



Revista Nº 1 - Julho 2022

ESPORTE COM CORAÇÃO



Pierre de Coubertin

Um famoso
desconhecido

pág. 22

O espírito olímpico

Uma filosofia carregada
de valores

pág. 29

Ritos e símbolos olímpicos na perspectiva de Pierre de Coubertin

pág. 07

Sumário

- 05 Sobre a Escola do Esporte com coração
- 07 Ritos e símbolos olímpicos na perspectiva de Pierre de Coubertin
- 12 Esporte com coração pelo mundo
- 22 Pierre de Coubertin: um famoso desconhecido
- 26 Músculos na saúde e expressão humana
- 29 O espírito olímpico: uma filosofia carregada de valores
- 32 Espírito Olímpico Hoje: Olimpíadas do Voluntariado
- 34 Poesia “Identidade”
- 35 Educação Olímpica: Pré-temporadas filosófico-desportiva
- 36 Indicação de filme: “A Corrida da Superação”

Editorial

Hoje esta revista vê a luz após um longo processo de gestação. Agradecemos de coração a todos aqueles que participaram da realização deste Sonho. A Escola de Esporte com Coração nasceu há quase 12 anos tendo uma ideia como eixo central de sua existência: usar o poder pedagógico do esporte para melhorar os seres humanos e, além disso, as sociedades.

Hoje em dia o esporte é usado em uma alta porcentagem como um negócio. E isso é, permita-me a comparação do futebol, como usar Lionel Messi em plenas faculdades físicas e mentais, como meio-campista defensivo. Em outras palavras, seu tremendo potencial está sendo desperdiçado. Isso acontece hoje com o esporte. Salvo honrosas exceções, que existem, seu potencial pedagógico dificilmente é utilizado para o aperfeiçoamento global das pessoas. Nos Jogos Olímpicos temos um exemplo muito claro desse fenômeno. Perdemos algo no caminho...

Vejo tudo isso e me pergunto: quando tudo mudou? Em que ponto os Jogos deixaram de dar espaço a pessoas como o padeiro Corebo de Élis?, que conquistou a vitória em velocidade na primeira Olimpíada da Antiguidade? Em que ponto a conquista da excelência esportiva foi mais importante que a excelência humana? Quando os jogos perderam a capacidade de parar as guerras

e fazer com que os combatentes se sentassem à mesma mesa para negociar a paz, sob os sempre favoráveis auspícios dos deuses governantes dos Jogos?

Na Antiguidade, uma ideia foi capaz de unir pessoas diferentes para além dos conflitos políticos e seus credos. Tal era o caráter sagrado dos Jogos Olímpicos, em que as contínuas guerras entre nações irmãs paravam para permitir que todos participassem, pois o oráculo havia dito que deveriam transformar seu antagonismo em uma competição nobre no campo esportivo.

Assim, Olímpia foi o lugar físico onde encarnou um ideal que levaria os jovens, pelo esporão da vitória, a desenvolver valores que, no fundo, são o principal objetivo do jogo.

De acordo ao sentido profundo do oráculo, seria um impulso civilizatório impulsionado mais uma vez pelos deuses que velam pelo desenvolvimento da humanidade. Esses valores, somente alcançados com esforço inteligente e entusiástico, seriam os que enobreceriam a alma do atleta, que se tornaria um exemplo a ser seguido por seus concidadãos.

Assim, embora o prêmio parecesse ser a fama e a honra, o verdadeiro triunfo era a purificação da alma, como Platão nos ensinaria mais tarde. E assim foi por mais de mil anos até que o desgaste de tudo o que se

manifestou fez com que os Jogos caíssem no esquecimento....

Em suas Memórias Olímpicas, Coubertin expressa claramente sua posição sobre o “esporte para todos”:

“O desporto não é um artigo de luxo, não é uma ocupação para ociosos nem uma compensação pelo trabalho intelectual. O esporte é uma fonte de melhoria interna para cada pessoa. A profissão não tem nada a ver com isso. Pelo contrário, o esporte é um presente insubstituível que é dado a todas as pessoas em igual medida. Do ponto de vista étnico também não há diferença, pois, por natureza, todas as raças têm o esporte como algo próprio e com direitos iguais.”

A Escola de Desporto com Coração nasceu com o propósito de continuar a fomentar este espírito. Para isso, oferece esporte para todos (o antigo sonho de Coubertin) e para todas as idades. A educação esportiva é útil para todos: aqueles que têm vocação e aqueles que se sentem atraídos pelo esporte, para que todos tenham a oportunidade de viver a experiência do esporte como algo divertido, prazeroso, proveitoso, e que não produza rejeição nas pessoas que têm o conceito equivocado de considerar que o esporte é apenas sacrifício e sofrimento do corpo físico. O esporte produz bem-estar físico e psicológico, bem como saúde, se praticado com inteligência.

A ginástica não tem apenas a capacidade de treinar o indivíduo

fisicamente, mas também psicologicamente e moralmente se utilizarmos o esporte como meio para desenvolver e transmitir valores, formando seres humanos conscientes, úteis e felizes. Alguns valores como solidariedade, cooperação, comunicação, participação, tolerância, respeito ao próximo, trabalho em equipe, convivência, perseverança, criatividade ou iniciativa, podem ser desenvolvidos através da prática do esporte.

O espírito da Escola do Esporte com Coração é entender que o que importa é ser melhor, mais rápido no cumprimento de responsabilidades, mais alto para elevar nossos sentimentos e pensamentos, mais forte para superar as fraquezas e permanecer sempre Unidos por cima de tudo que tenta separar os seres humanos: *CITIUS, ALTIUS, FORTIUS, COMUNIS*.

Em nosso logo aparece o fogo olímpico como símbolo universal de união. Quem sente essa vocação acredita também nas ideias de fraternidade entre os povos, de não discriminação, de usar o esporte como transmissor de valores e a busca incansável pela paz.

Assim, embarquemos no início de uma bela aventura, filha de ideias luminosas, e nas palavras de Coubertin: *“A ti, minhas ideias, dedico as minhas memórias como sinal de gratidão pelos momentos felizes que me proporcionaste. Não tenho certeza se você é todo meu, nem se antes de você vir à minha mente você tinha vivido na mente de outras pessoas. No entanto, tenho a impressão de*

que você me pertence, o que é a mesma coisa que se você realmente pertencesse. Nós nunca brigamos. Eu tendo a aceitar e obedecer você, e tenho fé em sua consistência. Algumas de vocês já tomaram forma e se tornaram realidade. Isso dá confiança a outras ideias que não tive tempo de trabalhar... Elas vão esperar pacientemente e não vão desistir de mim.

Ah, não me abandone! Você é minha felicidade. Pensar, imaginar, sonhar, conceber: que prazer!”



Francisco Iglesias
Coordenador Internacional da
Escola do Esporte com Coração

QUEM SOMOS



Escola do Esporte com Coração

A Escola de Esporte com Coração Internacional é uma entidade sem fins lucrativos, que iniciou suas atividades na Espanha em outubro de 2010.

Está presente em quase vinte países, incluindo Espanha, Brasil, Canadá, Paraguai, Bolívia, Guatemala, Costa Rica, Rússia, Ucrânia, Israel, República Tcheca, Hungria, Romênia, Eslováquia, Alemanha, Colômbia e Áustria.

