

## EL DEPORTE EN LA ANTIGUA UNIÓN SOVIÉTICA - O ESPORTE NA ANTIGA UNIÃO SOVIÉTICA – parte 2

### THE SPORT IN THE FORMER SOVIET UNION - part 2

**Marques Junior Nelson Kautzner**

kautzner123456789junior@gmail.com

Membro do Comitê Científico da Revista Observatorio de Deporte,  
Universidad de Los Lagos, Santiago do Chile  
Niterói, Rio de Janeiro,  
Brasil

#### RESUMEN

El propósito de la revisión fue explicar cómo se desarrolló el deporte en la ex Unión Soviética. Cuando Stalin llegó al poder, el deporte recibió mucha atención. Los deportes básicos de ese país eran el atletismo, la natación, la gimnasia artística, la halterofilia y el voleibol. Científicamente el deporte se benefició mucho con la Unión Soviética, por ejemplo, se crearon varias revistas científicas, se crearon escuelas de educación física, se elaboró la preparación de fuerzas especiales y el método de choque y fueron estructurados diversos conceptos de periodización. Esto contribuyó para la conquista de varias medallas olímpicas. En conclusión, la Unión Soviética fue muy importante para la evolución del deporte competitivo.

**Palabras claves:** deportes, Unión Soviética, actividad física, ejercicio, halterofilia.

#### RESUMO

O objetivo da revisão foi explicar como era desenvolvido o esporte na antiga União Soviética. Quando Stalin assumiu o poder o esporte teve muita atenção. As esportes bases desse país eram o atletismo, a natação, a ginástica artística, o halterofilismo e o voleibol. Cientificamente o esporte foi muito beneficiado com a União Soviética, por exemplo, foram criadas diversas revistas científicas, escolas de educação física, foi elaborada a preparação de força especial e o método choque e foram estruturadas diversas concepções de periodização. Isso contribuiu para a conquista de diversas

medalhas olímpicas. Em conclusão, a União Soviética foi muito importante para a evolução do esporte competitivo.

**Palavras chaves:** esportes, União Soviética, atividade física, exercício, halterofilismo.

## **ABSTRACT**

The objective of the review was to explain how sport was developed in the former Soviet Union. When Stalin came to power, the sport had a lot of attention. The basic sports of that country were athletics, swimming, artistic gymnastics, weightlifting and volleyball. Scientifically the sport benefited a lot from the Soviet Union, for example, several scientific journals, schools of physical education were created, the special strength preparation and the shock method were elaborated, and several periodization concepts were structured. This contributed to the achievement of several Olympic medals. In conclusion, the Soviet Union was very important for the evolution of the competitive sport.

**Keywords:** sport, Soviet Union, physical activity, exercise, weight lifting.

## **INTRODUÇÃO**

O esporte na União das Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS) iniciou para o preparo bélico com o intuito de proteger esse imenso território (Marques Junior, 2019). Por esse motivo na URSS era dada muito atenção a ciência porque um alto desenvolvimento científico ocasionaria na evolução militar dessa nação. A atenção ao preparo bélico era tão grande que Lênin convocou alguns militares em 1923 para criar uma arte marcial soviética (Melo, Silva, Pereira, Valle e Salloto, 2017). Esses militares pesquisadores de artes marciais viajaram por diversos países para entender as lutas dessas nações, estando no Japão, Mongólia, China, França etc. Eles selecionaram as técnicas do boxe, savate, judô, kung fu, *aikijujutsu* e introduziram uma luta de autodefesa denominada de sambo (Melo et al., 2017).

Outra iniciativa do preparo militar da URSS foi a criação do GTO, que significa pronto para o trabalho e defesa (Verkhoshanski e Siff, 2004). O GTO o povo soviético

realizava diversos exercícios de preparação geral que deixava a nação apta para o aspecto militar, com o corpo forte para trabalhar na indústria e agricultura, pronto para o esporte de alto rendimento e outros (Parks, 2009). O GTO “contribuiu para a formação integral do indivíduo e para o desenvolvimento harmônico” do povo soviético (Matveev, 1997, p. 19). Aproximadamente 19.047.000 de pessoas praticaram o GTO até 1975.

Porém, após a morte de Lênin em 1924, Trotsky e Stalin concorreram ao poder da URSS, mas Stalin comandou um golpe de estado, vindo dar muito atenção ao esporte para mostrar a superioridade do seu regime político frente ao capitalismo – veja em <https://www.youtube.com/watch?v=3rofdKemIJ4>. Isso se intensificou após a 2ª Guerra Mundial (terminou em 1945) (Bompa, 2002). Vindo ocorrer no campo esportivo uma intensa “batalha” político ideológica entre a URSS e seus aliados versus as nações capitalistas lideradas pelos Estados Unidos da América (EUA), ou seja, o cenário esportivo se tornou o palco da “guerra fria” entre URSS e EUA (Tubino, 2001, 2006). A disputa entre URSS e EUA era tão intensa que os países capitalistas concediam certas facilidades para os seus atletas de elite através de concessão de bolsas e ajudas de custo, denominado de “amadorismo” marrom porque fraudavam a ideia olímpica do amadorismo (Tubino, 2010). As nações socialistas que eram lideradas pela URSS também fingiam que seus esportistas eram amadores porque muitos trabalhavam em empresas do Estado com horários bem flexíveis porque a prioridade de trabalho desses indivíduos era o esporte.

Porém, a URSS sempre despertou interesse aos envolvidos no esporte por causa das diversas medalhas olímpicas conquistadas e devido aos vários pesquisadores do esporte que essa nação produziu (Ozolin, Matveev, Verkhoshanski, Platonov, Bondarchuk, Zakharov, Vorobiev, Zatsiorsky, Issurin e outros). Então, o estudo sobre o esporte da antiga União Soviética é relevante para os treinadores do treinamento esportivo.

Como era desenvolvido o esporte na antiga URSS?

Existem várias obras em língua portuguesa sobre o esporte da URSS (Matveev, 1991, Verkhoshanski, 2001, Zatsiorsky, 1999), mas até a data presente não foi escrito um artigo sobre o esporte da antiga União Soviética e ainda esse trabalho possui um complemento, sobre a formação da URSS que é a parte 1.

O objetivo da revisão foi explicar como era desenvolvido o esporte na antiga URSS.

