corpo assentou fundamentalmente nas relações estabelecidas do *corpus* para a *mens*. É, pois, uma relação corporalmente centrífuga ou, melhor ainda, *espiritualmente centrípeta*, continuando a emergir do dualismo corpo-espírito em que o primeiro serve para qualificar o segundo.

Parece-nos continuar latente o fundamento estruturador da educação de então: a redução dos defeitos do corpo era acompanhada da repressão dos seus excessos (CRESPO, 1990).

Um notório exemplo disto mesmo é a dificuldade intencional da implementação do desporto em Portugal, ao ponto de se evidenciarem conflitos conceptuais entre a "educação física" e o "desporto".

A Mania Anti-Desportiva

Na Idade Média a palavra "deporte" referenciava actividades livres e lúdicas como o tocar música, fazer exercício, esgrimir, etc., vindo-se a desenvolver com o sentido das actividades de diversão e ociosidade. Enquanto nesta época a aristocracia dominava as actividades físicas como a esgrima, equitação e dança, e o povo dedicava-se aos jogos tradicionais, no séc. XVIII surge a ideia de uma Educação Física para todos, numa perspectiva de alargar à população em geral os benefícios higiénico-terapêuticos da actividade física.

A aristocracia, pelo seu lado, pega em certos jogos tradicionais e transforma-os em desportos ("deporte" vai dar *sport*, ou seja: desporto) como o Rugby, Golf, Ténis, etc.

Assim, enquanto o povo necessitava de um mestre para ter acesso às aulas de Educação Física¹¹, que se vai desenvolvendo na abordagem higiénico-terapêutica com influências profundas das investigações médicas, o desporto vai emergindo do livre associativismo entre os aristocratas, profundamente ligado à noção de ludismo (jogo com a função de prazer). É a burguesia que, mais tarde, vem transformar todo este quadro democratizando alguns desportos (futebol em primeiro plano).

É de realçar que na primeira metade do séc. XX se consolida o claro elogio de uma Educação Física

¹⁰Não é, pois, uma questão de ser ou não ser autónomo, mas, essencialmente, ser autónomo para quê? para responder rapidamente a uma ordem? para disciplinar a atenção em determinadas tarefas? para executar uma técnica na sua perfeição? para demonstrar raciocínio táctico? etc.

¹¹Normalmente um médico, como nos surge proposto para lugar de *Director de educação física e moral* da Casa Pia em 1821 (CRESPO, 1990, p. 549).

higienista em oposição à "mania desportiva". Na verdade, como se pode ler no preâmbulo do Decreto nº 21:110, de 16 de Abril de 1932, a concepção de Educação Física que se proclama é a de que "[...] a educação física não é pretexto para divertimentos ou prazeres, senão um elemento poderoso para o melhoramento das condições individuais e sociais", devendo ser conduzida "[...] num campo essencialmente terapêutico", "[...] em presença da decadência manifesta da espécie humana [...]". E a propósito de decadência, afirma-se que "[...] os atletas [frutos da mania desportiva] marcam a decadência dos grandes povos. Grécia e Roma dos atletas são a Grécia e Roma da decadência."

Nesta concepção nota-se, profundamente enraizado, o dualismo cartesiano, evidenciando o "conceito de Ling" em que "o corpo é um instrumento da alma", não podendo prevalecer sobre o espírito; "antes lhe deve estar subordinado."

Os professores dos nossos professores foram educados nestas concepções de Educação Física e de Desporto. É de concluir que a história da Educação Física e Desporto modernos têm dificultado grandemente a transformação que se pretende para a intervenção pós-moderna nesse objecto de estudo que denominamos hoje de Motricidade Humana.

A Educação Física e o Desporto moderno surgem, pois, num período conceptual em que de uma análise empírica e higiénico-terapêutica se vai passando a uma análise mais científica, inicialmente baseada na mecânica e na anatomia, e, à medida que se vão desenrolando os estudos médicos, na fisiologia geral e muscular. Esta concepção gerou aquilo que hoje se costuma denominar como paradigma¹² da modernidade e que, no âmbito da motricidade humana, Manuel Sérgio (1989) denomina como paradigma cartesiano, cuja necessidade de passagem para outro paradigma hoje já não encontra suporte exclusivo nas ciências ditas humanas.