A atividade da Escola do Esporte com Coração é baseada em três princípios:

1º) Canalizar vocações com um espírito filosófico;

2º) Utilizar o esporte como meio de transmitir e desenvolver valores nas pessoas;

3º) Utilizar o esporte como meio de gerar saúde.

O espírito da Escola do Esporte é treinar o corpo e a mente. Nossa cultura aplica mais uma vez o conceito que o poeta romano Juvenal trouxe desde muito tempo "*mens sana in corpore sano*". Porém falta compreender o significado profundo dessa famosa citação: manter um espírito equilibrado dentro de um corpo saudável.

E, também, resgatamos o lema olímpico: "*Citius, Altius, Fortius*" (mais rápido, mais alto, mais forte), frase também adotada por Pierre de Coubertin depois de ouvi-la de seu amigo, o dominicano Henri Martin Didon, e que simboliza a luta



do ser humano para melhorar a si mesmo. Entendemos que o importante é ser melhor, mais rápido para cumprir nossas responsabilidades, mais alto para elevar nossos sentimentos e pensamentos e mais forte para superar fraquezas.

Como diria o filósofo Aristóteles: *“Os mais bonitos e os mais fortes não são coroados nos Jogos Olímpicos, mas aqueles que sabem competir. Também na vida, quem age com retidão é quem alcança o prêmio.”*

É por isso que todos os que participam da Escola do Esporte com Coração são voluntários e o Fogo Olímpico aparece em nosso logotipo como um símbolo universal da União.

Para entrar em contato:

E-mail: snesporte@nova-acropole.org.br

Instagram: [@escuela.deporte.corazon](https://www.instagram.com/escuela.deporte.corazon)

YouTube: [Escuela del Deporte con Corazón Internacional](https://www.youtube.com/escuela.del.deporte.con.corazon)

Site: <https://www.escueladeldeporteconcorazon.com>

Ritos e símbolos olímpicos na perspectiva de Pierre de Coubertin



Diversos fatores levaram Pierre de Coubertin à ideia de restauração dos Jogos Olímpicos. Entretanto, sabe-se que as descobertas arqueológicas de Olímpia, acompanhadas de outras escavações na Grécia e na Ásia, foram determinantes para sua decisão de trazer à Era Moderna o evento da Antiguidade. O Barão não foi o primeiro a tentar realizar tal feito, mas o sucesso de sua empreitada foi sustentado pela assimilação de conceitos consonantes às idealizações e percepções Olímpicas gregas, bem como pelo desenvolvimento de regras para o bom andamento dos Jogos, como a internacionalização das competições e a fidelidade à periodicidade de cada Olimpíada (LENK, 2012).



Pierre de Coubertin em Olímpia em 1927, acompanhado por sua filha Renée. Mulher de grande inteligência, ajudou seu pai em seu trabalho. (Coleção Navacelle).

Embora o período dos Jogos Olímpicos, na Grécia Antiga, fosse tradicionalmente marcado por confraternizações, muitos povos da Antiguidade vivenciavam conflitos e disputas que culminavam em guerras sangrentas. Em Elis, cidade-estado do centro administrativo do evento, eram formalizados determinados compromissos: para competir, era necessário ser livre, de “raça pura” (isto é, naturalmente gregos), não ter cometido nenhum crime ou impiedade e cumprir uma estada obrigatória de trinta dias prévios às competições. Enquanto isso, cidadãos selecionados como “mensageiros de Zeus” percorriam a Grécia proclamando a trégua sagrada, que exigia a cessação de toda disputa armada e combate entre os helenos. Dessa forma, o território de Olímpia, declarado neutro, era inviolável e a festa atlética deveria ser respeitada (MÜLLER; TODT, 2015).

Tais processos instigaram Coubertin, sobretudo considerando as necessidades que ele percebia na contemporaneidade. Segundo o francês, a humanidade vivia uma “crise de educação” (MÜLLER; TODT, 2015, p. 570), que estava diretamente relacionada ao modo com que a Europa – em especial a França, sua terra natal – lidava com a educação dos jovens. Ele defendia que o viés tecnicista das abordagens pedagógicas não contemplava a formação integral dos estudantes, principalmente no que concernia às virtudes moral e ética. Não se restringindo a isso, os olhares

de Coubertin transcenderam o âmbito educativo, estendendo-se também às áreas do esporte, da internacionalização e da paz, a partir do que o Barão passou a estabelecer simbolismos como representações dessas manifestações durante as competições e demais eventos vinculados aos Jogos Olímpicos.

Um dos simbolismos fixados pelo francês é a Chama Olímpica, que representa, em essência, o início dos Jogos Olímpicos. Apesar da atenção do público estar majoritariamente voltada às competições esportivas, o desejo de Coubertin era de que em cada estádio Olímpico ardesse a Chama, como ocorria na Olímpia Antiga, desejo este que se tornou realidade na mesma cidade, em 1936. Acesa com os raios solares, a Chama conecta simbolicamente os Jogos Olímpicos Antigos e os Jogos Olímpicos da Era Moderna. O Barão lhe atribuiu tanta importância que a considerava uma das bases do Movimento Olímpico:

A Chama Olímpica percorre a terra, pelo menos de cidade em cidade, e prossegue sua corrida até o Extremo Oriente. Se em algum lugar chegar a desfalecer, jovens nações se apresentarão para tomá-la das mãos negligentes dispostas a deixá-la cair. Assim, a chama desportiva será salva da extinção. Esta é a causa pela qual restabeleci os Jogos Olímpicos, e não pela vanglória de restaurar pórticos desaparecidos (MÜLLER; TODT, 2015, p. 199).

A ideia de revezamento da Tocha, carregada com o fogo Olímpico, está vinculada também ao sentido de internacionalização priorizado por Coubertin quando decidiu pela mudança do Presidente do Comitê Olímpico Internacional (COI) conforme a sede de cada edição dos Jogos Olímpicos – foi por esse motivo que o primeiro presidente do COI foi Demetrius Vikelas, da Grécia, e não o próprio Barão, já que os Jogos foram retomados na cidade de Atenas, em 1896. O trabalho do Movimento Olímpico, nessa perspectiva, assumiu desde os primórdios o papel de promover a paz além do esporte, tendo em vista que a troca de sede a cada Olimpíada possibilita o desenvolvimento de outros setores da cidade escolhida e utiliza os Jogos como impulso para novas discussões sociais e ideológicas, viabilizando-se igualdade, justiça, respeito, não discriminação e outros valores aliados aos pensamentos de Coubertin.