## **DESENVOLVIMENTO DO ESPORTE NA ANTIGA URSS**

Após a Revolução Russa de 1917 o líder Lênin decretou que o esporte e a atividade física eram essenciais no sistema educacional da Rússia Soviética (Córdoba e Contreras, 2015). Enquanto Lênin esteve vivo o esporte era utilizado para o preparo bélico soviético e com o intuito da população estar apta para o trabalho, o GTO (Ibarrola, 2018).

Porém, mesmo o esporte competitivo não tendo muita atenção, em 1917 foi instalado um programa na Rússia Soviética e continuou na URSS para elaborar diversas concepções de periodização (Oliveira, 2008). O russo Kotov criou um tipo de periodização que foi divulgado em 1917 no seu livro Desporto Olímpico (Marques Junior, 2020). Após 1917 foi fundada a Escola Desportiva Soviética que permitiu a evolução sobre os estudos científicos do esporte (Matveev, 1977). A partir desse momento apareceram nomes como Gorinevski e Birsin que foram fundamentais para a evolução da metodologia soviética do treinamento esportivo. Em 1918 foi criado o Instituto Central do Estado de Educação Física de Moscou na Rússia para os estudos serem bem aplicado na população soviética (Marques Junior, 2017).

Em 1920 foi criado o conceito de Cultura Física na Rússia Soviética e a partir de 1922 quando foi formado a URSS essa ideologia continuou nessa nação (Parks, 2009). O

Conselho Superior de Cultura Física foi criado pelo Serviço Geral de Instrução Militar para desenvolver a Cultura Física nessa nação (Gil, 2009). A Cultura Física tem o intuito de desenvolver o homem soviético de maneira geral através da atividade física que incluía jogos, educação física e esporte (Jesus, 2010). O intuito da Cultura Física era o crescimento da nação através de um povo forte, saudável e permitia o desenvolvimento moral e ético da população soviética (Marques Junior, 2017). Cultura Física é definida como parte da cultura da sociedade com o objetivo de uma atuação orientada para aperfeiçoar o homem no aspecto físico e espiritual relevante para a sociedade soviética (Zakharov, 1992) – veja em <https://www.youtube.com/watch?v=6YG0DKwCOSE>.

Apesar da ciência soviética priorizar o estudo militar (armamento, roupa de guerra, blindado etc), o estudo científico do esporte também evoluiu nessa nação. Em 1930 foi fundado o Instituto Central do Estado de Educação Física na Ucrânia (Platonov, 2004). O editor chefe Kudryatsev do periódico Sovetsky Sport, informou que 130 instituições soviéticas tinham projeto de pesquisa para desenvolver artigos científicos sobre Cultura Física, tendo ênfase no esporte (Bourne, 2008). Em 1932 foi criada a editora Cultura Física e Esporte para melhorar o conhecimento científico dos treinadores soviéticos através de livros e revistas sobre as descobertas científicas sobre esporte e atividade física (Marques Junior, 2017). Nas instituições acadêmicas foram formados diversos profissionais do esporte no começo de 1976, sendo 117.000 treinadores e 38.000 treinadores internacionais, ainda vários desses profissionais se tornaram doutores (Gil, 2009). Nas escolas de educação das universidades uma das disciplinas que mais se desenvolveu na URSS foi a Teoria do Treinamento Esportivo, isso ocorreu a partir do século XX (Barbanti, Tricoli e Ugrinowitsch, 2004). Para complementar essas informações veja o vídeo de Cassidori Junior em

[https://www.youtube.com/watch?v=Pg2fiLa\\_mFke](https://www.youtube.com/watch?v=Pg2fiLa_mFke) e de Antonio Carlos Gomes em <https://www.youtube.com/watch?v=RdZifZgSs-M>.

Essa evolução do conhecimento científico do esporte da URSS proporcionou nos anos 50 e 60 a criação da preparação de força especial na musculação e do método de choque no treino de força reativa pelo cientista Verkhoshanski (Marques Junior, 2018; Verkhoshanski, 1995) – veja em <https://www.youtube.com/watch?v=0kTKJ5PjFz4&pbjreload=101> ou em <https://www.youtube.com/watch?v=SCRqKJOI-dw> ou em [https://www.youtube.com/watch?v=6ruo9lPzi\\_U](https://www.youtube.com/watch?v=6ruo9lPzi_U).

A preparação de força especial consiste do atleta realizar o gesto esportivo com peso de musculação (Marques Junior, 2019b) e o treino de força reativa tem o intuito de desenvolver a força rápida e reativa do aparelho neuromuscular através do ciclo de alongamento e encurtamento dos membros inferiores ou dos superiores (Verkhoshanski, 1996). Geralmente nos membros inferiores esse trabalho consiste na prática de diversos saltos. O velocista soviético Valeri Borzov utilizou o treino de força reativa antes dos Jogos Olímpicos de 1972, isso culminou com a conquista da medalha de ouro nos 100 e 200 metros (Dintiman, Ward e Tellez, 1999). Borzov estudou biomecânica no Instituto de Cultura Física de Kiev na Ucrânia e teve como treinador o Doutor em Biologia Valentin Petroviski que fazia parte desse Instituto (Bourne, 2008). Portanto, o atleta e o treinador soviético deveriam ter instrução de excelência. Outra evolução científica da URSS para o esporte ocorreu nos anos 60, fisiologistas e bioquímicos soviéticos estudaram profundamente as reações bioquímicas que acontecem durante o gasto energético e na recuperação, ou seja, como o metabolismo energético se comporta durante o catabolismo (degradação das moléculas) e no anabolismo (síntese das moléculas) (Barbanti, 2001).

Em 1924, Stalin tomou o poder na URSS e implantou uma ditadura, então, o esporte de alto rendimento se tornou “ferramenta” política do governo para divulgar o falso comunismo que foi implantado naquela nação (Riordan, 1993). O Estado soviético comandava o esporte competitivo, a atividade física e a educação física escolar, sendo fornecido gratuitamente para essa população (Marques Junior, 2020b). Da infância até a adolescência os jovens eram monitorados por avaliações cineantropométricas (Tubino, 1993) e pelo desempenho da prova esportiva (Ozolin, 1948) para serem encaminhados para a melhor modalidade quando atingissem a idade adulta. A partir dessas avaliações era feito um plano de expectativa de cada atleta com a possível chance desse competidor atingir o esporte de alto rendimento de elite ou não, onde era acompanhado com uma adequada periodização (Dantas, 1995).

