

459-65 959-2
col
532 20

El problema de la

Educación Física en Chile

Y

El Embrujamiento Sueco



POR

Leotardo Matus Zapata

19394

IMP. Y ENCUADERNACION "LA REPUBLICA"
INDEPENDENCIA 250
TELÉF. AUTO 63511 - CASILLA 1690
1932

959-55

DEDICATORIA



 "MENS FERVIDA INCORPORE LACERTOSO"

A los que fueron mis discípulos y muy principalmente a todos aquellos que contribuyeron con su entusiasmo y con su ejemplo a conquistar los trofeos que hoy adornan el *criadero de hombres* (Gimnasio), del Internado Nacional Barros Arana, en que me cupo el alto honor de ser su maestro, 1906 a 1926.

A mis alumnos del Liceo de Aplicación, 1896 a 1901; a los de la Escuela Normal de Preceptores de Santiago, 1904 a 1906; a los de la Escuela de Sub-Oficiales del Ejército, 1909 a 1913; a mis compañeros y amigos de la Federación Sportiva Nacional de Chile, 1909 a 1926, y a todos los que han contribuido al desarrollo de la cultura física de la juventud de mi patria; dedico muy agradecido, este librito lleno de verdades, puede que él sirva para enderezar los torcidos rumbos de la enseñanza física en Chile, a la cual he dedicado los mejores años de mi vida.

Santiago, 15 de Enero de 1932.

EL AUTOR.

CERTIFICADO

“MENS SANA IN CORPORE SANO”

En mi carácter de Rector del Internado Barros Arana, me es altamente honroso poder certificar que el Profesor de Gimnasia, de este Establecimiento, con treinta horas semanales de clases a su cargo, *Don Leotardo Matus Z.*, ha servido su puesto con un celo y competencia de que son claras pruebas el desarrollo alcanzado por los deportes en este Colegio, y los innumerables premios ganados por sus alumnos en competencias inter-escolares. Muchos ex-alumnos de este plantel de enseñanza, gracias a las sabias y pacientes lecciones de su profesor de educación física, han representado a Chile en los torneos internacionales, y se puede decir que la mayoría de esta falange de jóvenes, sobre los que pesa la tarea de defender en el extranjero, en competencias con sus hermanos de América, el prestigio deportivo del país, son ex-alumnos del señor Matus. Es tan duradera la influencia de este profesor sobre sus educandos, que los que egresan del Internado para continuar sus estudios universitarios y aún después de terminados éstos, constituyen, donde quiera que estén, los más entusiastas propagadores de la vida al aire libre y de las sanas y bené-

ficas prácticas deportivas, ligadas tan estrechamente a la salud y mejoramiento moral y físico de la raza.

El infrascrito considera de alta justicia la concesión de la jubilación que el señor Matus solicita, pues tiene derecho a ella un hombre que, por más de treinta años, ha servido a la enseñanza nacional y ha llevado a cabo, con una constancia digna de los mayores elogios, la ardua tarea de formar hombres fuertes y sanos de cuerpo y espíritu.

Santiago, 20 de Mayo de 1926.

(Firmado) : AMADOR ALCAYAGA.
Rector.

(Hay un timbre).

HOMENAJE

“PADRES ROBUSTOS HIJOS SANOS“

“ENRIQUE LABRA IBAÑEZ, saluda cariñosamente a su distinguido amigo don Leotardo Matus y se complace en comunicarle que en la Rectoría del Establecimiento se ha colocado su retrato, en medio de las medallas que usted gentilmente obsequió al Colegio. Las medallas están distribuídas sobre un fondo de felpa y el marco que cierra este cuadro, de recuerdo al viejo y querido Profesor, tiene una placa de bronce que testimonia la gratitud del Internado hacia usted.

Labra siente la satisfacción de comunicarle esta noticia y ve en este reconocimiento del Colegio, la manifestación objetiva de la deuda de sincera gratitud que el Internado Barros Arana contrajo con quien no escatimó desvelos por llevar siempre adelante y al triunfo, el nombre de esta vieja casa.

Santiago, 7 de Agosto de 1929.”

UN POCO DE HISTORIA

X El 28 de Marzo de 1889, el Ministro de Instrucción don Julio Bañados Espinosa, decretó la enseñanza obligatoria de la gimnasia en Chile.

Desde entonces hasta hoy, los ejercicios físicos se han practicado en los colegios de ambos sexos, sometidos a diversos métodos y programas; pero el hecho es que, a pesar de todo, no hemos logrado formar un solo club gimnástico chileno entre los miles y miles de egresados de estos colegios; mientras que en otros países estos clubs gimnásticos existen en gran número. X

¿Qué se deduce de todo esto?

O que los métodos puestos en práctica han fracasado o que los maestros de gimnasia que hemos formado, han sido incapaces de hacer despertar en la juventud el amor por la gimnasia.

En Alemania, por ejemplo, no existe un pueblo, por insignificante que sea, donde no hay un club gimnástico, y en las grandes ciudades han llegado a constituir una cosa absolutamente necesaria.

Son estas instituciones, grandes centros de reunión que funcionan en hermosos edificios de propiedad de los mismos asociados y donde concurren los niños, los

jóvenes y los viejos de ambos sexos a practicar sus lecciones diarias de gimnasia.

Allá las sociedades de gimnasia han llegado a constituir una institución nacional que cuenta con más de 1.200,000 socios que practican los ejercicios físicos sin costo alguno para el Gobierno.

Donde quiera que se junte un grupo más o menos numeroso de ciudadanos alemanes, fundan su club gimnástico.

En Chile existen muchos clubs que han llegado a constituir una Federación perfectamente organizada.

Como un dato ilustrativo voy a dar a conocer el número de gimnastas voluntarios con que contaba cada país en el año 1913, cuando yo estuve en Europa:

	Gimnastas	Habitantes
Estados Unidos.	39,000	100.000,000
Francia.	350,000	39.250,000
SUECIA.	55,000	5.480,000
Suiza.	68,000	3.525,000
Austria.	229,000	28.270,000
Noruega.	103,000	2.400,000
Hungría.	10,000	18.440,000
Italia.	20,900	34.570,000
Dinamarca.	5,800	2.600,000
Bélgica.	18,000	1.450,000
Holanda.	22,500	5.850,000
Alemania.	1.123,000	64.900,000
Chile.	(ninguno)	3.500,000

Aquí los ejercicios se practican en los colegios con tales resultados, que una vez que el niño abandona la escuela, no quiere ni que le hablen de gimnasia.

Yo creo que debemos evolucionar en este sentido y buscar la causa de todo esto, pues de otra manera más valdría suprimir la gimnasia del plan de los colegios.

EL PLACER EN LOS EJERCICIOS

No basta que nuestra juventud asista obligadamente a las clases que practique sin interés alguno los ejercicios que el maestro le ordene; que se le obligue a cumplir con una disciplina rigurosa, etc., etc., si no siente agrado por los ejercicios. Es tan grande la importancia, que tiene el placer en la práctica de los movimientos, que cuando éste falta el ejercicio se convierte en trabajo forzado que debilita el sistema nervioso en vez de robustecerlo.

No sin razón ha dicho Romero Brest:

“El placer no ha sido tenido en cuenta como elemento importantísimo en el desarrollo y aplicación de los ejercicios físicos, y más bien ha sido considerado como inútil, por la mayoría de los profesores de gimnasia. Sólo en estos últimos tiempos se ha producido una reacción favorable a su respecto, debido a los estudios de los fisiologistas y de los psicólogos que han puesto de relieve su influencia sobre las funciones orgánicas. Se partía siempre de la base errónea de que una lección de gimnasia era igualmente beneficiosa, siempre que los

movimientos musculares se ejecutasen con vigor, se agregare o no a ellos el placer y la buena voluntad del sujeto. ✕

Hoy está probado que no es posible proceder de esta manera, por múltiples razones de orden fisiológico y aún por conveniencias pedagógicas, de tal manera, que todo sistema de educación física que prescinda del placer en la ejecución de los ejercicios, lleva ya en su base un vicio insalvable que le hará absolutamente malo.”

Es interesante conocer lo que a este respecto decía el introductor de la gimnasia sueca en Chile, en una conferencia que dió el año 1893 en la “*Sociedad Amigos de la Educación*”.

Véase la página 270 del tomo 8.º de la *Revista de Instrucción Primaria*.

✕ “Es necesario que la gimnasia sea recreativa, que se practique al aire libre.”

“Hay que procurar al niño la mayor alegría posible durante los ejercicios.”

“El placer es necesario al niño bajo el punto de vista de la salud física, porque es un excitante poderoso de la energía vital”; etc., etc.

“Es al tino y a la iniciativa del maestro a quien corresponde encontrar la manera de presentar una lección agradable e imaginar un sinnúmero de detalles que agraden a sus alumnos, y de este modo hacer jóvenes partidarios de la gimnástica, para que éstos a su vez se conviertan en sus ardientes propagadores.”

“Mas, por grande que sea la necesidad de llevar la alegría y el regocijo a una lección, esta necesidad estará siempre subordinada a la estabilidad y a la calidad de los ejercicios.” ✕

En la página 280 (Revista citada), agrega: “Introducamos en la escuela primaria juegos recreativos interesantes y una gimnasia higiénica y agradable, hagamos de sus alumnos partidarios decididos y ardientes propagadores de los ejercicios corporales, y habremos enriquecido el país, asegurándole generaciones fuertes.

Que la gimnasia sea recreativa y que se practique al aire libre. Muy bien!

Ya lo he dicho, lo he comprobado y lo confirmo, la gimnasia sueca no tiene nada de recreativo y no permite tampoco practicarse al aire libre, es un método que exige salas especiales de gimnasia, donde los aparatos están fijos al techo, al suelo o a las murallas. Es una gimnasia para practicar en un clima completamente diverso al nuestro.

“Hay que procurar al niño la mayor alegría posible durante los ejercicios.”

Tampoco puede producir alegría una gimnasia, monótona y aburridora, cuyos ejercicios molestan a los muchachos y hacen tener horror por la gimnasia, a tal punto que una vez que el niño sale de la Escuela, no quiere ni oír hablar de gimnasia.

Ahí están los miles y miles de jóvenes salidos de los colegios, que hoy pueden decir si es o no verdad lo que sostengo.

En cambio, el maestro que habla, ha lanzado al país más de 8,000 ciudadanos, todos convencidos de la necesidad de los ejercicios, ellos están hoy esparcidos por todo el país y dentro de sus actividades, cada uno es un convencido que coopera y estimula a la juventud con su ejemplo, para desarrollar la educación física, y si no han fundado clubs de gimnasia se debe a que ellos están es-

parecidos por todo el país y no han encontrado colaboradores entre el actual profesorado de gimnasia.

LA GIMNASIA SUECA PARA LA MUJER

Pasemos ahora a analizar a la ligera la influencia que tiene este método en la educación de las futuras madres de familia. Y como este tema ya lo traté extensamente en una conferencia que publiqué en el diario "La Razón", de Santiago, el Sábado 9 de Noviembre de 1912, contestando al Dr. Luis Vargas Salcedo sus aseveraciones ante la Sociedad Médica de Chile, y mis opiniones no han sido hasta hoy contradichas ni en Chile ni en el extranjero, voy a repetir aquí estas mismas opiniones, después de haber oído las de numerosos facultativos y eminencias mundiales que han dedicado su vida al estudio del organismo femenino.

Entre otros recuerda las opiniones del Dr. Zweifel y Beckmann, de Leipzig; del Dr. Otto Aichel, de Kiel; del Dr. Rosario Traina, y de un sinnúmero de médicos chilenos especialistas, todos los cuales han estado de acuerdo con el que habla, en la gravedad que envuelve este problema para las futuras madres chilenas.

Es una cosa ya probada que en los pueblos del Norte de la Europa, la mujer se desarrolla muy lentamente, a tal extremo que no puede llegar a ser madre antes de los 18 a 20 años.

Esto, como se comprende, es una de las más grandes amenazas contra la despoblación de aquellos países. Los hombres de ciencia, con profundo buen sentido, hu-

bieron de arbitrar medios para defenderse de este mal, y los encontraron en la aplicación racional de los ejercicios físicos y en la ley del matrimonio civil. Allí nadie puede casarse antes de haber terminado completamente su desarrollo.

Sabido es que la gimnasia tiene ejercicios congestionantes y descongestionantes de los órganos.

Los escandinavos han encontrado aquí su tabla de salvación; pues han dedicado gran atención en su método a la región abdominal, tratando de congestionar con ejercicios especiales los órganos que ella encierra.

En los países cálidos no ocurre lo que en los países fríos, y la mujer se encuentra en situación de poder ser madre de familia antes de los 14 años. De aquí proviene que los pueblos que habiten en la zona templada y tropical, son mucho más poblados que los que viven cerca del polo.

Las mujeres de las zonas frías sufren un retardo en el desarrollo de ciertos órganos, retardo que la gimnasia cura por medio de ejercicios congestionantes de aquellos órganos.

Las mujeres de las zonas templadas y cálidas no necesitan de estos ejercicios, puesto que la causa que obligaría a practicarlos no existe.

¿Qué va a ocurrir entonces si aplicamos a nuestras niñas todos los movimientos que se usan en Suecia?

Meditemos un poco en las consecuencias que pueden tener en nuestras futuras madres de familia, la determinación de implantar en Chile los mismos ejercicios que se practican en aquel país.

Esto que parece a la simple vista una cuestión de

buen sentido, no ha logrado llamar todavía la atención de las autoridades escolares ni ha despertado aún el interés de las madres de familia. Es esta una obra que ante todo debéis emprender resueltamente vosotros, a quienes está encomendada la felicidad de todos los hogares y el bienestar de la patria.

Hay movimientos en la gimnástica sueca que, practicados por las hijas de aquel país, resultan benéficos para el organismo femenino. Sin embargo, si aplicamos esos mismos ejercicios en nuestras niñas, pueden producirse accidentes funestos, cuyas consecuencias vosotros mejor que nadie estáis en situación de apreciar. Estos accidentes, si llegan a producirse en Suecia, no llaman la atención, puesto que allá tienen un concepto muy distinto de lo que debe ser la mujer; pero acá en Chile, ésto puede causar la desgracia de una familia entera.

No me corresponde a mí ocuparme en definir lo que se entiende por sana moral; pero sé que no todos los países tienen formado el mismo concepto de lo que es el pudor en la mujer. A mi juicio, los educadores tenemos la obligación de respetar este concepto, sean cuales fueren las causas que lo motivan.

Esta situación hasta hoy no ha cambiado, y se sigue haciendo practicar a nuestras muchachas esos ejercicios que tan grave daño están causándoles, sin que los directores de la enseñanza, ni los médicos especialistas, ni los padres de familia, hayan fijado su mirada en este problema de vital importancia para el porvenir de la raza.

Ya es momento en que evolucionemos a este respecto, ya es momento en que comprendamos la gravedad de

este problema y que entremos resueltamente a solucionarlo sin que nos importe la protesta de los unos, ni las ambiciones y prejuicios de los otros.

Hoy que el Supremo Gobierno está empeñado en estudiar y reformar la actual Ley de Educación Física, hemos considerado de interés presentar a nuestros legisladores este problema, a fin de que todo el mundo sepa la verdadera historia y la evolución que ha experimentado la cultura física en Chile a través de los tiempos y para que los dirigentes de la enseñanza pública vean que no es posible querer seguir practicando la gimnasia sueca en los colegios del país, ya que no ha existido ninguna causa que justifique su mantenimiento.

ARTICULOS ESCRITOS SOBRE EL MISMO TEMA Y POR EL MISMO AUTOR

“La Ley”, Jueves 31 de Julio de 1902:

ESTUDIO SOBRE INSTRUCCION PUBLICA

I

ENCARGO DE PROFESORES EXTRANJEROS

“La Ley”, 10 de Agosto 1902. Pág. 1:

II

INSTRUCCION PUBLICA

(CONTINUACION)

“La Ley”, Domingo 17 de Agosto. Pág. 1:

INSTRUCCION PUBLICA

III

REFORMA DEL PLAN DE ESTUDIOS

“La Ley”, Jueves 28 de Agosto 1902. Pág. 1:

INSTRUCCION PUBLICA

IV

ATAQUES A LA ENSEÑANZA LIBERAL DEL
ESTADO

● “Zig-Zag”, 1909.—N.º 221.—15 de Mayo de 1909:

I— LOS CAMPOS DE JUEGO Y EL SPORT

II. — Los Juegos.

III.— El Base-ball

N.º 222.—22 de Mayo de 1909:

EDUCACION FISICA

EJERCICIOS GIMNASTICOS PARA LA CASA

N.º 223.—29 de Mayo de 1909:

LOS EJERCICIOS FISICOS DE LOS ANTIGUOS
ARAUCANOS

N.º 224.—5 Junio de 1909.—Continuación:

EL LINAO (RUGBY)

N.º 225.—12 Junio de 1909:

LOS JUEGOS SPORTIVOS Y EL SPORT

N.º 227.—26 Junio de 1909:

CRONICA SPORTIVA DEL EXTRANJERO
ESTUDIO CRITICO SOBRE EL FOOT-BALL

N.º 228.—3 de Julio de 1909:

INFLUENCIA DE LOS EJERCICIOS FISICOS SO-
BRE LA RESPIRACION

N.º 229.—10 de Julio de 1909:

EL FIN MORAL DE LOS JUEGOS Y LA ENSEÑAN-
ZA METODICA DEL FOOTBALL

N.º 230.—17 de Julio de 1909:

LOS BAÑOS Y LA NATACION A TRAVES DE LOS
TIEMPOS

N.º 234.—14 de Agosto de 1909:

LA CANCHA DE BOLAS

N.º 235.—21 de Agosto de 1909:

¿CONVIENEN LOS EJERCICIOS FISICOS DESPUES
DEL TRABAJO INTELECTUAL?

N.º 236.—28 de Agosto de 1909:

PESO Y ESTATURA DE ALGUNOS NIÑOS
CHILENOS

N.º 240.—25 de Septiembre de 1909:

INFLUENCIA DE LOS EJERCICIOS CORPORALES
SOBRE LA DIGESTION Y LA SECRECION

N.º 241.—2 de Octubre de 1909:

LOS ANTIGUOS JUEGOS POPULARES EN CHILE
EL VOLANTIN

N.º 244.—23 de Octubre 1909:

I

IMPORTANCIA DE LA EDUCACION FISICA
LA GIMNASTICA

N.º 245.—31 de Octubre de 1909:

II

IMPORTANCIA DE LA EDUCACION FISICA
LA GIMNASTICA

N.º 247.—13 de Noviembre 1909:

LA NATACION

N.º 248.—20 de Noviembre 1909:

EL CRICKERT

N.º 249.—27 de Noviembre 1909:

N.º 250.—4 de Diciembre 1909:

OTRO JUEGO DE LOS ANTIGUOS ARAUCANOS:

EL PILLMATUN

N.º 251.—11 de Diciembre 1909:

EL PALITROQUE

N.º 252.—18 de Diciembre de 1909:

**LOS EJERCICIOS FISICOS EN LAS UNIVER-
SIDADES**

N.º 254.—1.º de Enero de 1910:

EL AÑO SPORTIVO

Se habla de las partidas de chueca y linao.

N.º 257.—22 de Enero de 1910:

EL VERANEO A ORILLAS DEL MAR

N.º 258.—29 de Enero de 1910:

JUEGOS INFANTILES PARA LA PRIMERA EDAD

N.º 260.—12 de Febrero de 1910:

LA VIDA EN EL CAMPO

N.º 262.—26 de Febrero de 1910:

LA INSTITUCION DE LOS BOY-SCOUTS EN CHILE

N.º 272.—Mayo 7 de 1910:

LA ESGRIMA

ESTUDIOS SOBRE EDUCACION FISICA

“LA GIMNASTICA SUECA Y ALEMANA”

“El Mercurio”, 13 de Diciembre 1909.

ESTUDIOS SOBRE EDUCACION FISICA

“El Día”, del 2 de Enero 1910.

LA GIMNASTICA SUECA Y LA EDUCACION
FISICA MODERNA

I

“La Mañana”, 11 de Enero 1911.

II

“La Mañana”, 3 de Febero 1911.

III

“La Mañana”, 13 de Febrero de 1911.

IV

“La Mañana”, 17 de Febrero de 1911.

V

“La Mañana”, 20 de Febrero de 1911.

EDUCACION FISICA

ECLECTICISMO Y PURISMO

“El Diario Ilustrado”, del 17 de Agosto de 1910.

“El Diario Ilustrado”, del 1.º de Enero 1912, pág. 2:

1.ª Carta abierta al señor Ministro de Instrucción Pública, sobre el Instituto de Educación Física.

“El Diario Ilustrado”, del 3 de Enero:

2.ª Carta abierta al señor Ministro de Instrucción Pública, sobre el Instituto de Educación Física.

“El Diario Ilustrado”, del Lunes 8 de Enero, pág. 2:

3.ª Carta abierta al señor Ministro de Instrucción Pública, sobre el Instituto de Educación Física.

“El Diario Ilustrado”, del 18 de Enero 1912:

4.ª Carta abierta al señor Ministro de Instrucción Pública, sobre el Instituto de Educación Física.

“El Diario Ilustrado”, Sábado 5 de Octubre de 1912.
Página 9:

GIMNASTICA CIENTIFICA

Conferencia dada en la Universidad de Chile.

“La Razón, Octubre, Jueves 24 de 1912. Pág. 4:

I

“TENDENCIAS MODERNAS DE LA EDUCACION
FISICA”

Contestación a una conferencia dada el Viernes 18 de Octubre de 1912, en la Sociedad Médica de Chile, por el Dr. Luis Vargas Salcedo.

II

Continúa en “La Razón”, Domingo 27 de Octubre de 1912. Pág. 6:

“TENDENCIAS MODERNAS DE LA EDUCACION
FISICA”

III

Continúa en “La Razón”, Viernes 1.º de Noviembre de 1912. Pág. 6:

“TENDENCIAS MODERNAS DE LA EDUCACION
FISICA”

IV

Continúa en “La Razón”, Sábado 9 de Noviembre 1912. Pág. 3:

“TENDENCIAS MODERNAS DE LA EDUCACION
FISICA”

¿CONVIENE ENDEREZAR LA COLUMNA
VERTEBRAL?

INCONVENIENTES DE LA JIMNASIA SUECA
PARA LA MUJER CHILENA

**OTRAS PUBLICACIONES DEL
AUTOR**

EDUCACION PUBLICA EN SUECIA

LA ENSEÑANZA EN LAS ESCUELAS DE ES-
TOCOLMO

“La Mañana”, 1.º de Diciembre de 1913.

I

LA EDUCACION PUBLICA EN SUECIA

“La Mañana”, 5 de Noviembre de 1914.