Diante dessa medida, também se promove o bom relacionamento entre os povos e, por consequência, se diminui o espírito nacionalista, causador de diversos conflitos internacionais. Tal pensamento está de acordo com o lema de Coubertin “*all games, all nations*”, recordado por Lenk (2012), que ressalta a relevância dos Jogos Olímpicos no que diz respeito ao oferecimento, a adolescentes de todos os países e modalidades esportivas, de oportunidades de aprender e conhecer uns aos outros. O autor também lembra a concepção de que os Jogos

Olímpicos são disputas entre indivíduos, e não entre países. Tais ideias estão claramente presentes em um discurso proferido pelo Barão em 1935, cujo objetivo era apresentar o Olimpismo enquanto meio para a propagação de valores necessários ao desenvolvimento de cidadãos comprometidos com o contexto em que se inserem: “Pedir a diversas pessoas a amar umas às outras é mera infantilidade. Pedir-lhes que se respeitem não é utopia, mas para respeitar uns aos outros é necessário conhecer uns aos outros” (DURRY, 2016, p. 39). Ainda sobre o Olimpismo, Parry (1998) propõe que este é caracterizado pela educação,

esforço, justiça, paz, tolerância e o esporte em condições iguais para todos – ponto de vista percebido claramente nos pensamentos de Coubertin, que pressupõe no atleta a alegria do esforço dedicado em suas ações: “o importante na vida não é a vitória, mas a batalha, o essencial não é ter vencido, mas ter lutado bem” (DURRY, 2016, p. 8).

Outro ponto destacado por Lenk (2012) tange a já ferida Trégua Olímpica, que, na Antiguidade, dentre seus propósitos, buscava instituir em Olímpia a representação do símbolo de paz por meio do esporte. Na mesma ótica, o Movimento Olímpico, apesar de ter sofrido diferentes alterações,



Extraído de P. Wolff, Was ich bei den Olympischen Spielen sah. Berlin: Specht, 1936, n. 1.

segue fortalecendo relações a fim de uma maior credibilidade e efetividade no impacto de suas atividades. Um exemplo disso é a parceria firmada com a Organização das Nações Unidas (ONU), que também defende a Trégua Olímpica em escala global e reforça o compromisso do esporte na educação e como fonte de referência internacional para o relacionamento entre os países. Ao direcionar um olhar mais crítico aos Jogos na Era Moderna, Lenk (2012) ainda evidencia seu importante papel, afirmando que o megaevento não se traduz apenas em simbolismos ou protocolos de cerimônias de abertura, encerramento ou pódio durante os Jogos Olímpicos. Segundo ele, o Espírito Olímpico significa muito mais do que as visões externas sobre a representatividade dos Jogos: a ideia do atleta Olímpico deve servir como um modelo para os demais membros da sociedade, dado que, em razão de seu vínculo com o Movimento Olímpico, exercem funções que atletas de outras entidades não podem assumir.

Tal linha de raciocínio vai ao encontro da simbologia carregada pelo lema *Citius, Altius,*

Fortius (em português, Mais Rápido, Mais Alto, Mais Forte), mencionado primeiramente pelo padre dominicano Henry Didon, em 1891, e lançado como Lema Olímpico por Pierre de Coubertin no mesmo ano de criação do COI, 1894. De acordo com o francês, o lema não deveria ser interpretado somente na perspectiva técnico-desportiva, mas também como um estado filosófico a ser alcançado:

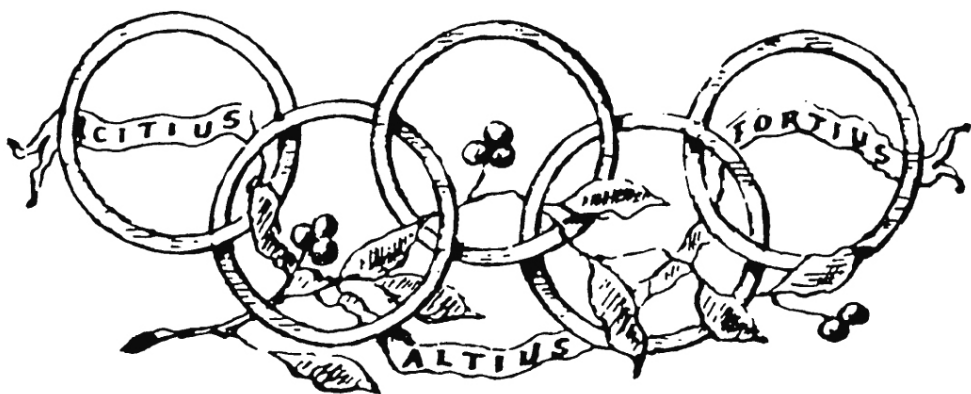
Citius: não somente mais rápido na corrida, mas também no sentido da rapidez de compreensão, da vivacidade da inteligência. Altius: mais alto, não somente em relação a uma desejada meta, mas também para o aperfeiçoamento moral do indivíduo. Fortius: não somente mais ousado nas lutas dentro do âmbito esportivo, mas também na luta vital (MÜLLER; TODT, 2015, p. 577).

Nos Jogos Olímpicos de Tóquio 2020, todavia, foi preciso garantir, além do alto nível de organização e das competições, a segurança, a saúde e um olhar solidário aos participantes, reflexão suscitada a partir do difícil período pandêmico

vivenciado por todos. Levando esses aspectos em consideração, o COI, em julho de 2021, modificou o Lema Olímpico para *Citius, Altius, Fortius – Communis*, evidenciando, no adverso momento, a urgência de propagar o espírito de comunidade e união entre as pessoas, afinal, como propõe o presidente do COI Thomas Bach (2021): para ir mais rápido, mais alto e mais forte, é necessário estarmos juntos em solidariedade.

É imprescindível versar, ainda, sobre os ritos simbólicos que permeiam os Jogos Olímpicos. Na Antiguidade, o primeiro dia do evento transcorria repleto de cerimônias e sacrifícios: ricas oferendas eram apresentadas em todos os altares, realizava-se o sorteio da ordem das competições e os atletas prestavam juramento diante da estátua de Zeus. Hoje, as cerimônias Olímpicas estão igualmente acompanhadas de momentos marcantes e simbólicos. Essas ocasiões são responsáveis por destacar o Espírito Olímpico e a cultura da cidade anfitriã a partir das transformações do esporte e da sociedade, consolidando, desse modo, junto a outros aspectos, os Jogos Olímpicos como um dos maiores eventos esportivos do mundo (FERNÁNDEZ PEÑA, 2019). Além disso, as cerimônias representam os valores de paz, fraternidade, esperança, igualdade, inclusão e outros que surgem a cada edição dos Jogos Olímpicos.

Em seus escritos, Coubertin também comenta sobre alguns rituais inseridos dentro das próprias solenidades, fazendo



Os aros Olímpicos com o lema Olímpico “citius-altius-fortius”, desenhados pelo próprio Pierre de Coubertin em 1914. (Coleção Navacelle)

referência aos Jogos Antigos ao falar sobre a relevância das bandeiras expostas no estádio: “Antes da abertura dos Jogos, os atletas admitidos para competir dirigiam-se ao templo de Zeus e juravam observar sempre a lei do Jogos. Declaravam-se dignos de se apresentar no estádio. A imagem do deus será substituída pela bandeira da pátria para cada um, e deste modo a cerimônia ganhará em grandeza” (MÜLLER; TODT, 2015, p. 259). Vale salientar que a bandeira dos países tinha grande valor na época de Pierre de Coubertin (MACALOON, 2013), sobretudo por constituir-se como a representação máxima do patriotismo vigente nos séculos XIX e XX. Entretanto, a abordagem internacional de Coubertin ganhava cada vez mais força, e foi nesse cenário que surgiu a Bandeira Olímpica, exposta com seus Cinco Aros Olímpicos, que o Barão explica: “Toda branca, com os cinco aros entrelaçados: azul, amarelo, negro, verde, vermelho, simbolizava as cinco partes do mundo unidas pelo Olimpismo e reproduzia as cores de todas as nações” (MÜLLER; TODT, 2015, p. 455). Citada pela primeira vez no ano de 1914, em Paris, a ideia da Bandeira Olímpica tomou forma

nos Jogos Olímpicos da Antuérpia de 1920, quando o símbolo foi finalmente apresentado ao público.