A bateria de testes aplicada pelos professores mensurava a idade biológica dos jovens, efetuava as avaliações antropométricas (estatura, massa corporal total etc), detectava o desempenho de algumas capacidades motoras como a força, a velocidade, a agilidade, a flexibilidade, a resistência aeróbia, a coordenação e outros (Bulgakova, 2000; Moskatova, 1998). Esses testes permitiam ao treinador compreender em qual nível o iniciante e atletas de elite se encontravam, e qual modalidade o jovem esportista tinha mais aptidão (Filin e Volkov, 1998). Conforme a modalidade exercitada pelo jovem existiam determinados testes (Matveev, 1995) e os treinadores soviéticos costumavam ter dados das avaliações cineantropométricas para detectar se o esportista tinha aptidão para a modalidade que foi selecionado (Fomitchenko e Gomes, 1999; Silva, 2003). Os talentos esportivos também eram identificados conforme a genética do atleta, sendo observado se ex-campeões olímpicos da URSS geravam filhos mais aptos para determinadas modalidades (Moskatova, 1997). Em 1966, o Laboratório de Antropologia, Morfologia e Genética Esportiva do VNIIFK, em Moscou na Rússia, praticaram diversos experimentos, vindo elaborar a dermatoglia para detectar os talentos esportivos e prever qual modalidade esportiva o indivíduo poderia ter mais

êxito (Melo e Fernandes Filho, 2004). Atualmente esse teste é utilizado em diversos países, inclusive no Brasil (Del Vecchio e Gonçalves, 2010). Essas avaliações permitiram aos soviéticos identificar a faixa etária que os esportistas conseguiam mais sucesso nas competições conforme a modalidade (Gomes, 2009). Por exemplo, na corrida de 100 metros masculino na idade de 19 a 21 anos ocorre os 1º grandes resultados, o auge desses corredores é de 22 a 24 anos e o período de manutenção dos resultados é na idade de 25 e 26 anos. Mas nas mulheres, na mesma prova dos 100 metros, de 17 a 19 anos ocorrem os 1º grandes resultados, de 20 a 22 anos é o auge e de 23 a 25 anos é o momento de manutenção dos resultados (Gomes, 2009). Em outros esportes como a natação, a ginástica, a luta, o boxe, o futebol e outras modalidades os soviéticos também mensuraram isso, detalhes leia em Gomes (2009).

Os soviéticos dividiram os esportes em três classes de modalidades conforme as suas características de disputa, podendo ser de esportes sem contato físico, esportes com contato físico e esportes complexos (pentatlo, decatlo etc) (Zakharov, 1992). Esses esportes foram divididos em oito grupos para facilitar o entendimento sobre essas modalidades referente ao esforço físico (aeróbico, anaeróbico, força rápida etc) e nas questões técnico e táticas (Gomes, 2009). A tabela 1 apresenta essa classificação.

Tabela 1. Classificação dos grupos de modalidades.

<b>Grupo</b>	<b>Característica</b>	<b>Modalidades</b>
Esportes Complexos de Coordenação ( <b>grupo 1</b> )	Exercícios de alta coordenação e que exigem expressividade estética, acontecendo ações acrobáticas. A tática ocorre conforme o nível físico e técnico, e o momento da fase da disputa obriga o atleta fazer ações mais ou menos complexas.	Ginástica artística, ginástica rítmica, nado sincronizado, patinação artística, saltos ornamentais etc.
Força e Velocidade ( <b>grupo 2</b> )	Esportes acíclicos padronizados com ações que exigem muita força para atingir resultados máximos em medidas exatas. A tática ocorre com a marca atingida nas tentativas.	Salto do atletismo e de outros esportes, lançamentos (dardo, disco e martelo), arremesso do peso, halterofilismo etc.
Acerto no Alvo ( <b>grupo 3</b> )	A atividade motora é pequena com baixa exigência tática, necessitando de uma adequada tomada de decisão para atirar e estando ciente dos fatores	Arco e flecha, tiro com pistola, dardo etc.

	externos como iluminação e vento.	
Esportes de Condução ( <b>grupo 4</b> )	A atividade motora ocorre com a condução do veículo e a tática está relacionada com o aspecto racional do piloto (o condutor) e momento problema da prova.	Automobilismo, motociclismo, vela, hipismo etc.
Esportes Cíclicos ( <b>grupo 5</b> )	Essas modalidades ocorrem movimentos repetidos e padronizados. A tática está conforme o percurso da prova, a distância dos adversários, características climáticas (calor, frio, vento e outros) etc.	Corridas do atletismo, ciclismo, natação, remo, esqui, patinação, triatlo etc.
Jogos Esportivos ( <b>grupo 6</b> )	Nessas modalidades acontecem ações individuais e coletivas que estão relacionadas com a tática. A escolha da tática depende do nível técnico dos jogadores e da inteligência de jogo da equipe.	Futebol, voleibol, handebol, basquetebol, tênis, polo aquático etc.
Esportes de Combate ( <b>grupo 7</b> )	A tática está relacionada com a técnica, condicionamento físico, condição antropométrica, regra da disputa etc.	Luta, judô karatê, esgrima, boxe etc.
Provas Combinadas ( <b>grupo 8</b> )	Costumam ocorrer várias provas em uma modalidade que são realizadas em uma ordem, a tática acontece conforme os resultados em cada prova.	Pentatlo moderno, decatlo e heptatlo do atletismo, biatlo do esqui etc.

A classificação do nível competitivo dos atletas soviéticos era diferente dos demais países ocidentais (Verkhoshanski, 1995). Segundo Riordan (1978), a pirâmide esportiva da URSS para o atleta atingir o alto nível competitivo tinha uma nomenclatura própria designada por essa nação, veja na figura 1.

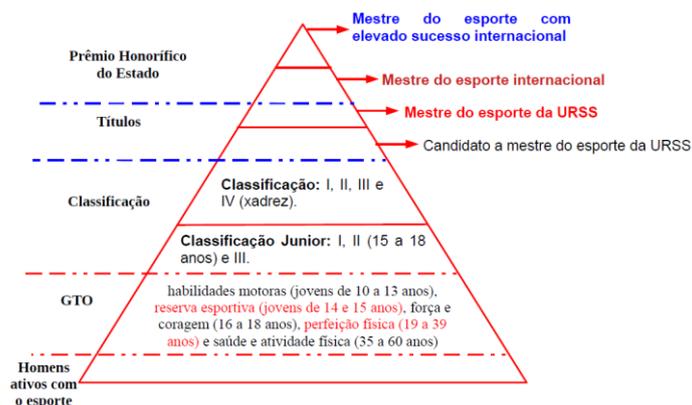


Figura 1. Pirâmide soviética do treinamento esportivo (Riordan, 1978).

