



# BOLETIM DA ASSOCIAÇÃO DOS ESPECIALIZADOS EM EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTOS

Filiada à Federação Internacional de Educação Física (FIEP) e  
à Federação das Associações de Professores de Educação Física  
Fundada em 20-12-45 - Regª no Cart. Especial sob nº 721

Sede: Centro dos Professores (CPERS) Av. Alberto Bins,  
482 - Sala 401 CGC - 87 382 214/0001 - 58  
Porto Alegre - Rio Grande do Sul - Brasil

Nº. 02/81 Porto Alegre, 27 de Setembro de 1981

Tiragem: 2000 exemplares Distribuição Gratuita

Redatora: Profª. Débora Vasti Guimarães Neves

## EDITORIAL

Nesta data dedicada ao "Dia do Professor de Educação Física" o Departamento de Educação Física da Secretaria de Educação, promove uma grande festa/para comemorar o evento e agraciar com o título de "Professor Benemérito da Educação Física" os professores indicados em diferentes regiões do Estado e inclusive da Capital.

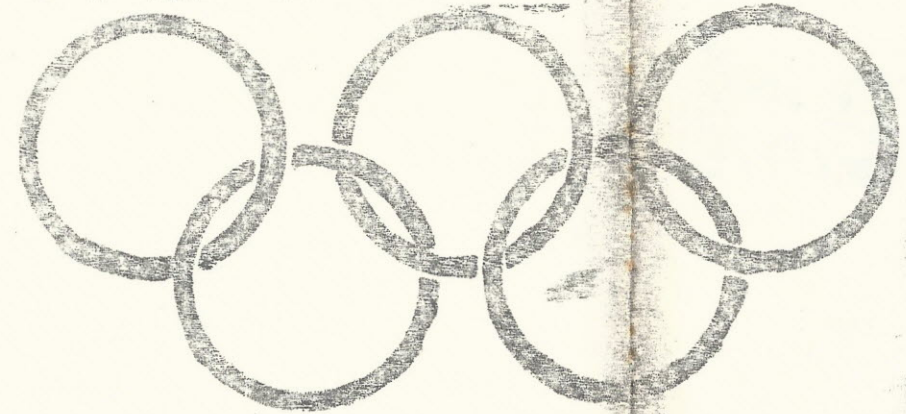
A Associação dos Especializados em Educação Física e Desportos, congratula-se com o DED pela excelência da iniciativa e presta a sua homenagem aos professores que com o seu trabalho sério e empreendedor tanto dignificam a classe.

O PRESIDENTE

8<sup>o</sup>  
ENCONTRO NACIONAL DE  
PROFESSORES DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA.

COMPAREÇA

04 a 10 de ABRIL de 82  
EM TRAMANDAIRS.



Promoção:

Associação dos Especializados em  
Educação Física e Desportos.

AV. ALBERTO RIBEIRO, 499/sala 401. BR-90000.



NOVA DIRETORIA DA ASSOCIAÇÃO - 81/82

PRESIDENTE: Prof. Dr. Francisco Camargo Netto  
 VICE-PRESIDENTE: Profª Margarida Oppliger Pinto  
 1ª SECRETÁRIA: Profª Dábara Vasti Guimarães Neves  
 2ª SECRETÁRIA: Profª Neusa Márcia A.S. Vasconcellos  
 1º TESOUREIRO: Prof. Eduíno Carlos Barboza  
 2º TESOUREIRO: Prof. Luiz Carlos D'Armas  
 DIR. CULTURAL: Prof. Airton da Silva Negrine  
 DIR. PATRIMÔNIO: Prof. Jayme Werner dos Reis  
 DIR. DIVULGAÇÃO: Prof. Carlos Eurico Fagundes dos Santos  
 DIR. SOC. e DESP.: Prof. Rodolfo Bitencourt, Marlene Rodrigues Koeche e Dina Petteuzzo Santiago  
 CONS. JURÍDICO: Prof. Cleomar Pereira Lima

CONSELHO DELIBERATIVO:

PRESIDENTE: Prof. Dr. Poli Marcelino Espírito

MEMBROS:

Prof. Argo Ciulla Raupp      Prof. Jacintho Francisco Targa  
 Prof. Stavio Ohlweiler      Prof. Rene Resende Silveira  
 Prof. Gerson Ruhe            Prof. Mauro Gomes de Mattos  
                                  Prof. Washington Gutierrez

SUPLENTE:

Prof. Derick Oscar Ely      Prof. Nelson Ruben Saul  
 Prof. Adil Müller Quitas    Profª Lenea Gaelzer