Pode-se afirmar, portanto, que os Jogos Olímpicos traduzem, entre tantos ritos e marcos, a manifestação da juventude que se renova a cada quatro anos. Simbologias como as cerimônias de abertura e encerramento, a homenagem aos vencedores, os Aros Olímpicos, a Bandeira e o Fogo Olímpico dão sentido e diferenciam os Jogos Olímpicos de outros eventos esportivos mundiais. Uma organização tão representativa assegura aos Jogos um valor duradouro, coerentes com as ideias de seu idealizador, que buscou na história uma inspiração para o futuro.



COMITÉ BRASILEIRO
PIERRE DE COUBERTIN

Nelson Schneider Todt

Professor Titular e Coordenador do Grupo de Pesquisa em Estudos Olímpicos da PUCRS. Presidente do Comitê Brasileiro Pierre de Coubertin, Membro da Junta Diretiva do Centro Latino-americano de Estudos Coubertinianos e Vice-Presidente do Comitê Internacional Pierre de Coubertin.

Christian Roberto Kern

Bolsista do Grupo de Pesquisa em Estudos Olímpicos da PUCRS. Membro do Comitê Brasileiro Pierre de Coubertin e Membro do Centro Latino-americano de Estudos Coubertinianos.

Pierre Coubertin, forjado em ferro para o COI por Karlheinz Oswald (Alemanha) em 1999.

Esporte com coração pelo mundo



RTIC
CEAN



Mesmos princípios, diferentes formas de manifestação. Símbolos universais, distintas expressões culturais, geográficas em que a chama olímpica toma forma nos países em que a Escola do Esporte está presente pelo mundo. O requisito para estabelecer a Escola do Esporte

é iniciar a transmissão das aulas do Programa de Formação. Com frequência mensal, o essencial é ter contato com as Ideias da filosofia, tal como nos ensina Platão, por meio da “Música” e levar a prática através da “Ginástica”, buscando o desenvolvimento integral do ser humano. O exercício físico é

parte central, porém desde que carregado de filosofia olímpica, isto é, de esporte com coração.

Vamos fazer um giro pelos países em que a Escola do Esporte está presente e conhecer um pouco de como os filósofos-atletas têm vivido o esporte com coração atualmente.

Eslováquia



A Escola do Esporte realizou um passeio ciclístico com visita a parque histórico, em que o objetivo foi treinar os músculos, praticar a resistência e conectar o esporte com a cultura.



Passeio de caiaque com tema do artigo do Professor Jorge Angel Livrava “navegar contra a corrente”, com o objetivo de promover a amizade e o espírito de colaboração, além do contato com a natureza e a experiência aventureira.

Paraguai



Atividade dos Monitores da Escola do Esporte do Paraguai, na cidade de San Lourenço.



A Escola do Esporte participou, promovendo atividades, no XIII Encontro de Integração da OINA-Paraguai.

Rússia Central



Em comemoração do “Dia do Esporte” realizou-se encontro com aulas de filosofia olímpica e diálogos.



Torneio de tênis de mesa realizado em Comemoração ao “Dia do Esporte”.



Torneio de voleibol realizado em Comemoração ao “Dia do Esporte”.

Ucrânia



Treinamento de voleibol com coração.



Romênia



Esporte com coração durante a pandemia - Ginástica matinal para mente e corpo.

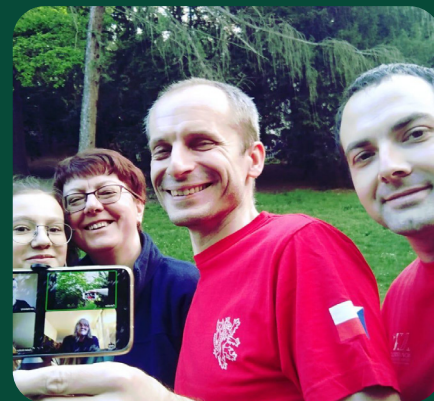
República Tcheca



Os integrantes da Escola do Esporte realizaram uma viagem de ski de fundo nas montanhas da região, com objetivo de praticar a resistência muscular e fortaleza interior.



Viagem ao Egito, com a Escola do Esporte promovendo exercícios funcionais pelas manhãs, nas margens do Rio Nilo.



Treinamentos durante a pandemia: mantendo a chama acesa.

Brasil Sul



Aula com Diretora Nacional para monitores durante as VII Pré-Temporada Filosófico Desportiva.



Aulas do Programa de Formação da Escola do Esporte durante as VII Pré-Temporada Filosófico Desportiva.



Práticas de exercícios físicos durante as VII Pré-Temporada Filosófico Desportiva.



Atividades de Música e Ginástica nas filiais Curitiba (PR) e Florianópolis (SC).



Desde 2018 a Escola do Esporte vem promovendo, em parceria com o Comitê Brasileiro Pierre de Coubertin, um ciclo de palestras em homenagem a Filosofia do Olimpismo apresentadas pelo

restaurador dos Jogos Olímpicos Modernos, o pedagogo Pierre de Coubertin. Em 2021, realizou-se palestras pelo canal do youtube da Nova Acrópole, contando com a presença do Diretor Internacional da Escola do

Esporte, Prof. Francisco Iglesias, o presidente do Comitê Pierre de Coubertin, Prof. Nelson Todt e a Profa. especialista em Estudos Olímpicos, Ana Miragaya.

Brasil Norte



Anualmente, os membros realizam os Jogos de Verão em que se celebra a plenitude da Vida e o espírito heroico por meio das festividades esportivas e artísticas.



Apresentações artísticas durante os Jogos de Verão.



Domingo no Parque em Manaus: atividade física e espírito olímpico.



Pintura feita pelo filósofo-atleta Éder Augusto Pereira Queiroz, da Sede Central NA Lago Norte-DF.

Guatemala



Aula prática de calistenia com diálogo sobre como fortalecer a nós mesmos.

Colômbia



Treinamento de exercícios funcionais durante a pandemia COVID19.



Provas de atletismo nas X Olimpíadas Acropolitanas Nacionais.

Espanha



As filiais das cidades de Mallorca e Barcelona realizaram uma atividade de irmanamento em que houve muita convivência, aulas e esporte com coração.



Encontro de convivência em Mallorca repleta de aventura e mística: caminhada noturna, jogos, desafios, música, voleibol e filosofia.



Aulas durante o irmanamento entre Mallorca e Barcelona.

Canadá



Realização de jogos coletivos de diversas modalidades com objetivo de aprender sobre nós mesmos a partir de nossas reações no jogo, tratando de observá-las e corrigi-las na vida.

Israel



O país realizou pela primeira vez as Olimpíadas Nacionais em sua sede central, Nahalat-Tal, com a participação de 200 pessoas entre atletas, juízes, voluntários e público. Foram realizadas competições de voleibol, tiro com arco, corrida, xadrez, caminhada (para os maiores de 60 anos) e corrida para as crianças, além de todo o cerimonial olímpico.



