

P613.71  
C76

CONFERENCIA TEORICO-PRACTICA  
SOBRE  
**EDUCACION FISICA**

DADA Á LOS DELEGADOS  
DEL  
**2o. CONGRESO NACIONAL DE EDUCACION PRIMARIA**

EL SÁBADO 30 DE SEPTIEMBRE DE 1911  
EN EL GIMNASIO  
DE LA ESCUELA NORMAL PRIMARIA PARA MAESTRAS.



DEPARTMENT OF HYGIENE  
WELLESLEY COLLEGE  
WELLESLEY, - MASSACHUSETTS

MÉXICO.  
IMPRENTA DE A. CARRANZA É HIJOS.  
1ª Calle de Cincuenta y Siete, núm. 15.

—  
1911

THE UNIVERSITY OF NORTH CAROLINA  
AT GREENSBORO  
JACKSON LIBRARY



SPECIAL COLLECTIONS DIVISION  
History of Physical Education  
and Dance

CONFERENCIA TEORICO--PRACTICA  
SOBRE  
EDUCACION FISICA

DADA Á LOS DELEGADOS

DEL

2o. CONGRESO NACIONAL DE EDUCACION PRIMARIA

EL SÁBADO 30 DE SEPTIEMBRE DE 1911  
EN EL GIMNASIO  
DE LA ESCUELA NORMAL PRIMARIA PARA MAESTRAS.



DEPARTMENT OF HYGIENE  
WELLESLEY COLLEGE  
WELLESLEY, - MASSACHUSETTS

MÉXICO.  
IMPRENTA DE A. CARRANZA É HIJOS.  
1ª Calle de Cincuenta y Siete, núm. 15.

—  
1911

Spec 600

GV

343

√5

EDUCATION PHYSIC

P613.71  
C76

## DEDICATORIA.

---

Al Señor Don

Venustiano Carranza.

Señor:

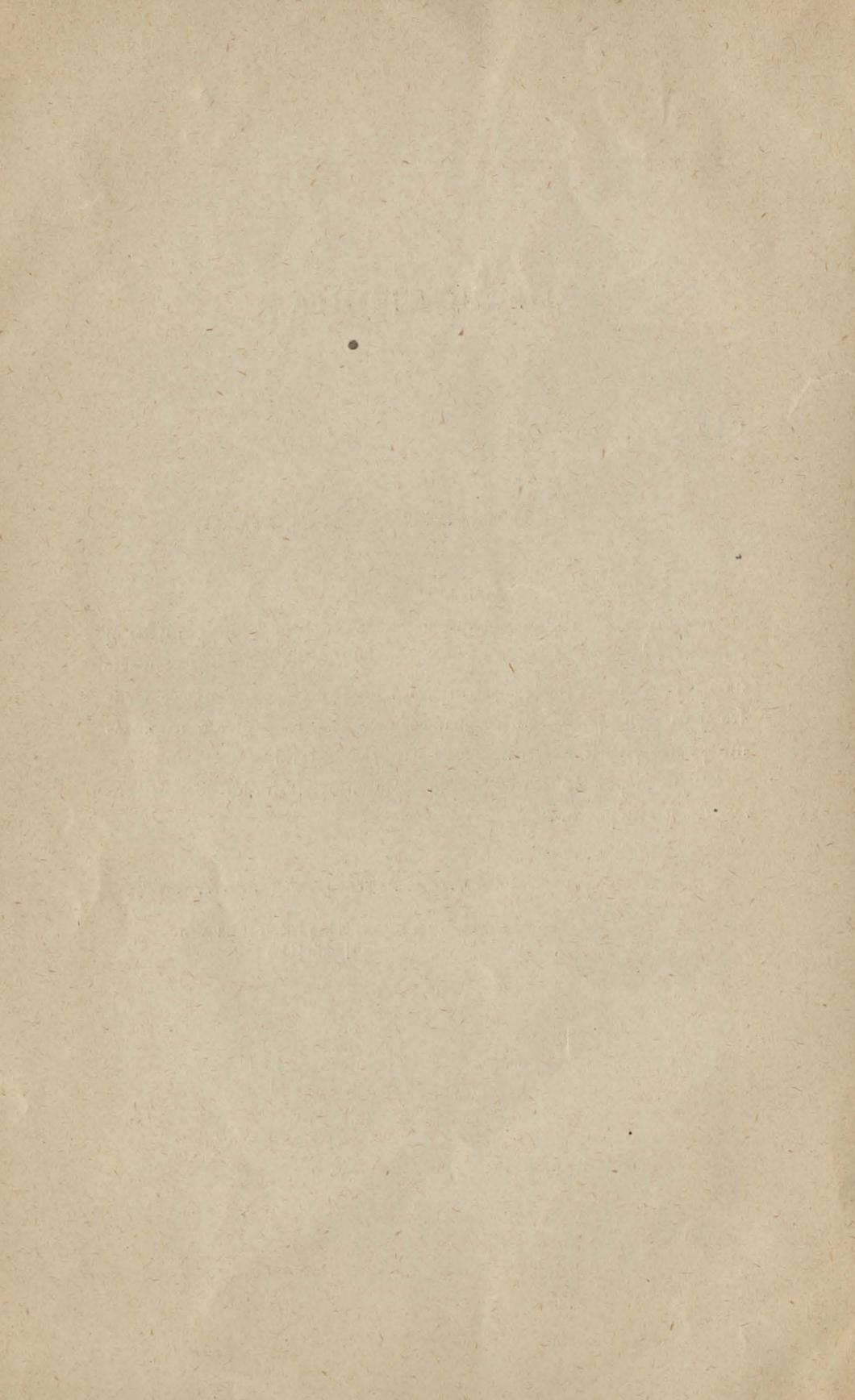
Sé que sois un decidido protector de la educación popular y esto me ha bastado para dedicaros este trabajo. No me conocéis ni yo os conozco, ¡más qué importa! Bregamos por idénticos ideales y aunque por distintos rumbos los dos, tendemos á un mismo punto final: la grandexa de nuestra Patria!

