

Revisão Recibido: 05/01/2024 | Aceptado: 12/04/2025

Esporte da Bulgária Soviética – 1946 a 1989

Sport of the Soviet Bulgaria – 1946 to 1989

Nelson Kautzner Marques Junior, Mestre em Ciência da Motricidade Humana pela UCB. RJ.

Brasil. [kautzner123456789junior@gmail.com] 

Resumo

O objetivo da revisão foi explicar a formação da Bulgária e o período soviético dessa nação referente a política e o esporte. A introdução do artigo explicou como a Bulgária passou a fazer parte da escola socialista do treinamento esportivo. A parte 1 ensinou como essa nação foi formada, a parte 2 o artigo escreveu como era a Bulgária com o regime político soviético e a parte 3 ensinou como a Bulgária adotou o sistema esportivo soviético. Em conclusão, o estudo do esporte da Bulgária Soviética é importante para as pessoas envolvidas no alto rendimento esportivo porque é possível identificar os erros e acertos de uma nação.

Palavras Chave: treino; periodização; carga de treino; desempenho esportivo.

Abstract

The objective of the review was to explain the formation of the Bulgaria and the Soviet period of this nation referent the politics and sport. The introduction of the article explained how Bulgaria became in the socialist school of the sports training. Part 1 taught how this nation was formed, part 2 the article wrote how was the Bulgaria during the Soviet political regime, and the part 3 taught how Bulgaria adopted the Soviet sports system. In conclusion, the study of the sport about Soviet Bulgaria is



important for people involved in high-performance sports because it is possible to identify the errors and successes of a nation.

Keywords: training; periodization; load training; sports performance.

Introdução

Após a independência da Bulgária em 1878, essa monarquia esteve envolvida em quatro guerras – 1ª Guerra Balcânica (GB) em 1912 e 1913, 2ª GB em 1913, 1ª Guerra Mundial (GM) em 1914 e 1918 e 2ª GM em 1939 a 1945. Na 2ª GM, o Reino da Bulgária lutou ao lado do Eixo (Marques Junior, 2024a), em 5 de setembro de 1944, a União das Repúblicas Socialistas Soviéticas (URSS) declarou guerra ao Reino da Bulgária, durante os combates os búlgaros foram facilmente derrotados pelos soviéticos essa nação ficou ocupada militarmente até o fim da 2ª GM pelas tropas da URSS (Marques Junior, 2024b). Em julho a agosto de 1945, foi realizada a Conferência de Potsdam na Alemanha pelos vencedores da 2ª GM (Reino Unido, EUA e URSS), sendo decidido que a Bulgária e outras nações do leste europeu, ficariam sob o domínio da URSS. Em 8 de setembro de 1946, na Bulgária, foi decidido por um referendun que essa nação adotaria o regime político da URSS, sendo uma ditadura com um capitalismo estatal (Marques Junior, 2024b). Durante esse referendun a Bulgária estava ocupada militarmente pela URSS, na realidade a nação foi obrigada aceitar as determinações da URSS (Georgiev, 2016). Então, em 1946 o Reino da Bulgária deixou de ser monarquia e se tornou República Popular da Bulgária.

Apesar da escola socialista do treinamento esportivo ser formada após a 2ª GM, existem poucos escritos sobre essa escola (Marques Junior, 2022; Tubino, 1993). O esporte da Bulgária no período soviético, que foi de 1946 a 1989 (por 43 anos), momento que ocorreu a adoção do regime político soviético e também aconteceu uma implantação do sistema esportivo da URSS é pouco encontrado na



América Latina. Portanto, torna relevante um artigo científico sobre esse tema. É sabido que a formação de um país e como é conduzido politicamente uma nação causa influência na prática esportiva desse povo, nesse estudo é sobre a Bulgária. Então, o objetivo da revisão foi explicar a formação da Bulgária e o período soviético dessa nação referente a política e o esporte.

Desenvolvimento

Formação da Bulgária e primeiros esportes praticados

Alguns dos povos que originaram na Bulgária, são indivíduos que viviam na Trácia, sendo uma região da Europa que hoje é chamada de Balcãs (Quiroga, 2004). No século IV a VII, várias tribos eslavas migraram para os Balcãs e formaram o povo búlgaro que é a união dos eslavos com os antigos habitantes da Trácia, a partir de 681 durante Cristo foi fundado o Império da Bulgária (Fróes, 2008; Georgiev, 2016). No século XI e XII, o Império da Bulgária foi conquistado pelo Império Bizantino (era a continuação do Império Romano durante a Antiguidade Tardia a Idade Média), mas por causa das frequentes revoltas dos búlgaros ocorreu um enfraquecimento militar dos bizantinos (Quiroga, 2004). Essa perda da força militar do Império Bizantino desencadeou em 1396 na derrota militar para o Império Turco Otomano (Georgiev, 2016). Após esse acontecimento a monarquia decadente da Bulgária passou a ser comandada pelo Império Turco Otomano, isso ocorreu por aproximadamente 500 anos (Drozina, 2004).