II

LAS ESCUELAS LAICAS PRIMARIAS

“La Mañana”, 6 de Noviembre de 1914.

III

LA EDUCACION DE LOS ANORMALES

“La Mañana”, 7 de Noviembre de 1914.

IV

LAS ESCUELAS SUPERIORES PARA EL PUEBLO

“La Mañana”, 8 de Noviembre de 1914.

V

LAS ESCUELAS SECUNDARIAS DE NIÑAS

“La Mañana”, 9 de Noviembre de 1914.

VI

LAS ESCUELAS SECUNDARIAS DE NIÑAS

“La Mañana”, 11 de Noviembre de 1914.

VII

LAS ESCUELAS PRIVADAS PARA MUCHACHOS

Las Escuelas Mixtas y las Escuelas Intermediarias

“La Mañana”, 15 de Noviembre de 1914.

VIII

LA ECONOMIA DOMESTICA

“La Mañana”, 17 de Noviembre de 1914.

IX

LA GIMNASIA SUECA

“La Mañana”, 30 de Noviembre de 1914.

X

EL INSTITUTO DE NAAS

“La Mañana”, Diciembre 1914.

XI

LOS TRABAJOS MANUALES DE LAS NIÑAS

“La Mañana”, 8 de Diciembre 1914.

XII

LOS JARDINES ESCOLARES

“La Mañana”, 13 de Diciembre de 1914.

XIII

LA ENSEÑANZA ANTIALCOHOLICA

“La Mañana”, Diciembre 1914.

XIV

LA ENSEÑANZA ANTIALCOHOLICA EN LAS ESCUELAS NORMALES Y PRIMARIAS

“La Mañana”, 28 de Diciembre de 1914.

XV

INSPECCION SANITARIA DE LAS ESCUELAS

“La Mañana”, 1.º de Enero de 1915.

XVI

CONDICIONES HIGIENICAS DE LAS ESCUELAS
PRIMARIAS

“La Mañana”, 30 de Enero de 1915.

XVII

LOS BAÑOS ESCOLARES

“La Mañana”, 1.º de Febrero de 1915.

XVIII

CLINICAS DENTARIAS PARA LOS ALUMNOS

“Las Ultimas Noticias”, 9 de Agosto de 1915.

XIX

ALIMENTACION Y CONSUMO DE LA LECHE EN
LAS ESCUELAS PRIMARIAS

“Las Ultimas Noticias”, 15 de Junio de 1917.

XX

LOS JUEGOS AL AIRE LIBRE Y LOS CAMPOS
DE JUEGOS

“Las Ultimas Noticias”, 18 de Junio de 1917.

XXI

EL TRABAJO MANUAL Y LOS FINES QUE
PERSIGUE

“Las Ultimas Noticias”, 22 de Junio de 1917.

XXII

LOS TALLERES PARA LOS NIÑOS POBRES

“Las Ultimas Noticias”, 30 de Junio de 1917.

XXIII

LA EDUCACION DE LOS NIÑOS DEFRAVADOS

Asilos para los abandonados.—Casas de fuerza, etc.

“Las Ultimas Noticias”, 6 de Julio 1917.

“EL ESTADIO NACIONAL Y SU UBICACION”

“El Mercurio”, 13 de Febrero de 1916.

“La Razón”, 5 de Noviembre y Miércoles 6, páginas 6 y 5. (Conferencia dada en la Universidad de Chile) :

“VIDA Y COSTUMBRES DE LOS INDIOS ARAUCANOS”

“Revista Chilena de Historia Natural”, 1921. Página 582:

EXPLORACION ANTROPOLOGICA AL VALLE DEL
RIO COPIAPO

FOLLETOS Y LIBROS DEL AUTOR

ANTROPOMETRIA DE LOS NIÑOS CHILENOS

1911

JUEGOS Y EJERCICIOS DE LOS ANTIGUOS
ARAUCANOS

1920

CONFERENCIA SOBRE EDUCACION FISICA

Dada en Buenos Aires, el 3 de Junio de 1910.

L'INFLUENCE DES EXERCICES PHYSIQUES
D'APRES LES CONDITIONS DES INDIVIDUS

Página 50:

TROISIEME CONGRES INTERNATIONAL DE
L'EDUCATION PHYSIQUE

Bruxelles Sout, 1910.

MANUAL DE GIMNASIA ESCOLAR

1909

EN PREPARACION:

“ANTROPOMETRIA COMPARADA DE LOS NIÑOS
CHILENOS”

180 mil medidas tomadas en más de 3,000 niños del
Internado Nacional Barros Arana, durante los años 1906
a 1925.

PREAMBULO

En Diciembre de 1897, dábamos por terminado el curso para profesores de gimnasia en el Instituto Pedagógico, curso que funcionaba a cargo del profesor don Francisco J. Jenschke, titulado en Viena.

En Agosto de 1896 habíamos sido ya nombrados profesor de gimnasia del Liceo Aplicación, del cual era Rector el doctor don Jorge Enrique Schneider, profesor de la cátedra de Pedagogía en el Instituto Pedagógico y un maestro de fama universal. Su obra sobre *La Voluntad Animal* es considerada hasta hoy como una de las mejores que existen.

En el Liceo y en la Escuela Normal de Chillán había sido nuestro maestro de Gimnasia el profesor Nicetas Krziwan, contratado especialmente para dar esta enseñanza en dichos establecimientos.

En el Liceo de La Serena, en el Liceo Barros Bargoño, en el Kindergarten Católico, en el Liceo La Ilustración, en el Instituto Moderno, en el Liceo Pedagógico de los Profesores de Estado y en el Instituto de Sordo-Mudos, no hicimos otra cosa que poner en práctica los programas confeccionados, según el método alemán de gimnasia, observando sus resultados, incompletos por supuesto, por cuanto no disponíamos de los elementos necesarios para hacer de esta enseñanza una cátedra interesante.

Fué a principios del año 1904, cuando fuimos llamados por el Director de la Escuela Normal de Preceptores de Santiago, don José Tadeo Sepúlveda, para hacernos cargo de las clases de gimnasia de aquella Escuela; donde tuvimos ocasión de poner en práctica nuestros conocimientos recibidos en el Pedagógico, pues allí nos encontramos con un gimnasio completo, cuyos aparatos habían sido traídos especialmente de una gran fábrica alemana.

Frescos están los recuerdos de nuestros primeros triunfos en aquel establecimiento; frescos también conservamos el entusiasmo con que la muchachada asistía a nuestras clases y el gran interés que manifestaban los alumnos por el ramo.

Fué en esa Escuela, donde comenzamos a observar el efecto de los métodos de gimnasia entre la juventud, y fué como maestro de ese establecimiento que iniciamos, ese mismo año, en la Asociación de Educación Nacional los interesantes debates sobre *La Educación Física en Chile*; tema que logró despertar, en aquella fecha, toda la atención del magisterio.

En efecto, el local de la Escuela Francisco Arriarán se hacía estrecho para dar cabida a tan gran cantidad de maestros y maestras que concurrían Domingo a Domingo, a oír estos debates, en los que tomaron parte los profesores de las diversas tendencias.

Las conclusiones a que se arribó, fueron en todo favorable al suscrito. Ellas aparecen en las actas de la *Asociación de Educación Nacional* en los números 4 y 5 de 1905.

En la última de estas conclusiones aprobadas, se pidió también la creación del Instituto de Educación Física.

En 1908, tuvimos ocasión de asistir a un curso de vacaciones que se hizo en aquel Instituto, curso que contribuyó grandemente a cimentar el concepto que ya nos habíamos formado sobre el método de Ling.

El año 13, fuimos comisionados por el Ministerio de Guerra y por el de Instrucción Pública, para trasladarnos a Europa, a fin de estudiar en esos países todo cuanto se relacionaba con nuestro ramo.

En Alemania, Suecia, Francia y Bélgica, visitamos los más grandes establecimientos de cultura física, trabajando relaciones con los profesores de gimnasia más eminentes.

A todos ellos expusimos nuestras teorías nacionalistas sin encontrar uno solo que no fuera partidario de nuestras opiniones. El propio Director del Instituto Central de Estokolmo, profesor Sellen, nos declaró ante nuestro Cónsul, que teníamos toda la razón y se sorprendió mucho cuando le dijimos que los dos maestros chilenos que nuestro Gobierno había mandado a Suecia, se oponían a la formación de un sistema nacional de Educación Física. Nos alentó a seguir trabajando en este sentido, declarándonos que ellos tendrían que evolucionar.

Igual cosa nos ocurrió en París cuando visitamos al famoso profesor Demeny, con Fosseprez en Bruselas y con Fritz Groh en Leipzig.

El año 21, el Honorable Consejo de Instrucción Pública nos concedió, por mérito, el título de Profesor de Educación Física, sin someternos a prueba de ningún género.

Ha sido para nosotros siempre un enigma y algo que no hemos alcanzado jamás a comprender cómo y por obra de quien se siguió trabajando por implantar en los cole-

gios la gimnástica sueca, sin tomar en cuenta para nada las conclusiones a que habíamos llegado los profesores del ramo en aquellos debates; que no han tenido contradictores y sin que hasta hoy se haya jamás debatido esta cuestión con mayor interés y con mayor abundancia de detalles.

Por eso es que nos hemos permitido titular esta obra, con el nombre de EL EMBRUJAMIENTO SUECO.

Durante los 20 años que fuimos profesor del Internado Nacional Barros Arana (1906 a 1926), no hicimos otra cosa que probar científica y prácticamente lo que habíamos dicho ya en los debates de 1904; esto es, que la gimnasia sueca no sirve para nuestros muchachos, porque ella no está de acuerdo con la naturaleza del niño, porque no está de acuerdo con nuestro clima; con nuestro carácter; con nuestras costumbres, etc., etc.

Los grandes concursos gimnásticos que se realizaron en Santiago durante los años 1909, 1910, 1911 y 1914, nos vinieron a demostrar claramente la verdad de cuanto habíamos dicho anteriormente. Los campeonatos deportivos inter-escolares, que tanto combatió el Director del Instituto de Educación Física ante el Gobierno y el Consejo de Instrucción Pública; hasta llegar a suprimirlos en 1916; no han tenido iguales.

El interés de los maestros, el entusiasmo de la muchachada por tomar parte en estos concursos, de nada han servido y los partidarios de la gimnasia sueca, muy contentos de su obra antipatriótica y nula, han seguido impertérritos sacando y sacando fondos de las arcas nacionales para continuar su obra de implantar la *Gimnástica científica* en Chile.

Los millones y millones que el Supremo Gobierno lleva gastados sin resultado alguno, bien pudieron

aprovecharse en otra cosa, ya que la implantación de la gimnasia sueca en los colegios de Chile ha sido el más grande de los fracasos que hallamos experimentado en materia de enseñanza.

Los capítulos que van a continuación os darán a comprender claramente, estimado lector, las innumerables razones que tenemos para declarar el fracaso de la enseñanza de la gimnástica sueca en Chile o lo que es lo mismo, el fracaso de EL EMBRUJAMIENTO SUECO.

LEOTARDO MATUS ZAPATA.

Enero de 1932.

Conferencia sobre Gimnasia dada en la
Escuela Arriarán, bajo patrocinio de la
Asociación de Educación Nacional, en
Agosto de 1904.

LA EDUCACION FÍSICA CHILENA Y LAS GIM-
NÁSTICAS SUECA Y ALEMANA

Si consideramos la salud en todas sus manifestaciones como el dón más preciado que hemos recibido de la naturaleza, lógico es hacer algún esfuerzo por conservarla, sometiendo al cuerpo a ejercicios metódicos, que aumenten la elasticidad de las articulaciones, que fortifiquen los músculos, enriquezcan la sangre y favorezcan la digestión, asimilando mejor los alimentos.

Nadie negará que la falta de eliminación de los residuos del organismo por carencia del apropiado ejercicio, conduce a perturbaciones en la salud, que algunas veces son muy serias y que, naturalmente, impiden al individuo gozar de la vida en todo su esplendor.

El ocio, la omlicie, la inercia del cuerpo, la vida sedentaria de los pueblos, son las causas más poderosas que obran en las primeras manifestaciones de la decrepitud y en la vejez prematura.

Conservar una organización sana, fuerte, siempre joven, es el codiciado problema de la humanidad.

Es cosa ya resuelta que no se combate la anemia, el linfatismo, ni el raquitismo, con los específicos.

Las debilidades del organismo adquiridas por herencia o por otras causas, no se combaten con los tónicos más recomendables, las más eficaces preparaciones farmacéuticas no serán capaces de operar en el cuerpo humano transformaciones tan radicales como la oxigenación de la sangre, siguiendo procedimientos naturales, prescritos por la higiene y la fisiología.

El ejercicio aumenta y fortalece no sólo a su tiempo, sino permanentemente la acción de todos los órganos del cuerpo.

Por esto, es de suma importancia que el ejercicio sea estrictamente metódico, porque si es violento y comenzado de súbito, sus efectos son contraproducentes.

El día en que todos los médicos conozcan *prácticamente* la gimnástica, la indicarán como uno de los mejores preservativos, y su estudio se propagará asombrosamente.

Los médicos conocen naturalmente los efectos del ejercicio en el cuerpo humano; pero la experiencia demuestra que no todos se han dedicado a estudiar teórica y prácticamente la gimnástica, y de consiguiente no pueden apreciar los efectos admirables de este medio de regeneración. La razón es obvia: los que proscriben la gimnástica como nociva, los que la anatematizan, ¿procederían así si la conocieran a fondo, si supieran *prácticamente sus efectos*? imposible, sólo una falta de conocimiento práctico puede inducirlos al error en que se hallan.

Y es en verdad extraordinario e incomprensible lo

que pasa. Un joven, por ejemplo, ya por naturaleza, ya por llevar una vida sobrada, sedentaria y dedicada al estudio, enflaquece, pierde el apetito, digiere mal, se cansa y por estas causas, y especialmente por su mala constitución, se halla amenazado de tisis, u otras enfermedades peligrosas.

El médico le receta tónicos: le hace tomar el aceite de hígado de bacalao, aguas ferruginosas, etc., y le recomienda, si es posible, algún viaje, y sobre todo que haga *mucho ejercicio*, que pasee dos o tres horas al día.

Ahora bien, ¿no es una anomalía que estando convencido de que el ejercicio es uno de los remedios que más han de influir en su salud, se diga al paciente que pasee en vez de decirle que haga gimnástica?

La Europa entera, conociendo los felices resultados que se obtienen mediante una buena educación física, ha introducido la gimnástica en la escuela como el mejor medio para preservar a la juventud de las enfermedades y dar a la patria ciudadanos fuertes que trabajen por su engrandecimiento.

Por esto es que en los distintos países del Viejo Mundo se han introducido los ejercicios gimnásticos como una parte integrante de la educación y por esto es también que todas las naciones trabajan desde hace dos siglos por ganar la supremacía de la enseñanza física.

Sin embargo, dos han sido, sin duda alguna, las escuelas de gimnasia que más han trabajado en este sentido; la escuela alemana, personificada por Guts Muths y Spiess, y la escuela sueca, personificada por Pedro Enrique Ling.

Estas dos escuelas, desde hace ochenta años, pretenden preponderar en todas las naciones europeas y aún en las americanas.

Aquí en Chile, esta lucha entre ambas escuelas de enseñanza física coenzó hace diez años y tuvo su origen en una conferencia que dió mi colega y amigo don Joaquín Cabezas García, en este mismo local, el 15 de Agosto de 1893.

Hasta entonces nadie conocía en Chile la gimnástica sueca.

La conferencia del señor Cabezas fué publicada en *La Libertad Electoral* y en la *Revista de Instrucción Primaria*.

El señor Nicetas Krziwan, profesor de gimnástica a la sazón en el Liceo y en la Escuela Normal de Chillán, contestó al señor Cabezas desde las columnas de un diario de aquella localidad y refutó brillantemente las teorías expuestas en dicha conferencia.

Este fué el principio de una serie de artículos sobre las gimnásticas sueca y alemana, en las que a mi juicio el señor Krziwan demostró hasta la evidencia las ventajas del sistema alemán sobre el sistema sueco.

Desgraciadamente, ambos profesores llegaron a personificar las cosas haciéndose así imposible toda discusión.

Siempre he creído que para abrir una polémica razonada acerca de ambos sistemas de educación física, no debemos personificar los hechos y atacar, como se llegó a hacer en ese entonces, *el sistema por el profesor*, sino que se debe combatir *el sistema* por su base científica, por las dificultades que él presente en la vida práctica; por los resultados que con él se alcancen etc., etc., pero no por el profesor.

Al traer nuevamente este asunto al mismo local donde tuvo su principio, lo he hecho inspirado en los mejores sentimientos y convencido de que ya es tiempo

de que hagamos algo en favor de la educación física, que durante tantos años ha tenido a nuestra juventud en la mayor anarquía y porque ya es época de que nuestros gobernantes se declaren francamente en favor de un sistema de educación física, que esté en armonía con *nuestro clima, con nuestras costumbres y con nuestro carácter.*

Voy a comenzar, señores, dando a conocer lo más brevemente que me sea posible la historia de las gimnásticas sueca y alemana y terminaré señalando las diferencias principales entre ambas escuelas de enseñanza física a fin de que las personas que no hayan tenido tiempo de imponerse detenidamente de estos dos métodos, puedan establecer las comparaciones del caso y tomar parte directa en su discusión.

Lo que pretendo es, pues, comparar los dos mejores sistemas de educación corporal, el *sueco* y el *alemán*, no tomando en cuenta para nada los demás métodos conocidos para que veamos en seguida lo que más convenga a nuestra juventud, dado el carácter, el clima, alimentación del país y lo útil que pueda ser en la vida práctica.

LA GIMNÁSTICA SUECA

Se ha dicho que el fundador de este sistema fué Pedro Enrique Ling (1776-1839). Fué alumno del Liceo de Mexiío y después ingresó al curso de teología en la Universidad de Upsala, de donde pasó a Copenhague a estudiar idiomas vivos.

Más tarde hizo viaje a Inglaterra, Francia y Alemania con el fin de estudiar literatura y como término de sus conocimientos publicó varios poemas.

En la capital de Dinamarca conoció a dos inmigrantes franceses que le enseñaron la esgrima y como notáse que con estos ejercicios mejoraba su salud y desaparecía la parálisis que durante largos años le había hecho sufrir del brazo derecho, ingresó como alumno al Instituto Gimnástico de Francisco de Næchtgall.

En 1804 se fué a Lund como profesor de idiomas y de gimnasia.

En 1813 se le nombró profesor de esgrima en la Academia de Guerra de Kalsburg y obtuvo permiso para instalar un Instituto Central de Gimnasia en Estokolmo, en Enero de 1814.

Este establecimiento es el que ha formado hasta hoy, en Suecia, a todos los profesores de gimnástica.

Hay allí tres divisiones o secciones: la pedagogía, la militar y la médica.

El primer año se forman los instructores de gimnasia, que al fin del segundo adquieren el título de profesores y al terminar el tercero, reciben el diploma de directores de gimnasia.

La instrucción teórica comprende la anatomía, fisiología e higiene, la metodología y la patología.

La enseñanza práctica estudia la gimnasia pedagógica, militar y médica, la esgrima con el sable y la *bayoneta*, y además se hacen también clases prácticas sobre esta misma enseñanza con alumnos de diferentes edades.

Hay también en el Instituto Central Real, un curso para formar profesoras de gimnasia que comprende toda la enseñanza de los hombres, con excepción de la esgrima.

Este mismo establecimiento es el que vigila y diri-

ge la enseñanza de la gimnasia en todas las instituciones análogas del reino.

En 1814, fué cuando la gimnasia principió a propagarse en el ejército y en las escuelas de Suecia.

La primera obra que escribió Ling se titula *Gymnastikens allmänna grunder*, Upsala 1834. Fué editada por sus alumnos Liedbeck y Georgü y traducida al alemán por Masmann en 1847.

La obra está dividida en seis capítulos: El 1.º trata de las leyes de la organización humana; el 2.º de los fundamentos de la gimnasia pedagógica; el 3.º de la gimnasia militar; el 4.º de la gimnástica médica; el 5.º de la gimnástica estética, y el 6.º de los medios o vehículos de la gimnasia.

Su método consiste en simplificar los ejercicios lo más posible y elegir de entre éstos sólo aquéllos comprobados por la anatomía y fisiología, como los mejores en cuanto a su efecto. Así fué cómo Ling concibió la idea de usar estos ejercicios no sólo para los sanos sino también para los enfermos.

“A la época en que Ling comienza a enseñar su método, la raza escandinávica sufría de dos grandes males: el alcoholismo y la tuberculosis”. Los elementos de la gimnástica los distribuye en cuatro grupos principales: ejercicios *activos* del sujeto y del objeto, y en *pasivos* del sujeto, y en pasivos del objeto.

De esta manera formó las cuatro partes principales de la gimnástica sueca; la pedagógica, la militar, la médica y la estética (1).

(1) KUMLIEN ET ANDRE, *La Gymstique Suédoise*, pág. 59.

Ling distingue dos clases de ejercicios, sin aparatos y con ellos.

Los primeros son sencillos, como los ejercicios libres y combinados; hay además una clase especial de ejercicios en los cuales los mismos gimnastas se ayudan mutuamente.

Los segundos son un poco más complicados y para ellos hace uso de los siguientes aparatos: colchones, y palos largos para saltar, cuerdas cortas y largas, perchas y *bommés*, tablas y barras para balancearse, escaleras, y caballos con arzones de cuero, espalderas y bancas, fosos para el salto largo y túmulos de tierra para el salto alto.

Además, admite también aparatos para nadar.

Cada clase de gimnasia comprende tres series de movimientos:

- 1.º Movimientos preparatorios;
- 2.º Movimientos fundamentales; y
- 3.º Movimientos de aplicación.

Los primeros tienen por objeto inmovilizar uno o muchos grandes segmentos del cuerpo, a fin de permitir a los grupos musculares que se quieren hacer mover, entrar en acción y dar al cuerpo un punto de apoyo determinado y fijo, situado en un plan perfectamente definido y cuidadosamente arreglado (1).

Estas posiciones son cinco, a saber:

- 1.º Posición de firme;
- 2.º Flexión media;
- 3.º En posición sentado;
- 4.º En posición acostado de espaldas, y
- 5.º En suspensión; las manos sobre la cabeza.

(1) LEFEBURE, L'Education Physique en Suède, pág. 12.

La segunda serie comprende nueve grupos, que son:

- 1.º Movimientos de las piernas;
- 2.º Movimiento de extensión de la columna vertebral;
- 3.º Suspensión de los brazos;
- 4.º Movimientos de equilibrio;
- 5.º Movimientos de los músculos dorsales;
- 6.º Movimientos de los músculos abdominales;
- 7.º Movimientos laterales del tronco;
- 8.º Saltos, y
- 9.º Movimientos respiratorios.