Dignaos por lo tanto aceptar esta manifestación de sincero respeto y simpatía.

*Manuel Velázquez Andrade.*

Inspector de Educación Física y Profesor de Metodología  
de los Ejercicios Físicos

---



---

---

Señores Delegados al 2º Congreso Nacional de Educación  
Primaria:

I.

El problema de la educación física en la escuela no es un asunto de simpatías, una consecuencia de determinadas doctrinas pedagógicas ó un tópico de moda; no, es una cuestión vital que interesa á todos los países, á todos los educadores y que urge resolver con acierto porque se trata nada menos, en nuestro caso particular, del vigorizamiento corpóreo de nuestra raza con lo que está ligada la vida independiente de nuestra nación.

Usamos la expresión de *educación física*, porque creemos que es de significación más general que la de *gimnasia*, porque en la primera están incluidos todos los factores que tienen una influencia muy directa en el crecimiento y desarrollo del individuo y entre los cuales figura muy particularmente el ejercicio físico ó muscular en sus modalidades los *juegos y la gimnasia*.

**Factores Biológicos.**—En el problema de la educación física lo que más interesa conocer, desde luego, no son ciertamente los sistemas gimnásticos que deben emplearse, si no la naturaleza del individuo en sus facetas más importantes del crecimiento fisiológico: *la infancia, la adolescencia y la juventud* que son las tres épocas en que tiene lugar la vida escolar y en las que el organismo, por su plasticidad, es susceptible de recibir cualquiera dirección; ahora bien, de acuerdo con las leyes que nos dé este conocimiento podemos deducir el sistema ó sistemas gimnásticos más convenientes, más en consonancia con las necesidades de la vida del niño, del adolescente y del joven.

Cuando el niño pisa por primera vez los umbrales de la escuela está en el período más delicado de su crecimiento, caracterizado tanto física como mentalmente por una actividad asombrosa, limitada

únicamente por la debilidad de sus órganos y la poca intensidad de sus funciones especialmente aquellas en que tiene un papel muy importante el sistema nervioso. Sus sistemas óseo, muscular y nervioso que son los elementos, pasivo y activos del movimiento, son poco resistentes y el desenvolvimiento mental del niño está aguijoneado, digamos así, por el poderoso instinto biológico del juego; en consecuencia, en este período de la vida la naturaleza fisiológica y el instinto biológico deben ser nuestros guías.