Para o esportista soviético evoluir nessa pirâmide existiam algumas etapas do treinamento a longo prazo que diferem conforme o pesquisador soviético (Bulgakova,

2000; Matveev, 1997), talvez isso ocorra porque a URSS era composta por 15 nações diferentes, o país mais famoso era Rússia. Então, foi preferido utilizar as etapas de preparação por muitos anos indicada por Zakharov (1992) que é exposto na figura 2.

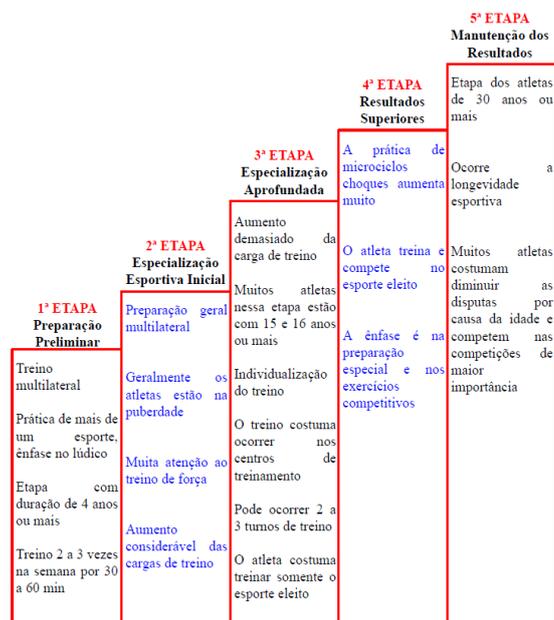


Figura 2. Preparação a longo prazo da URSS (Zakharov, 1992).

## ESPORTES BASES DA ANTIGA URSS

A URSS foi vencedora nos Jogos Olímpicos em diversas modalidades e ainda teve sucesso competitivo porque as mulheres passaram competir em diversas provas que eram masculinas (Tubino, 1993). Outro motivo do alto desempenho soviético foi o acesso gratuito do esporte para toda a população (Marques Junior, 2020b). Portanto, o esporte comandado pelo Estado e com alta atenção na ciência proporcionaram êxito esportivo dessa nação.

As esportes bases da antiga União Soviética para formar futuros campeões eram o atletismo, a natação, a ginástica artística, o halterofilismo e os jogos esportivos coletivos

com ênfase no voleibol (Bompa, 2002; Marques Junior, 2019). O motivo da escolha dessas modalidades como esportes bases que iniciavam na escola e continuavam a ser praticados nas outras etapas da preparação a longo prazo (ver figura 2) eram porque essas modalidades serviam para o preparo militar do indivíduo e atuavam para preparar o jovem para outros esportes. Justifica isso porque o atletismo é o esporte base para as outras modalidades terrestres e o mesmo ocorre com a natação, é a modalidade base para as demais aquáticas. Tanto o atletismo e a natação são imprescindíveis para o treino militar, correr e nadar são importante para a luta e fuga. O halterofilismo era outro esporte popular na URSS (Storey e Smith, 2012) porque essa nação dispunha de um avançado sistema de treino que permitiu muitas conquistas olímpicas (Garhammer e Takano, 1992) – veja em <https://www.youtube.com/watch?v=Jwq1Ms2zki4> ou em <https://www.youtube.com/watch?v=vP18zIHg9Yw> ou em [https://www.youtube.com/watch?v=Fa--l\\_-Q9Qg](https://www.youtube.com/watch?v=Fa--l_-Q9Qg). O halterofilismo também era de interesse soviético porque deixava o povo mais forte, pronto para qualquer conflito bélico (Marques Junior, 2019). Logo, como esses três esportes eram populares na URSS, talvez seja esse o motivo de Matveev ter elaborado a sua periodização tradicional nos anos 40 e 50 com essas modalidades.

A ginástica artística tinha muita atenção pelos soviéticos porque essa nação participava da festividade da Spartakiada que era um evento de ginástica acrobática entre os povos eslavos e também acontecia essa comemoração na União Soviética, sendo iniciado por volta dos anos 20 na URSS (Soviet Union Review, 1929; Vujanovic, 2013). A Spartakiada ocorria em todas as cidades soviéticas, os melhores disputavam a final desse evento acrobático em Moscou, na Rússia, acontecendo a cada quatro anos (Jesus, 2010). Essa atenção demasiada na ginástica artística ocasionou supremacia da URSS nas principais disputas dessa modalidade, nos Jogos Olímpicos e Mundiais (Cervia, Nicolas, Dufraisie, Bohuon e Quin, 2017). Os jogos esportivos coletivos eram muito praticados na Rússia Soviética e depois na URSS, mas a ênfase era o voleibol que

chegou nessa nação em 1920 porque essa modalidade possui as ideias do comunismo (Marques Junior, 2019), ou seja, todos se ajudando para atingir um objetivo e ocorrendo igualdade entre os membros da equipe porque os jogadores possuem a mesma importância no time ou seleção (Guimarães e Matta, 2004) – veja <https://www.youtube.com/watch?v=iuLOW6dUYp4&fbclid=IwAR1c90B3E36q6zSI79gcO-e0ZPbpVrYVIfYvgc74Rp2SDGTebiNBu2vbA1w> ou em <https://www.youtube.com/watch?v=cFNlliMezg0&fbclid=IwAR1fgJVSHndYPFqVbby6J4AjZCS79rEeqd8koQHytS3cL44DTeDdkrDD4Qg> <https://www.youtube.com/watch?v=cFNlliMezg0&fbclid=IwAR1fgJVSHndYPFqVbby6J4AjZCS79rEeqd8koQHytS3cL44DTeDdkrDD4Qg>.