Baseado no Sokol dos tchecos que foi criado em 1862 na cidade de Praga, os búlgaros elaboraram a Yunak União de Ginástica com o intuito de desenvolver o nacionalismo e consciência política da nação, preparando o corpo da população para ficar mais forte com o intuito de melhorar a saúde e ficar pronta para guerra porque a Bulgária nesse momento estava dominada pelo Império Turco Otomano (Ozçakir, 2019). Através dos clubes da Yunak União de Ginástica que o esporte na



monarquia da Bulgária começou a ser desenvolvido (Solakov, 2010), mas a data certa que a Yunak foi criada não é sabido, mas foi um importante movimento que ajudou na independência de 1878 da Bulgária (Daynova, 2017). A Yunak União de Ginástica foi apresentada para o povo búlgaro através de uma ginástica de massa coreografada que tinha de ginástica artística e ginástica rítmica e sendo acompanhado de dança e música folclórica. Durante essa apresentação acontecia uma disputa entre os búlgaros, os melhores eram classificados para o evento internacional pan-eslavo que costumava ter a presença dos tchecos que foram os fundadores desse movimento, pelos habitantes do Império Russo, pelos integrantes do Reino da Polônia, por algumas monarquias que deram origem a Iugoslávia (sérvios, croatas e eslovenos) e por outras nações eslavas (Marques Junior, 2022). Tchecos, poloneses, russos e iugoslavos utilizavam o nome Sokol nos seus países e para a disputa internacional que também tinha presença dos búlgaros. Além dessa atividade, a Yunak fazia preparo militar dos seus integrantes pelo ensino e aperfeiçoamento de lutas, da esgrima, do tiro, da natação, de montar a cavalo e pelos jogos esportivos coletivos (Daynova, 2017; Ozçakir, 2019; Radoev, 2017). O objetivo desse treino militar era proporcionar a independência dos búlgaros que eram dominados pelo Império Turco Otomano.

Em abril de 1876, os búlgaros tentaram se libertar do domínio do Império Turco Otomano, mas esse povo foi fortemente reprimido, resultando em 12 mil mortes (Melo, 2018). Em 1877, o Império Russo ajudou o povo da Bulgária na guerra contra o Império Turco Otomano, vindo ocorrer a vitória da Bulgária em 1878 e conseqüentemente foi proclamada a independência dessa nação que instalou uma monarquia constitucional (Fróes, 2008; Georgiev, 2016). Durante esses combates de 1877 e 1878 os búlgaros e russos usaram a bandeira da Rússia. Após a guerra da independência de 1878, a Bulgária adotou uma bandeira tricolor com listras na horizontal, tendo o branco e o vermelho por causa da bandeira do Império da Rússia e foi incluído o verde em homenagem ao desenvolvimento agrícola



dessa nação. Em 1879, a monarquia do Principado da Bulgária determinou que Sófia seria a capital dessa nação (Quiroga, 2004) e ainda nesse ano, foi elaborada a 1ª Constituição desse principado (Bernabé et al., 2019). Mesmo a Bulgária tendo atingido a independência em 1878, no Congresso de Berlim de 1878 essa nação foi reconhecida como principado e juridicamente o Principado da Bulgária sofria um pequeno domínio do Império Turco Otomano (Orgiler, 2017; Quiroga, 2004). Então em 1908, a Bulgária se tornou completamente independente dos turcos otomanos, elevou a importância do seu Estado, passou de principado para reino, tornado Reino da Bulgária, durou até 1946 (Bernabé et al., 2019; Melo, 2020). Lembrando, durante o principado e no reino dessa nação, o Yunak União de Ginástica continuou a ser praticado pelo povo búlgaro (Daynova, 2017; Solakov, 2010).

Outro esporte que foi muito praticado na Bulgária era o futebol, sendo a modalidade mais popular quando essa nação era monarquia, durante o período soviético – ver adiante e continua sendo atualmente (Borisov, 2014). Mesmo quando o Império Turco Otomano dominava a Bulgária o futebol era muito praticado por essa nação, isso também ocorreu na 1ª e na 2ª GM (Becic e Antic, 2015). Nos Bálcãs a maior rivalidade no futebol era entre os times e seleções da Bulgária e da Iugoslávia quando essas nações ainda eram monarquias. Nos anos de 1926 a 1939, o Reino da Bulgária e Iugoslávia efetuaram várias partidas de futebol tendo mais sucesso nos confrontos o futebol iugoslavo (Becic e Antic, 2015).

A 1ª Guerra Balcânica ocorreu em 1912 e 1913 entre a Liga Balcânica (composta pela Bulgária, Sérvia, Montenegro e Grécia) versus o Império Turco Otomano (Hall, 2014). Após a batalha os turcos otomanos foram derrotados e tiveram que deixar imediatamente esse território. Depois desses combates os vencedores dividiram as regiões que foram ocupadas pelo Império Turco Otomano, mas a Bulgária recebeu menos terras, então os búlgaros declararam guerra a Liga Balcânica (composta pela Sérvia, Montenegro e Grécia) que teve como aliado o Reino da Romênia e o Império Turco Otomano (Melo,



2018). Esse ocorrido em 1913 foi a 2ª Guerra Balcânica, a Bulgária perdeu os combates e teve que ficar com menos território. A 1ª GM ocorreu de 1914 a 1918, os combates foram entre a Tríplice Entente versus a Tríplice Aliança. Em 1918 a 1ª GM terminou com a vitória para a Tríplice Entente e aliados, os derrotados da Tríplice Aliança sofreram diversas punições, uma delas foi a perda de território, isso aconteceu com o Reino da Bulgária. O Reino da Bulgária foi punido pelo Tratado de Neuilly, tendo que ceder vários territórios para o Reino da Grécia que lutou pela Tríplice Entente (Agostino e Silva, 2015). A participação do Reino da Bulgária na 2ª GM já foi explicada na introdução do artigo.

Os Jogos Olímpicos de 1896, de 1924 e de 1928 a monarquia da Bulgária teve uma fracassada participação nesse evento, não conquistou nenhuma medalha. Em 1936, nos Jogos Olímpicos sediados pela Alemanha nazista, o Reino da Bulgária teve um baixo desempenho olímpico, não conquistou nenhuma medalha. Então, os búlgaros continuaram com péssima participação na Olimpíada. Um dos motivos desse baixo desempenho olímpico dos búlgaros era uma prática esportiva deficiente nos clubes e nas escolas dessa monarquia (Schenk, 2023). Os integrantes da equipe olímpica búlgara notaram isso quando estiveram na Alemanha nazista durante a Olimpíada de 1936, porque eles observaram que os alemães davam muita atenção à educação física escolar e ainda tinham uma organização esportiva de excelência para formar atletas de elite. Por exemplo, nas escolas elaboradas por Hitler, a Juventude Hitlerista para o gênero masculino e a Liga das Meninas Alemãs, a educação física e o esporte eram uma das principais atividades para esses jovens (Marques Junior, 2024a). Então em 1937, no Reino da Bulgária, começou a ser organizada a educação física nessa monarquia para propiciar melhor saúde do búlgaro e formar atletas de alto nível (Schenk, 2023). Apesar desses esforços, o Reino da Bulgária só conseguiu realmente desenvolver o esporte e a educação física quando se tornou em 1946 na República Popular da Bulgária.