Dizer que o conceito "educação física" deve ser substituído é, para nós, dizer que a concepção reductionista de "educação física" decorrente da exclusiva perspectiva higiénico-terapêutica deve ser substituída; será necessária a modificação formal da designação de um espaço escolar que começa a atingir uma maturidade conceptual coerente com a realidade epistémica?¹³ Por outro lado, para quê assumir um conceito alargado de educação física em oposição a um conceito restrito de desporto? Tal como não há *um* "desporto" também não há *uma* "educação física" e

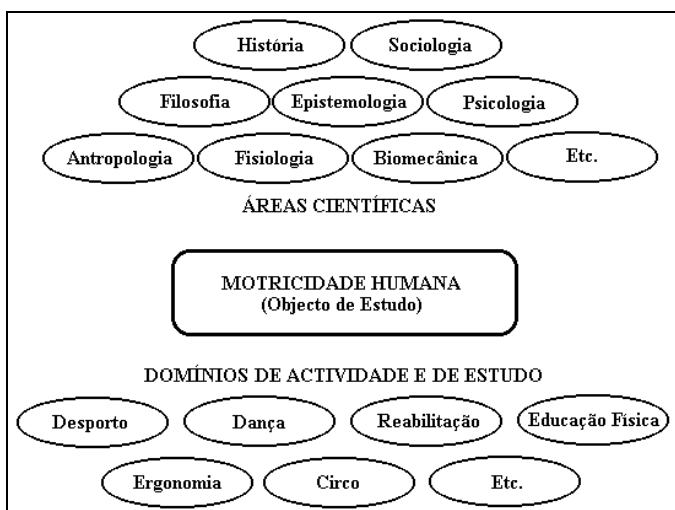
¹²A noção de *paradigma* desenvolvida por Thomas Kuhn foi sujeita a diversas reformulações pelo próprio autor. Utilizamo-la aqui com a noção geral de "modelo de inteligibilidade" aceite pela comunidade científica.

¹³O "físico" não poderá assumir a sua natureza pós-moderna?

certamente que poderão existir diversas concepções de motricidade humana.

Interessa perceber o que é que podemos aproveitar e o que devemos rejeitar, para a actualização do nosso *projecto* de desenvolvimento humano, olhando para as actividades motoras sem reducionismos fronteiriços, e sem ficar demasiado apegados às "etiquetas" que vão sendo impostas e que, também por imposição, vão sendo modificadas.

A clarificação de uma matriz teórica pode ajudar a compreender o espaço livre para as diversas concepções sem qualquer interesse uniformizador mas apenas esclarecedor do enquadramento conceptual actual do autor.



Mas a passagem de paradigma não se faz apenas por que se quer "passar"...

SINTO, LOGO EXISTO

Damáσιο (1995)

Um claro exemplo evidenciador da nossa dificuldade de fazer um corte profundo com aquele passado fundamentador é a recente obra de António Damáσιο: *O Erro de Descartes*¹⁴.

DAMÁSIO (trad: 1995) afirma que "... o corpo contribui para o cérebro com mais do que a manutenção da vida e com mais do que efeitos modulatórios. Contribui com um *conteúdo* essencial para o funcionamento da mente normal." (p. 234). "Se cortasse *todos* os nervos que levam sinais do cérebro para o corpo, o seu estado do corpo alterar-se-ia radicalmente e, como consequência, o mesmo

¹⁴Este título foi escolhido pela editora. O autor preferia: *sinto, logo existo*. Acabou por colocar em subtítulo: *emoção, razão e cérebro humano*.

sucederia com a sua mente. Se desligasse apenas os sinais do corpo para o cérebro, a sua mente também se alteraria. Mesmo o bloqueio parcial do circuito cérebro-corpo, como sucede em doentes com lesões na espinal medula, basta para ocasionar alterações no estado mental." (p.235).

Assim, embora sugerindo que a mente surge da actividade de circuitos neuronais¹⁵, clarifica que muitos desses circuitos são configurados durante a evolução por requisitos funcionais do organismo. "Só poderá haver uma mente normal se esses circuitos contiverem representações básicas do organismo e se continuarem a representar os novos estados do organismo em acção" (pp. 233-234).