*¿Por qué juega el niño?*—Spencer asienta que el origen del juego, lo mismo en los animales que en el hombre, se debe á un exceso de energía vital que es necesario consumir, lo que explica por qué los individuos débiles ó enfermos no juegan.

Al lado de esta teoría fisiológica de Spencer señalamos esta otra de Lazzaro enteramente opuesta á la anterior, de que el juego es un medio de relajación y recreación siempre que se encuentran agotadas las energías físicas.

Pará Groos, el juego no es si no un ensayo de las actividades futuras del adulto, una especie de preparación á los actos que más tarde tiene que desarrollar en la lucha por la vida, lo que explica la gran variedad y carácter distinto de los juegos, tanto en los animales como en el hombre.

Stanley-Hall, por su parte, afirma que la verdadera causa del juego se explica por la teoría biogenética que consiste que la ontogénesis reproduce exactamente la filogénesis, es la teoría de la recapitulación del desarrollo del hombre conforme al desarrollo que ha seguido la humanidad; el niño en sus diversos juegos no hace si no reproducir atávicamente lo que hicieron sus antepasados.

Cualquiera que sea la verdadera causa de esa actividad física y mental del niño que todos conocemos y que se traduce por juegos, lo importante es reconocer que en la infancia lo que predomina casi *exclusivamente como forma de actividad muscular son los juegos.*

Mas hay que tener en cuenta no solamente las necesidades fisiológicas y psíquicas que acabamos de exponer si no también aquellas que desgraciadamente acarrea la estancia de la escuela y las que la vida práctica imponen al niño; las primeras en lo que se refiere á la disciplina en general y á la táctica escolar en particular y las segundas á la necesidad de educar paulatinamente y desde temprana edad, ciertos movimientos y actos que tienen no solamente una influencia fisiológica é higiénica si no también social.

En tales consideraciones nuestro Programa de educación física vigente en las escuelas primarias se ha inspirado y pide para el grupo de niños de primer año lo siguiente:

“A.—ESCUELAS ELEMENTALES.”

## I.—GRUPO DE LOS NIÑOS MÁS PEQUEÑOS.

1.—JUEGOS SENCILLOS, VARIADOS, IMITATIVOS Y DIVERTIDOS, DE ESFUERZOS MUSCULARES POCO INTENSOS, DE CORTA DURACIÓN Y DE EMCTIVIDAD MUY LIMITADA.

2.—MARCHAS RÍTMICAS Y EVOLUCIONES ACOMPAÑADAS DE MÚSICA. (1).

## II.

Pasemos al segundo período, al de la adolescencia. Los sistemas ó-oo, muscular y nervioso con el desarrollo, han ganado en fuerza y resistencia. Las necesidades fisiológicas del adolescente continúan siendo, en lo que al crecimiento se refiere, idénticas á las del niño aunque más activas especialmente en las niñas en las que, como se sabe muy bien, su desarrollo es más rápido que el de los niños.

Aparecen sin embargo, nuevos factores que es preciso que el educador tenga en cuenta; ciertas necesidades orgánicas ó anomalías hereditarias que se manifiestan más francamente ó se exacerban. La prolongada permanencia de los niños en la escuela en donde el mobiliario, la luz, las ocupaciones manuales, el ambiente del local no guardan siempre buenas condiciones higiénicas y esto es lo que pasa aún en la capital en donde se gastan mayores sumas de dinero que en ninguna otra parte, contribuyen á empeorar la condición física de los alumnos, además, añádase á todo lo indicado las ocupaciones del hogar en el que se hace al niño trabajar infinidad de veces en condiciones terribles y de deterioro para su organismo ó en ocupaciones superiores á sus fuerzas y poder de resistencia y finalmente súmese á este cuadro la escasa y pobre alimentación que reciben una buena porción de niños de nuestras clases media y pobre.

**Gimnasia y juegos.**—Multitud de personas y muchos maestros creen sinceramente que los juegos libres ú organizados bastan para satisfacer las necesidades de un buen desarrollo físico y de la vida práctica, tal creencia es un error. La gimnasia, constituída por un conjunto de ejercicios metodizados sin utilidad aparente para la vida práctica no sustituye á los juegos en sus efectos fisiológico é higiénicos, ni los juegos sustituyen á la gimnasia en sus efectos correctivos, las dos formas de actividad muscular se completan, pero jamás se sustituyen satisfactoriamente.