Formação da Bulgária Soviética



Em 1946, a República Popular da Bulgária adotou o regime político da URSS e elaborou um novo brasão de armas, com a estrela vermelha que representa o comunismo, com a espiga de milho que simboliza os camponeses e no centro com um leão, esse símbolo foi inserido na bandeira dessa nação (Bernabé et al., 2019). No período de 1946 e 1947 a Bulgária utilizou o presidente provisório Vasil Kolarov que era supervisionado por Georgi Dimitrov que foi treinado pelos soviéticos para aplicar a mesma ditadura stalinista nessa nação (Kortzanov, 2012). Visando proporcionar repressão similar ao que acontecia na URSS, em 1947 os integrantes da polícia política da Bulgária que tinha o nome de Serviço de Segurança Estatal (SSE), fizeram treinamento com os membros da KGB para vigiar cada passo do cidadão búlgaro (Bachvarova, 2018). A SSE foi fundada durante a 1ª GM, mas quando ela teve treinamento com os soviéticos, ela atuava prendendo e/ou sumindo com os opositores do governo búlgaro. Outra maneira de controlar o povo búlgaro naquela ditadura era através da imprensa (jornal, rádio e televisão), principalmente pelos programas da televisão da Bulgária e do bloco soviético, tendo predomínio da URSS (filme, comédia, desenho etc), nos telejornais eram transmitidas as maravilhas do socialismo e as mazelas do capitalismo (Ibroscheva e Stover, 2017).

Em 7 de novembro de 1947 foi estabelecida a nova constituição da Bulgária e o presidente provisório Vasil Kolarov saiu do poder e em seu lugar entrou outro ditador na presidência, Georgi Dimitrov, que governou esse país de 1948 a 1949, vindo falecer em 2 de julho de 1949 (Kortzanov, 2012; Marinova, 2020). Imediatamente o antigo presidente provisório Vasil Kolarov assumiu o poder no ano de 1949 por alguns meses. No governo de Georgi Dimitrov foi estabelecido pela constituição de 1947 que as mulheres búlgaras tinham os direitos iguais ao dos homens (Ghodsee, 2014), mas a Bulgária tinha uma economia frágil sob o comando de Georgi Dimitrov, para ela evoluir economicamente dependia de constante ajuda financeira da URSS (Paraskevov, 2012). Porém, Vasil Kolarov que estava alguns meses na presidência (foi em 1949) transferiu o poder para Vulko



Chervenkov que foi presidente de 1949 a 1954 (Nikova, 2009). Vulko Chervenkov tinha o apelido de pequeno Stalin, o seu governo foi de forte repressão tendo muita violência da polícia búlgara, pelo SSE. Mas sob o seu comando a Bulgária conquistou significativa industrialização e aumentou considerável a produtividade agrícola (Kortzanov, 2012). Vulko Chervenkov também proporcionou desenvolvimento da literatura búlgara e nas artes da sua nação – artes plásticas, pintura, teatro etc (Tagareva, 2018).

Terminado o mandato de Vulko Chervenkov em 1954, entrou outro ditador na presidência, sendo Todor Zhivkov, que governou a Bulgária por 35 anos (1954 a 1989). No seu governo a polícia do SSE continuou forte repressão na população búlgara (Bachvarova, 2018) e resolveu expulsar a maioria dos descendentes de turco da Bulgária para o país ficar mais eslavo (Rossi, 2010). Porém, no meio dos anos 80, a economia búlgara estava em crise e o ditador Todor Zhivkov teve que pedir ajuda financeira para a URSS para ele continuar a permanecer no cargo (Kortzanov, 2012). Apesar desses problemas, mesmo sob a “mão de ferro” de Todor Zhivkov ocorreu significativo aumento da escolaridade do povo búlgaro (Nikova, 2009).

A partir de 1947 na Bulgária foi estatizada a maioria das indústrias e dos bancos (Gomes, 2017), no campo isso foi mais lento porque 80% da população trabalhava na agricultura (Secco, 2008), iniciando a estatização da terra em 1946 e tornando quase tudo do Estado em 1959 (Bachev, 2008; Brossier e Petit, 1975). A coletivização rural era o nome dado a estatização da terra onde os agricultores trabalhavam na terra do Estado e recebiam uma determinada remuneração do governo búlgaro (Turnock, 1996). Essa industrialização acentuada da Bulgária ocasionou mais empregos para as indústrias. No período de 1948 a 1958 o crescimento ao ano da indústria búlgara foi de 16% e da agricultura foi de apenas 2,4% (Gomes, 2017). Todo esse processo de industrialização da Bulgária foi copiado ao da URSS (Jackson, 1991). O avanço industrial da Bulgária permitiu a maioria da população



de ter carro (Rocha e Vieira, 2016), de possuir máquina de lavar e geladeira (Izquierdo, 1982). Porém, apesar do número elevado das indústrias búlgaras serem do Estado e de ser difícil dos produtos do mundo capitalista entrarem nos países da “cortina de ferro”, no ano de 1965 uma fábrica da Coca-Cola foi instalada na Bulgária, onde obteve aprovação dos búlgaros porque passou a ser muito consumida (Shkodrova, 2018).