El plan educativo de Ling consiste en preceder la explicación teórica al ejercicio que inmediatamente se va a practicar: método racional y semejante al que usaban los griegos en el Liceo y en la Academia.

Después de su muerte, su discípulo Branting se encargó de la dirección del Instituto Central y él fué quien lo dividió en tres partes: la pedagógica, la militar y la médica.

Su hija Wendela Ling tomó a su cargo la dirección de la enseñanza para las señoritas.

Esto es, en general, lo característico de la gimnástica de Ling.

Aún podría extenderme extensamente dando a conocer los pormenores de este conocido sistema de educación física; pero no es ésto lo que he pretendido, sólo he querido dar a conocer las generalidades que identifican la gimnástica de Ling.

LA GIMNASIA ALEMANA

En Alemania fué el gran reformador Martín Lutero (1483 a 1546) el primero que pidió en uno de sus

discursos la introducción de los ejercicios gimnásticos para la juventud como el medio más apropiado para reprimir los vicios.

Así fué cómo algunos años más tarde se introdujo la gimnasia en algunos institutos y universidades entre las que debemos mencionar a las de *Selz*, en la Alsacia, fundada en 1575, la de *Túbinga* fundada en 1594, la de *Soroe* en 1623 y la de *Berlín*, en 1705.

Pero fué Juan Bernardo Basedow (1723-1790), el primero que puso en práctica, en Alemania, la idea de introducir la gimnástica en las escuelas públicas como parte de la educación racional de la juventud.

Basedow había sido profesor de gimnástica en la Academia de los nobles en Soroe y allí tuvo ocasión de observar los espléndidos resultados que alcanzaron los ejercicios gimnásticos.

En 1774 fundó en *Dessau* el filantropino, establecimiento de educación para hombres, que durante muchos años fué la escuela protegida por el príncipe Leopoldo. Comenzó por desterrar los vestidos grotescos y las bolsas para el pelo, e implantó en ella las costumbres del Instituto de los nobles. Introdujo también algunos juegos gimnásticos, las carreras, el salto, ejercicios de trepar, de balancear, de levantar y llevar pesos.

Los principios de su sistema eran:

“Toda enseñanza debe hacerse tan fácil como sea posible para la mejor comprensión del niño; toda violencia debe excluirse de la educación.”

El primer profesor de gimnasia que hubo en este establecimiento fué Simón de Strasburgo, después estuvieron Bolque, Campe y Salzmann. Este último fundó, en 1784, una escuela filantrópica en *Schnefental*, en *Gotha*, que aún existe.

El profesor más distinguido y renombrado que hubo en esta escuela, fué el célebre Juan Cristóbal Federico Gusts Muths (1754-1839), a quien se le ha llamado el abuelo de la gimnástica alemana.

Gusts Muths consagró su vida a perfeccionar el sistema Basedow y a predicar los efectos físicos y psicológicos del ejercicio corporal.

En su tratado *La gimnástica de la juventud* (1793), dividido en tres partes, estudia, en la segunda, la gimnástica propiamente dicha, los trabajos manuales y los juegos de los niños.

En el primer capítulo trata de la debilidad, afeminación y molicie del género humano declarándolos como consecuencia de la educación falsa y perversa; hace una crítica sobre los medios hasta entonces aplicados para disminuir este mal y recomienda mucho la gimnástica para conseguir un desarrollo armónico.

Más adelante dice:

“Los ejercicios gimnásticos influyen mucho en el espíritu de una nación, infunden el patriotismo, influyen en el sentimiento de la virtud y honradez y comunican también a las clases inferiores de la nación, ciertos sentimientos nobles que yo los estimo como materia indispensable de la enseñanza y educación de la nación.”

También trata de la formación de un sistema de educación corporal, exponiendo que se podrían combinar los ejercicios según los fines y la perfección que prometen para el cuerpo y el alma; pero encuentra ligera tal división. Lo que estima más conveniente es formar un sistema basado en el cuerpo mismo, dividiéndolo en partes y atribuyéndole a cada una sus ejercicios. Elige la combinación genérica por no separar los

ejercicios de la misma especie; y reconoce que este método debe emplearse en la enseñanza de la gimnástica mucho más que en cualquier otro ramo. También escribió *Juegos para recrear el cuerpo y el espíritu* (1796) y el *Catecismo de gimnasia* (1818).

Otro reformador importante en esta enseñanza es Antonio Vieth (1763 a 1836) que escribió una *Enciclopedia de los ejercicios gimnásticos*.

Su obra consta de tres tomos. El primero trata de la historia de los ejercicios gimnásticos desde los tiempos antiguos hasta principios del siglo pasado. En el segundo y tercero recomienda la introducción de los ejercicios gimnásticos en la juventud e indica también la base de una buena clasificación.

Habla sobre la estructura del cuerpo humano con referencia a la mecánica del movimiento y *estudia la clasificación anatómica de los ejercicios* y concluye dividiéndolos en activos y pasivos.

Muchos méritos en la reforma de la educación gimnástica cabe también al conocido pedagogo Enrique Pestalozzi (1741 a 1827). Es a él a quien se debe la admisión de la gimnasia en los programas de los diferentes establecimientos de educación que tenía a su cargo. —Es digno de mencionar el libro titulado *Sistema de la policía medicinal* por Frank (1745 a 1815), que influyó grandemente en la educación pública de aquel tiempo.

Pero todos los esfuerzos y empeños que se habían hecho en favor de la introducción y propagación de la gimnástica sólo habían tenido como resultado su admisión en los Institutos de educación; pero no habían podido ganar terreno en el público hasta que el padre de la gimnasia alemana, Federico Luis Jahn, le con-

quistó el reconocimiento general, practicando los ejercicios en lugares públicos.

Nació Jahn el 11 de Agosto de 1778 en el pueblo de Lanz, cerca de Lezen. Penetrándose del espíritu que animaba a su patria, fundó el primer gimnasio público en 1811, en la Hasenheide (prado cerca de Berlín) e imprimió carácter militar a la gimnástica pedagógica introduciendo el orden y el método en los ejercicios en aparatos, aspiró a convertir en soldados vigorosos y diestros a todos los prusianos jóvenes de 18 a 25 años a fin de prepararlos para la guerra de 1813 y siguientes.

Y así, el 3 de Febrero de 1813, cuando el Rey de Prusia llamó a sus súbditos a las armas, él fué uno de los primeros que ingresó a la fila de los voluntarios y se ocupó en formar la división Lütsov, que fué por su valor objeto de muchas canciones alemanas.

En 1816 publicó un tratado sobre "*Gimnasia alemana*", en el cual formula los elementos constitutivos de este arte, exponiendo un método verdaderamente notable.

En el invierno de 1817, cuando se celebró el tercer centenario de la reforma de la Iglesia y de la victoria de Leipzig, Jahn pronunció algunos discursos públicos pidiendo que se introdujera la Constitución en lenguaje tal, que originó la persecución de los gimnastas por creérseles peligrosos al Gobierno.

Los desórdenes de la fiesta de Liespach, así como la muerte del consejero Kotzebue por Zand, obligan al Gobierno a tomar medidas serias, y tan serias que no sólo negó la introducción de la gimnástica como parte esencial de la educación nacional, sino que ordenó su-

primir las asociaciones gimnásticas de los estudiantes y muchos de ellos fueron llevados presos.

En la noche del 13 de Junio de 1819 entró fuerza armada a la casa de Jahn y lo sacaron preso y lo tuvieron retenido hasta 1820.

Se le acusó de haber tomado parte muy activa en las reuniones demagógicas y de haber propagado en sus clases de gimnasia ideas y principios peligrosos para la paz y seguridad del país. En 1824 fué condenado a dos años de prisión. En 1825 lo pusieron nuevamente en libertad con la condición de que se retirara a un pueblo que distara a lo menos diez leguas de Berlín y donde no hubiera ni Universidad ni Liceo. Vivió en la proscripción hasta 1840.

Pero, cuando el Rey Federico Guillermo IV, asumió el Gobierno, le concedió la libertad y le dió la cruz de hierro, recompensándole así los sinsabores de su vida.

Murió en Freiburg el 15 de Octubre de 1852. Su último discurso lo hizo en tiempo de las perturbaciones en Fránsfurt y en algunas de sus frases nos da a conocer el objeto que persiguió durante su vida, como también su gran patriotismo y entereza de carácter.

“La unión de los pueblos alemanes, dice, fué el sueño de los primeros años de mi vida, fué la aurora de mi juventud, el sol de la edad viril, y es ahora la estrella de la tarde que me llama a la paz eterna.” Como patriota alemán intentó desterrar de su idioma todas las palabras extranjeras y reemplazándolas por otra de origen alemán.

Como profesor supo entusiasmar a sus discípulos por las costumbres alemanas y por su libertad e independencia.

Jahn fué también el inventor de la barra fija y de las paralelas.

El pueblo alemán reconecedor de sus servicios le erigió una estatua en la capital del imperio en 1869.

Entre los alumnos más aventajados de Jahn figura Juan Fernando Masmann y Ernesto Guillermo Eiselen. El primero es autor de la obra *Asuntos antiguos y nuevos de la gimnasia* (Berlín 1840), y el segundo, el mejor amigo y más celoso compañero de trabajos de su maestro.

Eiselen nació el 27 de Septiembre de 1793 en Berlín; fué alumno del Convento Gris y después uno de los primeros alumnos de Jahn.

En el año 1813, ofreció sus servicios como voluntario y más tarde reemplazó como profesor de gimnasia a su maestro.

Tenía un carácter muy distinto al de Jahn. La obra más importante que nos ha dejado ha sido una colección de cuadros de gimnasia (Berlín, 1837). Son una combinación de ejercicios en aparatos fijos según principios metódicos.

Además, escribió dos tratados sobre esgrima: *La Esgrima Alemana basada en los cortes* (Berlín, 1813), y *La Esgrima Alemana basada en la estocada* (Berlín, 1826).

En este tiempo se fundaron en Alemania un gran número de gimnasios, entre los cuales merecen ser mencionados el de Mecklenburgo, el de Dresden, y el de Stuhgard.

El año 1836, salió a luz un tratado de propaganda gimnástica, titulado *El Amparo de la Salud en la Escuelas*, por Lorinser.

Esta obra fué objeto de una larga disputa sobre el

valor de la gimnasia y trajo como resultado su propagación en las escuelas, mediante un decreto del Rey Federico Guillermo IV.

La gimnasia de Jahn era popular, y tenía como fin salvar y resguardar la patria; la parte educadora de su gimnasia no fué bastante desarrollada para que pudiera formar unidad con la educación escolar.

Los ejercicios en los aparatos artificiales, que son lo característico de la gimnasia de Guts Muths y de Jahn, no se prestaban para los cursos inferiores, lo que hizo indispensable una reforma de la gimnasia en el sentido indicado. El que completó y arregló según principios metódicos la gimnasia, de una manera que no sólo se prestó para formar parte de la educación de los niños, sino también de las niñas, desde los primeros años de la juventud, fué Spiess, el fundador de la gimnasia escolar.

Adolfo Spiess (1810-1859), el inmortal, como lo llaman los alemanes, nació el 3 de Febrero de 1810, en Santerbach, pueblo de Hessen. Su padre era el cura de la ciudad y había fundado un gimnasio según los principios de Guts Muths. Allí recibió Spiess los primeros conocimientos junto con los demás alumnos de esta escuela, y en 1828 se hizo matricular en la Universidad de Guisen, como estudiante de teología, y como no tenía dónde practicar los ejercicios, se dedicó a la esgrima.

Amigo de la infancia y entusiasta de la higiene, estudia los métodos de Guts Muths y de Jahn y crea el sistema de la gimnástica escolar, sacrificando a la sencillez y al deleite todo lo violento y aparatoso. Introduce el canto en los ejercicios que sus discípulos practican en las horas de recreo y a ratos, entre una y otra clase de enseñanza intelectual.

Spiess, con su juiciosa reforma, atrae la confianza de los padres, de los médicos y de los pedagogos, y salva del odio y del abandono a la gimnástica racional.

Desde 1824 se ocupa Spiess con preferencia a la gimnasia agrupando los ejercicios ya conocidos y formando un sistema de todos los ejercicios posibles según las leyes de los movimientos interiores del cuerpo humano.

Y en 1836 da en Suiza el primer ejemplo de una fiesta gimnástica.

Así concibió agrupar el sistema de los *ejercicios libres*. En seguida aplicó las leyes del movimiento de un individuo a una agrupación de muchos y creó un grupo de ejercicios enteramente nuevos, los *ejercicios ordinales* y, finalmente, agrupó los ejercicios *en aparatos*, según las actividades fundamentales del cuerpo, dividiéndolos en ejercicios de suspensión y de apoyo.

Su principal obra *Doctrina del Arte de Gimnasia*, comprende 4 tomos. El primero trata de los ejercicios libres para ambos sexos (Basilea, 1840). El segundo, los ejercicios de suspensión para ambos sexos (Basilea, 1842). El tercero, los ejercicios de apoyo (Basilea, 1843) y el cuarto tomo, trata de los ejercicios ordinales para ambos sexos (Basilea, 1846).

La gimnasia, según los principios de Spiess, es la *única verdadera* gimnasia escolar alemana, porque corresponde a las exigencias de las escuelas, pudiendo graduarse la materia según el desarrollo corporal de los niños de ambos sexos, desde el primer año escolar hasta la salida de la escuela y porque, a mi juicio, los ejercicios ordinales imaginados y arreglados metódicamente por Spiess, son un medio muy eficaz para desarrollar la parte ética del ser humano.

Este valor se reconoció tan pronto en Alemania que la gimnasia se introdujo en las escuelas como un ramo indispensable para la educación de la juventud, y se hizo obligatoria en todas las escuelas y colegios modernos y para que no hubiera interrupción durante el invierno, se construyeron salas apropiadas en los mismos edificios de las escuelas.

Desde entonces las escuelas normales tuvieron la obligación de suministrar a los futuros preceptores no sólo la fuerza física necesaria, sino también los conocimientos teóricos de esta enseñanza.

Al poco tiempo después, la gimnasia pasó a hacerse también obligatoria en los establecimientos de instrucción secundaria y como los profesores necesitaban mayor destreza y como la enseñanza en los aparatos requiere conocimientos más profundos de metodología, anatomía y fisiología, se fundaron escuelas especiales a fin de formar los profesores de gimnasia para los establecimientos de instrucción secundaria.

Los gimnastas alemanes han reconocido que todos los movimientos del cuerpo pueden ser estudiados y arreglados (1) en primer lugar con referencia al cuerpo humano y sus partes, sin tomar en cuenta su relación con el mundo exterior; en segundo lugar, en cuanto se ejecutan por un número de individuos relacionados entre sí, y en tercero, con relación a los obstáculos u otros agentes exteriores, sean éstos naturales o artificiales, y que se prestan para modificar los ejercicios, haciéndolos más variados y eficaces.

Según estos principios, la gimnasia pedagógica ale-

(1) JENSCHKE, Metodología especial de gimnasia 1896.
Pág. 7 y 8.

mana divide todos los movimientos en tres grandes grupos:

Primero: *Ejercicios libres*, son movimientos que se ejecutan en el suelo plano, se han derivado de la misma estructura del cuerpo y se pueden practicar a un mismo tiempo por un gran número de individuos.

Segundo: *Ejercicios de orden*, que son aquellos en que cada uno obra según las leyes que rigen a todo el conjunto. A éstos pertenecen las marchas, los bailes, las danzas y los juegos gimnásticos, y

Tercero: *Ejercicios con aparatos y en el agua*, éstos pueden ejecutarse, con aparatos portátiles y fijos. A los primeros pertenecen: el palo, el bastón de hierro, las cuerdas cortas, los aros, los dardos, los zancos, las palanquetas, etc.

Entre los aparatos fijos figuran la barra y las paralelas, las perchas, los cables, el mástil horizontal, las escalas, las anillas, el aparato de carrera circular, el caballo, el caballete, etc. Como los ejercicios en estos aparatos necesitan mayor fuerza muscular que los libres y ordinales, se ha hecho indispensable que el descanso guarde proporción con ellos, por esto es que se ejecutan simultáneamente por un número determinado de alumnos, a fin de dar a los demás el tiempo necesario para descansar

La práctica ha venido a probar que esta enseñanza sólo debe comenzar cuando el niño ha fortalecido convenientemente su cuerpo y los maestros de gimnasia no deben comenzar con el tratamiento de *tales ejercicios hasta que los niños no estén bien desarrollados*.

Finalmente, vienen los *ejercicios de natación* que, como todos los anteriores, principian con ejercicios preparatorios, ya sean en tierra firme o en el agua y ayudados por aparatos auxiliares.

Esto es, en términos generales, lo que caracteriza al sistema alemán. Veamos ahora las diferencias entre un sistema y otro.

COMPARACIONES ENTRE LA GIMNÁSTICA SUECA Y ALEMANA

1.º En la gimnástica sueca son rarísimos los ejercicios que educan el valor en el niño, y en la gimnástica alemana casi todos los ejercicios en los aparatos están tan bien graduados que con cada ejercicio nuevo no sólo se trata de aumentar la dificultad del movimiento, sino también educar progresivamente la intrepidez y el carácter.

2.º La gimnástica sueca obliga al maestro a ceñirse a un plan determinado en cada clase, sea ésta con niños de 12 a 14, sea con jóvenes de 16 a 20. Siempre se repiten los mismos ejercicios con muy pequeñas modificaciones.

La gimnástica alemana atrae el interés del niño, mediante las variaciones que se ejecutan por medio de los diferentes aparatos, en los cuales el mismo ejercicio toma diferentes formas que interesan a los alumnos.

3.º La gimnástica sueca nació como un sistema medicinal y sus fines son también medicinales.

La gimnástica alemana nació al calor de las grandes luchas por la existencia y no sólo es científica, sino que tiende a preparar al niño para la vida práctica, acostumbrando al cuerpo a vencer los obstáculos que se le presentan y preparándolo para todas las vicisitudes de la vida.

4.º La gimnástica sueca no tiene aparatos portátiles por creerlos innecesarios.

La gimnástica alemana puede graduar sus ejercicios de tal manera que las clases resultan mucho más interesantes y así por ejemplo, en los aparatos portátiles la graduación no sólo consiste, como en la gimnástica sueca,

en la repetición del mismo ejercicio, sino también en la graduación de pesos de diferentes tamaños.

La barra de hierro, las palanquetas, el palo, etc., son aparatos de igual peso con que se cargan las dos extremidades, igualando el desarrollo de ambas partes del cuerpo (brazos, piernas, etc.)

5.º En la gimnástica sueca, la repetición del mismo grupo de ejercicios trae, por consecuencia, la monotonía y ésta, el aburrimiento de los alumnos.

En la gimnástica alemana la variedad de los ejercicios y las escasas repeticiones, hacen que el niño tome interés por la clase, y así se asegura la buena disciplina.

Además una clase por el sistema alemán proporciona al maestro la ocasión de acostumar a sus alumnos a que todos obren según su voluntad, haciendo que en los aparatos se ejecuten los movimientos a un mismo compás, de tal manera que los precipitados los moderen y los que son flojos los aceleren.

6.º Los ejercicios libres en el sistema sueco se ejecutan con mucha lentitud, mientras que en el sistema alemán son lentos al principio y más ligero y enérgicos después.

Hechas estas comparaciones, ha llegado el momento de pensar cuál sería el ideal de la enseñanza física en nuestro país.

No dudo que todos estaremos de acuerdo en la formación de un sistema *nacional ecléctico* tomando de todos los sistemas conocidos aquellos ejercicios que reúnan las cualidades inherentes a Chile y que al mismo tiempo, siendo higiénicos y estando en armonía con nuestro clima, con nuestro carácter, etc., sirvan para preparar al hombre a la lucha por la existencia y a la defensa de la patria.

Desgraciadamente, nadie se ha dedicado hasta hoy

en este país a estudiar con debida atención esta materia que es en Europa la preocupación constante de los gobiernos.

La Alemania, la Suecia y la Italia han formado ya sus sistemas nacionales de educación física y otros países como la Francia y la Escocia han comenzado a formarlos.

Tengo aquí, a la mano, la traducción de un artículo publicado no ha mucho en la *Revue Pedagogique*, que se titula "*La educación física en las escuelas de Escocia*", y que dice, refiriéndose a la enseñanza física inglesa (Leyó un fragmento) :

¿Por qué, pues, nosotros no imitamos el ejemplo que nos dan estas naciones y formamos también nuestro sistema de educación física?

Muchas personas quieren que hagamos esta selección sacando de las gimnásticas sueca y alemana los mejores ejercicios y los apliquemos a la vida práctica de nuestras escuelas; pero sería el caso de preguntar: ¿No sería peligrosa esta selección? ¿No quedaría incompleto nuestro sistema? Ahora ¿sería este un sistema nacional en armonía con nuestro clima, con nuestro carácter, con nuestro modo de vivir, etc.?

Yo, en verdad, no me atrevería a asegurarlo y creo que este sistema, conocido en Europa con el nombre de Roschtein-Ling, no sirve para Chile. Estimo más conveniente el *eclecticismo*, este es el verdadero ideal.

Pero esto demorará probablemente mucho tiempo, porque aún no hay en este país persona alguna que conozca a fondo todos los sistemas de educación física conocidos.

¿No sería mejor que comenzáramos por formar la base de nuestro sistema, estudiando el clima, el carácter

y las costumbres de Suecia y Alemania y los comparemos con el nuestro?

¿Estudiar los fines que se persiguen con estos dos sistemas en la vida práctica de una escuela?

Todo esto es sumamente interesante para formar la base de nuestro futuro sistema de educación física.

Es necesario que hagamos algo en beneficio de nuestra enseñanza y terminemos una vez por todas con la anarquía en que nos encontramos hoy.

Esto es importantísimo, ahora que se piensa reformar el plan de enseñanza primaria y secundaria y más aún, cuando pende de la consideración de la Cámara de Diputados, un excelente proyecto de ley presentado por el honorable diputado por Santiago, don Manuel Salas Layaqui, en el que pide disminución del trabajo intelectual del niño y aumento de las horas destinadas a la enseñanza física.

Por mi parte, interesado como estoy, en aplicar y conocer las ventajas que se pueden alcanzar con estos dos sistemas de enseñanza, *yo invito a los profesores de educación física por el sistema sueco* a que me acompañen en esta obra de verdadero patriotismo.

Que alguno de ellos se tome el sacrificio de practicar este sistema en un curso de una escuela durante seis meses o un año.