Portanto, desde cedo o jovem soviético praticava no mínimo o atletismo, a natação, o halterofilismo, a ginástica artística e os jogos esportivos coletivos, com ênfase no voleibol. Mas a URSS através do desempenho da prova, com as avaliações cineantropométricas e com outros testes (genética do atleta e dermatoglia) encaminhava o jovem atleta quando atingia a 2ª ou 3ª etapa (especialização esportiva inicial e especialização aprofundada) da preparação a longo prazo da URSS para o esporte que ele teria mais sucesso competitivo. Caso o leitor queira saber mais sobre o esporte soviético, leia Russi (2016) e veja em <https://www.youtube.com/watch?v=6YG0DKwCOSE> e em <https://www.youtube.com/watch?v=PcT96HKWMeQ> e em <https://www.youtube.com/watch?v=Ruf8Kf0S6wA>.

## **PERIODIZAÇÃO E JOGOS OLÍMPICOS**

Após a Revolução Russa de 1917 os soviéticos começaram praticar sucessivos pesquisas sobre a periodização esportiva com o intuito de aperfeiçoar esse conteúdo dos

gregos (Gomes, 2009; Oliveira, 2008). Essa nação elaborou diversas concepções de periodização com o intuito de maximizar o desempenho esportivo dos seus atletas (Bompa, 2002). O que chamou atenção dos soviéticos em relação a periodização esportiva foi que muitos idealizadores tinham sido atletas e atingiam no mínimo nos seus estudos o título de Mestre e/ou Doutor. Portanto, ocorria a união entre teoria e prática.

O russo Nikolay Ozolin apresentou a sua periodização pioneira em 1949 no livro *Treinamento de Atletismo* (Marques Junior, 2020). Esse pesquisador foi atleta do salto com vara da seleção soviética com medalha de prata no europeu de 1946, nos seus estudos universitários atingiu o título de Doutor e entre 1954 a 1962 foi chefe do Instituto de Pesquisa da Rússia de Esporte e Educação Física, mais detalhes veja em <http://press.sportedu.ru/en/item/department-athletics-rsupesyt-was-named-after-nickolay-ozolin> ou em <https://peoplepill.com/people/nikolay-ozolin/>. Outra curiosidade sobre Ozolin, segundo o Prof. Dr. Antônio Carlos Gomes - veja em sua live (veja em <https://www.youtube.com/watch?v=RdZifZgSs-M>), esse cientista russo foi professor de Lev Matveev. Talvez seja o motivo do desenho esquemático de Ozolin ser tão parecido com o de Matveev, detalhes sobre o desenho esquemático veja em Marques Junior (2020c). O russo Vorobiev criou em 1974 uma periodização tradicional, chamada de periodização do sistema de altas cargas para o halterofilismo (Marques Junior, 2020). Vorobiev foi campeão olímpico de halterofilismo em 56 e 60 e se tornou Doutor em Fisiologia em 1962 (Corzo, 2013). Ele contribuiu cientificamente com o halterofilismo porque escreveu diversos livros e artigos, isso proporcionou diversas vitórias para essa nação em Jogos Olímpicos.

O russo Verkhoshanski apresentou a sua periodização contemporânea em 1979, denominada de periodização em bloco (Marques Junior, 2017). Verkhoshanski foi saltador com vara, se tornou Doutor em Ciências Pedagógicas em Treinamento

Esportivo e veio comandar o Laboratório Científico de Treinamento de Programação e Fisiologia da Capacidade de Trabalho Desportivo em Moscou na Rússia, mais detalhes veja no site desse cientista que faleceu em 2010 em <http://www.verkhoshansky.com/>. Similar aos três pesquisadores russos, ocorreu o mesmo com o ucraniano Bondarchuk. Esse estudioso foi campeão olímpico em 1972 no lançamento do martelo e veio elaborar uma periodização contemporânea em 1984, denominada de periodização individualizada indicada para atletas do martelo (Marques Junior, 2019c). Bondarchuk se tornou Doutor em Ciências Pedagógicas pela Universidade de Kiev e ainda foi treinador do lançamento do martelo de diversos atletas soviéticos.

A periodização mais famosa foi estruturada pelo russo Lev Pavilovch Matveev nos anos 40 e 50 e foi utilizada na Olimpíada de 1952 (Medalhas: 22 de ouro, 30 de prata, 13 de bronze e 65 no total) pela equipe soviética (Marques Junior, 2020). Essa concepção de periodização também foi usada pela URSS nos Jogos Olímpicos de 1956 (Medalhas: 37 de ouro, 29 de prata, 32 de bronze e 98 no total) e de 1960 (Medalhas: 43 de ouro, 29 de prata, 31 de bronze e 103 no total) (Mirzayev, 2018). Talvez essa periodização tenha sido aplicada na equipe soviética na Olimpíada de 1964 (Medalhas: 30 de ouro, 31 de prata, 35 de bronze e 96 no total) e de 1968 (Medalhas: 29 de ouro, 32 de prata, 30 de bronze e 91 no total). Talvez o longo uso de uma concepção de periodização, a de Matveev, tenha causado estagnação da equipe soviética nos Jogos Olímpicos de 64 e 68 porque o número de medalhas reduziu quando comparado ao dos anos de 52 a 60, isso já foi evidenciado na literatura (Marques Junior, 2009). Valores similares ocorreram na colocação dos soviéticos na Olimpíada de 1952 a 1968 através da consulta em [https://pt.wikipedia.org/wiki/Quadro\\_de\\_medalhas\\_dos\\_Jogos\\_Ol%C3%ADmpicos\\_de\\_Ver%C3%A3o\\_de\\_1952](https://pt.wikipedia.org/wiki/Quadro_de_medalhas_dos_Jogos_Ol%C3%ADmpicos_de_Ver%C3%A3o_de_1952), veja na tabela 3 adiante. Após esses resultados não favoráveis, os soviéticos elaboraram em 1971 a periodização pendular de Arosiev e Kalinin, em 1974 a periodização do sistema de altas cargas de Vorobiev e em 1979 a

periodização em bloco de Verkhoshanski. Em seguida, eles atingiram a primeira colocação na Olimpíada de 1972 (Medalhas: 50 de ouro, 27 de prata, 22 de bronze e 99 no total) e de 1976 (Medalhas: 49 de ouro, 41 de prata, 35 de bronze e 125 no total) e conquistaram mais medalhas do que os Jogos Olímpicos de 1968.