A maioria dos países do bloco soviético as mulheres tiveram emancipação. Na constituição búlgara de 1947 foi estabelecido que as mulheres da Bulgária tinham direitos iguais aos dos homens (Ghodsee, 2014). Esse acontecimento impulsionou a mulher búlgara em realizar profissões consideradas masculinas – militar, dirigir trator na agricultura, atuar na política e outras (Popova, 2015). Isso também aconteceu no esporte, modalidades consideradas masculinas a mulher búlgara passou a praticar e competir no esporte de alto rendimento (Tubino, 1993). A partir de 1956 a mulher representava 42% da economia ativa da Bulgária Soviética (Prochazka, 1962) e em 1989 84,7% das búlgaras trabalhavam fora de casa (Ghodsee, 2004). A mulher búlgara teve outra conquista, aumentou a presença feminina nas universidades búlgaras e nas instituições do bloco soviético (Marques Junior, 2024b). Portanto, o país passou a ter uma mulher no mercado de trabalho mais qualificada. Alguns benefícios oferecidos para a mulher búlgara foram copiados ao que aconteceu após a Revolução Russa de 1917. Em caso de gravidez a mulher búlgara tinha licença maternidade remunerada (Ghodsee, 2014) e o acesso à creche era custeado pelo Estado ou os parentes que ficassem com a criança quando a mulher trabalhava fora recebiam uma remuneração (Ghodsee, 2004). Ainda o Estado búlgaro determinou que a mulher poderia se aposentar cinco anos antes dos homens porque ela costumava ter dupla jornada de trabalho, no lar para cuidar da família e fora de casa no seu emprego (Smollett, 1989). Caso a mulher búlgara tivesse cinco filhos ela podia se aposentar com 40 a 45 anos, ou seja, o país estimulava a natalidade (Izquierdo, 1982).



A Bulgária Soviética copiou o sistema educacional da URSS, só existia ensino público de qualidade para toda a população de qualquer faixa etária, da creche até a universidade (Georgeoff, 1978). No ensino superior o indivíduo realizava alguns trabalhos para o Estado búlgaro referente ao que estava estudando como pagamento ao ensino “gratuito” e também servia como estágio para depois de formado ser efetivado como funcionário estatal (Georgeoff, 1978). A Bulgária Soviética incentivava do búlgaro atingir a pós-graduação da universidade porque quanto mais qualificada a população em estudo o país conseguia um melhor profissional para trabalhar no Estado (Boutzev, 1975). Quando na escola o professor identificava que o jovem tinha vocação para uma determinada profissão, esse educando era estimulado na escola a melhorar cada vez mais essa aptidão com o intuito de ser encaminhado pelo Estado búlgaro para estudar na universidade conforme o seu talento e depois trabalhar para o país naquela profissão que ele tinha aptidão (Georgeoff, 1978). O mesmo ocorria no esporte (Tubino, 1993). A ditadura imposta na Bulgária Soviética afetava a educação em todas as idades, o estudante só tinha acesso à literatura búlgara e do bloco soviético, isso limitava um pouco o conteúdo dessa nação principalmente porque a Bulgária sofria um processo cultural de sovietação, ou seja, as obras estrangeiras eram predominantes da URSS (Borelli, 1983; Welsh, 1967). Apesar desse problema, os alunos costumavam ter aulas bilíngues de turco e búlgaro, sendo ministrada aula como primeira língua conforme o domínio da nacionalidade daquela escola ou universidade, aos poucos isso foi acabando, predominando o búlgaro nas instituições de ensino (Eminov, 1989). Talvez isso tenha ocorrido, extinção do turco nas escolas, porque o presidente ditador Todor Zhivkov (governou por 35 anos, de 1954 a 1989) resolveu expulsar os descendentes de turco da Bulgária para a nação ficar mais eslava (Rossi, 2012).

Na URSS a saúde pública era de alta qualidade e para toda a população, isso começou após a Revolução Russa de 1917. Então, o governo búlgaro copiou esse benefício dos soviéticos, vindo



fornecer médico gratuito de excelência para todo o povo da Bulgária (Brod, 1984). Os países do bloco soviético costumavam fornecer para o povo moradia gratuita e/ou de baixo custo financeiro. Porém, isso não foi identificado na literatura científica sobre a Bulgária. Nas cidades búlgaras que não eram históricas o projeto do governo foi de formar uma “Nova Bulgária” e ele construiu conjuntos habitacionais com a arquitetura do realismo socialista utilizado na URSS e depois o país passou a usar o brutalismo (Georgiev, 2016; Kortzanov, 2012). Nesses prédios existia uma padronização das edificações e a maioria dos empreendimentos dispunha de quadra de esportes, praças de lazer e pequenos comércios ao redor.

O regime político soviético na Bulgária durou até 1989, e a partir de 1990 a Bulgária adotou uma democracia burguesa capitalista neoliberal, vindo piorar muito a qualidade de vida da população (Marques Junior, 2024b).

Desenvolvimento esportivo da Bulgária Soviética

Em 1946, a República Popular da Bulgária adotou o sistema esportivo da URSS, oferecendo o esporte e a atividade física para toda a população gratuitamente e dando atenção a todas as modalidades (Pop, 2017). O Estado búlgaro que comandava o esporte, a atividade física, a educação física e todo o processo de massificação esportiva no país, ou seja, tudo era centralizado no Estado (Girginov, 2009). Então, ocorreu uma sovietação do esporte desse país, uma colonização esportiva. Por exemplo, a Yunak União de Ginástica foi extinta da Bulgária, mas essa nação aderiu ao novo movimento pan-eslavo de ginástica de massa similar ao praticado anteriormente que foi idealizado pela URSS, sendo a Spartakiada (Tsonev, 2017). Em muitos países do bloco soviético a Spartakiada e os meios e métodos de treino da URSS contribuíram para o sucesso da ginástica artística, mas isso não ocorreu na Bulgária Soviética.