Yo, a mi vez, me comprometo a hacer lo mismo en otra de igual categoría, durante el mismo tiempo para ensayar el sistema alemán. Que se nombre por el Gobierno o por esta misma Sociedad una comisión de personas competentes que se encarguen de tomar la *antropometría* según el sistema francés que es hoy lo más moderno. Que dicha comisión visite periódicamente estas escuelas, que se imponga de ambos sistemas estudiando sus ventajas

y el gusto que por él tomen los alumnos y que después nos presenten su informe.

Los pocos años de práctica que he dedicado a la enseñanza de este ramo en diferentes establecimientos y el conocimiento que tengo del carácter, del clima, de nuestras costumbres, etc., me han hecho comprender que sólo se interesa un niño por la gimnasia, cuando se le ofrece suficiente variedad de ejercicio.

Pero como es sumamente interesante insistir en la formación de un *sistema nacional de educación física* y mientras esto se hace, terminar de una vez con la anarquía que hoy se ha apoderado de esta enseñanza, voy a entrar a comparar el clima, el carácter y de la alimentación de Suecia y Alemania, para que veamos que nuestro clima y nuestro carácter se asemejan más al alemán que al sueco.

EL CLIMA DE SUECIA Y ALEMANIA

Suecia y Alemania se encuentran en una misma zona, es decir, en la templada, en la que llueve en toda época del año.

Los vientos calientes son los del oeste del Atlántico y los vientos fríos del invierno son los del oriente.

En ambos países cae más o menos igual cantidad de agua.

En Alemania, tomando por ejemplo a Munich, la temperatura media del año es de 10°, en Berlín 8½°; mientras que en las partes más australes de Suecia es de 7½°, lo que coincide con la de Punta Arenas.

En Estocolmo la temperatura media del año es de 6°, que en Chile coincide con la temperatura del canal de Beagle.

El centeno que se cultiva en Punta Arenas tiene que ser renovado cada tres años por semillas traídas de Suecia o Dinamarca.

La temperatura de 10° en Alemania corresponde a la temperatura de Puerto Montt.

En Suecia del Sur, la temperatura en el invierno es mucho más baja que la del Cabo de Hornos, y así, por ejemplo, en Estocolmo alcanza a 2°, mientras que en Munich, en la misma época, alcanza a 3° y en Santiago a 8.39°.

La temperatura del mes más caliente en Estocolmo es de 16°, en Munich de 21° y en Santiago de 27°.

En general, podemos decir que el clima de Chile es diferente del de Suecia, se asemeja más al de Alemania y es casi igual al de España e Italia.

Pasemos ahora a considerar otros factores que debemos tomar muy en cuenta al hacer un estudio detenido de estos dos sistemas de enseñanza física, esto es, el carácter de ambos pueblos y las costumbres.

Los suecos pertenecen al mismo tipo que los noruegos.

Los suecos no han tomado parte importante en el desarrollo comercial del último siglo, mientras que Alemania se ha distinguido en Europa como también se ha distinguido Chile en América.

La primera fuente de entradas de Suecia es la exportación de maderas, que ha traído como consecuencia la destrucción casi completa de los bosques.

La Alemania tiene su principal fuente de entradas en la exportación de mercaderías y elementos químicos.

Chile hasta hoy ha vivido de las grandes entradas que le proporciona la exportación del salitre.

Los suecos, tomando la generalidad, se alimentan

más bien de substancias animales, que vegetales. Dan mucha importancia en la alimentación a lo que llamamos quesillos. Mientras que la alimentación alemana es, por lo general, vegetal, como lo es en Chile para el mayor número de personas, que son los pobres.

La agricultura se ocupa, en Suecia, con la siembra de la cebada, que se da de gran tamaño, y como la temperatura y el clima, como lo he expuesto anteriormente, son iguales a la de Punta Arenas, donde se hacen grandes plantaciones de esta legumbre, los agricultores importan anualmente sus semillas de Suecia y Dinamarca.

Interesantes datos nos da a este respecto la obra *Estudios del Cultivo* en Punta Arenas, hecha por el suizo Mister Bruk en el año 1895.

Dice: "*Cebada*.—Punta Arenas produce también la cebada que se siembra en Abril y madura en Marzo siguiente. Se da en muy buenas condiciones cuando sus semillas son traídas de Suecia.

Nabos.—Para que pueda producirse es necesario importar las semillas de Suecia o Dinamarca.

Mostaza.—Sólo se da si sus semillas se importan de Suecia o Dinamarca."

Hasta hace poco el sombrero era muy poco conocido y usado en Suecia por la mujer, que lo reemplazaban por un paño negro de seda, con el que cubrían la cabeza y en el invierno usaban un paño triangular tejido (punta).

El color más preferido para sus vestidos de fiesta es el negro.

En general, podemos decir que los suecos forman una raza noble y fuerte, que en todas partes trabajan mucho por el desarrollo de las escuelas, aunque se dice que con el sentido para los goces intelectuales anda muy

mezclada la tendencia de ganar mucho dinero en poco tiempo.

En los últimos tiempos se ha desarrollado mucho la temperancia. El 99% de todos los suecos pertenecen a la iglesia luterana.

Sabemos que en el mundo hay razas de cabeza alargada y otras de cabeza redonda. A los primeros los antropólogos les ha dado el nombre de dolicocefalos y a los segundos, el de braquicefalos.

Ahora bien, se ha llegado a comprobar que los dolicocefalos tienen un carácter muy distinto al de los braquicefalos, al paso que éstos se distinguen por ser muy emprendedores.

Aplicando esto a nuestro asunto, resulta que los suecos son dolicocefalos, como lo prueban todas las obras antropológicas, los alemanes son braquicefalos y los chilenos son también braquicefalos.

Podemos decir que el carácter y el clima de Suecia se parecen al carácter y clima de Punta Arenas. Que el carácter y clima de las provincias australes de Alemania, armonizan con el clima y el carácter de los chilenos de Valdivia.

Como se ve, no es el clima de Suecia ni el carácter dolicocefalo el que más se armoniza con el nuestro.

Tampoco nuestro clima y nuestro carácter son iguales al alemán; pero es necesario reconocerlo, ellos están más cerca de nosotros.

Aunque es cosa ya resuelta que los sistemas importados y aplicados a la vida práctica de Chile no simpatizan con él, es necesario que hagamos un estudio detenido de estos dos sistemas de educación física, para que veamos cuál de ellos nos puede servir como base para que formemos el nuestro. Y cuál de ellos es el que debe

subsistir mientras que nosotros estudiamos a fondo todos los sistemas de enseñanza física y hacemos la elección, sacando de cada uno los mejores ejercicios.

Voy a terminar, señores, proponiendo las siguientes conclusiones :

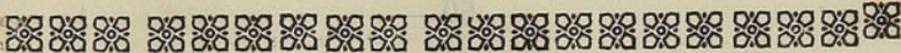
1.^ª La Asociación Nacional de Educación reconoce que es indispensable la formación de un sistema de educación física nacional, que estando en armonía con nuestro clima, con nuestro carácter y con nuestras costumbres, corresponda a los fines que persigue nuestra enseñanza;

2.^ª Acuerda nombrar una comisión compuesta de profesores, médicos y militares para que estudien y vigilen durante un año el sistema sueco y alemán, en la vida práctica de dos escuelas de igual categoría, y al final de ese tiempo nos presente un informe;

3.^ª Recomendar al Gobierno la necesidad de hacer cuanto antes ley de la República, el proyecto presentado a la Honorable Cámara de Diputados por el señor don Manuel Salas Lavaqui; y

4.^ª Pedir al Gobierno que comisione a una persona de reconocida competencia para que estudie en Europa y en Estados Unidos, los diferentes sistemas de educación física.

(Estas conclusiones fueron aumentadas a ocho, aparecen publicadas en las actas de la Asociación de Educación Nacional, en los números 4 y 5 del año 1905).



Debates sobre Educación Física

1904

(Rectificaciones a la 1.ª réplica dada por el señor don Joaquín
Cabezas en la Asociación de Educación Nacional)

Señor Presidente, señoritas y señores:

Me siento verdaderamente honrado al poder usar nuevamente de la palabra ante un público tan numeroso, tan escogido, ante tan gran número de maestros y maestras, cuya misión es desenvolver armónicamente las facultades físicas, morales e intelectuales de la niñez.

No es mi ánimo venir a refutar los conceptos emitidos por el señor Cabezas, en su conferencia, sino rectificarle algunas observaciones de carácter científico respecto a los métodos gimnásticos sueco y alemán.

Comienza el señor Cabezas con una larga introducción acerca de la gran importancia que tiene la discusión presente en los momentos en que el Congreso y los hombres dirigentes de la instrucción principian a dar la verdadera importancia a la educación física de nuestra juventud. Me felicita, por haberle dado la ocasión de tomar parte en un debate de tanta importancia y poder así, probar una vez más las ventajas del sistema sueco sobre el alemán; pero más adelante declara que he he-

cho cargos infundados al sistema de Ling, presentándolo ante la Asociación, distinto al que verdaderamente es. Declara estar en completo desacuerdo conmigo en lo referente a las comparaciones climatológicas y antropológicas que hago en la última parte de mi conferencia.

Habló sobre lo absurdo del sistema alemán y lo compara con la clasificación que de los animales hacían los naturalistas antiguos, clasificándolos por el color del pelo.

Arregló el plan de Ling a su manera y me atribuye pensamientos y conclusiones que nunca he expresado.

En resumen, se concreta a hacer un estudio de la gimnástica sueca dando a conocer sus grandes ventajas medicinales y termina pidiendo abandonar estas discusiones, a su juicio de ninguna importancia; y encuentra mejor que la Asociación se ocupe en reunir los juegos araucanos que fueron los que dieron vigor a nuestra raza.

La verdad es, señor Presidente, que me ha sido casi imposible ordenar las ideas emitidas por el señor Cabezas en su conferencia.

Habla de muchas cosas, y por último *no prueba nada*. Reuye la invitación que hice a los profesores suecos para ensayar este sistema a un mismo tiempo que el alemán, en dos escuelas de igual categoría, *me ofrece documentos y no me los trae*, y por fin termina sin proponer ninguna modificación a mis conclusiones.

Pero para conservar el orden de su exposición, voy a comenzar rectificándole punto por punto sus observaciones más importantes y pido disculpas al señor Cabezas si incurro en alguna contradicción; pues, *no habiéndome prestado su trabajo para leerlo*, he tenido que echar mano a las breves anotaciones que tuve la suerte de hacer.

Principia el colega, como dije, exponiendo que he hecho cargos infundados al sistema de Ling, cuando en verdad, señor Presidente, yo no he formulado cargo alguno en contra de este sistema, sino que, al contrario, he reconocido que es excelente por sus condiciones higiénicas y por sus fines medicinales. A no ser que mi colega llame cargos infundados, a aquella estimación mía en que aseguro que *este sistema no se aviene* al clima, ni al carácter, ni a la alimentación de este país.

Este mismo cargo podría hacérseme porque considero que tampoco el sistema alemán escolar está de acuerdo con nuestro modo de ser, razón por la cual persigo la formación de un sistema nacional ecléctico, tomando como lo dije bien claro, de todos los sistemas conocidos aquellos ejercicios que reúnen las cualidades inherentes a Chile y que al mismo tiempo, siendo higiénicos, sirvan para preparar al hombre a la lucha por la existencia y a la defensa de la patria. El señor profesor, cree ver en mí a un ardoroso partidario del sistema alemán. Nó, señores, está en un profundo error, no soy partidario ni del sistema sueco ni del sistema alemán, sino del *sistema nacional* y así creo dejarlo bien establecido en la primera de mis conclusiones.

Con el propósito de sacar algo práctico para nuestra enseñanza, después de haber expuesto que los sistemas importados y aplicados a la vida práctica de Chile no simpatizan con él; propuse en mi primera conferencia que la “Asociación de Educación Nacional reconoce, que *es indispensable la formación de un sistema nacional de educación física que esté en armonía con nuestro clima, con nuestro carácter, con nuestras costumbres y que corresponda a los fines que persigue nuestra enseñanza.*”

El señor Cabezas, ¿se opone a la formación de este sistema? Esto no lo declara en su refutación, que es precisamente el punto que se discute. ¿Cree que puede implantarse en Chile el sistema sueco? Si así lo estima, ¿por qué no acepta la invitación para ensayarlo en la práctica de una escuela? Sólo entonces podría asegurar ante esta Asociación, con hechos concretos, que produce buenos resultados y tendría en mí a un ardoroso defensor de la gimnasia de su predilección, pero mientras no lo ensaye en el país estimo y seguiré creyendo que en Suecia producirá tal vez muy buenos resultados: *pero que aquí puede fracasar.*

Bien sabemos señores, que toda planta exótica no se desarrolla convenientemente en cualquier país que se la lleve. Para probar esto basta recordar que en el año 1891, siendo Ministro del Interior don Manuel José Irrázaval, implantó en Chile un nuevo sistema de comunas; la comuna autónoma, que en Suiza había producido resultados sorprendentes, y sin embargo en este país ha fracasado por completo.

Esto probará cuán necesario es que antes que adoptemos un sistema de educación física lo ensayemos en la vida práctica. Esto es lo que yo he propuesto y lo que mi distinguido contradictor no acepta.

Con admirable sangre fría, introduce mi colega, alteraciones en el plan de los ejercicios fundamentales de Ling.

Hablando de la segunda serie, altera los ejercicios 8 y 9. Y así, el 8 que ordena ejercicios de saltos y el 9 ejercicios respiratorios, como se ve, en la obra de Lefebure, página 12 y Kumlien página 88, los altera dando al 8 los ejercicios de marchas y carreras y al 9 los ejercicios de saltos. Esto es sin comparar la división que de

estos mismos ejercicios nos hizo el señor Cabezas en la conferencia que dió en este mismo local el 15 de Agosto de 1893, en donde atribuye al plan de una lección por el sistema sueco 10 grupos de ejercicios. (*Revista de Instrucción Primaria*, tomo 8.º, pág. 58). Parece que el señor Cabezas desconoce o atribuye hoy muy poca importancia a los ejercicios respiratorios, porque nó de otra manera los hace desaparecer del plan de una lección.

Está de acuerdo, conmigo, en reconocer que la disposición de una clase es la misma, ya se ejecute con niños u hombres y para demostrar la variedad de los ejercicios del sistema que defiende, nos hace la traducción de la visita que hizo el comandante Lefebure a una escuela de Estocolmo. Insisto en repetir nuevamente, que los niños chilenos son de temperamento más vivo y de carácter más indisciplinado.

Es, pues, muy necesario que estudiemos con toda atención el carácter y el modo de ser de nuestra juventud; tiempo llegará en que podamos dar cuenta de los resultados que se alcancen con estos dos sistemas de enseñanza física.

Entro ahora, a ocuparme de una de las aseveraciones más graves que ha hecho el señor Cabezas: *No influye el clima ni la alimentación en el ejercicio* nos ha dicho mi distinguido colega y con ésto, da por contestada la última parte de mi trabajo. No atino a comprender cómo ha podido hacernos semejante afirmación. Ningún fisiólogo del mundo niega el gran papel que tienen el clima, el carácter y las costumbres de un pueblo en el ejercicio. Y para probarlo veamos lo que a este respecto nos dice Demeny en su obra: *Les bases scientifiques de la Education physyfique*, la misma obra tantas veces citada en el curso de las refutaciones del señor

Cabezas. En la página 43, hablando de la influencia del medio en el ejercicio, dice: “El concepto de dos fuerzas exteriores en el individuo está en conflicto constante con el organismo; éstos concluyen por dejar en él huellas profundas; esta influencia del medio causa las diferencias entre las razas cuya situación geográfica y climatológica difieren.

“Los habitantes de las islas, de las costas, de las montañas, de los valles y de las llanuras, de las selvas y de los desiertos, se resienten de las acciones diversas de estos medios y se transforman.

“El habitante de la ciudad no es lo mismo que el campesino, y las causas de estas variaciones no son otras que la composición del *aire*, del *agua*, del *suelo*, de los *alimentos*, de la intensidad de la luz y del calor, del estado de humedad de la atmósfera, su pesadez, la presencia de la electricidad y del ozono.”

Y este mismo autor, señores, defiende la formación del sistema nacional que yo persigo. Oigamos lo que dice: “En todos estos casos los procedimientos de educación deben ser modificados y adaptados *al medio especial en donde uno se encuentra*. Las condiciones del estudiante de la ciudad o del campo son un ejemplo patente. A uno falta la salud; al otro la destreza y el pulimento; a nadie se les ocurrirá tratarlos de una misma manera.”

En la página 47, hablando de la influencia de la alimentación en el ejercicio, dice el mismo autor: “La alimentación es un *factor esencial de la educación física*; obra según sus cualidades, y su cantidad, debe ser tanto más rica cuanto que el gasto del organismo es más considerable.

“La nutrición es cosa compleja, de ella depende el perfeccionamiento de los órganos. No basta comer mu-

cho, es preciso alimentarse, es en esto donde el ejercicio tiene una influencia enorme, aumenta la actividad de los cambios nutritivos. Podemos admitir que normalmente están en razón con el gasto. Esto es verdadero, dentro de ciertos límites, el exceso de trabajo; el sobrecargo no obran ya como el ejercicio moderado, alteran estas relaciones nutritivas, la alimentación puede no ser lo suficientemente reparadora. Habrá ocasión de examinar de muy cerca estas condiciones.”

Como se ve, para la educación del cuerpo y del alma se requiere detenido estudio de la influencia de los alimentos en la instrucción, en la fuerza, en el carácter; la relación entre el trabajo mental y las funciones vitales; sobre la materia y forma de los vestidos, sobre el aire y la luz. Y para reforzar más mi teoría voy a leer lo que nos dice Mariano Carderera en su *Diccionario de Educación y Enseñanza*, hablando sobre la influencia de la alimentación y de la luz (léase tomo I, pág. 131, y el tomo III, pág. 509). Es, pues, un grave error del señor Cabezas si cree, como lo ha manifestado, que no influyen el clima, el carácter y la alimentación en el ejercicio. Y aquí creo de mi deber, concluir con las mismas palabras con que terminaba el señor Cabezas su réplica diciendo que nos merecen más fe las opiniones de Demeny y de Carderera, que las novísimas teorías del distinguido colega.

Además he observado poca lealtad en las refutaciones que de mi trabajo hace. Comprendo que fácilmente pudiera haber cometido un error, *si no hubiera tenido mi trabajo a la vista* (por habérselo facilitado yo), pero lamento que al dar a conocer la división de los ejercicios de Spiess haya omitido en el segundo grupo los juegos

gimnásticos a los que tanta importancia atribuye la gimnástica alemana.

Declara que el plan alemán es absurdo y lo compara con medicamentos enfrascados. Después entra a analizar el grupo de los ejercicios libres y toma para ello la extensión de los brazos arriba y para mostrar los defectos de este ejercicio practicado según el método de Spiess nos ha mostrado un fotograbado tomado al desnudo de un gimnasta sueco (Demeny, obra citada, pág. 222), y un clisé en que apenas se divisa una niña (vestida) ejecutando el mismo movimiento (*Guía de Gimnasia* de Jenschke, pág. 35) y muy contento de su obra, concluye diciéndonos: “como se ve, los suecos exigen mejor posición”. Por desgracia, el señor Cabezas demuestra aquí no conocer a fondo el sistema que critica. Ignora que la gimnástica alemana hace una división muy bien marcada de los ejercicios para el sexo masculino y femenino, y la posición arqueada de los brazos, que critica, se debe a dos cosas muy distintas, a la mala ejecución de un movimiento; éstas, son: la estrechez del vestido y la estética del movimiento en la mujer. No notará lo mismo en Argerstein, página 23.

Habría agradecido mucho más al señor Cabezas, si nos hubiera presentado el fotograbado de dos gimnastas (sueco y alemán) vestidos o desnudos, en la misma posición, para ver, qué diferencia existe entre un movimiento libre de uno y otro sistema.

No habría encontrado ninguna diferencia y tan es así que termina esta parte de su refutación declarando, después de todo, que *casi no existe* diferencia entre los ejercicios libres de una y otra escuela y agrega que estaríamos en completo acuerdo si quitáramos a la gimnástica alemana los aparatos que deforman el cuerpo.

No insiste ya, mi colega, en la diferencia de los ejercicios libres y reconoce hoy lo que no reconocía hace diez años (1).

Veamos ahora, cómo interpreta el señor Cabezas una parte de mi trabajo y las conclusiones que de él infiere:

“La gimnasia de Jahn, dije, era popular y tenía como único fin: salvar y resguardar la patria; la parte *educadora* de su gimnasia no fué bastante desarrollada para que pudiera formar unidad con la educación escolar.

“Los ejercicios en los aparatos artificiales, que son lo característico de la gimnasia de Guts-Muths y de Jahn, no se prestaban para los cursos superiores, lo que hizo indispensable una reforma de la gimnasia en el sentido indicado.

“El que completó y arregló, según principios metódicos, la gimnasia de una manera que no sólo se prestó para formar parte de la educación de los niños sino también de las niñas desde los primeros años de la juventud, fué el fundador de la gimnasia alemana escolar, Adolfo Spiess.”

De lo anterior desprende mi contradictor que la *gimnasia alemana escolar* es impropia para los niños chicos, que los ejercicios en los aparatos artificiales son los característicos de la gimnasia alemana, y todo esto dice que lo he dicho yo, cuando en realidad lo que dije es lo que acabo de leer.

Después entra a ocuparse de algunos errores que dice cometí y alega que los ejercicios en aparatos no nece-

(1) Véase *Revista de Instrucción Primaria*, páginas 57 y 225.

sitan de mayor fuerza que los ejercicios libres, para lo que toma algunos como ejemplos.

Al hablar de este asunto, tomé la generalidad de los ejercicios en aparatos, sin excluir tampoco a los del sistema sueco, y esto no lo podrá negar mi contradictor, puesto que las curvas rígidas en las espaldas, los movimientos de equilibrio sobre la *bum*, las tensiones abdominales sobre la banca, el salto sobre las dos barras con *apoyo* de las manos, las suspensiones en las anillas, las dominaciones en la barra y los ejercicios de trepar, necesitan sin duda alguna muchísimo mayor fuerza.

También nos dice que *los ejercicios de apoyo son malos* porque deforman los hombros y hacen desempeñar a los omóplatos el papel de las caderas. Perfectamente, así lo manifiesta también Lagrange en su *Fisiología de los ejercicios corporales*, con la única diferencia, que se refiere a los gimnastas de profesión y no a la gimnasia alemana escolar, como lo dice bien claro en la página 289.

El señor Cabezas estima, como Demery, que para desarrollar el pecho hay que tratar de levantar las costillas y yo opino como Lagrange, que dice en la obra ya citada (pág. 274) :

“Si se quiere desarrollar el pecho, no hay que tratar de levantar las costillas, sino de llenar de aire todas las células del pulmón; no se conseguirá por ningún medio mecánico, y las más sabias combinaciones de los movimientos musculares no dan más que un resultado incompleto cuando no van acompañados del movimiento, voluntario o instintivo, de la inspiración forzada.