I Olimpíadas Acropolitana de Israel: provas infantis.

Cerimônia de Premiação das I Olimpíadas Acropolitana de Israel.



Torneio de voleibol na I Olimpíadas Acropolitanas nacionais.



Citius, Altius, Fortius,

Communis



Pierre de Coubertin

Um famoso desconhecido

<https://www.esueladeldeporteconcorazon.com/pierre-de-coubertin-un-famoso-desconocido>

É extremamente difícil resumir em um artigo, a trajetória e obra de um homem que entregou sua vida a um ideal pedagógico. Para isso, ninguém melhor do que quem eu considero seu legítimo sucessor, D. Conrado Duránte, para resumir essa vida tão apaixonante.

Pierre de Fredy, Barão de Coubertin, nasceu em Paris em 1º de janeiro de 1833, no seio de uma família abastada e de ascendência italiana, cujos antepassados remontam a um primeiro Fredy conhecido, que serviu ao rei francês Luís XI, quem lhe outorgou o título de nobreza em 1471. Um dos Fredy adquiriu em 1567 o Senhorio de Coubertin, próximo de Paris, adotando o nome que posteriormente foi mantido pela família.

“Oxalá o ginásio grego restaurado possa abrir às novas gerações o caminho a um civismo puro e inteligente, a uma concepção alegre e fraternal”.

Pierre de Coubertin estudou em Paris, na Escola Primária, e posteriormente se graduou na Universidade de Ciências Políticas. Viveu no castelo de Mirville, na Normandia, propriedade de sua família, e em Paris, na rua Oudinot, número 20, a casa onde nasceu e que foi inicialmente o centro operativo do COI.

Desengano da política



e dos políticos e descartando também uma fácil carreira militar, muito própria para sua classe e condição, depois de profundas meditações, decidiu dedicar-se integralmente à árdua tarefa da reforma educacional em seu país, impulsionado por reveladoras experiências pessoais obtidas em uma viagem de capacitação e estudo que realizou na Inglaterra e América do Norte.

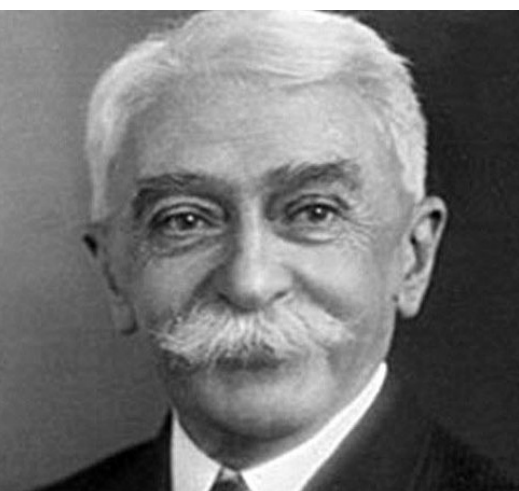
A educação, o ensino e a pedagogia são, nesses momentos de sua vida, poderosos motores de uma atividade febril, desenvolvida de forma incansável e esperançosa na prodigiosa projeção histórica de um visionário genial. Dizia Coubertin, “decidi mudar bruscamente minha carreira no desejo de unir meu nome ao de uma grande reforma pedagógica... já que o mais importante na vida dos povos

Pierre de Coubertin

fez de sua vida uma aventura apaixonante. Em um mundo onde a humanidade utilizava sua energia em conflitos entre povos e muitos indivíduos viviam vidas cinzentas, ele olhou para a antiga Grécia e encontrou um ideal que serviu para entusiasmar a todas as nações e que voltou a recriar a alegria e a fraternidade em um jogo limpo. Seu legado atravessou o terceiro milênio, mas talvez seja um bom momento para comprovar se nos esquecemos de alguns aspectos desse ideal.

modernos é a educação... educação que há de ser o prefácio da vida... e o que assim expresso, é o resultado das observações adquiridas nas distintas etapas de minhas viagens pelos estados da Europa e da América do Norte, onde pude constatar a existência de grandes correntes de reforma pedagógica, independentes dos sistemas governamentais e, inclusive, superiores às mesmas tradições nacionais”.

O poderoso motor que impulsiona seu vocacional ideário pedagógico o levou de maneira inevitável à moderna concepção de olimpismo, em



“Se alguém me pedisse a receita para ‘olimpizar-se’, lhe diria: a primeira condição é estar alegre e sem dúvida se surpreenderia... Para viver a alegria completa, faz falta outro elemento, o altruísmo. Alegria-te com a humanidade que renasce sem cessar! Tem fé nela, dedica-lhe teus esforços, confunde tuas esperanças com as suas! A alegria egoísta não é mais que um sol intermitente, a alegria altruísta é um perpétuo amanhecer”.

Cartas olímpicas. 11 de dezembro de 1918.

“Os cinco elementos constitutivos do esporte: vontade, continuidade, intensidade, aperfeiçoamento e risco eventual. Assim se une ao mesmo tempo com a filosofia estoica, para a qual pode conduzir os seus praticantes...”

uma trajetória onde unicamente suas excepcionais condições pessoais de plasmar em imediata realidade a genial concepção de grandes ideias, fez possível tão aventurada missão. O esporte é, portanto, não somente o meio mais fácil, rápido e eficaz para a formação do indivíduo, mas também o veículo mais direto de comunicação, compreensão e pacificação dos povos, a constituir, no seu entender, uma escola de nobreza e pureza moral, ao mesmo tempo que é um meio de fortalecimento e energia física.

RUMO À RESTAURAÇÃO DOS JOGOS

Em 25 de novembro de 1892, em uma conferência que proferiu ao corpo docente da parisiense Sorbonne, sobre os exercícios físicos no mundo moderno, Coubertin anunciou o projeto de restabelecimento dos Jogos Olímpicos, que fracassou diante da incompreensão generalizada, apesar da exultação que a ideia despertou.

Dois anos mais tarde, no mesmo recinto universitário, é aprovado o projeto por unanimidade, criando-se o Comitê Olímpico Internacional e designando como primeira sede dos Jogos Olímpicos Modernos a cidade de Atenas, onde estes têm lugar em 1896.

Duas consequências se extraem de tão histórico momento. Acabava de nascer a força sociológica mais importante do século XXI e seu nascimento se deu sob amparo, abrigo e disposição intelectual de um prestigioso recinto universitário.

A missão pacificadora dos jogos é pauta de atenção prioritária para Coubertin, que manifestava no final do ano de sua restauração: “É preciso que a cada quatro anos os Jogos Olímpicos restaurados deem a juventude universal uma ocasião de reencontro alegre e fraternal, com o qual se dissipará pouco a pouco esta ignorância em que vivem os povos, uns a respeito dos outros, ignorância que mantém os ódios, acumula os mal-entendidos e precipita os acontecimentos no destino bárbaro de uma luta sem trégua”.