En los juegos la actividad fisiológica como psíquica es más ex-

---

(1) Como demostración práctica se desarrolló una lección con las niñas del primer año de la escuela primaria "Anexa á la Normal."

pontánea, los efectos higiénicos, recreativos y morales son más generales, pero no *corrigen las deficiencias de un crecimiento anormal hereditario ó provocado por las causas que más atrás hemos señalado*, de aquí la imprescindible, imperiosa necesidad que da la razón pedagógica á la existencia de los *ejercicios gimnásticos metodizados* en la escuela con un fin, digamos, *terapéutico*.

**Ventajas de la gimnasia sobre los juegos.**—En la casi mayoría de los juegos de los niños la actividad física ya hemos visto, obedece á exigencias de orden fisiológico y psíquico y ésta en el caso de los adolescentes y jóvenes se desarrolla siguiendo la *ley del menor esfuerzo* de lo que resulta que se entreguen con pasión y elijan aquellos juegos que están más en consonancia con su temperamento y aptitudes físicas, consecuencia de lo cual es que ejercitan aquellos órganos, centros nerviosos y funciones psíquicas que menos necesitan del ejercicio con detrimento de aquellos otros que más necesidad tienen de adiestramiento; muy al contrario de lo que pasa con el ejercicio gimnástico metodizado que hace trabajar á los grupos musculares, órganos y centros de coordinación que menos desarrollados y educados están y que conviene vigorizar y adiestrar.

Las exigencias de la vida moderna ya sea en la órbita social ó industrial, exigen la adquisición y adaptación de nuevas formas de actividad motriz (estética de los movimientos, ejercicios utilitarios) sin las que, el individuo se encuentra en un estado de inferioridad física en la lucha por la vida, frente á frente de otros competidores mejor preparados y para este fin el ejercicio gimnástico metodizado es de resultados mucho más rápidos y directos que los juegos.

En los juegos cuando se desconoce su mecanismo, reglas y fuerza física para ejecutarlos es muy difícil la *dosificación del esfuerzo muscular y nervioso* de acuerdo con el poder y necesidades fisiológicas de los individuos. Con suma frecuencia y pesar hemos visto juegos propios de adultos emplearse con niños y adolescentes sin sospechar que solo el irresistible instinto del niño por el juego y su amor propio comprometido lo hace desarrollar esfuerzos que lejos de beneficiarlo si se repiten periódicamente lo perjudican, entre estos juegos podemos señalar la "lucha de cable."

Si hiciéramos un examen comparativo del trabajo muscular y mental (concentración de la atención) desarrollado por una niña que salta la cuerda durante diez ó quince minutos en los recreos y que para muchos maestros esta actividad no representa ningún peligro y el trabajo desarrollado en igualdad de tiempo con ejercicios gimnásticos metodizados, veríamos la enorme desproporción entre los dos medios y en este juego que constituye el saltar la cuerda, como en otros muchos, nadie pone reparo ante el factor fatiga física, ni

ante el grado de atención activa (fatiga mental) que requiere de parte de las niñas que se entregan con pasión á él y que solo por la espontaneidad de su ejecución no prohibimos. Nosotros dada nuestra experiencia personal declaramos que muchas veces hemos visto y oído á niños y niñas después de un recreo ó un juego quejarse de cansancio y agitación mental quizás porque sus juegos eran superiores á sus fuerzas, se prolongaron largo tiempo ó la emotividad fué demasiado intensa, cosas que los maestros ignoran conformándose con ver jugar á sus alumnos dejándolos seguir sus propios instintos y simpatías.

Fundándose en todo lo anteriormente expuesto el Programa de educación física, exige para el período de desarrollo que acabamos de delinear, lo siguiente:

“II.—GRUPO DE LOS NIÑOS MÁS GRANDES (INCLUYENDO LOS MEJOR DESARROLLADOS DEL SEGUNDO AÑO).”

“1.—JUEGOS PROGRESIVAMENTE MÁS VARIADOS, MÁS COMPLICADOS Y DE ESFUERZOS MUSCULARES MÁS INTENSOS.”