Los experimentos de Demeny prueban eminentemente que las actitudes gimnásticas señaladas por él son las más eficaces para levantar las costillas; pero prueban también que este ensanchamiento, llevado al sum-

mun, no basta para dar al pulmón toda la amplitud posible, puesto que en el momento en que las costillas se levantan, el diafragma es atraído hacia el pecho y las vísceras suben. El campo respiratorio pierde así, en la base del pecho lo que gana en la parte superior.”

Es un error creer, pues, que solamente los ejercicios en la barra, en las paralelas, en las anillas, etc., son los que deforman, cuando también los ejercicios libres hechos con exageración acarrearán al cuerpo resultados idénticos.

Y por último, señor Presidente, si verdaderamente los ejercicios en los aparatos de la gimnástica alemana deforman el cuerpo, ¿cómo se concibe que no los hayan desterrado aún del uso en las escuelas de Alemania, de Inglaterra, de Francia, Dinamarca, etc.?

Creo que bien vale la pena, señor Presidente, que nos ocupemos de continuar estudiando con toda atención los sistemas de gimnástica sueca y alemana y que los apliquemos cuanto antes a la vida de dos escuelas de igual categoría. Entonces será tiempo de que volvamos a oír al señor Cabezas, disertar con verdadero conocimiento sobre la materia que hoy demuestra conocer sólo en teoría.

Insisto en rogar, a mi distinguido colega, y a todos los profesores por el sistema sueco, a que no nos abandonen y que nos acompañen en esta obra que considero de verdadero patriotismo.

Si el señor Cabezas se encuentra en malas condiciones, como lo ha declarado, ¿no habrá alguno de sus alumnos de entre los profesores que formó en el Instituto Pedagógico, que secundado por él pueda encontrarse en mejores condiciones?

Tal vez olvida el señor Cabezas que hace ya dos años que fué comisionado por nuestro Gobierno para contra-

tar en Europa a dos profesores de gimnasia para el Internado Nacional.

Hemos tenido oportunidad de visitar las clases de estos profesores y hemos quedado admirados de su gran competencia y conocimientos pedagógicos.

Invitado por el Rector del Internado Nacional para pasar a ese establecimiento a visitar una clase de estos profesores, me pude convencer que tampoco es exacta la aseveración del señor Cabezas, en cuanto a que no se ha hecho en Chile clases por el sistema de Ling.

Repito, porque de ello estoy bien seguro, que estos profesores hacen honor al establecimiento donde prestan sus servicios.

¿No podría alguno de ellos, señor Presidente, reemplazar al señor Cabezas, con ventaja, y llegar así el momento de las demostraciones prácticas en vez de las discusiones de mera palabrería?

Voy a terminar, señor Presidente, insistiendo en todas mis conclusiones, porque creo que es el mejor medio de hacer algo práctico en el ramo de la enseñanza física de nuestro país.



Últimas observaciones en el tema sobre Educación Física

(EN CONTESTACION A LA SEGUNDA REPLICA DEL SEÑOR DON
JOAQUIN CABEZAS)

1904

Voy a contestar al señor Cabezas algunas de sus más importantes observaciones hechas en su última conferencia, y como lo prometí trataré de tocar sólo aquellos puntos que estén relacionados directamente con este debate, a fin de que podamos concentrar nuestras ideas hacia mis conclusiones.

Cuando nos anunció, mi contradictor, la lectura de ciertos documentos muy interesantes, vine con todo gusto a oírle, pues me imaginé que ella tendría como único objeto comprobarnos los motivos en que se fundaba para no aceptar, como lo expresó, la formación de un sistema nacional de educación física. Al mismo tiempo creí que nos iría a dar a conocer la necesidad de adoptar el sistema de Ling como el único medio de mejorar las condiciones actuales de nuestra enseñanza corporal.

Pero, ¿qué nos leyó el señor Cabezas? Muchas *cartas-documentos*, revistas y obras de Dinamarca, Bélgica, Italia, etc., que no tratan de otra cosa, que de la reforma de la enseñanza física en aquellos países, de la necesidad en que se han visto esos gobiernos de formar su sistema nacional, sea basado en el sistema sueco o en el alemán. Esto es lo que nos probó el señor Cabezas.

Y después de terminar aquella interesante lectura, declara que se opone a que en Chile se forme un sistema nacional. Yo no atino a comprender, señor Presidente, qué es lo que el señor Cabezas desea? Se opone a la formación de un sistema nacional, y en vez de darnos a conocer sus fundamentos, viene a leernos una larga documentación para probarnos que en ningún país de Europa se ha aceptado el sistema de Ling sin modificaciones.

En Dinamarca, es un sistema nacional compuesto de una mezcla del sistema sueco y alemán, Ling-Rothstein, que tiene más de éste que de aquél, como lo comprueba el doctor Fragua en el tomo primero de su obra "*Tra-tado de Gimnástica*", página 151. (Léase). Esta obra no es muy antigua, señor Presidente, es de 1893, y la reforma en Dinamarca se hizo entre 1886 y 88.

El señor Cabezas me había ofrecido también ciertos documentos con el fin de probarme que en Francia no se estaba formando, como lo aseguré un sistema nacional, sino que oficialmente se había introducido ya el sistema sueco.

Y todos los documentos que a este respecto traje son, la obra del profesor Demeny, "*Las bases científicas de la educación física*", y cree habernos dejado a todos muy convencidos con habernos dicho: "Este profesor, que es uno de los más ardientes partidarios del sistema sueco, es el actual Director de la Escuela encargada de formar a los maestros de gimnástica en París".

Así como ésta son todas las afirmaciones de mi contradictor. Pues el señor Demeny no es el Director de este establecimiento, sino un simple profesor de Yoinville-le-Pont; como él mismo lo declara, y entre director y profesor, hay que distinguir. Y aunque fuere el Di-

rector, ¿prueba con ésto que el sistema sueco se ha introducido oficialmente en Francia?

Esto es tan absurdo como si en Europa llegaran a creer que en Chile también se ha adoptado el sistema sueco, porque el señor Cabezas es el actual profesor de gimnasia del Instituto Pedagógico y del Instituto Nacional.

Yo declaré ante esta Asociación, que en Francia se estaba formando un sistema nacional basado en el sistema alemán, y a principios de 1902 decía en un diario de esta capital: “Alemana es la gimnasia que se ha enseñado en Francia, Bélgica y Dinamarca, etc., etc.”, y para ello me fundaba en documentos oficiales como creo que son los “*Programas de la enseñanza de la gimnástica en los establecimientos de enseñanza primaria y secundaria*”, publicados por el Ministerio de Instrucción Pública y de Bellas Artes de París en el año 1892. En la página 73 de esta obra se ven algunos grabados en que se están practicando ejercicios con barras. (Véase). En la página 83, se ven ejercicios con mazas. (Véase). Y en la página 136 se ven algunos ejercicios en paralelas, todos ellos, aparatos que no acepta el sistema sueco.

Mi colega me dijo que se habían publicado últimamente otros programas; pero esos programas no se conocen en Francia, porque yo los pedí directamente al Ministerio de París el año pasado, y me remitieron éstos, donde no aparece el Programa de gimnasia. (Los mostré). Los pongo a disposición del señor profesor, son de 1902. Además, el señor Cabezas nos aseguró en la Sección de Higiene, del último Congreso Pedagógico, que el Gobierno francés, convencido de la inutilidad del sistema alemán, había hecho cortar los pórticos y destruir los aparatos alemanes que existían en las escuelas de Francia.

Esto tampoco es exacto, y para probarlo voy a recurrir a la obra del doctor Augusto Schmith, que en la página 46, nos dice: “Quiero agregar que en Francia también siguen la agrupación de los ejercicios correspondientes al fin que persiguen. *Sin adoptar los ejercicios ni los aparatos específicos de los suecos*”, y para ésto el mismo doctor cita la obra del profesor Demeny: “*Guide du maître chargé de l’enseignement des exercices physiques dans les Ecoles publiques et privées*”, París 1899, que declara que los ejercicios se ejecutan agrupados en tres grupos correspondientes y que se practican en los mismos aparatos que existen en las escuelas y no en aparatos suecos. Esto demuestra también claramente mis aseveraciones respecto a la formación de un sistema nacional de educación física en Francia.

Además, señor Presidente, deseoso de ilustrar este debate con los últimos adelantos que la ciencia hace, en la reforma de la educación física en Europa, me tomé la libertad de pasar, en uno de los días de la semana pasada, a visitar al distinguido jefe del Estado Mayor General, don Emilio Korner, que, como sabemos, acaba de regresar, después de haber visitado los países más adelantados de Europa. Impuesto del objeto de mi visita, me declaró con toda amabilidad que estimaba muy interesante una reforma de la enseñanza física en nuestro país, y se alegró mucho cuando le dije que lo que yo perseguía era la formación de un sistema nacional. Me agregó, que ésto es lo que actualmente se estaba haciendo con la gimnástica del ejército en casi todas las naciones de Europa y que él mismo venía animado de idénticos propósitos; para cuyo fin había ya encomendado el estudio de esta materia a dos oficiales de nuestro Ejército, a los señores Larraín y Ahumada, que a fines del próximo

Octubre regresarán a este país, trayéndonos los últimos reglamentos de gimnasia, de Alemania, Suecia, Francia, etc. “Deseo, dijo, que aquí en Chile formemos también nuestra gimnástica militar nacional, y aún estimo que, siguiendo el ejemplo de otras naciones, los programas de gimnasia escolar y militar tengan una parte de común, los ejercicios libres.

Mi patria, dijo, que marcha a la vanguardia de la instrucción militar en Europa, no se descuida en recoger cuanto aparece de nuevo. Y así, a mi llegada a Berlín, se había enviado a Suecia, al Director de la Escuela Militar, para que estudiase en la práctica el último reglamento militar. Y esta visita, según me lo manifestó el Emperador, fué muy provechosa para el Ejército alemán, pues, han introducido en el último programa, algunos ejercicios nuevos de gran importancia práctica para el soldado; pero sin cambiar en nada el sistema que hasta hoy se ha seguido, solamente se ha aumentado considerablemente el número de los ejercicios.”

Como se ve, la opinión del General Körner, que reconoce que la gimnástica es la base de la buena organización de un ejército, es completamente favorable a la formación de un sistema nacional, y mi colega que es, ante todo, chileno y buen patriota, se opone a la formación de este sistema. Esto es inverosímil!...

Y continuando, mi colega, la lectura de sus cartas-documentos, nos volvió a insistir en que no había batallones escolares en Suecia.

Como esto mismo nos aseguró en el Congreso General de Enseñanza el 27 de Diciembre de 1902, y logró, mediante sus malas informaciones, desviar el criterio de muchas personas, y temiendo que en esta Asociación pueda suceder lo mismo, me voy a ocupar en desvirtuar

estos conceptos erróneos a fin de que, llegado el momento oportuno, sepamos atribuir la verdadera importancia que tienen en la escuela, los ejercicios militares.

Voy a leer la traducción de un capítulo que aparece en la obra del Comandante Lefebure, pág. 151, y que se titula "*Los batallones escolares en Suecia*", para demostrarle cuán inexacta ha sido su afirmación a este respecto. (Léase "*La Educación Nacional*", página 24).

Y por si ésto no fuera suficiente, señor Presidente, voy a leerle también la traducción de un capítulo de la obra del doctor Fernando Aug. Schmidt, página 47, que se titula "*La gimnástica en las escuelas públicas suecas*".

Dice así: (Lo leí íntegramente).

Terminada esta lectura, señor Presidente, yo no sé qué pensar de las afirmaciones del señor Cabezas. ¿Seguirá insistiendo en asegurarnos que no existen batallones escolares en Suecia? ¿Se atreverá a atacar al sistema alemán por ser demasiado militar?

Y continuando con la norma de conducta que nos hemos trazado, no voy a continuar sobre este mismo asunto, para demostrar que mientras mi colega se oponía en las sesiones del Congreso Pedagógico a las conclusiones IX, X y XIII, sus alumnos de los cursos superiores del Instituto Nacional, se ensayaban en el manejo del rifle, que hasta hoy existe en el gimnasio del establecimiento ya citado.

El señor Cabezas niega también que una clase del sistema sueco aburre a los alumnos, por su poca variedad y por la repetición constante de los mismos ejercicios. Yo aseguré que "la gimnástica alemana atrae el interés del niño mediante las variaciones que se ejecutan por medio de los diferentes aparatos, en los cuales el mismo ejercicio toma diferentes formas que interesan

a los alumnos". Y esto voy a demostrarlo prácticamente tomando un movimiento bien sencillo, la elevación de los brazos al frente. Este movimiento se ejecuta primero sin ningún aparato, y en cuatro posiciones diferentes (dorsal, palmar, etc.); después se hace con el palo, después con la barra de hierro, después con la palanqueta, etc., y como se ve, siendo siempre el mismo movimiento, aparece graduado para diferentes edades y para diferentes sexos. Esto no ocurre en la gimnástica sueca, en donde el mismo ejercicio no acepta otra forma que la primitiva. Y esto que ocurre con este ejercicio, ocurre también con casi todos los demás movimientos libres de la gimnasia alemana y sus combinaciones.

¿He incurrido en algún error entonces en mi primera conferencia, cuando aseguré que la gimnasia alemana es mucho más variada en ejercicios? Ahora, ¿niega mi colega que estas variaciones interesan mucho a los alumnos?

Y lo que sucede con los ejercicios libres, sucede también con los ejercicios de orden de una y otra escuela. La gimnástica sueca, sólo reconoce unos cuantos pasos de marcha, mientras que la gimnástica alemana tiene tan gran número que me sería muy difícil enumerar. Y algunas de gran importancia social, como son los pasos de baile, que tanto interesan a las niñas y jóvenes de los cursos superiores, en las escuelas y colegios. Entre éstos figuran, los pasos de polka, de vals, de patiné, el paso de cuatro, etc., etc., esto es sin enumerar los pasos de marcha y de danzas que los hay de tantas variedades. Marchas, sobre la punta de los pies, sobre las plantas, sobre los talones, marchas con elevación de los talones, de las rodillas de las piernas, con extensión, etc., etc.

Hay también otro gran grupo de movimientos muy importantes, que tampoco los tiene la gimnástica sueca,

éste es, la combinación de los ejercicios libres y ordinales, por ejemplo: los más sencillos.

La marcha: 4 pasos al frente, 2 elevaciones de los brazos al lado, etc., etc.

Lamento, señor Presidente, no tener a mano los aparatos necesarios para haber mostrado al señor Cabezas algunos ejercicios de apoyo y suspensión de una y otra escuela, para que él me hubiera mostrado las diferencias que ha dicho, nota en estos ejercicios de ambos sistemas; pero no pierdo la oportunidad hacerlo en otra ocasión. Y si la Asociación lo estima de tanta importancia, como yo, ¿no sería conveniente que la próxima sesión la celebráramos en el gimnasio de la Escuela Normal? El señor Silva Cruz me ha dicho que el Ministerio respectivo no tendría el menor inconveniente en solicitar el local con este objeto, para el próximo Domingo.

Tengo gran deseo de mostrar a mi colega, algunos ejercicios *de apoyo sostenido* de la gimnástica sueca que niega existen en la gimnástica de su predilección. Para convencerlo, *necesito llevarlo al terreno de las demostraciones prácticas*, porque con palabras creo que mi colega ya no se convence.

El señor Cabezas insistió también en desconocer la importancia que tienen, el clima y la alimentación en el sistema de ejercicio. Parece que no atribuye gran importancia a las opiniones de Demeny y de Carderera, que le leí en sesiones anteriores, de tal manera que me obliga a ocuparme nuevamente de este mismo asunto, y como al parecer las citas no influyen en su criterio, voy a tratar estos puntos haciendo uso de los conocimientos fisiológicos de que dispongo.

Es tan grande, señor Presidente, el papel que desempeña la alimentación en el ejercicio, que mediante ella se introducen en el organismo los elementos nutritivos.

vos destinados a mantener en actividad el organismo a fin de obligarlo a producir sus manifestaciones vitales.

Todos sabemos que para mantener las condiciones vitales, es necesario un gasto continuo de elementos nutritivos y que para que la nutrición sea completa es necesario que los gastos se compensen con los alimentos digeridos. Con otras palabras, es indispensable el equilibrio nutritivo porque si los gastos son mayores que las entradas, el organismo gasta sus propios tejidos y pierde su peso.

Todo animal muere cuando esta pérdida de peso llega a dos quintos del total de su cuerpo. Los fisiólogos Pettenkofer y Voit hicieron esta observación en un hombre y vieron que un individuo de 71 kilogramos de peso gastaba en 24 horas 890 gramos de agua, 78 de albúmina y 215 de grasa. Pero es curioso que en los hervíboros no suceda lo mismo que en los carnívoros y omnívoros, pues ellos mueren cuando han perdido un quinto de su peso total.

El siguiente cuadro demuestra las experiencias hechas por el fisiólogo Voit con un hombre de 70 kilos, entregado a un régimen puramente animal. Este hombre, estando en *reposo*, recibió en 24 horas 137 gramos de albúmina, 117 de grasa y 352 gramos de hidrato de carbono.

Eliminó en el mismo tiempo:

19,5 grs. de N., 275,8 grs. de C. y 2190 grs. de H₂O.

En ejercicio activo y con iguales entradas eliminó:

19,5 grs. de N., 336,3 grs. de C. y 2700 grs. de H₂O.

Y como durante el ejercicio corporal la actividad está considerablemente aumentada, las oxidaciones también aumentan y con éstas las necesidades del organismo. Ahora, sabemos que a mayor cantidad de alimentos

corresponde mayor cantidad de combustible, sobre todo de grasa y de hidratos de carbono, y sólo cuando no se ingiere suficiente cantidad de grasa, hay mayor eliminación de N. Durante el trabajo corporal debe, pues, aumentarse las cantidades de grasa y de hidratos de carbono.

Es importante conocer de qué depende el valor nutritivo de los alimentos: algunos son más nutritivos que otros, enseguida, depende de la proporción en que se encuentran los elementos azoados y no azoados y esto podemos fácilmente deducirla de la fórmula de Voit para la alimentación del hombre en reposo. Aquí encontramos la proporción de 1 por 4.

Decía en mi primer conferencia, que los suecos se alimentaban de productos animales y que atribuían gran importancia a los quesillos.

El queso es un alimento de primer orden, por la gran cantidad de albúmina y grasa que contiene. Todos sabemos que el queso se forma por coagulación espontánea de la leche, por fermentación láctica o por coagulación de la leche. La carne es otro producto de la alimentación animal de gran importancia para el hombre, sobre todo cuando se da en una alimentación mixta en unión con grasas e hidratos de carbono. Pero es cosa ya resuelta que el hombre no puede mantenerse en equilibrio nutritivo ingiriendo sólo carne porque tendría que ingerir gran cantidad para compensar las pérdidas de C. Puede sí ponerse en equilibrio azoado, pero no nutritivo y en los carnívoros por ejemplo, se puede establecer el equilibrio nutritivo dándole 7 veces más carne que la que gasta en régimen de inanición.

Los alimentos vegetales se caracterizan sobre todo por la gran cantidad de hidratos de C. que contienen y además porque los elementos nutritivos están encerrados

en cápsulas de celulosa casi indigeribles para los omnívoros y carnívoros. Entre los cereales citaré al trigo, maíz, el arroz, etc.

La composición de estos cereales es muy diversa según el clima y el suelo; pero todos contienen mayor cantidad de hidratos de C. y menor proporción de albúmina. Para estudiar los procesos químicos en la nutrición no tenemos más que comparar los cuerpos que eliminamos. Nosotros ingerimos compuestos orgánicos muy complejos, como albúminas, hidratos y grasas, y eliminamos una serie de compuestos químicos más simples.

También sabemos que introducimos en la respiración, oxígeno que pasa continuamente a los tejidos al nivel del sistema capilar.

Si reunimos estos hechos tendremos que deducir que en el organismo tienen lugar procesos de oxidaciones y éstos se efectúan en los compuestos que introducimos con la alimentación. Estos compuestos llegan a los tejidos por la sangre arterial. El plasma atraviesa las paredes capilares y se acumula en forma de linfa. Los tejidos toman de ésta el material necesario para su nutrición. El oxígeno no produce directamente la descomposición sino que es la *actividad corporal* la que produce directamente estos desdoblamientos y los productos de éstos son la oxidación de la sangre. No debemos olvidar que el calor del cuerpo humano se debe más que todo a la actividad de los procesos de nutrición y que está en relación directa con el ejercicio. Así lo demostraron Hunter, Firjensen y Davy, que calcularon la temperatura normal del hombre en 37°3. Hicieron sus experimentaciones y demostraron que la más baja temperatura es a las 6 de la mañana, 36,8°, desde esta hora comienza a ascender y a las 10, es de 37 o 37,1°. Al medio día des-

ciende otra vez a 37° y alcanza su máximo a las 3 P. M., en que la temperatura llega a 37,3° o 37,5°; desde esta hora vuelve a bajar a 37,1° o 37,2° a las 8 y a las 10 es de 37,7°. Esta oscilación de la temperatura, depende de la ingestión de los alimentos y naturalmente las horas en que se produce mayor temperatura corresponde a la de las comidas.

El sexo no tiene influencia sobre la producción de calor, pero sí los movimientos musculares. El ejercicio corporal produce una elevación de temperatura que en la carrera puede subir hasta un grado.

En general, la temperatura depende de la producción y pérdida de calor. Para darnos cuenta de la temperatura debemos considerar las pérdidas de calor que sufre nuestro cuerpo y la cantidad de calor que produce.

Las pérdidas de calor del organismo depende de una cantidad de circunstancias y sobre todo de la temperatura del aire exterior. Mientras mayor sea la diferencia de temperatura entre el organismo y el medio exterior, mayor es la pérdida de calor. El organismo debe tener entonces mecanismos para protegerse contra estas diferentes variaciones de temperatura, es decir, el mecanismo debe tener mecanismos reguladores del calor.

Pero como me he extendido demasiado, señor Presidente, y no deseo cansar a esta honorable concurrencia, voy a terminar, rogando al señor Cabezas que antes de insistir nuevamente sobre estos puntos, estudie con la debida atención la fisiología experimental y repase sus apuntes de Higiene, para que no vuelva a caer en errores científicos de tanta importancia en el tema que se discute.