Na Bulgária Soviética a cultura física foi introduzido em dezembro de 1947 (Kortzanov, 2012). As ideias da cultura física foram importadas da URSS, o líder bolchevique Lênin que recomendou o uso da cultura física em 1920 para desenvolver com mais qualidade o esporte e a atividade física para o povo soviético. A cultura física visava desenvolver o homem soviético de maneira integral e de maneira harmônica através de jogos, educação física e esporte e outras atividades motrizes. A cultura física atua no esporte e na atividade física em 3 aspectos, que são os seguintes: 1º) melhorar a saúde da população com essa tarefa motriz para causar maior rendimento no trabalho, 2º) formar atletas para o esporte performance e 3º) efetuar treino militar na escola (ensino fundamental e médio) e para todo o povo com o intuito dos búlgaros defenderem o país em caso de invasão estrangeira (Marques Junior, 2024c).

Na Bulgária Soviética o treinamento e a seleção do talento esportivo eram embasados cientificamente, na Olimpíada de 1976 os atletas búlgaros conquistaram 21 medalhas olímpicas (5 de ouro, 7 de prata e 9 de bronze), quase 80% dos medalhistas búlgaros nesses Jogos Olímpicos foram cientificamente identificados como talento esportivo (Bompa, 2002). Então, o treinamento a longo prazo era norteado pela ciência esportiva, começava na infância e prosseguia em toda a idade adulta, a seleção dos talentos era efetuada por avaliações cineantropométricas e pelo desempenho do esportista na prova (Tubino, 1993). Visando um desenvolvimento esportivo multilateral, os búlgaros praticavam diversas modalidades até estabelecer o melhor esporte para aquele atleta (Ivanova, 2019). Esse desenvolvimento esportivo multilateral era norteado pela cultura física do treino militar e pelos esportes bases que preparavam o atleta para outras modalidades ou o esportista se tornava competidor daquele esporte base que ele praticava (Marques Junior, 2024c).

Então, na Bulgária Soviética foram estabelecidas 6 modalidades como esportes bases e baseada na cultura física do treino militar (Girginov, 2009; Marques Junior, 2022; Stanev, 2017). A natação e o



atletismo são essências durante o combate militar (correr, pular e nadar) e preparam o atleta para outras modalidades no meio que são praticados, na água ou na terra. O voleibol a dinâmica do jogo desenvolve o companheirismo porque nas jogadas todos se ajudam em busca de um objetivo, esse trabalho coletivo é importante para qualquer esporte e ainda ajuda o indivíduo no momento da guerra que requer ações em conjunto durante o combate. A ginástica artística foi uma modalidade muito praticada pelos búlgaros quando a nação era uma monarquia pela Yunak União de Ginástica e depois passou ser exercitada na Spartakiada, sendo um esporte muito popular no país e ainda prepara o atleta para outras modalidades com movimentos acrobáticos (saltos ornamentais, ginástica rítmica, nado sincronizado, salto com vara, etc) e é útil para o militar durante determinadas ações no combate (rolamento, rastejar, subir e descer corda com os membros superiores e outros movimentos). A luta (*wrestling*) e o halterofilismo foram as duas modalidades mais vitoriosas da Bulgária Soviética nos Jogos Olímpicos, nos anos 60 a luta foi considerada esporte nacional por ser muito popular no país e o halterofilismo foi estabelecido que os búlgaros tinham talento para essa modalidade (Stanev, 2017). Como esporte base a luta e o halterofilismo deixam o corpo forte para outras modalidades e para o militar é fundamental saber lutar e desenvolver força pelo halterofilismo.

Na Bulgária Soviética, várias modalidades úteis no treino militar pela cultura física e que se tornaram esportes bases, tiveram mais atenção em determinados anos pelo governo búlgaro para ocorrer maior desenvolvimento dessas modalidades, sendo exposto na tabela 1 (Girginov, 2009; Stanev, 2017). As modalidades escritas em vermelho na tabela 1 são os esportes da Bulgária Soviética que se tornaram esportes bases e pertenceram os esportes que eram exercitados pela cultura física através do treino militar.

Ano	Esportes
-----	----------



1949	boxe, luta, atletismo, ciclismo, ginástica artística, futebol, voleibol, basquetebol, tiro e hipismo
1958	luta, futebol, voleibol, basquetebol, tênis de mesa e xadrez
1969	luta, halterofilismo, atletismo, ginástica artística e natação
1988	boxe, luta, halterofilismo, remo, atletismo, ginástica artística, ginástica rítmica desportiva e natação

Tabela 1. Prioridade para o desenvolvimento esportivo conforme o ano.

Os estudos científicos de maior destaque dos países da escola socialista do treinamento esportivo foram sobre carga de treino e a periodização (Marques Junior, 2022). A Bulgária Soviética se destacou nas investigações científicas do técnico de halterofilismo Ivan Abadjiev, ele comandou a seleção búlgara de halterofilismo de 1968 a 1989 e criou uma nova maneira de estruturar o treino dessa modalidade que ocasionou diversas medalhas olímpicas e títulos mundiais. A figura 1 apresenta a elevação da carga de treino do halterofilismo búlgaro sob o comando de Ivan Abadjiev – exceto em 66 e 67, repare que nos anos olímpicos a carga de treino tende a aumentar, sendo representada pela barra vermelha – menos 72 (Zatsiorsky, 1999).



Figura 1. Carga de treino do halterofilismo búlgaro

(Ilustração do autor com os dados de Zatsiorsky, 1999).