Apesar do boicote estadunidense na Olimpíada de 1980 – veja as imagens em <https://www.net-film.ru/en/film-13679/>, nesses Jogos Olímpicos ocorreu algo interessante, a periodização em bloco de Verkhoshanski foi usada para preparar alguns atletas soviéticos para essa disputa (Verkhoshanski, 1999). Outro acontecimento importante nessa Olimpíada foi do nadador Vladimir Salnikov, venceu os 1500 metros abaixo de 15 minutos com recorde mundial e estabeleceu o recorde olímpico nos 400 metros. Para vencer novamente os 1500 metros nos Jogos Olímpicos de 1988, o técnico Igor Koshkin continuou a utilizar a mesma periodização em bloco de 1980 (Issurin, 2010). Salnikov praticou a periodização em bloco de 10 semanas, dividida em cinco macrociclos (Maglischo, 1999). O nadador soviético iniciou o trabalho com o macrociclo de velocidade e técnica com uma a duas semanas, em seguida ocorreu o macrociclo de força com três a quatro semanas, depois o macrociclo de resistência

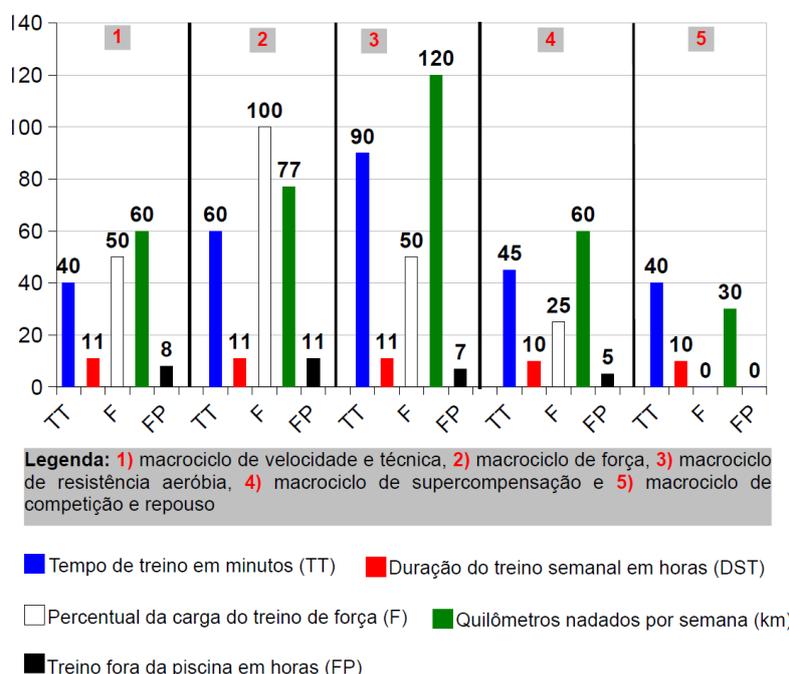


Figura 3. Periodização em bloco de 10 semanas de Salnikov campeão olímpico dos 1500 metros em 1980 e 1988 (Maglischo, 1999; Zatsiorsky, 1999).

aeróbia por cinco e seis semanas, o quarto macrociclo foi o de supercompensação por sete a oito semanas e por último, o macrociclo de competição e repouso por nove a dez semanas (Maglischo, 1999; Zatsiorsky, 1999). O resumo do treinamento periodizado é exposto na figura 3.

Após o boicote soviético na Olimpíada de 1984, ocorreu o confronto entre URSS e EUA na Olimpíada de 1988. Antes desses Jogos Olímpicos, no ano de 1985, os russos Issurin e Kaverin elaboraram a periodização em bloco ATR para o canoa e caiaque (Padilla, 2017). A periodização em bloco ATR proporcionou para a equipe soviética de canoa e caiaque três medalhas de ouro e três de prata na Olimpíada de 1988 (Issurin, 2010b). Posteriormente essa concepção de periodização passou a ser utilizada em outros esportes. Nessa Olimpíada de 1988 a URSS conquistou 140 medalhas (Medalhas: 59 de ouro, 31 de prata, 50 de bronze e 140 no total), valores superiores aos outros Jogos (52, 56, 60, 64, 68, 72 e 76), somente inferior ao da Olimpíada de 1980 quando ocorreu o boicote dos Estados Unidos da América (EUA) (Medalhas: 80 de ouro, 69 de prata, 46 de bronze e 195 no total). Talvez os diversos tipos de periodização elaboradas a partir de 1971 proporcionaram um aumento na conquista de medalhas olímpicas em 1988 para a URSS.

A tabela 3 apresenta a colocação da URSS nos Jogos Olímpicos de 1952 a 1988 que foi extraído de [https://pt.wikipedia.org/wiki/Quadro\\_de\\_medalhas\\_dos\\_Jogos\\_Ol%C3%ADmpicos\\_de\\_Ver%C3%A3o\\_de\\_1952](https://pt.wikipedia.org/wiki/Quadro_de_medalhas_dos_Jogos_Ol%C3%ADmpicos_de_Ver%C3%A3o_de_1952).

Tabela 3. Colocação da URSS nos Jogos Olímpicos de 1952 a 1988.

JO de 52	JO de 56	JO de 60	JO de 64	JO de 68	JO de 72	JO de 76	JO de 80	JO de 88
1º EUA	1º URSS	1º URSS	1º EUA	1º EUA	1º URSS	1º URSS	1º URSS	1º URSS

**Periodicidad Semestral**

2° URSS	2° EUA	2° EUA	2° URSS	2° URSS	2° EUA	2° Alemanha Oriental	2° Alemanha Oriental	2° Alemanha Oriental
3° Hungria	3° Austrália	3° Itália	3° Japão	3° Japão	3° Alemanha Oriental	3° EUA	3° Bulgária	3° EUA
4° Suécia	4° Hungria	4° Alemanha Unificada	4° Alemanha Unificada	4° Hungria	4° Alemanha Ocidental	4° Alemanha Ocidental	4° Cuba	4° Coréia do Sul
5° Itália	5° Itália	5° Austrália	5° Itália	5° Alemanha Oriental	5° Japão	5° Japão	5° Itália	5° Alemanha Ocidental

Essa dedicação da URSS com o esporte culminou com a conquista de mais medalhas olímpicas do que os EUA, detalhes o leitor pode ver em Quijada e Molkova (2018). A URSS conquistou mais medalhas olímpicas na ginástica artística (160 medalhas), no atletismo (152 medalhas), no halterofilismo (54 medalhas) (Quijada e Molkova, 2018) que eram os esportes bases dessa nação. Nos jogos esportivos coletivos, o maior número de medalhas obtidas foi no voleibol e no basquetebol, ambos com 10 medalhas. Lembrando, o voleibol era o esporte base da URSS. Na União Soviética a atenção com o preparo bélico era grande, isso culminou com a conquista de muitas medalhas olímpicas nos esportes que estavam relacionadas com essa prática, nesse caso foram as lutas (luta greco romana com 52 medalhas, luta livre 47, boxe 43 medalhas e esgrima 41 medalhas) e o tiro ao alvo (44 medalhas). A figura 4 apresenta as medalhas olímpicas da URS.