2.—EJERCICIOS DE LA GIMNASIA SUECA CUIDADOSAMENTE GRADUADOS Y DE EFECTOS BIEN DEFINIDOS QUE TIENDAN AL ENSANCHAMIENTO DE LA CAJA TORÁXICA, Á LA RECTIFICACIÓN DE LAS CURVATURAS DE LA COLUMNA VERTEBRAL, Á LA FIJACIÓN DE LOS OMOPLATOS, AL FORTALECIMIENTO DE LAS PAREDES ABDOMINALES Y AL VIGORIZAMIENTO DE LAS EXTREMIDADES INFERIORES.

3.—EJERCICIOS RÍTMICOS Y BAILES (PARA LAS NIÑAS). (2).

### III.

El paso de la adolescencia á la juventud nos pone frente á frente de nuevas necesidades y tendencias del crecimiento.

La educación neuro-muscular que hasta aquí hemos tratado de desarrollar progresivamente por medio de los juegos y ejercicios gimnásticos sencillos debe ser más seria y sistematizada.

Este período se caracteriza por el rápido aumento de la estatura y el peso, una coordinación más completa de los movimientos, una actividad funcional de todos los órganos más intensa que demanda mayor cantidad de energías, es la época en que el escolar exige la mayor suma de cuidados en su salud y vigorizamiento corpóreo, en la que está poseído de lo que algunos fisiólogos llaman *fiebre muscular*.

(2) Se hizo una demostración práctica del carácter de los ejercicios y juegos en este período con niñas de 4º año de la escuela primaria “Anexa á la Normal.”

Los juegos, para los jóvenes, no han perdido el interés y el encanto que hemos visto tienen para los niños y adolescentes, asumen sí, otros caracteres: el de *competencia y resistencia*.

Siendo ya los ejercicios gimnásticos más enérgicos y activos, es necesario iniciar aquellos de verdadera utilidad para la vida práctica, por tal motivo nuestro Programa de educación física reclama para los adolescentes y jóvenes lo siguiente:

“1.—EJERCICIOS DE GIMNASIA SUECA CUIDADOSAMENTE GRADUADOS, ETC.”

2.—JUEGOS DEPORTIVOS AL AIRE LIBRE Ó EN EL CAMPO, TALES COMO CARRERAS, SALTOS, BASE-BALL, FOOT-BALL ASOCIACIÓN Y BASKET-BALL.

3.—JUEGOS LIBRES Ó ORGANIZADOS, VARIADOS, MÁS COMPLICADOS Y DE ESFUERZOS MUSCULARES MÁS INTENSOS QUE LOS DEL PERÍODO ANTERIOR. (NIÑOS).

JUEGOS DEPORTIVOS TALES COMO LAWN-TENNIS, BASKET-BALL, CROCKET Y HOCKEY PARA LAS NIÑAS.

JUEGOS LIBRES Ó ORGANIZADOS, ETC., PARA NIÑAS.

4.—GIMNASIA DE APLICACIÓN: MARCHAS Y CARRERAS DE RESISTENCIA, SALTOS SOBRE OBSTÁCULOS, ASCENSOS Á MONTAÑAS. NATACIÓN. (NIÑOS).

4.—GIMNASIA ESTÉTICA Y MOVIMIENTOS RÍTMICOS. NATACIÓN. (NIÑAS . (3).

### Factores higiénicos.

Nos hemos ocupado aunque sea someramente, de las necesidades psíquicas y fisiológicas del crecimiento, y de acuerdo con ellas hemos visto deducir el carácter que los ejercicios gimnásticos deben tener en la escuela. Nos proponemos ahora tocar estos otros puntos:

*Prescripción del ejercicio gimnástico.*—*Naturaleza del ejercicio.*  
—*Lugares más apropiados donde debe hacerse el ejercicio.*—*Tiempo que debe consagrarse al ejercicio.*

Estos temas son en cierto modo independientes de la higiene del ejercicio físico, punto que no trataremos para no desviarnos de nuestro fin principal.