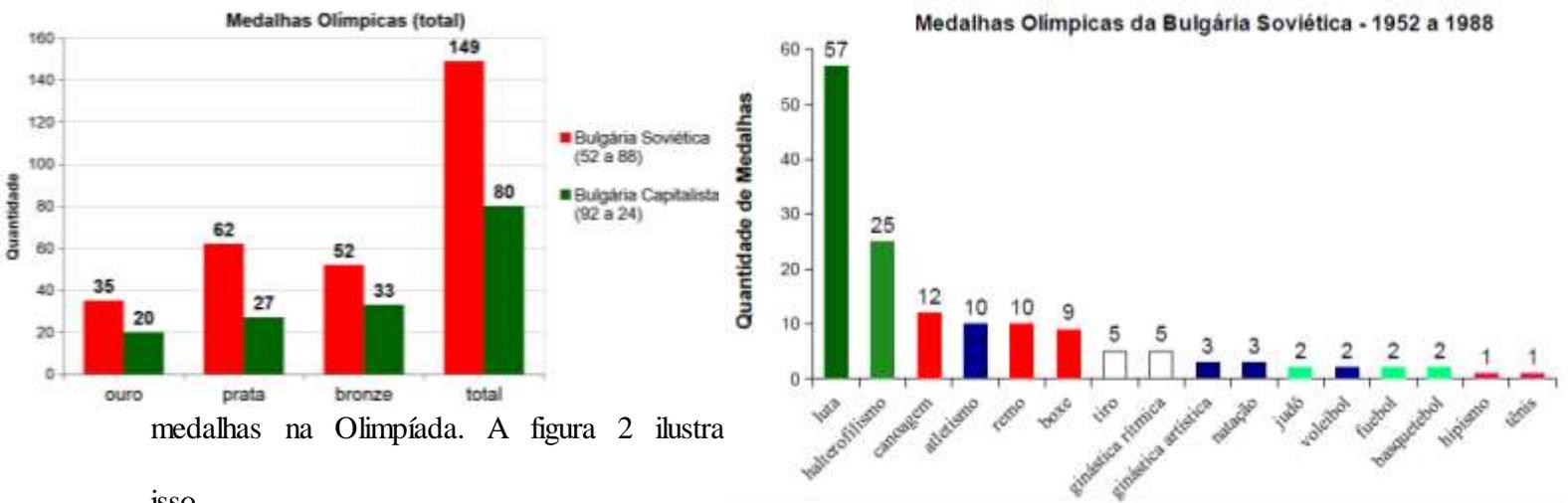


O treino do halterofilismo soviético e da maioria das seleções dessa modalidade era efetuado três ou quatro vezes na semana com carga de no máximo 90%, somente no período competitivo uma carga de 100% ocorria (Morthier, 2019). As atividades recuperativas eram através da preparação geral, corrida de baixo volume e intensidade, natação e outros (Komi, 1992). Os búlgaros comandados por Ivan Abadjiev realizavam em um mesmo turno, manhã e tarde e às vezes de noite, duas a quatro sessões por dia, geralmente ocorria uma sessão de 60 a 45 minutos com 30 minutos de pausa para recuperar os níveis de testosterona de cada halterofilista (Komi, 1992, Zatsiorsky, 1999). A ideia da recuperação dos valores de testosterona para a próxima sessão do mesmo turno está relacionada com a recuperação dos níveis de força dos halterofilistas (Cedore et al., 2008). Durante a recuperação o atleta podia deitar no solo com as pernas elevadas em um banco ou escutar música, mas para o esportista estar aquecido era recomendado vestir o agasalho de treino (Zatsiorsky, 1999). Após o descanso de 30 minutos ocorria nova sessão de 60 a 45 minutos e esse mesmo procedimento era realizado até acabar o treinamento da manhã ou da tarde e às vezes da noite. A carga de treino era de 100% com 1 a 6 repetições, caso tivesse uma nova série ou um próximo exercício (geralmente eram 6 exercícios) o atleta poderia diminuir um pouco o valor do peso (Komi, 1992). Todos os exercícios eram executados em alta velocidade, tendo sempre 100% de carga nos primeiros estímulos e depois a carga podia ser de 60 a 95%, isso dependia do nível do halterofilista (Cometti, 2001). Através desse sistema de treino estabelecido por Ivan Abadjiev a Bulgária passou a dominar o halterofilismo mundial. O leitor pode assistir um documentário sobre esse técnico em <https://www.youtube.com/watch?v=pt9qncyfUpo> ou em <https://www.youtube.com/watch?v=Uwz41wafIAA>.

O número de medalhas nos Jogos Olímpicos são um parâmetro do desempenho esportivo de uma nação (Marques Junior, 2022). A Bulgária quando era monarquia esteve presente em 4 Jogos Olímpicos (1896, 1924, 1928 e 1936), não conquistando nenhuma medalha olímpica. O maior sucesso



da Bulgária foi no momento que adotou o sistema esportivo da URSS e esteve em 9 edições das Olimpíadas (1952 a 1988). Quando esse país adotou o capitalismo neoliberal em 1990, parece que isso prejudicou a Bulgária em 9 Jogos Olímpicos (1992 a 2024). Lembrando, na Olimpíada de 1984 a Bulgária adotou o boicote soviético. A Bulgária Soviética conquistou 100 medalhas olímpicas nos esportes bases e da cultura física militar (n = 6 esportes - luta, halterofilismo, atletismo, ginástica artística, natação e voleibol), mas nos demais modalidades (n = 10 esportes) essa nação obteve 49



medalhas na Olimpíada. A figura 2 ilustra isso.

Figura 2. Desempenho conforme o regime político e medalhas das modalidades (Ilustração do autor com os dados do COI, 2024).

Observando a figura 2 e baseado na literatura do treinamento esportivo (Tubino, 1993), foi possível estabelecer que a maioria dos atletas da Bulgária Soviética eram mais aptos para modalidades de força rápida e/ou de força rápida de resistência porque a maior parte das medalhas olímpicas foram conquistadas com essas capacidades motoras condicionantes.



