

# EDUCACIÓN FÍSICA

---

UN nuevo y utilísimo progreso cuyos satisfactorios resultados han de conocerse muy pronto, se registró en las escuelas públicas de esta ciudad, con la inauguración en las escuelas de Amara, de la clase de educación física instalada en aquel grupo escolar.

El acto, que tuvo lugar el 1.º de Mayo último, fué brillantísimo, demostrándose por modo elocuente los nobles y ardorosos entusiasmos que por la pública cultura sienten en nuestro pueblo las autoridades y cuantos secundan sus laudables iniciativas.

El Sr. Manchón pronunció un notable y razonado discurso, que llamó grandemente la atención del ilustrado público que le escuchaba, tanto por la claridad y precisión al exponer el plan de educación física, como por el acierto al dedicar justas y merecidas alabanzas á las personas y entidades que han intervenido en la creación de este nuevo método educativo.

Para dar una idea del procedimiento inaugurado en las escuelas de Amara, nada más oportuno que la reproducción del claro y conciso escrito del propio Sr. Manchón que publica la revista profesional *La Instrucción Primaria*, de esta ciudad.

Dice así el Sr. Manchón:

«Convencido de que sin ser definitivo el método racional Ling, reúne sobre los demás inmensas ventajas, decidí implantarlo en dicha clase en toda su pureza, respetando sus sólidos principios, no adulterándolo con aparatos ó ejercicios extraños ó complejos, procurando por el contrario simplificarlo, haciéndolo por su sencillez exclusivamente infantil, por lo que de él he suprimido todo aquello que únicamente es aplicable al adulto cuyas condiciones anatómicas ó más precisamente histológicas, son tan distintas de las del niño.

»En consecuencia un solo aparato (si así puede llamarse) he adop-

tado, compuesto simplemente de una barra de madera fija á 0,15 metros de altura sobre el suelo y otra barra también de madera que puede fijarse á diversas alturas paralelamente á la anterior por medio de dos correderas graduadas de tal modo que un mismo ejercicio es ejecutado en absoluta igualdad de condiciones por todos los alumnos, cualquiera que sea su talla, extendiéndose á lo largo de las paredes laterales de la sala dos series de estas dobles barras, cuyo objeto no es más que el de servir de punto de apoyo en determinados ejercicios.

»Se encuentran además en esta clase dos elegantes vestuarios provistos de magníficos lavabos, servicio antropométrico, mesa para el alumno-monitor, alfombras, etc., todo ello instalado en una amplia sala blanca, alegre, en perfectas condiciones de luz y de ventilación, donde reina la más perfecta limpieza, y dispuesta para el trabajo simultáneo de cuarenta niños que se eligen entre los que, perteneciendo al mismo grupo escolar y estando sus edades comprendidas entre los siete y doce años, se hallen más necesitados de cultura física.

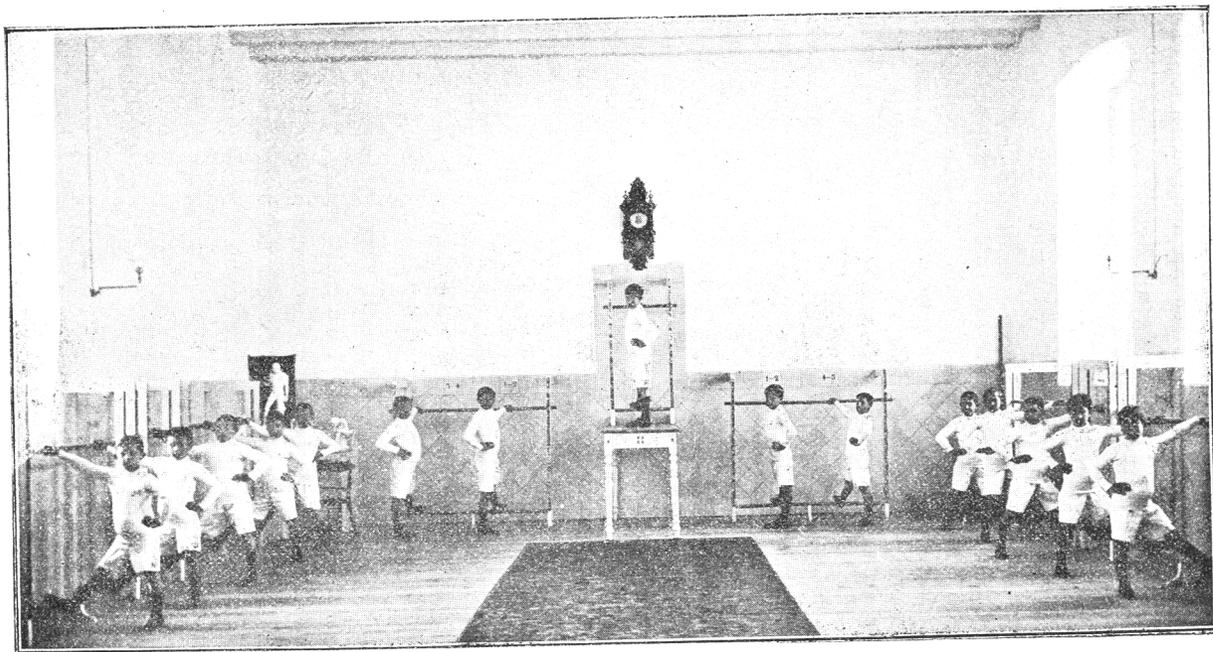
»Para la más correcta y cómoda ejecución de los ejercicios, se provee á cada alumno de un uniforme de trabajo, compuesto de pantalón muy corto y jersey blancos y alpargatas negras.