Coubertin foi a alma motora, ideólogo, executor e projetista da grande aventura olímpica moderna, a que esteve estreitamente vinculado e levou pessoalmente, desde seus inícios, desempenhando o cargo de presidente do COI, entre 1896 e 1925. Usando os limitados meios de comunicação da época, dirigiu e atendeu pessoalmente o olimpismo restaurado, recebendo e escrevendo à mão a abundante correspondência olímpica em progressivo aumento, em titânica tarefa pessoal, a que dedicou



“O ginásio grego! A menos conhecida, a menos estudada e, talvez, a mais fecunda de todas as instituições da Antiguidade... O atleta apareceu colaborando com o filósofo e o artista na glória da pátria...”.

todos os momentos de sua vida e, também, a totalidade de sua salutar e considerável fortuna, suportando, por isso, uma aguda e difícil situação econômica no final de sua vida.

A incompreensão de um setor de seus conterrâneos sobre o sentido de sua obra e as tensões políticas do momento motivaram a mudança de localização do COI para a cidade suíça de Lausana, para onde também levou os arquivos dele, em virtude de um acordo firmado na prefeitura da cidade em 10 de abril de 1915, vivendo nesse país até sua morte, ocorrida de forma repentina em 12 de setembro de 1937, quando, meditativo, passeava pelo Parque de La Grange, em Genebra.

Em seu testamento deixou estabelecido que seu corpo fosse enterrado na Suíça, nação que lhe deu refúgio, compreensão e abrigo, a ele e a sua obra, e que seu coração fosse levado ao mítico santuário de Olímpia, o motor espiritual da sua fascinada e fecunda tarefa olímpica. Ali, repousa depositado

em uma estela de mármore desde o mês de março de 1938.

Coubertin deixou em marcha uma gigantesca obra viva e mutável (o olimpismo e os Jogos Olímpicos) e uma prodigiosa fonte de conhecimento e investigação, integrada por seus múltiplos artigos, livros, obras, conferências etc., que sobrepassa as 14 mil páginas impressas, genericamente distribuídas em 30 livros, 50 folhetos e mais de 1200 artigos sobre as matérias mais diversas.

OS MÚSCULOS NA SAÚDE E NA EXPRESSÃO HUMANA

Podemos afirmar que todos os movimentos do nosso corpo, desde os orgânicos aos somáticos, dependem do bom funcionamento do nosso sistema muscular.

Erika Kalvelage Nocera
Coordenadora Estadual da Escola do Esporte em
São Paulo, Brasil-Sul



Os movimentos básicos do corpo para receber as informações e os alimentos externos, digeri-los e eliminar os excessos, em todos os órgãos (respiratórios, digestórios, urinários...) são realizados pelos músculos lisos ou pelos músculos cardíacos, tecidos musculares que são “involuntários”, ou seja, trabalham independentemente da nossa vontade, a todo momento, com seus ritmos próprios, para permitir que os nutrientes cheguem a todo o nosso organismo, e que os excessos sejam eliminados.

E temos uma estrutura inteligentemente arquitetada, dos músculos esqueléticos, para que possamos nos expressar fisicamente no mundo.

A interação dos músculos anteriores (do abdome) e dos posteriores (do dorso) proporciona estabilidade e produz o movimento do esqueleto axial, para que possamos manter a postura ereta. Muitas vezes, a tensão crônica nas costas resulta do desequilíbrio dessa sustentação (ausência do tônus dos músculos do abdome no caso de lordose); pode ser necessário praticar exercícios ou perder excesso de peso distribuído de modo desigual para recuperar o equilíbrio.

Os músculos abdominais, pélvicos e do períneo também são importantes para a sustentação das vísceras da área abdominal e pélvica e os músculos torácicos e do dorso bem-posicionados e com tônus adequado permitem uma respiração mais eficaz e profunda.

A ação coordenada dos



músculos dos membros inferiores permite que fiquemos de pé e que caminhemos com estabilidade. Permite também os saltos, as corridas, os agachamentos e muitos movimentos esportivos e de artes marciais. E permite que nos desloquemos no espaço e que mudemos de ambiente de acordo à nossa vontade.

Como o membro superior geralmente não está associado à sustentação de peso nem à motilidade, sua estabilidade foi “sacrificada” em prol da mobilidade. Os músculos dos braços, antebraços e mãos, com suas respectivas articulações,

permitem ações específicas como escrever, tocar um instrumento musical, utilizar máquinas, pintar, dançar, realizar expressões corporais, importantes para a comunicação, entre muitos outros exemplos.

Os movimentos dos músculos do pescoço e do bulbo dos olhos possibilitam o foco da nossa atenção em objetos específicos e a ampliação das possibilidades de visão e de mudança de perspectivas em nosso olhar.

Os músculos da mastigação permitem a trituração dos alimentos que consumimos, primeira etapa da digestão. E o tônus adequado dos músculos da garganta previnem os engasgos ao se alimentar e os roncos ao dormir.

Os músculos da laringe, que mobilizam as pregas vocais, possibilitam a fala e o canto, com as nuances das entonações e diferentes alturas da voz.

E os músculos da face permitem que expressemos o que estamos sentindo e nos façamos compreender pelos demais para além das palavras.



Além de tudo isso, colocar os músculos voluntários em movimento tem a capacidade de colocar todos os demais sistemas em um movimento mais enérgico... fazer o sangue circular com mais potência, fazer a digestão e a eliminação dos resíduos do corpo serem mais eficazes... estimular o funcionamento do sistema nervoso, contribuir para que os hormônios cheguem aonde devem chegar, através da circulação do sangue.

Contudo, para que o sistema muscular cumpra o seu importante papel na expressão da vida no corpo físico, são necessários alguns cuidados, e o primeiro e mais importante deles é colocar os músculos em ação. Há um mecanismo natural em nosso corpo, através do qual o músculo atrofia à medida em que não é utilizado, e se mantém tonificado com exercícios regulares e se fortalece e cresce (hipertrofia) à medida em que lhe é exigida mais força, com formação de novas miofibrilas e com aumento do diâmetro das fibras musculares.

Portanto, devemos exercitar periodicamente os nossos músculos voluntários (todos eles) para que se mantenham saudáveis e prontos

para a ação. E não se trata somente de exercitar os músculos dos membros superiores e dos membros inferiores, mas também movimentar de forma consciente os músculos dos olhos, do abdome, da pelve, da mastigação, sempre buscando aprimorar a ação dos mesmos, para que seja mais harmônica e ampla.

Um outro ponto a ser ressaltado é o indispensável caráter regular dos exercícios físicos para a manutenção da saúde dos músculos. Cada um deve encontrar o ritmo próprio da realização de atividades físicas em seu dia a dia, de acordo às suas necessidades, mas há uma frequência mínima de exercícios por semana indicada e devem ser evitados esforços excessivos sem períodos adequados de descanso.

Uma boa frequência seria realizar 30 minutos de atividades físicas aeróbias todos os dias, com variação entre as modalidades esportivas, para colocar diferentes grupos musculares em movimento.

Devemos prestar atenção também ao aquecimento dos músculos, ou o despertar dos mesmos no início dos movimentos, e o aumento gradual de intensidade até o pico



máximo do uso, para que não haja lesões, bem como a redução também gradual da intensidade dos movimentos até o repouso.

Isso deve ser realizado não somente nos momentos de treinos, mas todos os dias, ao acordarmos e ao dormirmos. Mobilizar as articulações ao levantar é uma boa prática para estimular o movimento dos músculos do corpo de forma harmônica, sem excessos, e para colocar em funcionamento a máquina corporal.