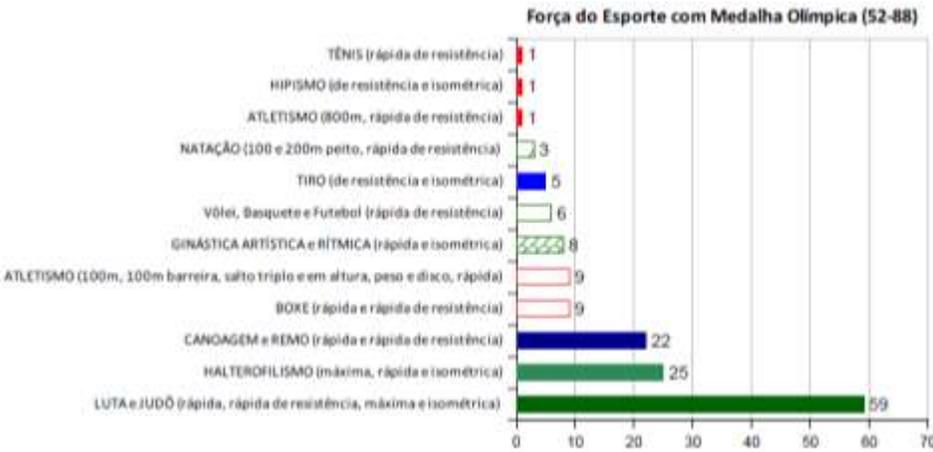


Figura 3. Medalhas olímpicas conforme a força motora do esporte (Ilustração do autor com os dados do COI, 2024).

Conclusões

O esporte da Bulgária Soviética (de 1946 a 1989) foi desenvolvido seguindo as diretrizes da URSS. Os esportes bases e as modalidades da cultura física militar eram os mesmos na Bulgária Soviética. Isso também acontecia com os outros países do bloco soviético. Em conclusão, o estudo do esporte da Bulgária Soviética é importante para as pessoas envolvidas no alto rendimento esportivo porque é possível identificar os erros e acertos de uma nação.

Referências Bibliográficas

- Agostino, C., e Silva, F. (2015). 1ª guerra mundial (1914-1918). Em. F. Silva, S. Medeiros, e A. Vianna (Orgs.). *Enciclopédia de guerras e revoluções* (p. 334-342). Vol. 1. Rio de Janeiro: Elsevier.
- Bachev, H. (2008). Agricultural policies in Bulgarian in post second world war years. *MPRA*, -(1), 1-21.
- Bachvarova, E. (2018). A polícia política na Bulgária socialista – a “máquina de legitimação” do regime, 1944-1989. *Diálogos*, 22(1), 91-114.
- Becic, I., e Antic, D. (2015). More than a game-football matches between Yugoslavia and Bulgaria 1937-1939. *Facta Universitatis*, 13(1), 149-160.
- Bernabé, L., e Eugenio, M. (2019). Nobleza y heráldica del Reino de Bulgaria. *Hidalgos*, -(560), 1-22.



- Bompa, T. (2002). *Periodização: teoria e metodologia do treinamento*. 4ª ed. São Paulo: Phorte.
- Borrelli, M. (1983). Education for peace and international understanding in the People`s Republic of Bulgaria. *International Review of Education*, 29(3), 409-413.
- Borisov, T. (2014). Football in Romain, Yugoslavia and Bulgaria during Stalinism (1944-1953). *Hiperboreea. Journal of History*, 1(1), 111-127.
- Boutzev, C. (1975). Post-graduate education in Bulgaria. *Prospects*, -(), 523-531.
- Brod, J. (1984). Medicine in eastern europe. *British Medical Journal*, 288(28), 1288-1292.
- Brossier, J., e Petit, M. (1975). Un exemple d`agriculture socialiste: l`agriculture bulgare. *Études Rurales*, -(60), 55-72.
- Cedore, E., Brentano, M., Lhullier, F., e Kruel, L. (2008). Fatores relacionados com as respostas da testosterona e do cortisol ao treinamento de força. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 14(1), 74-78.
- Cometti, G. (2001). *Los métodos modernos de musculación*. 3ª ed. Barcelona: Paidotribo.
- Daynova, M. (2017). Yunak – a gymnastic union with rich history. *Radio Bulgaria*, -(), 1-5.
Disponível: <https://bnr.bg/en/post/100550686/yunak-a-gymnastics-union-with-a-rich-history>
- Dronzina, T. (2004). El modelo étnico búlgaro: los retos de la etnicidad en el proceso de la democratización y la integración de Bulgaria a la Unión Europea. *Papeles del Este*, 8(-), 1-27.
- Eminov, A. (1989). The elimination of Turkish language instruction in Bulgaria. *Wayne State College*.
- Fróes, M. (2008). *Integração política da União Europeia e as implicações para países dos Bálcãs – estudo da Bulgária frente a União Europeia*. (Monografia). UniCEUB.



- Georgeoff, P. (1978). The educational system of Bulgaria. *Education Around the World*, -(), 1-27.
- Georgiev, A. (2016). *Habitación multifamiliar de betão pré-fabricado de cariz modernista em Portugal e na Bulgaria: um estudo comparativo*. (Dissertação de Mestrado). Universidade do Porto.
- Ghodsee, K. (2004). Red nostalgia? Communism, women's emancipation, and economic transformation in Bulgaria. *Homme*, 15(1), 23-36.
- Ghodsee, K. (2014). Pressuring the politburo: the committee of the Bulgarian women's movement and state socialist feminism. *Slavic Review*, 73(3), 538-562.
- Girginov, V. (2009). Bulgarian sport policy 1945-1989: a strategic relations approach. *International Journal of the History of Sport*, 26(4), 515-538.
- Gomes, L. (2017). A trajetória do socialismo na Bulgária (1945-1990). *XII Congresso Brasileiro de História Econômica*.
- Hall, R. (2014). Balkan wars 1912-1913. *International Encyclopedia of the First World War*. Berlin: Freie Universität.
- Ibrascheva, E., e Stover, M. (2017). East meets west: the cultural history of television in Bulgaria. *VIEUU Journal of European Television History and Culture*, 6(11), 1-16.
- Izquierdo, M. (1982). Estado y familia en los países del este. *Revista de Sociologia*, -(), 19-39.
- Ivanova, P. (2019). Educational aspects of the activities of children's organizations in Bulgaria (1944-1947). *International Journal*, 34(2), 393-397.
- Jackson, M. (1991). The rise and decay of the socialist economy in Bulgaria. *Journal of Economic Perspectives*, 5(4), 203-209.