*Prescripción del ejercicio gimnástico.*—Sabemos cuáles son las leyes del crecimiento y las necesidades é instintos del niño, ¿basta tan sólo esto? ¿Puede cualquier maestro en todos los casos imponer como obligatorio el ejercicio gimnástico á todos sus alumnos? No, es

---

(3) Demostración práctica con niñas del 6.º año de la primaria superior.

indispensable la intervención médica. El examen físico de los alumnos hecho por un médico, revelará si el crecimiento es normal ó anormal, si hay lesiones orgánicas y si existen ó no taras físicas ó psíquicas que puedan atenuarse ó agravarse con el ejercicio gimnástico. Es, pues, de suma importancia, que sea el médico quien prescriba si debe hacerse el ejercicio físico; más á falta del médico en la escuela, puede muy bien el maestro guiarse por los antecedentes é informes que recabe del médico de la familia del alumno.

*Naturaleza del ejercicio.*—Una vez indicado el ejercicio, ¿cuál debe ser? Para un niño sano y normal, ya lo hemos visto, sus instintos naturales, sus necesidades fisiológicas y de la vida práctica, nos indican mejor que nadie la naturaleza de los ejercicios, que no son otros que juegos, gimnasia metodizada y ejercicios de aplicación.

Para un niño enfermo y anormal, el problema es del dominio de la gimnasia médica, asunto por ahora fuera del alcance de la escuela.

*El campo.*—La actividad en que entran todas las funciones por medio del ejercicio físico especialmente la respiración, nos obliga á procurar que el ejercicio se haga en un ambiente donde haya mayor cantidad de aire puro y este lugar, todos lo sabemos, es el campo. En este sentido, las escuelas de las poblaciones pequeñas de los Estados, están en mejores condiciones que las de las capitales, donde las aglomeraciones humanas son permanentes. Los maestros deben preferir y aprovechar siempre los jardines, calzadas, terrenos libres y bosques, que el local de la escuela.

*Tiempo que debe consagrarse al ejercicio.*—Es muy importante para el buen resultado de la educación física, el factor tiempo. Algunos maestros creen que bastan dos ó tres clases á la semana para llenar las necesidades de la salud y el crecimiento de los escolares. Es una ilusión. El ejercicio debe ser diario, á pequeñas dosis, si se quiere, pero no debe dejarse un sólo día sin verificarlo. La necesidad del ejercicio físico es tan imperiosa como la de alimentarse.

## Factores pedagógicos.

Estos son: *sistemas gimnásticos, maestros, locales y útiles,*

*Sistemas.*—En el folleto que tenemos el gusto de obsequiar á Uds., hemos tratado con alguna extensión este interesante tema, que conceptuamos de gran alcance pedagógico y que resultaría muy largo exponerlo en esta breve conferencia. (4)

---

(4) El folleto á que hacemos referencia, se llama "Pedagogía de la Educación Física"

*Maestros.*—El especialista en gimnasia, como en dibujo, canto, idiomas, etc., obedece á tres causas: una *económica*, la división del trabajo; otra *higiénica*, disminución del recargo de trabajo á los maestros de materias generales, encargados de los grupos superiores, y la tercera *pedagógica*, mayor idoneidad en la enseñanza.

En tesis general, no somos partidarios del *especialista* en la escuela elemental, y si en los establecimientos de la capital existen algunos maestros de gimnasia, es que tienen la misión de instructores de los maestros de grupos.

Mientras en las escuelas normales no se establezca la clase de metodología de los ejercicios físicos, los maestros normalistas saldrán en condiciones bien difíciles de asumir la responsabilidad de la educación física de sus alumnos. Más siendo tan corto el contingente anual de las escuelas normales y cada día mayores las necesidades de los buenos maestros ¿cómo resolver este problema? No hay sino un medio: establecer academias ó cursos breves donde los maestros adquieran los conocimientos que no les fué posible obtener antes de recibirse.

El Estado de Jalisco dió un hermoso ejemplo hace dos años invitando á varios profesores especialistas de esta Capital, para que fuesen á dar cursos de dos meses á los maestros de Guadalajara, invitación que aceptaron, un Inspector de canto y solfeo y una señorita profesora de trabajos manuales de esta escuela normal.

*Locales.*—Para las escuelas de las ciudades sí es un problema el local para la gimnasia, en tanto que para las escuelas de las poblaciones chicas no lo es, éstas cuentan con locales amplios, patios, jardines ó campos cercanos á la escuela.