E um último aspecto da preservação da saúde dos músculos é a alimentação equilibrada, com consumo de todos os nutrientes - proteínas, carboidratos, gorduras, fibras, minerais e vitaminas, de acordo também às necessidades específicas de cada um, que dependem de fatores como a idade, sexo, estado de nutrição, genética e treinamento físico.

Assim, com estes cuidados, teremos cada vez mais disposição e energia para cumprir com os afazeres cotidianos, profissionais, e para nos expressarmos de forma cada vez mais autêntica e harmônica através dos movimentos corporais.



The background of the entire page is a dark, textured image of a torch with a bright orange flame. The torch is positioned vertically, with the flame at the top and the handle extending downwards. The background is dark and moody, with some light filtering through, creating a sense of depth and atmosphere.

O ESPÍRITO OLÍMPICO

UMA FILOSOFIA
CARREGADA DE
VALORES

Ana Gálvez
Integrante do Senado Olímpico
Internacional filosófico

O esporte é uma atividade acessível e recomendável para todos. Talvez por isso, a celebração das Olimpíadas desperte sempre tanta expectativa. A Escola do Esporte com Coração é consciente do que se transmite através da prática do esporte e promove a vivência da atividade esportiva com “espírito olímpico”.

Como diria Conrado Duránte: “Se o esporte não serve ao homem, para nada serve”. Por isso, a partir da Escola do Esporte com Coração somos conscientes e responsáveis do que se está transmitindo através da prática do esporte, mas também do que se mostra em nossas Olimpíadas Filosóficas.

Se algo aprendi em todos estes anos sobre o espírito olímpico é que ele sempre sustenta a superação, o esforço por dar o melhor em cada competição, ver um outro atleta não como um rival, mas como o ser que serve de estímulo para superar a si mesmo.

As origens dos Jogos Olímpicos na Antiguidade não estão absolutamente claras, já que não há fontes que as atestem com certeza. Inclusive os historiadores helênicos foram incapazes de encontrar esses inícios do rito. O primeiro dado seguro são os Jogos Olímpicos do ano de 776 a.C., onde Corebo de Élide, cozinheiro na cidade-estado de Élide, vence a corrida de estádio (única prova). Depois desta primeira edição, passa a ser uma festa quadrienal, assim como os jogos modernos.

OS FESTIVAIS ESPORTIVOS NA ANTIGUIDADE

Alguns séculos depois de sua primeira edição, se estabeleceram outros importantes festivais esportivos em honra a outros deuses: Jogos Píticos, em honra a Apolo (filho de Zeus), Jogos Ístmicos, em honra a Poseidon (deus do mar) e os Nemeus. A grande ambição



dos atletas era obter a vitória em cada um dos jogos disputados.

Muitos séculos passaram desde aquelas primeiras Olimpíadas na Grécia, mas voltar a resgatá-las com seu espírito inicial faz com que os atletas se sintam felizes e dispostos, sorridentes e ao mesmo tempo nervosos, porque vão demonstrar que a constância e perseverança de seus treinamentos em breve darão seus frutos.

Já disse o barão Pierre de Coubertin em 1908, durante os Jogos de Londres: “O mais importante nos Jogos Olímpicos não é ganhar, mas participar, da mesma forma que o mais importante na vida não é o triunfo, mas o esforço. O essencial não é ter conquistado,

mas ter lutado bem”.

Algo que também comove a alma é ver chegar a tocha olímpica, carregada pelos atletas que nas últimas Olimpíadas obtiveram mais medalhas em seu medalheiro. É uma reminiscência dos Jogos Olímpicos da Antiguidade e de seu espírito. Acende-se com os primeiros raios de sol do solstício de verão e é custodiada pelos atletas até que comecem as Olimpíadas. Ver acender o Fogo Olímpico, todos juntos, é uma experiência que fica gravada no coração e que recorda que você também tem parte desse fogo no seu interior; é o entusiasmo que faz com que todas as suas ações tenham um calor especial.

CITIUS, ALTIUS, FORTIUS

Não podemos nos esquecer do lema olímpico: “*Citius, Altius, Fortius*” (mais rápido, mais alto, mais forte), frase adotada também por Coubertin, após ouvir de seu amigo, o dominicano Henri Martin Didon, e que simboliza a luta do ser humano para ser melhor.

“O olimpismo é uma filosofia de vida, que exalta e combina em um conjunto harmônico as qualidades do corpo, a vontade e o espírito. Aliando o esporte com a cultura e a educação, o olimpismo se propõe a criar um estilo de vida baseado na alegria do esforço, no valor educativo do bom exemplo e no respeito pelos princípios éticos fundamentais universais”.

Pierre de Coubertin, precursor da filosofia do olimpismo, enfatizou os valores de igualdade, justiça, imparcialidade, respeito às pessoas, racionalidade, entendimento, autonomia e excelência, como paradigma do movimento olímpico.

Como vemos, muitos valores se entrelaçam para formar parte de uma única filosofia, de uma única forma de vida, da busca de um objetivo. Muitas vezes não importa qual é o desafio, mas a maneira de enfrentá-lo, a confiança e segurança depositadas em si mesmo, para continuar trabalhando ao mesmo tempo que aprecia o que faz.

Muitas vezes, participar das Olimpíadas é consequência da prática destes valores. Esta

participação torna-se, por si só, um êxito pessoal e esportivo, às vezes, independente do resultado. Fazer parte desta celebração é uma oportunidade para aprender, uma experiência única que acompanha ao longo da vida e que anima a enfrentar novos desafios.

Os valores olímpicos podem estar presentes em todos nós, em cada pessoa, esportista ou não. Estarão presentes sempre que tenhamos a segurança de que, dando passos adequados, esforçando-nos, sendo constantes, respeitando quem nos rodeia e superando as dificuldades, chegaremos onde queremos estar, fazendo-nos responsáveis a todo momento por cada decisão que tomemos.





ESPÍRITO OLÍMPICO HOJE

Olimpíadas do Voluntariado

A Escola do Esporte com coração realizou, em 2018, as suas primeiras Olimpíadas Internacionais do Voluntariado, em Chinchilla de Monte Aragón, na Espanha, reunindo 450 pessoas vindas de nove países. A bandeira da fraternidade de Coubertin foi levantada com a presença de três dos seus cinco anéis, representados por países da América, Ásia e Europa. Reuniu países como Ucrânia e Rússia, mostrando que a amizade e a união são mais fortes que qualquer sentimento de separatividade.

Os corações dos seres humanos não sonham com a guerra. Diferentes culturas se encontraram naqueles dias, ocorreram apresentações artísticas oferecidas pelos atletas e diferentes expressões de beleza se tornaram presentes nesses jogos de paz.

“Esta experiência nos deu a oportunidade de viver na prática, a comunicação coração a coração; ensinou-nos que a fraternidade é possível e verdadeira; que a Linguagem da Alma pode transcender barreiras; que o fogo interior de um é capaz de atingir o peito de outro por um fio invisível, porém mais forte que qualquer músculo. Não há limitações, há pureza, entusiasmo, confiança e extrema alegria em vivenciar a magia do reencontro.”