SECRETÁRIA DO CONSELHO:

Profª Maria Lúcia Luterotti dos Santos

COMISSÃO FISCAL:

Prof. Valdir Fischer  
 Prof. Armando Capra  
 Prof. Silvio Santos

ATIVIDADES REALIZADAS PELA NOVA DIRETORIA EM 1981

CURSO: TEORIA E PRÁTICA DA PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL<sup>1</sup> - Profª Margarida Oppliger Pinto  
Palestrantes: Drª Ana G. Brizolara (Neurologista), Profª Maria Luiza Castari (Psicóloga) e Profª Brígida Wihan. - de 06 a 11 de Julho de 1981 - Duração: 45h. - ESEF/UFRGS.

CURSO DE RECREAÇÃO<sup>2</sup> - Prof. Juan Carlos Cutrera. - de 27 a 31 de Julho de 1981 - Duração: 45h. - ESEF/UFRGS.

CURSO: TEORIA E PRÁTICA DA PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL<sup>3</sup> - Prof. Airton da Silva Negrine, Profª Marlene Rodrigues Koache e Profª Dina Pattenuzzo Santiago. - de 27 a 31 de Julho de 1981. Duração: 45h. - ESEF/UFRGS.

CURSO DE ATUALIZAÇÃO EM EDUCAÇÃO FÍSICA<sup>4</sup> - Encruzilhada/ do Sul - de 31/07 a 01/08 e 07 a 08 de Agosto/81. Prof. Dr. Francisco Camargo Netto, Prof. Airton da Silva Negrine, Profª Dina Pattenuzzo Santiago, / Profª Marlene Rodrigues Koache e Prof. Dr. José de Mourino Mosquera.

\*\*\*\*\*

ATIVIDADES PREVISTAS: - 1981

GINÁSTICA OLÍMPICA<sup>1</sup> - Profs.: João Francisco da Silva Tavares e Milton Hartmann. - Outubro - Dur.: 45h. - Local: ESEF/UFRGS.

II CURSO DE PSICOMOTRICIDADE NA EDUCAÇÃO FÍSICA INFANTIL<sup>2</sup> - Profª. Margarida Oppliger Pinto - Dezembro - 45h. e equipe.

TEORIA E PRÁTICA DE ACAMPAMENTO<sup>3</sup> - Planejamento, Organização e Atividades. - Prof. Juan Carlos Cutrera (Argentina) e equipe.

....

Promoção da Associação e Patrocínio da Secretária de Educação da Prefeitura Municipal de Guaíba.  
Local: Camping da Vila Sans Souci - 60h.

\*\*\*\*\*

EM 1982: —

VIII ENCONTRO NACIONAL  
DE PROFESSORES DE EDUCAÇÃO FÍSICA

PROFS. CONVIDADOS:

04 a 10/ABRIL

CURSOS:

- Prof. José Posada - (Alemanha) "SOM E MOVIMENTO"
- Prof. Jürgen Dieckert - (Alemanha) "GINÁSTICA"
- Prof. Juan Carlos Cutrera - (Argentina) "RECREAÇÃO"
- Prof. Mauro Guiseline - (São Paulo) "E.F. INFANTIL"
- Profª Morgada Cunha - (R. G. Sul) "DANÇA JAZZ"

CONGRESSO

CÂMARAS:

- 1 - Temas Livres.
- 2 - Trabalhos Pedagógicos de ESEFs.
- 3 - Trabalhos Científicos de ESEFs.

Ao melhor trabalho apresentado será conferido um troféu (Câmaras 1 e 2) e Certificado Especial.

PRÓXIMOS CONGRESSOS E CURSOS INTERNACIONAIS

11 a 14 de Outubro de 1981 - 1ª Jornada Internacional de Psicologia da Atividade Física e da Recreação e 1º Congresso Brasileiro de Psicologia do Esporte, em POA. Rua Mel. Floriano, 91/504. Fone: 250808.

15 a 17 de Outubro de 1981 - Annual Meeting of Philosophic Society for the Study of Sport. Trinity College. Hartford. Connecticut - USA.

5 a 8 de Novembro de 1981 - Colloque International Sport et Travail, em Bizerta (Tunísia). President Chahed. Av. de Madrid, 3 - 1035 - TUNIS.

19 a 22 de Novembro de 1981 - 1º Simpósio Mineiro de Ciência do Movimento em Poços de Caldas - MG. - Secretaria/ESEF - Muzambinho. Fone: (035)721-3624.