Crítica a una clase de gimnástica sueca hecha por el profesor don Joaquin Cabezas en el Instituto Nacional. (1)

(1905)

En un diario de esta capital, se publicó el 29 de Marzo último, un artículo titulado "*La gimnástica sueca del Instituto Nacional*", en que se encomienda a la crítica de los profesores de educación física una clase hecha por don Joaquín Cabezas a sus alumnos del 1.º y 2.º año del Instituto Nacional.

Habiendo sido el iniciador de los debates habidos el año último sobre educación física en la *Asociación de Educación Nacional*, me he creído obligado a contestar el traslado que se nos hace en el referido artículo.

Cuando al iniciarse los debates en Agosto del año próximo pasado, terminé pidiendo en la primera de mis conclusiones, la adopción de un *sistema nacional* de educación física, no llegué a imaginarme jamás que un profesor chileno se opusiese a tan cuerda conclusión.

Sin embargo, el señor Cabezas, que conoce acaso mejor que yo el carácter y el temperamento de nuestros ni-

(1) Nota: Este trabajo fué publicado en la Revista "*La Educación Nacional*", N.º 12. Correspondiente al mes de Mayo de 1905.

ños, estimó que el *sistema sueco* era el único llamado a suplir con ventajas al *sistema alemán*, sistema que él mismo reconoció, no se había practicado hasta hoy, “en buenas condiciones, en establecimiento alguno de la República”. Aquí estimo del caso reproducir lo que nos dijo el señor Cabezas en la discusión habida en la sección de higiene del último Congreso General de Enseñanza Pública.

Hablando de la educación física en Chile, dijo (1): “Hoy por hoy en los colegios chilenos la cultura física está limitada a la práctica de algunos ejercicios de gimnasia hechos al *capricho del profesor*, sin someterse a líneas fijas, reglamentadas por un programa oficial.

“Cierto que desde hace años se han dictado programas de gimnasia para la enseñanza primaria y secundaria; pero también es cierto que dichos programas han caído en desuso por ser impracticables en vista de la *falta de plan científico* de la materia que contienen, de lo incompleto de los ejercicios y de la falta de graduación de las lecciones. Por otra parte, en las escuelas públicas y en los liceos, faltan en absoluto las condiciones materiales para la aplicación de cualquier sistema, de manera que los profesores se encuentran incapacitados para hacer lecciones completas, variadas y atrayentes.

La falta de preparación del personal enseñante y la disparidad en la remuneración de los profesores, comparada con la que perciben los profesores de las asignaturas llamadas científicas, contribuyen a mantener la

(1) Actas y trabajos del Congreso General de Enseñanza Pública, tomo II, pág. 676.

gimnasia en el pie de inferioridad manifiesta en que se encuentra en nuestros colegios.”

Verdaderamente, la clase del señor Cabezas viene a comprobarnos que es *efectivo* cuanto aseguró como relator del tema leído sobre Educación Física en el Congreso Pedagógico último.

La clase a que hago referencia dice:

“PRIMERA LECCION

I y II año

1. Formación en dos filas.—Alineación y numeración de a dos.
2. Abrir las filas con tres pasos al frente, e intervalos con un paso.—Flancos y pasos al frente.
3. Abrir y cerrar los pies en dos tiempos.—Abran los pies.... uno! cieren los pies.... dos!
4. De pie, caderas. — Caderas.... fir! Atención.... fir!
5. Posición pies a los lados.—Pies a los lados.... mar! Atención.... fir!
6. De pie, brazos en flexión.—Flexión de los brazos.... uno! Atención.... fir!
7. Pasos al costado.—Un (dos) pasos al costado derecho (izquierdo) mar!

8. De pie, abrir y cerrar los brazos.—Abran los brazos. . . . uno!

Cierren los brazos. . . . dos! o bien, atención fir!

9. De pie, brazos en flexión por delante.—Brazos por delante. . . . uno! Atención fir!

10. Posición pie recto al frente.—Caderas. . . . fir! Pie izquierdo (derecho) al frente. . . . uno! Junten los talones. . . . dos! Después de algún ejercicio, se mandará: cambien los pies. . . . mar! Atención. . . . fir!

11. Marcha y trote.

12. De pie (pies a los lados) elevación de los talones.—Levanten los talones. . . . uno! Bajen los talones. . . . dos! Este ejercicio puede hacerse en combinación con el número 8.

13. Ejercicio de suspensión. Actitud en suspensión con apoyo de los pies por delante. Idem con apoyo de los pies por detrás. Después de algún ejercicio se hará el cambio de una suspensión a otra.

14. De pie, flexión del tronco atrás y adelante. Caderas! fir! Flexión del tronco hacia atrás. . . . uno! Arriba. . . . dos! Flexión adelante. . . . uno! Arriba. . . . dos! Atención. . . . fir! Este mismo ejercicio se hará más tarde en la actitud de pies a los lados y caderas.

15. De pie, elevación de los brazos por los lados hacia arriba y descenso también por los lados.

16. Juegos: el tercio jugado en las dos formas.—*Joaquín Cabezas.*"

Con esta clase a la vista, podrán juzgar los lectores, si tenía o nó razón el infrascrito cuando, haciendo las

comparaciones entre el sistema sueco y alemán, aseguraba que en la gimnástica sueca los ejercicios son poco variados y que la lentitud con que se ejecutan aburre a los alumnos.

Ahora, pregunto al señor Cabezas: ¿Es esta la gimnástica sueca que se practica en Estocolmo? ¿Es efectivo que esta misma materia se repite durante dos meses y en cada clase? y por último, ¿es ese el sistema que con tanto calor ha defendido en los debates sobre educación física?

No se necesita ser profesor de gimnástica *titulado* en el Instituto Central Real de Estocolmo para ver que esa no es, ni ha sido jamás, una clase por el método de Ling.

No hay más que leer los trabajos publicados por el mismo señor Cabezas en los últimos diez años, para convencerse, de que sus conocimientos teóricos no los ha puesto en práctica en el Instituto Nacional donde el sistema sueco ha sufrido un grave detrimento con su falsa aplicación.

Voy a reproducir en seguida la parte correspondiente a la materia que debe abarcar una clase hecha por el *verdadero* sistema sueco, y un esquema que todo buen profesor de gimnástica sueca está *obligado* a conocer.

Este esquema se encuentra pintado en grandes dimensiones en las paredes de la gran sala del Instituto Central Real de Gimnasia de Estocolmo. En él se ve bien claro la marcha ascendente y descendente de la intensidad de los ejercicios, como asimismo el tiempo que debe destinárseles según la importancia de ellos.

El fundador del sistema sueco dice que *cada clase* de gimnasia debe comprender los siguientes ejercicios

y les atribuye la importancia relativa que indica el gráfico A.

PLAN FUNDAMENTAL DE LINC

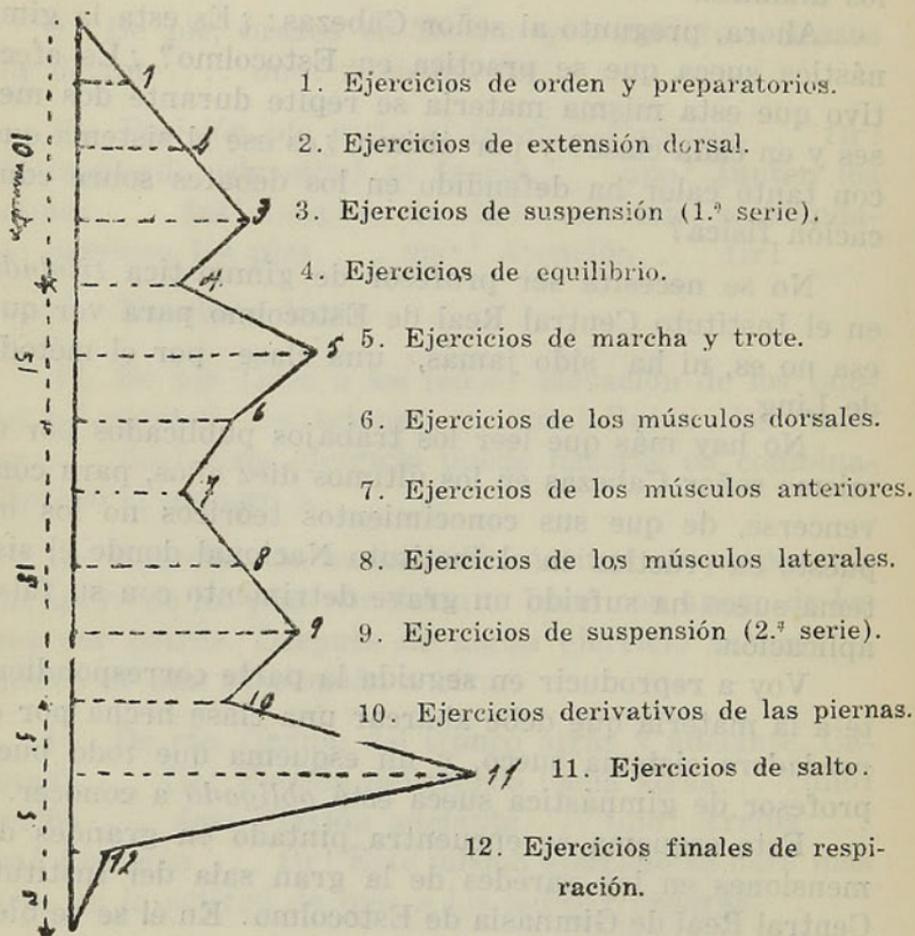


FIG. A

A primera vista resalta en el plan seguido por el señor Cabezas (gráfico B.) que no hizo practicar a sus alumnos los movimientos correspondientes a los números 4, 6, 7, 8, 9, 10 y 11. En cambio, introdujo los jue-

gos, al final de la clase, ejercicios que, como se ve, no figuran en el plan fundamental de Ling.

PLAN SEGUIDO EN LA CLASE DEL SEÑOR CABEZAS

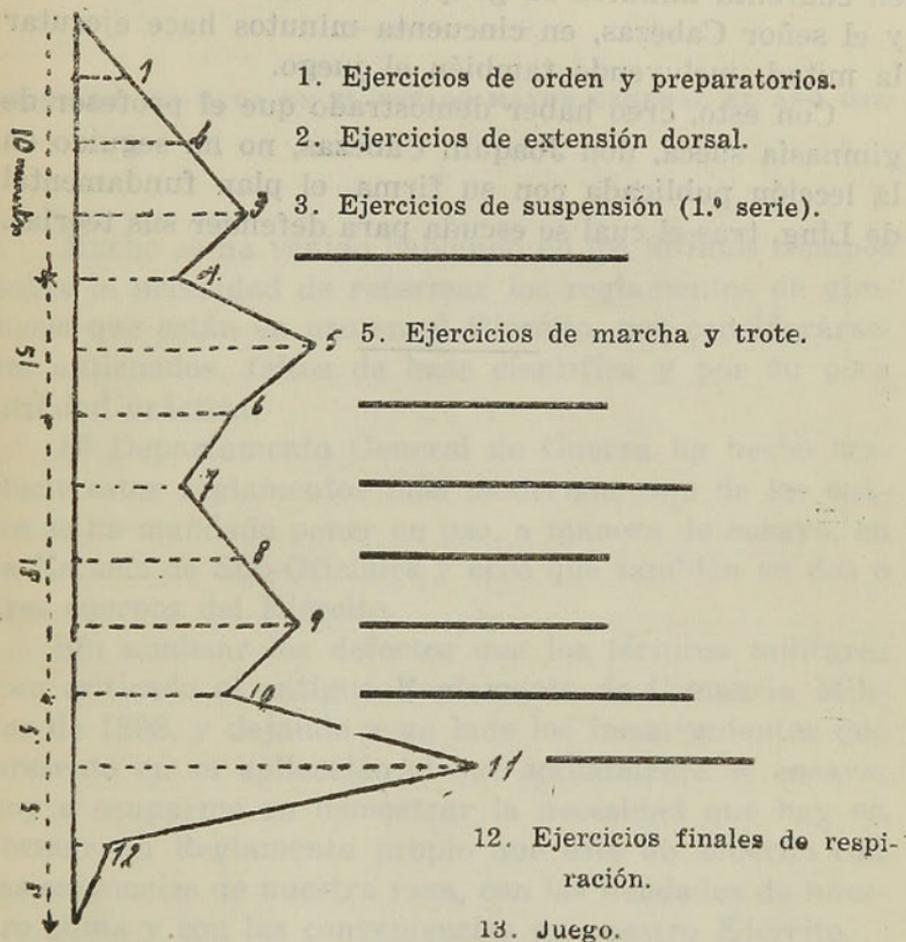
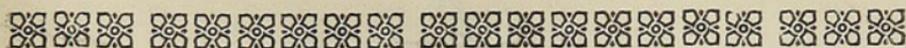


FIG. B

En consecuencia la clase hecha por el profesor de gimnasia del Instituto Nacional, no fué completa, por faltar más de la mitad de los ejercicios enumerados en el plan de Ling.

El fundador de la gimnástica sueca ordena ejecutar en cuarenta minutos 12 grupos diferentes de ejercicios, y el señor Cabezas, en cincuenta minutos hace ejecutar la mitad, incluyendo también el juego.

Con esto, creo haber demostrado que el profesor de gimnasia sueca, don Joaquín Cabezas, no ha seguido en la lección publicada con su firma, el plan fundamental de Ling, tras el cual se escuda para defender sus teorías.



La Educación Fiscal en el Ejército

(CONFERENCIA DADA EN EL ESTADO MAYOR GENERAL EL AÑO 1911)

1

Mucho se ha venido hablando en los últimos tiempos sobre la necesidad de reformar los reglamentos de gimnasia que están en uso en el Ejército, por considerárseles anticuados, faltos de base científica y por su poca utilidad práctica.

El Departamento General de Guerra ha hecho traducir estos reglamentos más modernos, uno de los cuales se ha mandado poner en uso, a manera de ensayo, en la Escuela de Sub-Oficiales y creo que también en dos o tres cuerpos del Ejército.

Sin analizar los defectos que los técnicos militares han criticado al antiguo Reglamento de Gimnasia Militar de 1898, y dejando a un lado los inconvenientes que presenta en su aplicación el que actualmente se ensaya, voy a ocuparme en demostrar la necesidad que hay en formar un Reglamento propio que esté de acuerdo con las exigencias de nuestra raza, con las bondades de nuestro clima y con las conveniencias de nuestro Ejército.

Creo, y esto no es una novedad, que no es posible adaptar los mismos procedimientos de educación en países de diferentes condiciones climatológicas, en países de diferentes costumbres, en individuos de diferentes razas.

Es necesario no olvidarse, como dice Demeny, que “el concepto de dos fuerzas exteriores en el individuo, está en conflicto constante con el organismo; éstos concluyen por dejar en él huellas profundas; esta influencia del medio causa las diferencias entre las razas cuya situación geográfica y climatológica difieren.

Los habitantes de las islas, de las costas, de las montañas, de los valles y de las llanuras, de las selvas y de los desiertos, se resienten de las acciones diversas de estos medios y se transforman.

El habitante de la ciudad no es lo mismo que el campesino, y las causas de estas variaciones no son otras que la composición del aire, del agua, del suelo, de los alimentos, de la intensidad de la luz y del calor, del estado de la humedad de la atmósfera, su pesantez, la presencia de la electricidad y del ozono. En todos estos casos los procedimientos de educación deben ser modificados y adaptados al medio especial donde uno se encuentra.”

Sin embargo, y a pesar de todo, en Chile hay personas que creen que siendo todos los mismos hombres, debemos practicar los mismos ejercicios. Siguiendo este principio, deberíamos también alimentarnos igual, ya que todos tenemos el mismo estómago.

Pero, ¿es ésto lo que pasa?

Los antropólogos distinguen en la humanidad dos tipos diferentes: uno largo y delgado, otro chico y grueso.

Hacen, además, otra subdivisión: unos de cabeza redonda (braquicéfalos) y otros de cabeza alargada (dolicocefalos). Según sea la forma del cráneo, es también el carácter especial de la raza, y nadie niega que el carácter de los individuos tiene gran influencia en la educación.

Se puede tener un cuerpo perfecto y poseer un organismo de un excelente rendimiento en trabajo muscular, perteneciendo al tipo corto y rechoncho. Forzar un método de educación y querer alargar este tipo corto sería violar las leyes de crecimiento natural, deformar el modelo primitivo del hombre, atropellando abiertamente a la naturaleza, que a nadie daña impunemente.

Es preciso no olvidarse que en las razas mezcladas como la nuestra, los individuos serán tanto más fuertes y tanto mejores, cuando su crecimiento sea dirigido a manera de poder realizar una adaptación mejor a su medio y a las necesidades de su existencia. Esto es indispensable recordarlo antes de querer adaptar en un país como el nuestro, procedimientos que se siguen en otras partes, y que, trasportados aquí, no darían sino resultados incompletos y aún falsos.

No es posible aceptar, por ejemplo, la aplicación de un Reglamento de Gimnasia Militar que ha sido confeccionado tomando sólo en consideración los defectos de los individuos de tal o cual país, reconocidos muchas veces como defectos de raza.

Analicemos, por ejemplo, la implantación del Reglamento Militar Sueco en Chile.

El sueco es un individuo de gran tamaño, a tal punto que se reclama 1.67 m. para la infantería, mientras que entre nosotros nos contentamos con 1.54 m., si no me equivoco.

Con esta alta estatura el sueco está predispuesto a sufrir las consecuencias de su talla, es decir, a las desviaciones vertebrales, ya que existe una ley física que dice: la materia atrae la materia en relación directa de las mazas y en relación inversa al cuadrado de la distan-

cia, por esto es que son tan comunes los dorsos redondos entre los individuos altos y delgados.

Además, la Suecia es un país frío, donde la pesca y el cultivo absorben casi todas las actividades de los habitantes.

El sueco tiene, pues, gran necesidad de aquellos ejercicios que previenen y corrigen las desviaciones de la columna y desarrollan fuertemente los órganos respiratorios, que de esta manera le permitirán resistir a los fríos excesivos durante sus ocupaciones al aire libre. Por esto es que atribuyen tanta importancia en sus reglamentos a las extensiones dorsales, y a todos aquellos ejercicios de carácter respiratorio.

El chileno es de una talla mediana, tiene el tronco bastante desarrollado, vive en un clima delicioso, en medio de las actividades y ocupaciones más diversas; su cuerpo reclama, por lo tanto, una gimnasia más bien muscular que respiratoria, buena para darle coraje, sangre fría, y esa resistencia extraordinaria, tan necesaria a nuestros buenos obreros de las fábricas y de los centros agrícolas y mineros.

Por estas razones, y muchas otras que sería largo enumerar, y que sólo contribuirían a alargar este trabajo, mantengo que el Reglamento de Gimnasia Militar que se sigue en Suecia, no puede ni debe tener aplicación en un país como el nuestro, donde las condiciones climatéricas y caracteres esenciales de la raza constituyen necesidades de otra índole, fines diferentes.

Ahora, si miramos bajo este punto de vista los reglamentos de otros países, nos convenceremos que todos son susceptibles de sufrir críticas.

¿Qué es lo que debemos hacer entonces?

Formar un Reglamento propio, un Reglamento de

Gimnasia que satisfaga las necesidades de nuestra raza, las exigencias de nuestro clima y las conveniencias de nuestro Ejército.

Los reglamentos en uso en los ejércitos europeos, han sido hechos tomando como base únicamente al individuo adulto, y al quererlos traducir, jamás se conseguirá hacerlo sin incurrir en errores de importancia.

Así, para traducir un Reglamento de Gimnasia alemán, se necesita que el traductor no sólo sepa el castellano y el alemán, sino también que sea especialista en gimnasia, porque hay en ese idioma una inmensa cantidad de términos que es muy difícil traducir fielmente.

Pero no es esto solamente.

II

Aquí se ha querido aplicar también estos reglamentos en las Escuelas Militares, confundiendo de una manera lastimosa lo que es la educación física del soldado, con la educación física del niño y del adolescente.

La gimnasia del niño debe, por muchos conceptos, ser distinta de la del soldado, es decir, de la del adulto formado que se prepara en el arte de la guerra.

La diferencia entre la gimnasia de los unos y de los otros depende del fin muy distinto que se proponen y de las diferencias físicas, fisiológicas y psíquicas de los sujetos con los cuales se tiene que tratar.

El adolescente no es todavía un hombre como lo consideran muchas personas de observación superficial.

El adolescente es un ser en vía de evolución, y es, por consiguiente, falso querer adaptarle procedimientos, reducidos tal vez en intensidad; pero, sin embargo, idénticos a los que se emplean con los adultos.

El objeto de la educación física, tanto en el Ejército como en la escuela es ciertamente el mismo cuádruple objeto conocido, higiénico educativo, estético y moral; pero es incontestable; sin embargo, que el fin supremo buscado en la escuela es la formación de un ser que se está desarrollando, en tanto que en el Ejército, lo que se persigue, sobre todo, es la adaptación al arte militar de un ser casi completamente formado ya, el soldado.

Es evidente que los medios destinados a preparar un hombre formado, a las fatigas y privaciones de la guerra, no pueden servir para contribuir al desarrollo físico, a la educación motriz de un ser en formación mucho más delicado todavía, y lejos de estar en posesión de todos los recursos con que la naturaleza ha favorecido al individuo adulto.

Decía que el adolescente es física, fisiológica y psicológicamente diferente del adulto. Las proporciones de su cuerpo difieren profundamente, y para convencernos no tenemos sino que observar las tablas de crecimiento normal, comparar la estatura, el peso, el perímetro torácico, la fuerza, etc.

Pero es bajo el punto fisiológico, sobre todo, donde se ve cuánto difiere el adolescente del adulto.

El hecho de que los órganos del primero estén lejos de poder dar todavía, aunque guardando toda proporción, la potencia y la resistencia al trabajo que se puede esperar del adulto.

El hecho, digo, que los órganos del niño estén en vía de formación, exigen el uso de precauciones especialísimas para no dañarlos.

El desarrollo todavía incompleto de ciertos aparatos y la imperfección de sus funciones, hacen que el adolescente como el niño, experimenten una dificultad con-

siderable al querer ejecutar ciertos ejercicios de la gimnasia de los adultos.

Las diferencias que se notan en unos y otros deben, por lo tanto, provocar la aplicación de reglamentos diferentes en las Escuelas Militares y en el Ejército.

No es posible exigir del cadete una atención intensa y sostenida como la que se puede exigir al soldado. Se puede obligar al soldado a estar atento, mientras que se debe solicitar la atención del niño y mantener su interés por mil medios ingeniosos que nos ofrece la Pedagogía.

La lección de gimnasia debe procurar al niño un verdadero placer, análogos al que él encuentra en sus juegos.

Es un error querer aplicar la disciplina estricta del Ejército en los primeros años de las Escuelas Militares.

En el Ejército, el que viste uniforme debe obedecer ciegamente.