Fabiana Turelli,
Integrante do Senado Olímpico Internacional filósofo

Os laços de amizade foram criados e o compromisso do reencontro nas Olimpíadas seguintes foi selado por muitos. Desta vez, o Brasil (Sul) foi escolhido como local para sediar os próximos Jogos das II Olimpíadas Internacionais do Voluntariado que estavam previstas para 2022, mas que foram adiadas para 2023 devido ao impacto sofrido pela pandemia.

As Olimpíadas tem como figura inspiradora Pierre de Coubertin, educador francês responsável por resgatar a Filosofia do Olimpismo para a Era Moderna. A Escola do Esporte tem dado continuidade ao sonho de Coubertin, de reanimar o espírito olímpico de forma a recolocar o esporte a serviço do desenvolvimento humano.

“Muitas pessoas enganam a si mesmas quando participam de exercícios simples saudáveis, acreditando que estão “praticando esporte”. O esporte, compreendido de forma correta, leva ao triunfo da vontade e ao humano ideal.” Pierre de Coubertin.

Nossa meta não é o esporte e nem a saúde em si, mas as virtudes que podem ser adquiridas através do esporte e de um estilo de vida saudável e assim melhorar a sociedade. Só pode ocorrer uma melhora no mundo se cada ser humano se transformar em um ser humano melhor. Entendemos que as Olimpíadas oferecem uma oportunidade fantástica para canalizar a beleza e a bondade que habitam no coração de todo atleta, expressando o melhor do espírito de voluntariado que buscamos oferecer.

De 2018 para cá, seguimos mantendo a chama acesa e trabalhando para que o autêntico espírito olímpico esteja cada vez mais presente na vida daqueles que puderam sentir sua força de união e superação do espírito humano.

A cada ano, novos países tem se organizado para realizar as Olimpíadas Nacionais de acordo aos protocolos coordenados pelo Senado Olímpico Internacional filosófico e assim robustecer a presença da chama olímpica em diferentes territórios separados

geograficamente, mas unidos em torno desse Fogo Sagrado que nos recorda que somos UM.

Seguimos trabalhando para construir essa Saga Olímpica que o Destino nos tem outorgado viver, lutando para honrar os ensinamentos que temos recebido, tratando de entregar o nosso melhor. Essa é a grande meta que o treinamento do esporte com coração nos convoca a viver.

Nos reencontramos em Olímpia!

Ricardo Vela e Sara Fantin
Integrantes do Senado Olímpico Internacional filosófico



Identidade

De cima da barca pude ver
Aonde imerso, feliz achei ser.
...Ser?! Percebi que lá nunca fui.
Fui gracejo do desejo.
Feliz, ao longe, a Deusa sorria
Enquanto a corrente me conduzia
Pelas marés, dias, após dias
A minha triste estadia
Assim, se seguia
No lago da ímpia Maya,
Que ali me prendia.
Feliz foi o dia
Em que chegou o fim da agonia,
Quando vi a barca
E a mão que se estendia.

Voltei minha atenção ao barqueiro
Serenos, com os olhos falava
Que desvelado meu Eu estava
E o comando agora a alma dava.
Só então vi a flor de lótus
De pétalas imaculadas
Das águas sujas, pantanosas
Que agora, navegava.

Quando na margem atraquei
Do bolso a semente retirei,
Presente que ganhei
Quando na barca pisei.
Subi o monte conforme o indicado,
Pelo marujo que havia me resgatado
E no topo, cumpri! Plantei.
Cultivei, cultivo e cultivarei
O ser que vi desabrochar.
Olho para o alto e lá está
A flor de ouro a brilhar.



Márcio Reichert de Souza
Membro da filial Porto Alegre,
Brasil-Sul.

Educação olímpica

pré-temporadas
filosófico desportivas



As pré-temporadas filosófico desportivas compartilham finalidades com as Olimpíadas Acropolitanas. Tanto umas como outras são parte do projeto pedagógico da Escola do Esporte que visa promover a educação olímpica por meio da canalização de vocações, desenvolvimento de valores através da prática esportiva e promoção da saúde. Assim, as pré-temporadas surgem como estratégia educativa para munir atletas e aficionados ao esporte realizado na perspectiva da Escola do



de esporte. Por isso, as pré-temporadas também encontram cabida no direcionamento do entendimento desse esporte cáldo, imbuído de coração, mas ao mesmo tempo estruturado, pensado, que respeita critérios lógicos e mesmo algumas metas.

Nas pré-temporadas promovemos o espaço para o entendimento dessa combinação ousada, geramos o tempo para o estudo, que nunca pode se desvincular da paixão pelo esporte. Precisamos tanto o calor do fogo, como a sua luz. Buscamos coração e mente ativos e unificados para consolidar a chama da tocha olímpica que orienta, ilumina e aquece caminhos. E então dispomos de um espaço-tempo

pedagogicamente organizado em um programa de aulas, teóricas e práticas, que ajudam a aproximar as pessoas das finalidades olímpicas, amplamente divulgadas pelo Coordenador da Escola do Esporte Internacional, Francisco Iglesias. Repassemolas:

- Preparar os e as atletas* para competição* e luta, tanto individualmente quanto em equipe.
- Ensinar respeito e admiração pelos(as) adversários(as). Recordemos aquele velho ensinamento que diz que “à mesa e ao jogo conhece-se a dama e o cavalheiro”.
- Resgatar o Espírito Olímpico do tempo e torná-lo realidade no nosso dia a dia.

*Atleta = “aquele que luta”

*Com petire = “ir juntos em direção a algo”

Fabiana Turelli
Integrante do Senado Olímpico
Internacional filosófico



Esporte, ou seja, que parte do coração, carregado de sentimento e inspiração. Entretanto, isso não deve corresponder a uma concepção abstrata e fantasiosa



Indicação de filme

Esta história nos apresenta o jovem atleta Drew, que vive sob condições complicadas. Seu pai faleceu quando ele ainda era criança, sua mãe é bastante sobrecarregada e seu irmão mais velho o envolve nos seus problemas com traficantes.

Em meio a essa grande confusão, seu vizinho, o treinador aposentado Coleman, ao perceber a vocação do jovem para o atletismo, se oferece para treiná-lo, para que ele consiga correr uma milha em menos de quatro minutos e garanta uma bolsa de estudos para a universidade.

Mesmo com suas sombras, os dois estabelecem uma bonita relação de mestre e discípulo. Drew consegue compreender que o esporte vai muito além do treinamento físico e que pode ser uma importante ferramenta para ajudá-lo a enfrentar outras provas que a vida lhe impuser, mesmo as mais duras.



A Corrida da Superação (4 Minute Mile)

Alana Cardoso

Atleta da filial Florianópolis, Brasil-Sul

REDAÇÃO

A revista **Esporte com Coração** é impulsionada por um grupo de pessoas comprometidas com a educação dos seres humanos.

É realizado de forma totalmente altruísta por membros da:

Organização Internacional da Nova Acrópole

Escola do Esporte com Coração

Comitê Brasileiro Pierre de Coubertin

E colaboradores das áreas culturais, científicas e sociais ao redor do mundo.

Direção: Francisco Iglesias

Coordenação: Sara Fantin

Design e diagramação: Tiago Arruda da Cruz

Tradução: Alana Cardoso e Pietro Lunelli

Revisão: Noêmia André, Sylvio Hilas, Esmeralda Merino, Mercedes Moreno Jimenez



**Escola
do Esporte
com
Coração**