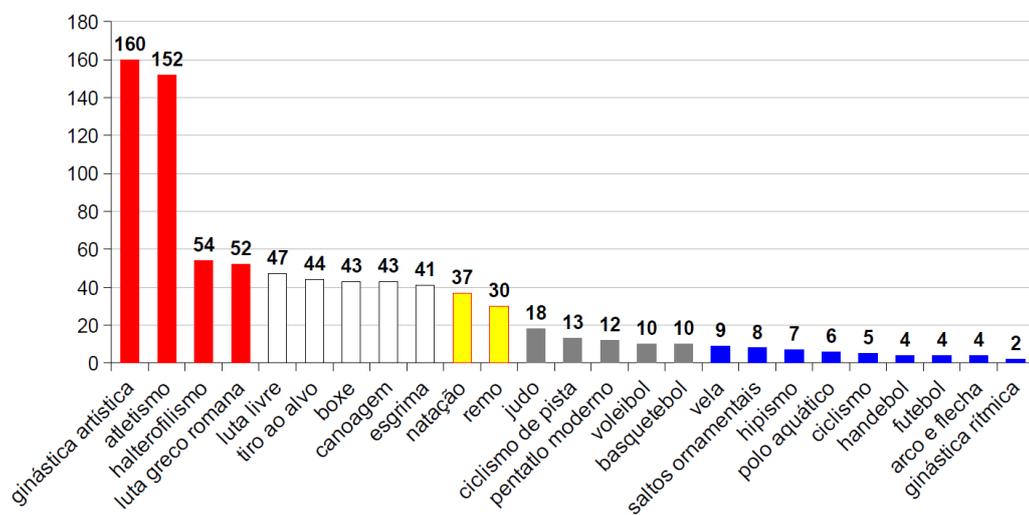


Figura 4. Medalhas olímpicas da URSS.

## CONCLUSÕES

A URSS contribuiu muito para o esporte de alto rendimento cientificamente e mostrou isso na prática conquistando diversas medalhas olímpicas. Um dos conteúdos que causou grande impacto no esporte competitivo foi a elaboração de diversas concepções de periodização onde surgiram vários pesquisadores importantes do treinamento esportivo (Ozolin, Arosiev e Kalinin, Platonov e Fesenko, Verkhoshanski, Issurin e Kaverin e outros), um deles se tornou o pai do treinamento esportivo e da periodização moderna, sendo Lev Pavilovch Matveev. Em conclusão, a União Soviética foi muito importante para a evolução do esporte competitivo.

## REFRÊNCIAS

- Barbanti, V. (2001). *Treinamento físico: bases científicas*. 3ª ed. CLR Balieiro: São Paulo.
- Barbanti, V., Tricoli, V., e Ugrinowitsch, C. (2004). Relevância do conhecimento científico na prática do treinamento físico. *Revista Paulista de Educação Física*, 18(especial), 101-109.
- Bompa, T. (2002). *Periodização: teoria e metodologia do treinamento*. 4ª ed. São Paulo: Phorte.
- Bourne, N. (2008). *Fast science: a history of training theory and methods for elite runners through 1975*. Doctor of Philosophy, University of Texas at Austin.
- Bulgakova, N. (2000). *Natação: seleção de talentos e treinamento a longo prazo*. Rio de Janeiro: GPS.
- Córdoba, P., e Contreras, O. (2015). Historia de la psicología del deporte. *Apuntes de Psicología*, 33(1), 39-46.

Cervia, G., Nicolas, C., Dufraisse, S., Bohuon, A., e Quin, G. (2017). Gymnastics centre of gravity: the Fédération Internationale de Gymnastique, its governance and the cold war, 1956-1976. *Sport in History*, 37(3), 309-331.

Corzo, A. (2013). Arkady Nikitich Vorobyov, uno de los patriarca de levantamiento de pesas en el mundo y uno de los fundadores del sistema ruso para el desarrollo de la fuerza muscular. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 17(178), 1-5.

Dantas, E. (1995). *A prática da preparação física*. 3ª ed. Rio de Janeiro: Shape.

Del Vecchio, F., e Gonçalves, A. (2010). Dermatoglifos como indicadores biológicos del rendimiento deportivo. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 3(4), 44-52.

Dintiman, G., Ward, B., e Tellez, T. (1999). *Velocidade nos esportes*. 2ª ed. São Paulo: Manole.

Filin, V., e Volkov, V. (1998). *Seleção de talentos nos desportos*. Londrina: Midiograf.  
Fomitchenko, T., e Gomes, A. (1999). Seleção de talentos nos esportes: organização e metodologia. In: Silva, F. (Org.). *Treinamento desportivo: atualidades e perspectivas* (p. 61-88). João Pessoa: UFPB.

Garhammer, J., e Takano, B. (1992). Training for weightlifting. In: Komi, P. (Editor). *Strength and power in sport* (p. 357-369). Oxford: Blackwell.

Gil, J. (2009). La cultura física en la URSS. *El Catoblepos: Revista Crítica del Presentes*, -(86), 1-10.

Gomes, A. (2009). *Treinamento desportivo: estruturação e periodização*. 2ª ed. Porto Alegre: Artmed.

Guimarães, G., e Matta, P. (2004). Uma história comentada da transformação do voleibol: do jogo ao desporto espetáculo. *Revista de Educação Física*, -(128), 79-88.

Ibarrola, D. (2018). Reflexiones acerca del deporte soviético: de la revolución a la adaptación a occidente. *Lúdicamente: Juego, Institucionalidad y Libertad*, 7(14), 1-17.

Issurin, V. (2010). Block periodization: scientific concept and implementation. *Rowing Coches Clinic*. October 15, Slide da Aula.