La disciplina más absoluta es menester para asegurar su existencia, mientras que en las Escuelas Militares, y sobre todo durante los primeros años, la disciplina debe contribuir, por su parte, a la realización de la obra educativa emprendida.

El ejecutar una orden debe ser para el cadete un nuevo paso dado en el camino de su perfeccionamiento.

Una disciplina pasiva no realizará jamás este resultado, que sólo se alcanza mediante una obediencia voluntaria e inteligente, disciplina activa que deja al cadete la entera conciencia de sus deberes y de sus derechos.

De lo que precede se desprende que la gimnasia de las Escuelas Militares debe ser distinta de la del cuartel; en otros términos, que necesitamos un Reglamento sub-

dividido en dos, uno para las Escuelas Militares y otro para el Ejército.

El primero deberá tener como fin la preparación del cadete para la práctica del segundo, que sólo se enseñará durante el último año, a fin de que el cadete al salir al Ejército conozca y haya practicado él mismo el Reglamento que más tarde tiene que enseñar.

III

Un Reglamento de Gimnasia para las Escuelas Militares debe comprender ejercicios que tengan por objeto el perfeccionamiento físico y moral del individuo, pero sin olvidar jamás que se trata de formar un ser destinado a sufrir las fatigas y las privaciones de la guerra y que, por lo tanto, va a encontrarse muchas veces luchando contra la naturaleza.

No bastará, entonces, formar un oficial que tenga bonito cuerpo, gruesos brazos y fuertes piernas, sino que es necesario que este oficial sepa valerse de ellos en cualquier momento para dar un gran salto o para trepar una cuerda, sin que jamás le falte el coraje, la sangre fría y el valor necesario.

La gimnasia de la Escuela Militar debe ser pedagógica, correctiva y práctica, mientras que la del Ejército debe ser exclusivamente económica, persiguiendo siempre fines utilitarios.

Con los ejercicios de las piernas, por ejemplo, no se tratará de conseguir la armonía de las formas y la perfección de las funciones, sino que se tratará de preparar al individuo para soportar una larga marcha, para una carrera de fondo, para el salto de un foso o para trepar rápidamente una montaña.

Ahora, si tratando de conseguir esto se logra también la armonía de las formas y la perfección de las funciones, mejor; pero no debemos olvidar que sobre los fines estéticos y educativos deben primar los fines económicos y utilitarios.

La Gimnasia de las Escuelas Militares deberá ser educativa, pero se dirigirá siempre hacia la gimnasia aplicada, mientras que la gimnasia del Ejército deberá ser ante todo práctica y útil para una guerra.

Hoy se enseña al soldado a saltar cierta distancia o una altura dada. Se le exige una buena posición del cuerpo, una buena caída, pero, una vez que esto se consigue, no se le hace practicar el salto en el terreno mismo, donde no va a encontrar ni plano inclinado (trampolín), ni terreno especialmente arreglado, ni colchón para la caída.

¿De qué le ha servido, entonces, la enseñanza de la gimnasia militar?

¿Qué ha aprendido en el cuartel?

Está pasando con la instrucción de la gimnasia en el Ejército una cosa singular.

Tal como se practica es bien poco lo que le sirve al soldado, y de nada una vez que éste abandona el cuartel.

Es algo así como la instrucción del tiro.

Todas las energías las gastan los oficiales instructores para enseñar el tiro al blanco con el objeto de llegar a formar buenos tiradores, y éstos, una vez que salen licenciados, no frecuentan jamás los polígonos de tiro, de tal manera que dentro de poco concluyen por olvidar hasta la manera cómo se carga el arma.

Es necesario que el soldado una vez que ha aprendido a avaluar la distancia, a tomar bien el impulso y a

caer bien, se le lleve al terreno para que allí se ensaye, primero sin equipo y después con él.

Que en el cuartel *se le forme el gusto por el ejercicio*, haciéndole ver los beneficios que le reportaran más tarde, y que se le instruya convenientemente en toda clase de juegos y en los deportes.

Esto es lo útil y práctico para el caso de una guerra, lo demás es perder el tiempo sin ningún resultado.

Que el soldado sepa en todo momento producir ligero y bien con el *mínimum* de desgaste y de fatiga.

Esta es la evolución que ha sufrido actualmente la gimnástica militar en Francia, Alemania, Italia, y creo que también otros países.

Tengo a la mano el número 13 de la revista *La Deutsche Turn-Zeitung*, que se edita en Leipzig, correspondiente al 30 de Marzo de 1911. En la página 244 habla extensamente de las reformas que últimamente se han hecho al Reglamento Militar de Gimnasia.

Dice que el nuevo Reglamento no recarga al individuo con nuevas horas de trabajo, que se ha disminuido el número de los ejercicios en los aparatos, lo mismo que los ejercicios libres y los movimientos con armas. Que se ha hecho una división de los individuos bien desarrollados y mal desarrollados, en el primer año de servicio. Que esto es ventajoso, por cuanto se divide también a los individuos, según sus aptitudes físicas, y se forman instructores de natación, de juegos, ciclistas, etc. Que a los mejores gimnastas se les da libertad para que se dediquen a aquellos ejercicios que más les guste.

Expresa que esta disminución de ejercicios reglamentarios traerá también como consecuencia una disminución del personal instructor y la formación de una

nueva escala de puntos para juzgar la bondad de un ejercicio.

Dice que en este nuevo Reglamento se ha aumentado el valor de la gimnasia aplicada y que se han admitido algunos ejercicios libres, muy útiles para los individuos de contextura anormal. Que se han introducido también los juegos y concursos deportivos que forman parte del programa de los Juegos Olímpicos, ejercicios que hasta hoy se habían considerado innecesarios para la instrucción militar. Que se han introducido todos aquellos ejercicios de utilidad práctica y que se deja mucho más libertad a los instructores para que dirijan la enseñanza en la forma como mejor lo crean conveniente, hasta alcanzar los resultados que se desean. Que el Comandante de Compañía es el único responsable de la aplicación del Reglamento, y que puede dejar a sus oficiales vasto campo para que ellos lo apliquen. Que a los suboficiales se les da dos clases de enseñanza, una general y otra especial; en la especial, se dedica cada uno al deporte que más le agrada.

Más adelante agrega que por decreto ministerial de 21 de Octubre de 1909 se ha recomendado a los oficiales la asistencia a las instituciones que preparan a la juventud para la defensa de la patria, cada vez que éstos realicen juegos deportivos. De esta manera los oficiales del Ejército alemán han llegado a ser los mejores propagandistas de los juegos y de los deportes en todo el imperio.

Estas reformas lejos de perjudicar a la tropa, la favorecen, porque se le deja libertad a aquellos individuos que no tienen aptitudes para la práctica de ejercicios difíciles en los aparatos, a fin de que puedan ha-

cerse especialistas en otros ejercicios sin que esto los autorice para no hacer los ejercicios reglamentarios.

Las fuerzas atrofiadas necesitan desarrollarse.

Muchos vicios de influencia física y moral necesitan suprimirse para llegar al fin que se propone la gimnasia. "*Mens sana incorpore sano*".

Tomando en consideración todos los principios expuestos anteriormente, el que habla, en compañía del mayor señor Carvacho y el teniente señor García, confeccionó el año pasado, un Proyecto de Reglamento de Gimnasia para el Ejército, proyecto que a pesar de haber sido hecho a pedido del Departamento General de Guerra, por intermedio de la Inspección de Establecimientos Militares, ha permanecido hasta hoy oculto en los cajones de una oficina, sin haber merecido siquiera la crítica de las personas entendidas.

Este Reglamento principia con una introducción sobre la importancia que tiene la gimnasia para el soldado.

Divide todos los ejercicios en tres grandes grupos, a saber: gimnasia sin armas; gimnasia con armas y gimnasia aplicada.

El escaso tiempo que se nos dió para la confección de este Reglamento hizo que no alcanzáramos a terminar la segunda parte que trata de los juegos y de los concursos deportivos.

Según sean las aptitudes físicas del soldado, los cursos podrán dividirse en tres secciones, correspondiendo la primera a la instrucción del recluta, y las otras dos, a los que ya han pasado esta revista.

Más adelante trata sobre la necesidad de formar el personal de instructores en la Escuela de Tiro y Gimnasia.

Respecto a voces de mando, introduce los numerales ordinales como voces ejecutivas, simplificando de esta manera notablemente la terminología gimnástica.

En seguida trata de los ejercicios sin armas, dividiéndolos en tres grupos: ejercicios de orden, ejercicios libres y ejercicios en aparatos, y explica la importancia que ellos tienen en la instrucción militar.

Enumera y describe con toda claridad un gran número de movimientos para cada grupo, dando para cada ejercicio la voz de mando respectiva.

Para la práctica de ejercicios en los aparatos hace uso de los siguientes: barra redonda, cuerda simple y doble, aparato de salto (sin plano inclinado), escala de cuerdas, barra de equilibrio y caballo.

Por último, trata de los ejercicios de la gimnasia aplicada. Describe lo que es la marcha y la carrera, su progresión, los escalamientos de muralla, de cercas y alambrados y muchos otros ejercicios de utilidad práctica que se ejecutan en la pista de obstáculos.

Termina con una distribución de los ejercicios para las diferentes secciones.

Es indudable que en la confección de este Proyecto de Reglamento muchas cosas se nos habrán escapado, pero para eso está el nombramiento de la Comisión Revisora informante. Ella es, a mi juicio, la que está llamada a completar este trabajo y a estudiarle detenidamente.

IV

Como decía hace poco, la segunda parte de este Reglamento aún no está confeccionada. Ella deberá tratar de los juegos y concursos deportivos.

La educación física requiere ejercicios corporales, en los cuales la necesidad de iniciativa propia puede satisfacerse con el empleo de las fuerzas físicas intelectuales y morales.

Los juegos permiten esta individualidad física y desarrollan en alto grado las cualidades viriles del hombre. Ellos son el mejor complemento de la gimnasia, pero no pueden en ningún caso reemplazarla. Estas dos formas de actividad no son rivales. Cada una posee cualidades propias, cualidades que el oficial instructor debe tener en cuenta y que debe emplear con el fin de obtener el perfeccionamiento y la educación del hombre.

En el juego es donde el individuo se manifiesta tal cual es, su carácter se fortifica, su voluntad se afirma y aumenta la comprensión de sus deberes, por la obligación de someterse a reglas fijas, al honor, al derecho y a la justicia.

Estos efectos educativos se obtienen por la fuerza misma de las cosas: los jugadores se aperciben poco a poco y por experiencia personal, que consiguen mejor su objeto uniendo sus esfuerzos y sus voluntades.

Los juegos, bajo este punto de vista, preparan admirablemente para la vida militar y deben, por esta razón, formar parte del programa de gimnasia en las escuelas y cuarteles.

Además, los juegos desenvuelven en alto grado la decisión, la destreza, la agilidad, la sangre fría, el coraje, la rapidez en la acción.

Tienen, también, dos grandes cualidades fisiológicas: sirven eficazmente como paliativo de la vida sedentaria y se ejercitan al aire libre.

La necesidad del movimiento es esencial a todo ser viviente y se manifiesta más intensamente en el niño.

Obligar a un individuo a estar inmóvil es contrario a su salud y algo más grave todavía, disminuye y hace desaparecer en él esa necesidad que constituye la primera condición de la vida.

Es una cosa ya probada que la inmovilidad corporal forzada, el silencio impuesto, la atención necesaria en la instrucción, disminuyen el trabajo del corazón como también la ligereza de la corriente circulatoria. En estas condiciones el crecimiento normal del corazón llega a ser imperfecto, atendido a que la sangre no se encuentra más que en los órganos, funcionando en límites relativamente intensos.

El corazón es un músculo, y como tal tiene necesidad de actividad para alimentarse y desarrollarse.

La atrofia del corazón arrastra necesariamente perturbaciones en la circulación sanguínea del cuerpo.

Los síntomas de esta situación se manifiestan por desvanecimientos o congestiones sanguíneas.

Además, un corazón débil no lanza suficiente sangre a los demás órganos, y esto trae como consecuencia un desarrollo incompleto de ellos y la actitud del cuerpo se deforma.

El ejercicio del pulmón disminuye y es incompleto, la oxigenación es insuficiente como también la expulsión del ácido carbónico.

La presencia de los deshechos de las combustiones orgánicas no eliminadas por la corriente circulatoria, provoca rápidamente los síntomas de la fatiga física e intelectual. De la mala ventilación pulmonar resultan las predisposiciones a las enfermedades contagiosas y especialmente a la tuberculosis, que va tomando tanto incremento en este país.

El estómago y demás vísceras abdominales sufren también de la cesantía.

Las paredes de la cavidad estomacal se congestionan, esto es lo que impide la excitación de los nervios que comunican la sensación del hambre.

Los juegos, por el contrario, ponen en acción grandes masas musculares sin provocar la fatiga local exagerada, aumentan el trabajo cardíaco y pulmonar, activan las combustiones orgánicas, facilitan las funciones vegetativas, favorecen la circulación sanguínea repartiéndola la sangre a todos los órganos, ayudando, por lo tanto a su desarrollo, previenen las neurosis y combaten la precocidad sexual.

En fin, los juegos permiten educar la coordinación de los movimientos más variados y más complejos. Ejercen una influencia benéfica sobre la higiene del cerebro. La inteligencia y la agilidad no son sino el resultado armónico de las fuerzas.

Los juegos convienen en todas las edades, a los débiles como a los fuertes, al pobre como al rico.

No exigen ninguna construcción costosa y pueden enseñarse en todas partes con escaso material.

Gracias a práctica sencilla y fácil pueden contribuir poderosamente a la regeneración de esta raza grande y fuerte.

Es verdad que muchas veces se encuentran casos de rebelión entre los niños cuando juegan. Estos casos son ordinariamente de origen patológico o dependen de una educación mal comprendida, como también de las condiciones especiales de la vida.

Los juegos presentan en la educación física el más alto grado de intensidad del trabajo corporal y psíquico. Sin embargo, ellos se diferencian de los deportes, por-

que mientras éstos tratan de llevar al individuo a un resultado directamente útil (ya sea moviendo el cuerpo de diversas maneras, ya atacando un adversario o defendiéndose de él), los juegos deportivos tienen más bien un carácter colectivo que individual.

Sin embargo, cuando el deporte se practica colectivamente por equipos, el resultado total depende de resultados individuales, de actividades físicas diferentes, que se suman.

Las carreras de remeros, de tandems, etc., no son sino el resultado de movimientos de brazos y piernas de individuos que se juntan para ganar una carrera.

Los juegos deportivos se hacen notar más, por la intermitencia del trabajo que exigen, en tanto que la mayor parte de los deportes provocan un trabajo sostenido.

Bajo la denominación de juegos deportivos se comprenden: el football, el tennis, la pelota vasca, el basketball, el hockey, el cricket, el basse-ball, la chueca, el linao, etc.

Los deportes son los diferentes procedimientos de locomoción del hombre, y se emplean con el fin de conseguir el perfeccionamiento del organismo; pero teniendo siempre en vista el rendimiento máximo del motor humano, tales son: las carreras a pie, la natación, los saltos, la esgrima, el box, la lucha, los lanzamientos, etc., etc.

Si miramos a los juegos y concursos deportivos bajo el punto de vista del trabajo, nos convenceremos, que ellos son el mejor complemento de la educación física militar, ya que ellos contribuyen no solamente al desarrollo corporal del individuo sino que persiguen un fin mucho más alto todavía: *ellos moralizan a la tropa y le*

proporcionan momentos de alegría que le hacen olvidar todas las privaciones y fatigas inherentes al servicio.

El conscripto que ha aprendido a jugar en el cuartel recordará siempre con gusto los instantes de alegría que allí pasó, y más tarde cuando termine su servicio seguirá ensayándose en los juegos, manteniendo de este modo su cuerpo en perfecto estado de entrenamiento, para cuando la patria vuelva a reclamarle, esté en condiciones de tomar las armas y marchar al campo de batalla.

v

Pero no quiero terminar estos capítulos sin hablar en ellos de los juegos con que robustecieron su cuerpo los antiguos habitantes de esta tierra.

Es verdad que los araucanos no tuvieron un método de educación física, pero en cambio supieron seleccionar con admirable tino una serie de juegos, de ejercicios que, en conjunto, venían a fortificar cada una de las partes del cuerpo, según la utilidad que ellas estaban llamadas a prestar en la práctica de la guerra, y los ejercicios de las piernas, a los que, sabios y educadores modernos dedican en sus métodos particular atención, fueron a los que se entregaron con preferencia.

Pero nada ha llamado más la atención de los historiadores que los numerosos juegos que practicaban.

Entre éstos figura, en primer lugar, *la chueca* o *palitum*.

Muchos han creído que la palabra *chueca* viene de la forma del instrumento con que lo juegan; pero no es así, porque *chueca* viene de *choque*, del *choque* que hace la bola durante el juego.

Otros han llegado a creer que este juego fué intro-

ducido por los españoles, pero tampoco es así, porque los indios lo jugaban mucho antes que Valdivia llegara a Chile.

La palabra chueca aparece por primera vez en el diccionario de la lengua castellana en 1611. Valdivia llegó a Chile en 1540, y los primeros españoles que lo acompañaron volvieron veinte años más tarde.

Por otra parte, el jesuita Alonso de Ovalle, en su obra "*Histórica relación del Reino de Chile*" dice, en la página 93, que no lo aprendieron los indios de los españoles, como aprendieron el juego de los naipes. Esta obra fué editada en Roma, el año 1646.

Pero, sea cual fuere el origen de este juego, la verdad es que los araucanos hicieron de él un juego nacional, que ha ido heredándose de generación en generación, y cuya práctica se extendió con el tiempo a todo el territorio de Chile, hasta que en 1763 el obispo Aldai lo prohibió terminantemente bajo pena de excomuniación mayor.

Dicha prohibición aparece publicada en el Sínodo Diocesano de Santiago de Chile, título XII, Constitución VIII.

Ya el Gobernador Mujica había dictado en 1647 un bando semejante, que castigaba a los infractores con reclusión temporal.

Así fué cómo el juego de la chueca ha ido poco a poco desapareciendo, hasta que hoy son bien escasos los parajes donde los indios suelen juntarse para jugar una partida.

"La chueca es un ejercicio en que dos partidos opuestos pretenden llevar una bola de madera del tamaño de una de billar, hacia el campo contrario, valiéndose para ello de un bastón encorbado y grueso en uno de sus ex-

tremos y de un largo como de un metro diez a un metro treinta centímetros.”

La cancha en que se juega es un terreno muy limpio, generalmente con pasto corto, cuyos contornos se marcan con estacas o ramas de árboles que semejan una alameda recién plantada.

Mide doscientos a quinientos metros de largo por un ancho que no pasa de treinta o cuarenta.

Es interesante ver jugar una partida.

Para demostraros el fin moral que los indios atribuían a la chueca, me bastará deciros que todas sus cuestiones las arreglaban por medio de una partida.

En una ocasión jugaron la vida del obispo de Concepción, don Francisco de Morán, que en 1793 pretendió atravesar la Araucanía.

Esta relación, que es muy interesante, aparece publicada en la *Revista de Santiago*, del año 1848.

Otro juego originario de Chile es el *unao*, que lo practicaron los indios de las costas del sur de este país, principalmente los que habitaban en la isla de Chiloé. Es un juego muy parecido al *football rugby* de los ingleses. Lo jugaban con una pelota hecha de algas marítimas del tamaño de las que se usan hoy para practicar el football y había que pasar por una puerta formada por dos gruesos palos con la pelota.

Era éste un juego de lucha donde raras veces faltaban los golpes y las caídas.

Si tomamos en consideración el escaso número de elementos que se necesita para practicar estos juegos, su bajo precio, etc., resalta la gran importancia que puede tener su introducción en la educación física de nuestros conciudadanos y muy especialmente entre las clases populares.

Estimo que es una buena obra hacer revivir en nuestra patria todos aquellos juegos nacionales que dieron el valor y la pujanza a nuestra raza.

La Escuela de Sub-Oficiales ha puesto en práctica los juegos y concursos deportivos desde hace dos años, y el contingente salido el año último podrá, sin duda, prestar útiles servicios al país, siempre que los señores jefes y oficiales les permitan, en los momentos libres, organizar concursos de este género.

Cada uno de ellos lleva una colección numerosa de juegos que aprendieron y enseñaron a practicar dentro de la Escuela. En un cuaderno especial, tienen la descripción de cada uno de ellos y las reglas a que están sometidos los principales concursos de deporte.

Deseoso de demostrar a los señores jefes y oficiales del Ejército, la importancia práctica de los juegos, he solicitado la venia del señor Comandante de la Escuela, para hacer una presentación de numerosos juegos en la cancha del polígono de ese establecimiento.

Quedo, pues, a las órdenes de los señores jefes y oficiales.

Antes de terminar debo decirles que he reunido en una serie de conclusiones el resultado de esta conferencia.

Ellas son:

1.^a Conveniencia que hay en formar un Reglamento de Gimnasia que esté de acuerdo con nuestro clima, con nuestras costumbres y con las necesidades de nuestro Ejército.

2.^a Que este Reglamento debe estar subdividido en dos: uno para el uso de las Escuelas Militares y otro para el cuartel.

3.^a Pedir al Supremo Gobierno el nombramiento de una comisión que se encargue de revisar y completar el Proyecto de Reglamento hecho por la Escuela de Sub-Oficiales.

4.^a Que hay conveniencia en introducir los juegos y concursos deportivos en el Reglamento Militar de Gimnasia.

5.^a Que mientras funciona la Escuela de Tiro y Gimnasia, se hagan cursos rápidos en la cabecera de cada Zona Militar, para instruir a los oficiales y suboficiales en la práctica de los juegos y del deporte; y

6.^a Que debemos recomendar a los instructores militares dar preferencia a la práctica de los juegos nacionales como la *chueca* y el *linao*.

Conferencia sobre la Educación Física en Chile

ENERO DE 1932

Señoras, señoritas y señores:

Antes que todo debo comenzar por pedir a ustedes sean benevolentes para conmigo, pues yo no soy ni he sido jamás orador en ninguna lengua, y lo único que les pido es que acepten mis franquezas, ya que no estoy habituado a guardar mis sentimientos ni a malgastar mis palabras.

Cada vez que ha sido necesario he dado mi opinión y siempre he estado listo para aceptar lo que otros puedan decir de bueno y verdadero, y listo también para aceptar sus ideas cuando ellas me han convencido.