Salienta a hipótese do marcador-somático¹⁶ na base da *fisiologia das emoções* identificada com duas cores fundamentais: 1 - O corpo é levado pelos córtices pré-frontais e pela amígdala a assumir um determinado perfil de estado, cujo resultado é ulteriormente assinalado ao córtex somatossensorial; 2 - Os córtices pré-frontais e a amígdala limitam-se a dizer ao córtex somatossensorial que se organize de acordo com o padrão explícito de actividade que teria assumido "como se".

Assim, identifica o "erro de Descartes" na separação abissal entre o corpo e a mente, porque "existimos primeiro e depois pensamos" e porque "só pensamos na medida em que existimos", sendo colocada a emoção no âmago da existência (*sinto, logo existo*).

Elogiamos pois a ideia do *sinto logo existo*, nas conclusões de DAMÁSIO e salientamos o primado que dá ao corpo tanto do ponto de vista filogenético como ontogenético: "no princípio existiram primeiro representações do corpo e só mais tarde houve representações relacionadas com o mundo exterior".

No entanto, interpretamos este primado não de um ponto de vista "temporal" mas do ponto de vista *espacial*, ou seja: a representação do mundo exterior depende primordialmente da sensibilidade do corpo nesse espaço, enquanto se move e não move.

¹⁵Mais à frente Damáσιο refere: "Naturalmente que gostaria de poder afirmar que sabemos com certeza como é que o cérebro cria a mente, mas não o posso fazer - e receio bem que ninguém possa" (p. 262).

¹⁶"Quando um marcador-somático negativo é justaposto a um determinado resultado futuro positivo, a combinação funciona como uma campainha de alarme. Quando, ao invés, é justaposto um marcador somático positivo, o resultado é um incentivo" (DAMÁSIO, 1995, p. 186). Curiosamente, nas suas palavras, "O sistema interno de preferências encontra-se inerentemente preparado para evitar a dor e procura de prazer, e está provavelmente pré-sintonizado à partida para alcançar esses objectivos" (*ibidem*, p. 191).

Daí, surge-nos a ideia operacional comum à intervenção de que somos protagonistas na Motricidade Humana: a gestão do movimento¹⁷.

A GESTÃO DO TREINO EM EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

Baseados na estruturação teórica das artes marciais japonesas¹⁸, cedo notámos a dificuldade que a Teoria e Metodologia do Treino ocidental (BOMPA, 1983, 1990) tinha em responder à crítica de Paula BRITO feita ao prefaciar a já citada tradução portuguesa da magistral obra de MALHO: "A velha luta contra o dualismo não se vence com afirmações fáceis, tais como «o Homem é um Todo». É preciso realizar esse «todo» em harmonia, na perfeita integração teórica-prática."

Para BOMPA, existem cinco factores fundamentais no treino: físico, técnico, tático, psicológico e teórico. Embora tentando evidenciar uma certa natureza relacional, não deixa de elogiar a seguinte ordem: "a preparação física e técnica representam a base sobre a qual a prestação desportiva é construída. À medida que o atleta vai adquirindo uma técnica mais aperfeiçoada, vai-se enfatizando a preparação tática. E quando a preparação tática estiver adquirida, o atleta deve enfatizar a preparação psicológica." (BOMPA, 1990, p. 51).



Esta subida qualitativa, da *res extensa*, para a *res cogitas*, acaba por ter dificuldades reais de aplicação metodológica no treino, já que, o exercício físico¹⁹ surge como dinamizador, de uma só vez, de todos os factores ali descritos.

¹⁷ Gerir o movimento pode ter a ver com a gestão da ausência do movimento. A motricidade qualifica a intencionalidade subjectiva na relação corpo/espço.

¹⁸ Praticamos Karaté desde 1980 e, tendo encontrado em 1986 a obra do Doutoramento em Sociologia e em Língua e Civilização Japonesa Kenji Tokitsu, *La Voie du Karaté - Pous une Théorie des Arts Martiaux Japonais*, foi de uma forma mais integradora que enquadrámos disciplinas fundamentais nos nossos 3º, 4º e 5º anos de Licenciatura no ISEF de Lisboa.