Issurin, V. (2010b). New horizons for the methodology and physiology of training periodization. *Sports Medicine*, 40(3), 189-206.

Jesus, D. (2010). Foices e martelos no olimpo: a política esportiva da União Soviética e as relações com o mundo capitalista. *Recorde: Revista de História do Esporte*, 3(2), 1-28.

Maglischo, E. (1999). *Nadando ainda mais rápido*. São Paulo: Manole.

Marques Junior, N. (2009). O efeito da periodização em um atleta do voleibol na areia – 1999 a 2008. *Movimento e Percepção*, 10(5), 54-94.

Marques Junior, N. (2017). A revolução russa e o desenvolvimento da periodização esportiva na União Soviética. *Revista Inclusiones*, 4(especial), 110-127.

Marques Junior, N. (2018). Efeito de dois tipos de treinamento de força reativa (na água e na areia) no salto vertical: uma revisão sistemática e meta-análise. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 5(3), 640-654.

Marques Junior, N. (2019). Benefícios da revolução russa. *Germinal: Marxismo e Educação em Debate*, 11(1), 210-221.

Marques Junior, N. (2019b). Treino de força da antiga União Soviética. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 5(2), 832-841.

Marques Junior, N. (2019c). Individualized periodization of Bondarchuk. *Olimpia*, 16(57), 66-73.

Marques Junior, N. (2020). Breve história sobre a evolução da periodização esportiva. *Revista Edu-física.com: Ciencias Aplicadas al Deporte*, 12(25), 33-50.

Marques Junior, N. (2020b). Periodização de longo estado de forma. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 7(2), 931-940.

Marques Junior, N. (2020c). Periodização do treinamento esportivo: o desenho esquemático. *Revista Edu-física.com: Ciencias Aplicadas al Deporte*, 12(26), 172-191.

Matveev, L. (1977). *Periodización del entrenamiento deportivo*. Madrid: INEF.

Matveev, L. (1991). *Fundamentos do treino desportivo*. 2ª ed. Lisboa: Horizonte.

Matveev, L. (1995). *Preparação desportiva*. São Paulo: FMU.

Matveev, L. (1997). *Treino desportivo: metodologia e planeamento*. Guarulhos: Phorte.

Melo, M., e Fernandes Filho, J. (2004). Perfi dermatoglífico, somatotípico e de composição corporal de judocas brasileiros de alto rendimento. *Fitness and Performance Journal*, 3(6), 340-349.

Melo, M., Silva, C., Pereira, R., Valle, S., e Salloto, G. (2017). Aplicabilidade da qualidade física força na modalidade de luta “sambo”. *Revista Saúde Física e Mental*, 5(2), 70-81.

Mirzayev, J. (2018). Periodization of the training process: comparative analysis of two models through the prism of modern research. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини*, -(3), 117-123.

Moskatova, A. (1997). *Fisiologia: seleção de talentos e prognóstico das capacidades motoras*. Jundiaí: Ápice.

Moskatova, A. (1998). *Aspectos genéticos e fisiológicos no esporte: seleção de talentos na infância e adolescência*. Rio de Janeiro: GPS.

Oliveira, P. (2008). *Periodização contemporânea do treinamento desportivo*. São Paulo: Phorte.

Ozolin, N. (1948). Soviet sports in 1947. *USSR Information Bulletin*, 8(1), 32.

Padilla, J. (2017). *Planificación del entrenamiento deportivo: un enfoque metodológico de la estructura clásica*. Barinas: Episteme.

Parks, J. (2009). *Red sport, red tape: the Olympic Games, the soviet sports bureaucracy, and the cold war, 1952-1980*. University of North Carolina, Doctor of Philosophy, History.

Platonov, V. (2004). *Teoria geral do treinamento desportivo olímpico*. Porto Alegre: Artmed.

Quijada, M., e Molkova, S. (2018). URSS vs. EEUU, RDA vs. RFA: guerra fría en los Juegos Olímpicos de verano (1952-1988). *Retos*, 33(-), 37-39.

Riordan, J. (1978). *Sport under communism: the USSR, Czechoslovakia, the GDR, China, Cuba*. Canberra: Australian National University Press.

Riordan, J. (1993). Rewriting soviet sports history. *Journal of Sport History*, 20(3), 247-258.

Russi, A. (2016). As políticas para o esporte nos anos iniciais da União das Repúblicas Socialistas Soviética – URSS (1917-1924). *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 20(213), 1-5.

Silva, T. (2003). *Programa de revelação de aptidões e capacidades desportivas de atletas portadores de altas habilidades no futebol brasileiro: do senso comum instintivo à metacognição intuitiva*. Dissertação de Mestrado, UCB, RJ.

Soviet Union Review (1929). *Physical culture and sports in the USSR*, 7(3), 38-39.

Storey, A., e Smith, H. (2012). Uniques aspects of competitive weightlifting: performance, training and physiology. *Sports Medicine*, 49(9), 769-790.

Tubino, M. (1993). *Metodologia científica do treinamento desportivo*. 11ª ed. São Paulo: Ibrasa.

Tubino, M. (2001). *Dimensões sociais do esporte*. 2ª ed. São Paulo: Cortez.

Tubino, M. (2006). *O que é esporte*. 2ª ed. São Paulo: Brasiliense.

Tubino, M. (2010). *Estudos brasileiros sobre o esporte: ênfase no esporte educação*. Maringá: Eduem.

Verkhoshanski, Y. (1995). *Preparação de força especial*. Rio de Janeiro: GPS.

Verkhoshanski, Y. (1996). *Força: treinamento da potência muscular*. Londrina: CID.

Verkhoshanski, Y. (1999). The skills of programming the training process. *NSA*, -(4), 45-54.

Verkhoshanski, Y. (2001). *Treinamento desportivo: teoria e metodologia*. Porto Alegre: Artmed.

Verkhoshanski, Y., & Siff, S. (2004). *Superentrenamiento*. Barcelona: Paidotribo.

Vujanovic, A. (2013). Social choreography: the “black wave” in the yugoslav slet. *Vita Performactiva*, -(-), 1-10. Disponível em: <http://www.anavujanovic.net/2015/02/social-choreography-the-black-wave-in-the-yugoslav-slet/>

Zakharov, A. (1992). *Ciência do treinamento desportivo*. Rio de Janeiro: GPS.

Zatsiorsky, V. (1999). *Ciência e prática do treinamento de força*. São Paulo: Phorte.