Al hacer una crítica serena y levantada de la situación en que se encuentra la Educación Física en este país, hay que comenzar por referirse a la cuestión de los métodos de gimnasia que es en sí una cuestión muy discutida y escabrosa. Al tratar de este asunto permitidme, ante todo, haceros una declaración. Yo soy muy patriota, pero en materia de enseñanza, soy patriota cosmopolita e internacionalista de buena fe. Acepto todo lo bueno que nos viene del extranjero; pero no soy como la mayor parte de mis compatriotas que aceptan todo lo que

nos viene del extranjero, sin fijarse primero si aquéllo es bueno o es malo. Este es un pequeño defecto nuestro, de encontrar siempre mucho mejor lo que se hace en otra parte que lo que se hace en este país.

Yo no participo de esta idea. Pienso que tenemos la obligación de aceptar sólo las cosas buenas, de cualquier parte que nos vengan. Si me he declarado contrario a la gimnástica sueca ha sido después de estudiarla y aplicarla minuciosamente y en todos sus detalles en los colegios. Yo no soy comerciante de gimnasia ni de elementos para esta enseñanza. De modo que las críticas que he formulado no pueden ser desmentidas por nadie que opine desinteresadamente en esta materia, después de haber observado sus resultados en la escuela.

Al mismo tiempo debo decirles que después de esta conferencia tendré el mayor placer de oír las opiniones contradictorias y estaré también listo para responder a todos aquéllos que conozcan esta materia y estaré igualmente listo, lo repito, para aceptar sus buenas razones, mientras tanto permitidme que yo os haga valer las mías.

Hace ya cerca de 28 años que entré a figurar en este movimiento. Yo formaba parte en aquel entonces del profesorado de la Escuela Normal José Abelardo Núñez, después de haber sido maestro de gimnasia en el Liceo Aplicación durante 5 años. Allí me cupo el alto honor de servir bajo las órdenes del gran pedagogo alemán don Jorge Enrique Schneider, simultáneamente con haber tenido como profesor de gimnasia en el Instituto Pedagógico al señor Francisco J. Jenschke

Por aquellos años se produjo en Chile un movimiento que me interesó mucho. Un maestro primario que después de haber hecho un viaje de instrucción con los ca-

detes navales al rededor del mundo, fué comisionado por el Supremo Gobierno para seguir en Suecia un curso de Trabajos Manuales. Este maestro aprovechó su permanencia en Estokolmo, haciendo también allí un curso rápido de gimnasia que duró ocho meses (Septiembre 1891 al 15 de Mayo de 1892). Llegado al país, fué nombrado profesor de gimnasia en el Instituto Nacional. Al poco tiempo dió este caballero, en Santiago, una conferencia sobre gimnasia, y después de criticar los métodos puestos en práctica, terminó pidiendo la implantación de la gimnasia sueca en los colegios del país. Los profesores extranjeros que el Gobierno tenía contratados, contestaron al profesor del Instituto Nacional desde las columnas de la prensa, trabándose así una polémica personal y en la cual no se arribó a conclusión alguna.

Desde entonces hasta el año 1904, nadie volvió a ocuparse de este asunto y la gimnasia siguió practicándose en las escuelas en conformidad al programa oficial, que había sido formado, siguiendo las prácticas del método alemán de gimnasia. Mucho se ha hablado sobre el fracaso de este método en Chile; pero la verdad es que él no se había implantado hasta entonces en ninguna parte del país, no había gimnasios completos ni en las Escuelas Normales, mucho menos en los colegios, no existía una Escuela de Educación Física para formar maestros de gimnasia; las clases se pagaban a los profesores con una rebaja considerable en relación a los ramos denominados científicos, no influía la gimnasia en la promoción de los alumnos de un curso a otro, etc., etc.

Los padres de familia y la autoridad escolar eran indiferentes a todo lo que significaba gimnasia.

¡Cuán distinto es el ambiente que se respira hoy día! Desde el año 1906, se cambió el método alemán

por el método sueco. Se fundó un Instituto de Educación Física, se contrataron maestros y maestras en el extranjero, se igualó la renta de las diversas asignaturas; se dió a la gimnasia un lugar preferente en la promoción de los alumnos, se construyeron gimnasios completos en un gran número de establecimientos de ambos sexos; el Gobierno dictó leyes especiales y reglamentos, dando a este ramo una importancia que jamás había tenido; todo lo que se ha pedido por los Directores de la Enseñanza Física, todo se ha dado, pero a pesar de todo ésto, estamos en situación de asegurar que la gimnasia científica de Ling, ha fracasado ruidosamente en Chile y que es necesario que las autoridades educacionales se preocupen de estudiar este gran problema que amenaza destruir la base de una enseñanza tan necesaria para cimentar la felicidad y el progreso de la República.

En efecto, cuando se pedía la introducción de la gimnasia sueca en Chile se nos hizo creer que era un método muy económico que no necesitaba de grandes aparatos ni de costosos elementos para su implantación. (Véase la *"Revista de Instrucción Primaria"* de 1893, tomo 8.º, página 55).

Y se nos decía también que era una gimnasia sin peligros. Respecto a lo primero, hemos visto que es una gimnasia tan costosa como todas las demás, y respecto a lo segundo, debo manifestaros que una gimnasia sin peligros es una gimnasia fatalizada, porque es preciso que una gimnástica presente en la práctica de sus ejercicios, bajo una forma concreta, todos los obstáculos, todas las dificultades y todo los peligros que la vida usual puede presentarnos y esto, para enseñar a la juventud a evitarlos y sobrellevarlos.

Mirado este problema bajo este punto de vista, es

necesario que se sepa que *la gimnasia no es un deporte* y ningún deporte puede compararse con la gimnástica.

La gimnástica comprende todos los deportes, pero sólo bajo el punto de vista pedagógico. Ella ordena correr, marchar, saltar, nadar, etc., etc.; pero ella no cultiva esas ramas de la educación física especialmente, ella nos lleva a la virtud, porque la gimnástica es el desenvolvimiento completo del individuo, ella persigue el desenvolvimiento integral del hombre; mientras que los deportes consideran la fuerza y la agilidad adquiridas por el ejercicio como un medio de producir la virtud en una senda dada, de hacer ganar los premios y procurar los beneficios.

Muchos pensarán que el football es peligroso. Sin embargo, no he prohibido a mi hijo que lo juegue y no se lo prohibiría aunque se hiriese durante una partida, porque existe un gran principio admitido en gimnástica y en pedagogía que reconoce que un brazo o una pierna cuando se quiebran pueden ser curados, pero cuando el coraje o el carácter son heridos, no se curan jamás.

Lo que la gimnástica debe hacer, antes que todo, es formar hombres completos, no sólo hombres que tengan buenos brazos y buenas piernas, sino hombres que tengan el cuerpo sano y el espíritu sano, un carácter a toda prueba y un coraje que los haga capaces de pagar su tributo a la patria y a la humanidad, en caso necesario.

En los últimos tiempos se nos ha dicho que la gimnástica sueca respondía a todas las exigencias educacionales y sociales.

Se ha hablado y más y mejor en público y en privado del ilustre Ling y del célebre Instituto Central de Estocolmo, y nuestros compatriotas por no pecar de ignorantes han dicho: "SI". Pero la verdad es otra cosa.

Ling vivió en una época en que los estudios de la Fisiología eran casi rudimentarios y en que los fenómenos electromagnéticos no se conocían. No podemos decir entonces que su método sea la última palabra en la materia. Durante nuestra permanencia en Estocolmo buscamos afanosamente toda la literatura que escribió Ling sobre gimnasia y recibimos una desilución muy grande al constatar que toda ella consta de un librito de 200 páginas, de las cuales sólo hay 86 escritas por él. Lo demás se lo debemos a Liedbeck y Georgü, quienes dirigieron la edición de ese libro, donde habían quedado espacios vacíos y páginas en blanco.

En verdad, los verdaderos creadores de la gimnasia sueca fueron Branting e Hjlmar Ling, hijo de Pedro Enrique, en seguida Rothstein, quien fué el continuador de su obra.

Por eso que hemos llegado a creer que si Ling resucitase y viera esto que han dado en llamar gimnástica sueca, que es completamente mecánica y automática, se extrañaría mucho y tal vez no la conocería. En efecto, tal cual la hemos visto practicar en los grandes colegios de Suecia con ese autoritarismo, con ese exclusivismo, con ese rigorismo absoluto, estamos cierto que Ling no la conocería. Y aquí vamos a abrir un paréntesis.

El 25 de Septiembre del año 1913, en la mañana, fuimos a visitar las clases de gimnasia de la Escuela Norra Latine Aroverket, ubicada en Norra Bantorgert. El profesor de gimnasia Hugo Moeller, un mozo joven que hablaba muy bien el francés y que había sido compañero de curso con otro profesor chileno, que envió nuestro Gobierno al Instituto Central de Gimnasia de Estocolmo, nos mostró varias clases con cursos del 4.º, 5.º y 6.º año de sus alumnos.

Llamó mucho nuestra atención el sistema de monitores de que se valía para mantener el orden entre ellos, y más que todo, el uso que el maestro hacía del palo para castigar a los desordenados. A pesar de todo, noté que no había disciplina entre los muchachos y que éstos no mostraban ningún interés por la gimnasia. ¿Y si esto ocurre en la misma Suecia?

¿Qué no ocurrirá en Chile, con su aplicación, cuando somos dos razas tan diferentes? No hay más que mirar al niño sueco y al niño chileno para convencerse que son dos tipos completamente distintos. En efecto, mientras que el primero muestra un tipo delgado y alto; de unas piernas y brazos muy largos en relación al tronco, de huesos muy débiles y de pies muy desarrollados; el niño chileno es de un tronco muy proporcionado para el largo de sus extremidades que son robustas y bien musculadas. Su talla es más bien pequeña que alta, sus tobillos son gruesos, siendo en general un sujeto muchísimo mejor desarrollado. Ahora si miramos el medio en que se desarrollan unos y otros, si estudiamos la alimentación, el carácter y las costumbres de estos dos pueblos, veremos las grandes diferencias que hay entre el niño sueco y el niño chileno; todo lo cual viene a demostrarnos que no es posible pretender someterlos a un mismo sistema de ejercicio físico. Y esto que es tan claro, que es un asunto de simple buen sentido, no han querido comprender los directores de nuestra enseñanza pública.

El maestro que habla no ha hecho otra cosa durante los 30 años que hizo clases de gimnasia, que estudiar este problema en sus clases diarias, investigar científicamente los resultados y desde la cátedra, con sus alumnos, desde la tribuna con sus conferencias, desde la pren-

sa con sus numerosos artículos sobre educación física; no ha hecho otra cosa, decía, que demostrar los inconvenientes que tiene para nuestro país la implantación del método sueco de gimnasia. Ha llamado en más de una ocasión la atención de los consejeros de instrucción, de los señores Ministros del ramo y de los miembros del Congreso, hacia este problema de sumo interés para nuestros conciudadanos; pero no ha logrado ser oído sino en parte, y muy de tarde en tarde. Hoy que la situación ha cambiado, que el problema social, económico y educacional forman el triángulo indispensable sobre los cuales deberá cimentarse el futuro progreso y el engrandecimiento de este país, volveremos a insistir en este problema que consideramos de verdadera actualidad, de verdadero interés nacional. Claro está que, dado el progreso de los conocimientos humanos, no es posible exigir a nuestros hombres públicos que sean enciclopédicos en todas las materias; pero sí que tenemos derecho a exigirles que oigan las opiniones de los especialistas en cada ramo, cuando se trate de dilucidar asuntos que interesan al porvenir de la juventud y que guardan estrecha relación con la defensa de la patria. No tienen derecho a llamarse hombres de Gobierno los que proceden de otra manera.

Decía que desde hace muchos años, que, el que habla, ha llamado la atención de las autoridades educacionales, hacia la conveniencia de no continuar practicando en Chile la gimnástica sueca, porque ella no está de acuerdo con la naturaleza física del niño chileno, porque ella es monótona y aburridora para nuestros niños; porque ella no despierta el interés de la juventud, etc.

Todo esto decía el maestro de gimnasia de la Escuela Normal de Preceptores de Santiago, en 1904, y des-

pués de una serie de conferencias en que se dejaron oír las opiniones de muchos entendidos en esta materia, se acordaron las siguientes conclusiones:

(1) 1.ª La Asociación de Educación Nacional reconoce que es indispensable la formación de un sistema de educación física nacional que, estando en armonía con nuestro clima, con nuestro carácter y con nuestras costumbres, corresponda a los fines que persigue nuestra enseñanza.

2.ª Acuerda nombrar una comisión compuesta de pedagogos, médicos y militares para que estudien los diversos sistemas de gimnasia y presenten a la Asociación un informe y un programa de gimnasia escolar. Esta Comisión podrá hacer estudios prácticos en los establecimientos de educación que juzgue conveniente.

3.ª Los juegos son el complemento de la gimnasia; ellos deberán alternarse convenientemente con los ejercicios de gimnasia metódica y deberán ser en lo posible nacionales o nacionalizados.

4.ª Acuerda dirigirse al Consejo de Instrucción Primaria y al señor Ministro del Ramo, trasmitiéndole los acuerdos de esta Asociación sobre mejoramiento de la Educación Física en los establecimientos del Estado, a fin de que sean tomadas en cuenta al reformar o revisar los planes o programas de estudios.

5.ª Pedir al Supremo Gobierno que comisione a una persona de reconocida competencia para que estudie en Europa y Estados Unidos los diferentes sistemas de educación física.

6.ª Acuerda pedir cursos extraordinarios de vacaciones para preparar a los maestros interinos en la enseñanza de la gimnasia.

7.ª Acuerda pedir al Supremo Gobierno la construcción de galpones para las clases de gimnasia y exigir ésto como condición indispensable a los arrendadores de edificios particulares.

8.ª Pedir la creación del Instituto de Educación Física.

(1) Léanse las actas de la Asociación de Educación Nacional en los números 4 y 5 de 1905.

Sin embargo, por obra de embrujamiento, tal vez, las autoridades escolares se desentendieron de esto y continuaron haciendo practicar en los colegios la gimnástica sueca; con los resultados que ustedes verán más adelante. En Marzo de 1906 se fundó el "Instituto Superior de Educación Física y Manual", a fin de que en él, como decía su Director, se formase un personal idóneo, con conocimientos científicos y prácticos para que diera en los liceos, escuelas normales y establecimientos especiales, la importancia que la enseñanza de los ramos denominados técnicos debe tener en el plan de educación integral.

"Conforme a las expectativas del Gobierno, al Instituto Superior corresponde la elaboración de los programas y la investigación de los métodos que, para la enseñanza de estos ramos, deberán adoptarse en la educación secundaria normal y especial. El Instituto se prepara a fin de realizar esta obra y con este objeto acumula el material necesario y hace las investigaciones del caso. "Así decía el Director de este establecimiento en el Prospecto y Reglamento de 1908".

¿Cuáles son los programas y las investigaciones de los métodos que ha realizado en estos 23 años que han pasado, el Instituto de Educación Física? Ninguno. A no ser que se crea que son programas las directivas que se han dado a los profesores de gimnasia, copiando al pie de la letra el plan de la escuela sueca, que han dado en reconocer como lo más científico, la última palabra en materia de gimnasia?

A no ser que se nos quiera convencer que es científico aplicar en los colegios una gimnasia que no respeta la naturaleza física del niño y que por su monotonía abu-

rre al muchacho y lo hace tomar fastidio por los ejercicios.

¿Cómo se puede asegurar que es científico adoptar un método que se practica en un clima tan diverso del nuestro; con hombres que se alimentan de tan distinta manera; que tienen otras costumbres?

Interesante sería conocer las investigaciones que sobre este particular ha realizado el Instituto de Educación Física.

No las conocemos nosotros, ni las conoce nadie en Chile.

A no ser que se nos quiera hacer creer que las observaciones que se han hecho allí con el *raquígrafo*, con el *toracómetro*, con el *espirómetro* de Demeny hayan servido para declararse defensores del método sueco?

El raquígrafo sirve para estudiar la forma de la columna vertebral, el toracómetro muestra la forma que adopta el tórax durante la respiración y el espirómetro, la cantidad de aire que cabe en los pulmones.

¿Sólo éstas han sido las investigaciones científicas que ha realizado nuestro Instituto de Educación Física desde su fundación, para llegar a la conclusión de que la gimnasia sueca es lo que más conviene? Nosotros, sin contar con aquellos costosos aparatos, hemos realizado con nuestros alumnos en el Internado Nacional Barros Arana, más de 180 mil medidas antropométricas en más de 6,000 niños venidos de todas partes de Chile, muchos de los cuales han permanecido 6, 7 y 8 años en el establecimiento. Hemos observado minuciosamente la aplicación del método sueco en la práctica diaria y podemos declarar que hoy como ayer, teníamos toda la razón para oponernos a la introducción de la gimnasia de

Ling en los colegios. Y como se ha dicho que el movimiento se prueba andando. Pruebas al canto.

Yo pregunto dónde está el secreto de los grandes resultados alcanzados por el Internado Barros Arana desde el año 1906 hasta el año 1926 con la Educación Física de sus alumnos. En gimnasia, sus muchachos figuraron siempre en los primeros lugares en los grandes concursos escolares que se efectuaron los años 9, 10, 11 y 14. Las revistas anuales de gimnasia que se presentaban en el colegio fueron famosas y hasta hoy no han sido superadas. En football, basquetball, chueca, tennis, atletismo, natación y tiro al blanco; no tuvo casi competidores.

En 1910 el Internado obtuvo el gran premio en el campeonato de gimnasia de los colegios y su profesor fué coronado públicamente en el Club Hípico por el representante del Emperador de Alemania, ante todas las delegaciones extranjeras y ante más de 15,000 espectadores.

En 1914 el Internado venció nuevamente a todos los colegios, adjudicándose definitivamente la hermosa bandera ganada ya el año 10.

Es interesante saber que ese año figuró también entre los establecimientos competidores nuestra Escuela Militar, la que fué vencida en buena lid por el Internado, hasta en el tiro al blanco.

Los innumerables trofeos ganados por dicho establecimiento en toda clase de concursos gimnásticos y deportivos, sin que jamás nos valiéramos de la gimnástica sueca, nos están probando la inutilidad de su aplicación en Chile.

¿Y todo ésto a qué se debía? ¿Por qué no ocurre lo mismo hoy cuando el colegio cuenta con muchísimos más elementos que en aquella época?

El secreto está en que el antiguo maestro como alumno de un gran pedagogo, sabía observar a sus muchachos y sabía respetar su naturaleza física. El tomaba siempre la iniciativa en todas las competencias de cultura física y no le importaba la naturaleza del trabajo, ni le importaba tampoco el tiempo que era necesario destinar a la preparación de sus alumnos. Hoy las clases están en manos de dos distinguidos profesores salidos del Instituto de Educación Física; pero el interés por los ejercicios físicos, el entusiasmo de la muchachada, no es el de antes.

¿A qué se debe todo esto? ¿Acaso estos profesores no cuentan con la preparación necesaria para dar esta enseñanza?

¿No tienen el entusiasmo del maestro de otros tiempos?

¿No cuentan con la cooperación decidida y entusiasta de los jefes, profesores y alumnos del Internado?

¿Qué es lo que allí pasa entonces?

Para mí la situación es muy clara.

La aplicación del método sueco en el Internado Nacional Barros Arana ha tenido la culpa de todo esto.

En efecto, la gimnasia de Ling, no es una gimnasia que entusiasme al niño chileno, su monotonía, su falta de novedad, etc.; aburre a los muchachos en tal forma que no manifiestan ningún interés por ella y si no fuera porque se les obliga la asistencia a estas clases, ellos preferirían no ir. Este y no otro es el secreto de la decadencia que hoy se nota en la cultura física de los alumnos del Internado. Ya me parece oír la opinión de la muchachada, me parece estar mirando la cara de satisfacción que ponen los alumnos, me parece oír la voz del profesorado y de la Dirección del Establecimiento que me dicen: tiene usted toda la razón, profesor.

CONCLUSIONES

Se hace necesario, entonces:

1.º Reformar el programa de nuestro Instituto de Educación Física, orientando su enseñanza en forma que ella responda a las necesidades físicas y morales de la juventud chilena.

2.º Solicitar del Supremo Gobierno que el Director del Instituto de Educación Física sea un maestro titulado en el ramo.

3.º Iniciar cuanto antes, el estudio de un programa detallado de gimnasia para las Escuelas Públicas y Liceos de ambos sexos.

4.º Hacer presente a las autoridades escolares la conveniencia que existe en que los ejercicios físicos se practiquen al aire libre, eligiendo para ello un material que permita ser trasladado fácilmente de las salas de gimnasia a los patios y campos de deportes.

5.º Los ejercicios físicos deberán ser variados, higiénicos, completos y atrayentes, y dados en forma que ellos despierten el gusto de la juventud por la gimnasia.

6.º Hay necesidad de seleccionar convenientemente los ejercicios en forma que ellos no sólo respondan al

desarrollo de la parte física del individuo, sino también a la parte moral y muy principalmente al desarrollo del carácter.

7.º Los juegos y los ejercicios deportivos deberán ser estudiados, clasificados y aplicados a la juventud en forma progresiva y metódica.

8.º Aprovechar los gimnasios, los campos de juegos, las piscinas, etc., de propiedad fiscal, en forma que ellos sirvan también a las instituciones deportivas para la práctica de sus ejercicios.

9.º Siendo la Antropometría el mejor control de la educación física, ella debe hacerse obligatoria en los establecimientos de enseñanza y recomendadas a las instituciones deportivas de ambos sexos. En la práctica de estas observaciones deberá seguirse la técnica Internacional acordada en el Congreso de Ginebra.

10.º Sería conveniente abrir una encuesta entre todos los directores de los establecimientos educacionales de ambos sexos y entre los profesionales egresados de los colegios respecto a las afirmaciones hechas en esta conferencia.

BIBLIOTECA NACIONAL
SECCIÓN CONTABLE

INDICE

	Pág.
Dedicatoria	III
Certificado del Rector del Internado B. A.	Vy VI
Homenaje del Internado B. A.	VII
Un poco de Historia	1
El placer en los ejercicios físicos	3
La gimnasia para la mujer	6
Artículos escritos sobre Educación Física, por el mismo autor	11
Otras publicaciones del autor	19
Folletos y libros	24
Preámbulo	25
Conferencia sobre gimnasia dada en la Escuela Arriarán, bajo el patrocinio de la Asociación de Educación Nacional, en agosto de 1904	31
La gimnástica sueca	35
La gimnasia alemana	39
Comparaciones entre la gimnástica sueca y alemana	50
Clima de Suecia y Alemania	54
Rectificaciones a la primera réplica dada por el señor Joaquín Cabezas	59
Ultimas observaciones en el tema sobre Educación Física 1904	71
Crítica a una clase de gimnástica sueca, hecha por el profesor don Joaquín Cabezas en el Instituto Nacional	83
La Educación Física en el Ejército. 1911	91
Conferencia sobre la Educación Física en Chile	113
Conclusiones	127