¹⁹ O instrumento metodológico fundamentador do treino na Educação Física e no Desporto. O conjunto ordenado de estímulos orientada e intencionalmente stressores do indivíduo visa, essencialmente, obter respostas supercompensatórias baseadas na capacidade adaptativa orientada por retroacções do tipo negativo.

Quanto a nós, só com muito cuidado é que a sua interpretação errada não impede a formação de um modelo desadequado à realidade do treino e muito especialmente ao Treino em Educação Física²⁰.

Julgamos com FEYERABEND (1988, trad:1993) que "A necessidade de mostrar todas as partes essenciais de uma situação conduz com frequência a uma separação de elementos que na realidade se encontram em contacto" (p. 228); "A capacidade de 'ler' [...] implica também que saibamos identificar os [...] traços irrelevantes" (p. 229).

Para dar um exemplo pessoalmente vivido, vejamos uma forma menos ocidentalizada de abordar a gestão do treino nas artes marciais. TOKITSU salienta três dimensões: *maai* (distância), *yomi* (ritmo) e *yoshi* (leitura da situação). Se quisermos: espaço, velocidade e percepção.

Aqui, a acção motora estrutura-se em movimentos ou posturas no espaço, modificando ou mantendo intencionalmente a sua posição relativa à do mundo exterior (com objectos, adversários directos e indirectos, companheiros, etc.) segundo uma determinada velocidade (movimento relativo devidamente estandardizado: movimento do ponteiro do relógio, movimento da areia numa ampulheta, etc.).

Assim, para nós, aqueles factores de treino dão, antes de mais, as seguintes condicionantes a gerir em qualquer momento do treino (porque nunca se deixa de ser Homem):



Podemos evidenciar a necessidade estruturante e significadora da sensibilidade ao mundo ("sinto, logo existo"). Na tarefa motora, as condicionantes bioinformacionais fundamentam e dão intenção à passagem de energia química a energia mecânica (condicionantes energéticas - mecânicas). Note-se que é gerindo intenções que se leva o sujeito de prática a treinar as capacidades de análise e percepção da situação (táctica) que lhe permite executar um movimento eficaz (técnica) para a situação que acaba por ser um estímulo das condicionantes bioenergéticas

²⁰ Interpretada do ponto de vista de uma disciplina escolar curricularmente obrigatória com intenções programaticamente ecléticas e inclusivas.

para a sua realização (físico). Mas a qualidade dessas capacidades está intimamente ligada a factores psicossociais, sendo ainda de salientar, com o saudoso Sílvio Lima, a característica axiológica que evidencia a anti-neutralidade de todo este processo²¹.

Com António Damásio, encontramos suporte neurológico recente para o rompimento conceptual das separações extremistas entre o físico, o técnico, o tático, o psicológico e o teórico. Tal como uma rede de centros fisicamente separados e ligados entre si o físico inclui técnico, tático, psicológico e mesmo teórico, e vice versa entre cada um e os outros todos. Pensar que se podem trabalhar separadamente é, eventualmente, fazer uma espécie de "leucotomia pré-frontal" que, resolvendo aparentemente alguns problemas de índole superficial (do ponto de vista do treinador), promove o aparecimento de outros porventura menos evidentes mas de conteúdo bem profundo: falta de coerência entre os exercícios propostos e, treino desfasado da realidade objectivada.

É contra aquela visão separatista que queremos evidenciar a ideia de que o nosso objecto de estudo é a *motricidade humana* (virtualidade para a acção), pelo que a gestão de tarefas motoras em Educação Física e Desporto ultrapassa a prescrição de exercícios terapêuticos ou o "ensino" de técnicas corporais, ou ainda a ocupação do tempo livre.

A transcendência bio-psico-sócio-axiológica promovida pela gestão adequada das dimensões lúdica, institucional, motora e agonista, é um espaço integrado do Homem holístico que caracteriza claramente a pós-modernidade em áreas como a Educação Física e o Desporto, em relação epistémica com outras áreas de intervenção sobre a *motricidade humana* (Educação Especial e Reabilitação, Medicina, Etc.).