- Komi, P. (1992). *Strength and power in sport*. Oxford: Blackwell.
- Kortzanov, D. (2012). *Politicized: CSKA Sofia as a tool for ideological hegemony in socialist Bulgaria*. (Master`s Thesis). University of Helsinki, Faculty of Social.
- Marinova, M. (2020). Lauching Stalism in Bulgaria. *Revista Inclusiones*, 7(esp), 415-423.
- Marques Junior, N. (2022). Escola soocialista do treinamento esportivo: a preparação do atleta. *Revista Actividad Física y Ciencias*, 14(1), 56-75.
- Marques Junior, N. (2024a). Formação da Alemanha Oriental – parte 1. *Revista Olimpia*, 21(2), 1-29.
- Marques Junior, N. (2024b). *O regime político da “cortina de ferro”: a sovietização*. Niterói: s. ed.
- Marques Junior, N. (2024c). Esporte da Alemanha Oriental – parte 2. *Revista Olimpia*, 21(2), 75-96.
- Melo, T. (2018). De Berlim a Bucareste: os 35 anos que abalaram os Bálcãs. *Hoplos*, 1(2), 96-109.
- Melo, T. (2020). *A crise da anexação da Bósnia e Herzegovina (1908-1909) entre Áustria-Hungria e a Rússia na Península Balcânica*. (Dissertação de Mestrado). Ciências Políticas, UFG.
- Morthier, M. (2019). How Ivan Abadjiev transformed Bulgarian weightlifting. *Medium*, -(-), 1-10.
Disponível: <https://oldschool362.medium.com/how-ivan-abadjiev-transformed-bulgarian-weightlifting-5e515c82c96a>
- Nikova, E. (2009). *Bulgarian stalinism reviset. Stalinism reviset*. New York: CEU Press.
- Orgiler, J. (2017). Nuevas monarquías, nuevas representaciones: la imagen femenina del poder en los reino de Europa del este (1850-1940). *Tiempo y Sociedad*, 27(-), 109-160.



- Ozçakir, S. (2019). Heroes! Bring happiness to your motherland! Long live the Yunaks: the Bulgarian Yunak gymnastics movement in the late Ottoman period. *International Journal of the History of Sport*, 36(2-3), 186-206.
- Paraskevov, V. (2012). The decline of socialism in Bulgaria. *Socialist History*, 42(-), 25-42.
- Pop, C. (2017). Olympic games in time of cold war. In A. Ignatescu, e T Ciulei (Eds.). *Rethinking social action. Core values practice*. Suceava: Lumen.
- Popova, G. (2015). The creation and use of the body machine in the first two decades of the communist rule in Bulgaria. *Thémata*, -(), 325-341.
- Prochazka, Z. (1962). The labor force of Bulgaria. *International Population Statistics Reports*, -(16), 1-38.
- Quiroga, G. (2004). La difícil transición de Bulgaria. *Anuario Jurídico y Económico Escorialense*, 37(-), 527-549.
- Radoev, S. (2017). Origin of gymnastics movement before the liberation of Bulgaria (1878). *Activities in Physical Education and Sport*, 7(1), 7-9.
- Rocha, J., e Vieira, E. (2016). Indústria automobilística soviética. *Multiverso*, 1(1), 107-117.
- Rossi, F. (2012). The elite coup: the transition to democracy in Bulgaria. *COMOS WP*, 10(-), 5-18.
- Schenk, J. (2023). Carl Diem's organisation plan for physical education in Bulgaria. *Materiales para la Historia del Deporte*, -(24), 54-73.
- Secco, L. (2008). O comunismo histórico: ideia de revolução no século XX. *Diálogos*, 12(2/3), 1-10.



- Shkodrova, A. (2018). Revisiting Coca-Cola's "accidental" entry into communist Europe. *Gastronomica*, 18(2), 59-72.
- Smollett, E. (1989). Life cycle and career cycle in socialist Bulgaria. *Culture*, 9(2), 61-76.
- Solakov, A. (2010). State higher school of physical education, 1942-1950. *Physical Culture and Sport in Bulgaria*. Disponível: https://berberian11.tripod.com/solakov_physical.htm
- Stanev, K. (2017). The composition and geography of Bulgarian Olympic medals, 1952-2016. *Journal of the History of Sport*, 34(15), 1674-1694.
- Tagareva, A. (2018). Socialism realism in the Bulgarian national theatre's stage design: processes, influences, concepts. *Theatralia*, 21(2), 141-160.
- Tsonev, M. (2017). *Examining Bugaria's current lack of performance at elite sport level*. (Master's Thesis). University Jyväskylä, Social Sciences of Sport.
- Tubino, M. (1993). *Metodologia científica do treinamento desportivo*. São Paulo: Ibrasa.
- Turnock, D. (1996). Agriculture in weastern europe: communism, the transition and the future. *Geo Journal*, 38(2), 137-149.
- Zatsiorsky, V. (1999). *Ciência e prática do treinamento de força*. São Paulo: Phorte.
- Welsh, W. (1967). Politics and scholarship in Bulgaria. *Balkan Studies*, -(), 138-149.