»Antes de comenzar el curso se practica un minucioso registro antropométrico de cada escolar, comprensivo de todas aquellas dimensiones susceptibles de variación por la acción combinada del crecimiento y el ejercicio, y el resultado de este registro, que se verifica mensualmente, se consigna en libretas que se entregan á los alumnos y que repetidamente anotadas constituyen pequeños historiales físicos de los mismos, que pueden ser de gran utilidad en determinados casos.

»Los ejercicios que los alumnos ejecutan rítmica y simultáneamente, van encaminados á la obtención en orden de correlativa importancia de una mayor capacidad respiratoria y de un aumento de la extensión, rapidez, energía y precisión de los movimientos.

»Ocupan, por lo tanto, lugar preeminente los ejercicios respiratorios y con ellos todos los que contribuyen á colocar la jaula torácica en la posición más adecuada para cumplir perfectamente sus funciones, posición que coincide con la más estética del esqueleto, y siguen á éstos en prioridad los ejercicios de elasticidad (*souplesse*) articular y muscular, característica de los movimientos y actitudes infantiles, que contribuyen al aumento de la extensión y rapidez de los movimientos, ocupando los últimos lugares los ejercicios exclusivamente musculares (energía), porque el tejido de tal especie, en los niños, no es más que rudimentario, y los de coordinación (precisión), que como tales y no permitiendo el automatismo que los demás permiten, obligan al alumno á un esfuerzo mental que se suma al ya considerable que en la escuela soportan.

»Forman entre todos un conjunto de veintitrés ejercicios, que se practican diaria y progresivamente por los cuarenta educandos y una



CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA (SISTEMA LING)  
INSTALADA EN EL GRUPO ESCOLAR DE AMARA. - SAN SEBASTIÁN

vez terminados, se da un pequeño descanso, al cabo del cual se reanuda la clase destinándose el tiempo restante á ejercicios variados de aplicación, utilidad, coordinación, equilibrio, etc., tales como juegos, saltos, grupos, todos amenos, absolutamente inofensivos y adaptados á los gustos, edades y particulares aptitudes de los alumnos.

»No se ha omitido detalle alguno para que la Educación Física de los escolares elegidos sea tan real y completa como la más rigurosa Pedagogía é Higiene pudieran exigir.

»Espero confiadamente en que los resultados que se obtengan compensarán con creces el esfuerzo realizado, resultados que hay que esperar sin impacencias, pues no se verifican sino muy lentamente modificaciones orgánicas de la importancia de las que la cultura física persigue y en toda educación el factor tiempo es elemento indispensable.

»De desear es que de estos resultados tan beneficiosos y tan útiles disfrute un mayor número de niños que los que actualmente podrán disfrutar de ellos.

»Nuestra ciudad alberga millares de niños muy dignos de gozar de estos beneficios que la cultura física proporciona y que si de ella disfrutaran todos, pues todos lo merecen, puedo afirmar, sin temor á equivocarme, que en breves años, por su aspecto vigoroso, por sus actitudes estéticas, por sus movimientos fáciles, por la exteriorización de su salud cuya forma tangible es la belleza, constituirían un valioso atractivo y el más delicado timbre de gloria que añadir á los muchos que San Sebastián ostenta.»

Hasta aquí el Sr. Manchón. Poco habremos de agregar nosotros á tan autorizado trabajo. Y ese poco será para dedicar un aplauso á los iniciadores de esta nueva institución.

El país vasco ha sabido mantener la raza con marcados caracteres de vigor y robustez, merced a sus ejercicios físicos, á su gimnasia habitual, que no otra cosa eran sus bailes y sus juegos. Hoy que juegos, bailes y costumbres parecen haberse separado de la dirección señalada por los viejos euskaldunas, hemos de recibir con simpatía las orientaciones que tiendan á dar fuerza y vigor á la raza.

J. BENGOCHEA

---