21 a 25 de Novembro de 1981 - Symposium Internationale  
on Activities Physiques Adaptées, em New-Orleans - USA  
Dr. Potters. ISEPAK CP. 158. Université Libre de Brus-  
sels. Av. Paul Leger 28-1050 - BRUXELLES - BÉLGIQUE.

10 a 30 de Janeiro de 1982 - Cursos Internacionais de  
Educação Física, em Bogotá. - Prof. Peralta. Universi-  
dad Pedagógica Nacional, Calle 72 N.11-86. - COLOMBIA.

10 a 12 de Junho de 1982 - IX Congresso Mundial de Ci-  
ências Biológicas Aplicadas ao Futebol. Av. Reina Ma-  
ria Cristina s/nº. - BARCELONA, 4 - ESPANHA.

5 a 11 de Julho de 1982 - Estágio de Educação Física  
no CREPS de Toulouse - FRANÇA.

Junho de 1982 - Cursos Internacionais de Educação Físic-  
a em Orebro - SUÉCIA.

23 a 31 de Julho de 1982 - Congresso Internacional em  
Las Vegas. Drª. Sonia Toro Seda. Estacion 6 PO BOX 16  
IUCPR-Pepee. PUERTO RICO - 00731.

## CURSO INTERNACIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICO DESPORTIVA VERACRUZ - MÉXICO

Nosso colega, Prof. Targa, esteve em  
Agosto p.p. ministrando uma Palestra sobre "Fundamen-  
tos bio-físico-sociológicos da necessidade de serem mi-  
nistradas no mínimo três aulas semanais de Educação  
Física nas Escolas para atingir os objetivos mínimos  
educacionais", em Veracruz, como Vice-Presidente da  
FIEP p/ America.

Observou lá um grande movimento de  
valorização da Educação Física pelo novo Sub-Secretário  
de Esportes, Dr. Manuel Mondragon y Kalb, executado  
pela eficiente equipe do Prof. Alfredo Acosta, Delegado  
de Esportes da FIEP no México e Diretor Federal de Educa-  
ção Física do Estado de Veracruz.

Ministraram aulas os Profs. Seurin  
(Presidente/FIEP), Dagigal (Presidente/AIESEP), Legi-  
do (INEF de Madrid), Nelly Gomez (Venezuela), Moolg  
alizer (USA), Andreas (Secretario/FIEP) e os mexican-  
os Erendira Bringes e Palacios. Estes dois últimos  
deixam grande ênfase a Expressão Corporal, verdadeira  
"loqueluche" lá, conseguindo motivar um entusiasmo in-

comum, mesmo trabalhando cerca de 600 professores ao mesmo tempo.

Começaram sua 1ª aula com exercícios executados sentados nas poltronas das arquibancadas, realizando movimentos de lateralidade dos braços, depois inclinação lateral do tronco, empurrando o colega ao lado, primeiro sem e depois com resistência do mesmo; encolhendo as pernas, a seguir extensão do tronco apoiando-se no encosto das poltronas, tudo abaixo de grande glairido e entusiasmo. A seguir desceram ao piso do ginásio, no qual executaram exercícios rítmicos de ginástica e dança-jazz, saltitamentos, exercícios 2 a 2, 3 a 3, etc... Passos de danças folclóricas completaram sua aula, auxiliada por dois microfones e uma aparelhagem moderna de som, com melodias excitantes, pondo a massa em polvorosa...

Isto fez lembrar ao Prof. Targa a antiga calistenia matinal usada no Exército e Marinha dos Estados Unidos, trabalhando com grandes massas, apenas agora ritmos e técnicas mais modernas e interessantes...

\*\*\*\*\*

### PROFESSORES DO RS RECEBEM PRÊMIO LISELOTT DIEM

O Prêmio Lisselott Diem foi instituído pelo MEC, através da Secretaria de Educação Física e Desportos, em convênio com a FENAME. Foi aberto à participação de professores licenciados em Ed. Física, técnicos desportivos e médicos especializados em Ed. Fís. e Desp., que inscreveram estudos inéditos nas áreas de Educação Física e Desportos.

#### Categoria de Estudos Biológicos:

1º lugar - A Problemática da Educação Física, do Prof. Carlos Sanches de Queiroz.

2º lugar - Manual de Teste de Esforço, Dr. Cláudio Gil Soares de Araújo.

3º lugar - Estado Nutricional e Aptidão Física em Pré-Escolar, trabalho conjunto da Profª Maria Beatriz Rocha Ferreira e Dr. Sergio Miguel Zucas.