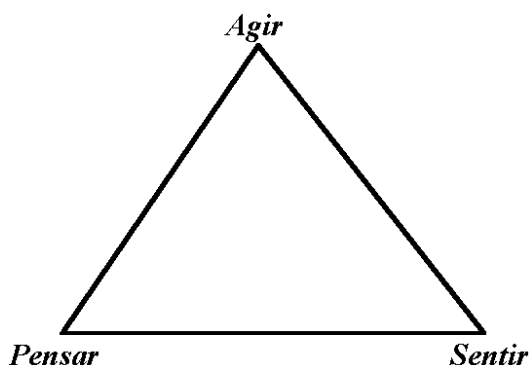
É neste sentido que ultrapassamos a questão do "sinto, logo existo", tal como o fazemos em relação ao "penso, logo existo". Na Educação Física e Desporto que defendemos, olhamos para a tarefa motora ou exercício físico como instrumento fundamental para gerir a natureza intencional do sujeito de prática na sua globalidade. Porque há virtualidade e actualidade no movimento, são estimuladas todas as estruturas nele implícitas, inclusivamente as sensitivas e as cognitivas (penso e sinto enquanto me movo intencionalmente).

Assim, por deformação existencial (para ultrapassar o "profissional"), damos primazia ao *movome, logo existo*²². Não é que o sistema motor, em relação ao sistema sensorial ou cognitivo, esteja

primordialmente envolvido no que entendemos fundamento da existência. É apenas porque, nas nossas áreas (Educação Física e Desporto), o objecto de estudo é fundamentalmente a Motricidade Humana.

No entanto, não é propriamente o absolutismo da qualidade ou da quantidade da "mobilidade" ou "motilidade" ou ainda da "operacionalidade actuante" que ali importa realçar. Essencialmente, importa elogiar a *intencionalidade operante* rumo à *transcendência*, ou seja, à *passagem do virtual ao actual*.

Por outro lado, não é o movimento isolado que fundamenta o Homem biopsicosócioaxiológico. É na transcendência do virtual ao actual estimulada em *tarefas motoras* intencionalmente geridas enquanto professores ou treinadores que tocamos na Acção, Emoção e na Razão elogiadas por Damásio.



BIBLIOGRAFIA

- BOMPA, Tudor (1990), *Theory and Methodology of Training - The Key to Athletic Performance*, Dubuque-Iowa, Kendall/Hunt Publishing Company, 2ª Ed.
- CRESPO, Jorge (1990), *A História do Corpo*, "Memória e Sociedade", Lisboa, Difel
- DAMÁSIO, António (1995), *O Erro de Descartes - Emoção, Razão e Cérebro Humano*, Lisboa, Europa-América.
- FEYERABEND, Paul (1988 - Trad: 1993), *Contra o Método*, "Ciência", Lisboa, Relógio d'Água.
- MAHLO, Friedrich (orig: 1969; trad: s/d), *O Acto Tático no Jogo*, "Educação Física e Desporto", Lisboa, Compendium.
- MENDES, Nelson; FONSECA, Vitor (1977), *Escola. Escola. Quem és Tu?*, Lisboa, Básica Editora - 1ª edição.
- PEREIRA, Celestino Marques (1953), *Portée Pédagogique de L'Analyse de L'Exercice Physique*, Dissertação de Doutoramento em Educação Física apresentada no Institut Supérieur d'Education Physique anexo à Faculté de Médecine et de Pharmacie da Université Libre de Bruxelles.
- SÉRGIO, Manuel (1987), *Para uma Epistemologia da Motricidade Humana*, "Educação Física e Desporto", Lisboa, Compendium.
- SOBRAL, Francisco (1980), *Introdução à Educação Física*, "Cultura Física", Lisboa, Livros Horizonte.
- TOKITSU, Kenji (1979), *La Voie du Karaté - Pour une Théorie des Arts Martiaux Japonais*, Paris, Seuil.

²¹ Na sua feliz expressão: Homem como ser biopsicosocioaxiológico.

²² Citando um nosso mestre, "*Movo-me, logo existo*: há assim uma ínsita garantia de que a motricidade sugere aspectos essenciais da existência e é, com toda a certeza, a sua expressão mais imediata." (Manuel Sérgio, 1987, p. 15).