En el Distrito Federal, la Junta de Edificios Escolares, por fortuna ha considerado, entre los departamentos que deben tener los nuevos edificios que se construyan, un salón para gimnasia y un patio cubierto para juegos y recreos, y ya algunos edificios de reciente construcción tienen estos departamentos.

Para las escuelas que no cuentan con patios ni salones de gimnasia, ¿qué hacer? Ya lo hemos dicho, hay que aprovechar los jardines, calzadas, etc., vecinos á las escuelas. Esta práctica se sigue en algunas de las escuelas de la Capital con buenos resultados.

*Útiles.*—Su carencia no es un serio obstáculo para llegar á resultados benéficos; sin embargo, gran parte del interés y beneficios educativos y correctivos del ejercicio gimnástico, no se logran por falta de útiles.

Los desconocedores del sistema sueco, aseguran que su única ventaja en la escuela, es que no necesita de aparatos ningunos.

Para satisfacer las necesidades de la escuela elemental, se requie-

ren muy pocos: pelotas, aros, cuerdas, saquitos de arena, etc. En la primaria superior pueden añadirse: bastones de hierro, mancuernas y aparatos gimnásticos racionales.

### Factores sociales.

El primero y más importante de los factores sociales, es, en nuestro concepto, la opinión pública. Desgraciadamente en nuestro país no es una fuerza activa en el campo de la educación, por lo tanto, la labor más eficaz que debemos hacer los que de algún modo tenemos que ver con la educación, es elevarla á la categoría de fuerza social, ilustrando el criterio de una gran mayoría, que ha confundido la educación física de la escuela, con el *acrobatismo clownesco*, que se practica en los centros explotadores denominados *gimnasios higiénicos*.

Ya hemos expresado en otras partes y en multitud de ocasiones, que el mal más grave que han hecho los llamados "Clubs de Cultura Física," ha consistido en corromper la opinión pública respecto al carácter que debe tener la educación física racional, no solamente en la escuela sino fuera de ella.

La aparente *bondad* de los sistemas gimnásticos empleados en los gimnasios privados y que á todo trance quieren hacer palpables en exhibiciones públicas, es fácil de descubrirse con una poca de atención sin perjuicio y un somero análisis pedagógico.

Generalmente los individuos que concurren á esos gimnasios y se exhiben constantemente, ni ellos mismos saben á qué se debe su desarrollo de atletas que tantas envidias despierta, podemos asegurar, basados en observaciones numerosas y que en otra vez daremos á conocer, que ese desarrollo se debe las más de las veces, á pesar del sistema gimnástico seguido, á factores *biológicos*. Son individuos hereditariamente bien constituidos, con marcadas predisposiciones á un desarrollo muscular exagerado, que gozan de una higiene escrupulosa y una buena alimentación, en estas condiciones, cualesquiera que sea la calidad del ejercicio físico, el desarrollo orgánico tiene que ser como la herencia, y las condiciones favorables del medio lo determinan.

Además, el error más grave y trascendental que existe es el que consiste en querer usar de los mismos ejercicios gimnásticos que em-

plean los *adultos* con los *niños, adolescentes y jóvenes*, error disculpable con cierto público que desconoce las leyes más elementales del crecimiento fisiológico y psíquico y de las necesidades de la escuela, pero imperdonable con aquellos individuos que, como los *maestros* y los *médicos*, no solamente es de suponerse que tienen un criterio ilustrado sobre este asunto de vital importancia, sino que debe de exigírselos la opinión pública.

Las *sociedades científicas* son otro de los factores sociales. En estas agrupaciones el débil coro de simpatías que se ha levantado en torno de una educación física racional, más en consonancia con el organismo y las necesidades de la vida misma, no han bastado para animar el espíritu de los hombres que pueden hacer mucho en beneficio de nuestra raza.

El día que las agrupaciones científicas como la Academia de Medicina, en su esfera de influencia no se limite, como hasta aquí parece que lo ha hecho, á puras discusiones académicas en el seno de sus miembros, sino que tomando un papel activo, procure intervenir con su opinión científica y moral en estas cuestiones que como la educación corpórea, es un problema de altos alcances nacionales, pues se trata nada menos que del porvenir de la raza, ese día la escuela, la sociedad y el gobierno tendrán un medio para orientarse por caminos más racionales y su influencia en favor de la regeneración de nuestra raza, por medio del ejercicio físico adecuado, será altamente estimada.