Menção Honrosa - Cineantropometria, Educação Física



e Treinamento Desportivo, Dr. Eduardo Henriques de Rosa e Professoras Elisabeth Pigatto e Regina Celi Fonticiga Iha de Rosa. UFRGS.

#### Categoria de Estudos Pedagógicos:

1º lugar - Educação Física - Diretrizes Curriculares para o Ensino de 1º Grau, das Professoras Eloah Loyre Fritsch Brum e Fendila Maria Reginato. SE - RS.

2º lugar - A Educação Física que Eles Merecem, Pro Roy Jornada Krebs. UFSM.

Os vencedores receberam prêmios em dinheiro, num total de \$400 mil.

- Transcrito da Revista Brasileira de Educação Física e Desportos - Jul./Set. 1981.

\*\*\*\*\*

### GINÁSTICA PARA GESTANTES

Profª NILZA M.F. GONÇALVES

O que vem a ser a Ginástica para Gestantes que, atualmente, tem sido tão comentada (e praticada) mas, nem sempre esclarecida nos seus objetivos?

Evidentemente, a prática desses exercícios não visam modelar o corpo nem tão pouco formar atletas. A característica principal da ginástica para gestantes está na adaptação psico-física da mulher ao parto, contribuindo, também, para um melhor estado gestacional. Na verdade a ginástica para a gestante insere-se num todo, no qual encontram-se conceitos básicos de anatomia e fisiologia feminina e outros tópicos relacionados à gestação e ao parto.

Podemos, então, auxiliar a mulher-gestante e prevenir ou colocar sob controle, aspectos de alterações das modificações físicas características da gravidez como o de circulação venosa e do correto posicionamento corporal? Certamente que sim, podemos orientá-la na execução de exercícios que colocam em atividade os músculos plantares, das pernas e pelvis, os quais trarão benefícios à circulação de retorno, prevenindo com isso o surgimento de varizes e a sensação /



de peso nas pernas. Quanto à modificação da postura corporal que se manifesta pela acentuação das curvas normais da coluna vertebral e dificuldades na respiração, há a possibilidade de atuar sobre ela através de exercícios que sollicitam discretamente a musculatura abdominal (como por exemplo na execução de exercícios rotacionais, fazendo trabalhar com mais intensidade o tórax abdominal na expiração ou, então, pelos movimentos de contração e descontração da região pélvica).

Exercícios visando a flexibilidade articular e elasticidade muscular também são empregados objetivando sobretudo atender a situação de parto (articulação coxo-femoral e perineu) e a manter a tonicidade dos músculos (glúteos, pectorais, braços e pernas).

A série de exercícios respiratórios aplicados à gestante objetivam:

18 - Exercitar os músculos que auxiliam a respiração no sentido de colocá-los em atividade consciente.

19 - Exercitar o poder de concentração e o controle neuro-muscular visando uma eficiente execução.

A identificação e o controle da musculatura envolvida na inspiração/expiração relaciona-se diretamente com o desenrolar da parturição, em especial o período expulsivo. E tudo isso seria inútil sem o domínio, o qual envolve concentração e controle neuro-muscular a fim de que a mulher atue adequadamente a solicitação de cada fase.

Com o mesmo finalidade de obter controle sobre si mesma estão os exercícios de relaxamento, os quais revestem-se de importância tanto durante a gestação (evitando o stress físico e mental) quanto durante a parturição quando a mulher necessita dispendir o mínimo de energias, concentrando-se nos movimentos indispensáveis.

Como pôde-se observar a ginástica para gestantes envolve variáveis físicas e psíquicas que interagem no sentido de colocar a mulher consciente de seu corpo e das potencialidades que contém, da capacidade de obter controle da mente sobre as ações motoras, e que conduz a uma modificação do comportamento que se lhe verte ao fugir do descontrole e da passividade adotando uma atitude ativa e coerente com a realidade.

\*\*\*\*\*

FOI REALIZADO COM SUCESSO O 1º ENCONTRO REGIONAL  
DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA  
EM  
CRUZ ALTA:

Sob o patrocínio da FIEP e colaboração da ACEFD do RS.

\*\*\*\*\*

DIA 14 DE DEZEMBRO DE 1981

JANTAR COMEMORATIVO

AO

ANIVERSÁRIO

DA

ASSOCIAÇÃO

CONVITES: R\$ 500,00

LOCAL: GAÚCHA CAR

Mossos agradecimentos à ESEF/UFRGS pela gentileza de  
redar este boletim.



**adidas**® 

O Mundo dos Esportes  
e Nosso Mundo


**idas**

a marca mundial  
das 3 tiras.

**ad**

**is**

**ad**

**adidas**   
sexias e atletismo