El gobierno y los maestros son y han sido en el pasado y en el presente, las únicas fuerzas en acción en favor del vigorizamiento corpóreo de un pueblo que como el nuestro, lo necesita más que ninguno otro.

El Gobierno, especialmente el antiguo Ministerio de Instrucción Pública y Bellas Artes no omitió, éste último, esfuerzo alguno en pro del mejoramiento y progreso de la educación física en las escuelas primarias de su dependencia, llevando su iniciativa y su acción hasta en las escuelas secundarias.

Puede verse en la prensa periódica de aquel tiempo, en las publicaciones oficiales del propio Ministerio y *palpitante* en muchas escuelas la labor realizada sobre este campo, labor *académica y práctica*; aquí mismo, señores, en esta escuela, este gimnasio se debe á la buena voluntad de dicho Ministerio y de la Sra. Directora; y lo mismo atestiguan los gimnasios de las escuelas primarias superiores: "Pedro de Gante," "José María Chávez," "Normal Primaria para Maestros," "Artes y Oficios para Hombres," "Escuela de Jurisprudencia" y de "Ingenieros." Su iniciativa se había extendi-

do ya con verdadero y positivo empeño en la creación, por varios rumbos de la ciudad, de "Campos de Juegos," instituciones de alta trascendencia no sólo física sino moral y social.

Los maestros, infatigables y decididos *pioners*, entre los que sin falsas modestias quiero contarme, hemos hecho todo lo que nos ha sido posible hacer y creído sinceramente que es útil para llenar nuestra misión de educadores; mas si alguien, ante la *esterilidad* de nuestros esfuerzos continuados se imagina y se siente capaz de hacer algo más con los pocos elementos con que hemos contado, bien venido sea y que lo demuestre desde luego, no con *palabras y afirmaciones categóricas*, sino con *hechos*, como el griego que demostró el movimiento *andando!*

*La prensa.*—En este resurgimiento del culto por el cuerpo, mucho se debe en verdad al periodismo diario que no ha cesado ni deja de estimular al público en favor del ejercicio físico.

Desgraciadamente, dado el carácter del periódico moderno que más que doctrinario es de información general y palpitante, no ha hecho que el público se forme un concepto cabal y justo del *objeto y fines* del ejercicio gimnástico en la escuela y fuera de ella, es decir, de los niños, adolescentes y jóvenes y de los adultos.

Ciertamente que el bien máspreciado que se debe á la prensa de información, es el que consiste en haber sacudido la inercia é indolencia tradicionales en nuestras clases sociales y propias de nuestra raza, y en haber despertado su deseo, por convicción propia, por imitación ó por el estímulo, de cultivar el ejercicio físico en cualesquiera de sus modalidades como son los juegos y deportes al aire libre, remar, las excursiones campestres, el uso de la bicicleta, etc.

Se dará un paso serio y decisivo el día que existá la prensa especialista, la única que podrá orientar el criterio tanto científico como popular del significado verdadero de la educación física. Ojalá que, á semejanza de otros países, nosotros contáramos con la protección del Ministerio de Instrucción Pública y Bellas Artes para emprender esta tarea cuyos beneficios, juzgamos, serían incalculables.

Señores Delegados: La duración y el carácter de esta conferencia no nos permitirán exponeros todo lo mucho bueno que vosotros podéis hacer en vuestros Estados y que nosotros no hemos podido realizar en el Distrito Federal; procurad, ante todo, establecer á toda costa y lo más pronto posible, "*campos de juegos*" por todas partes, porque son de un alcance social hasta ahora no apreciado debidamente en nuestro medio pedagógico. La facilidad de adquirir terrenos baratos y el poco costo de su instalación, hacen que su construcción sea más viable que aquí en la capital.

El "campo de juegos," es el medio más eficaz de combatir los peligros de la ociosidad y la vagancia de los niños por las calles y plazas, y recordad que estas dos cosas son, las más de las veces, las causas directas de la criminalidad tanto infantil como de los adultos!

México, Septiembre 30 de 1911.

MANUEL VELÁZQUEZ ANDRADE.





