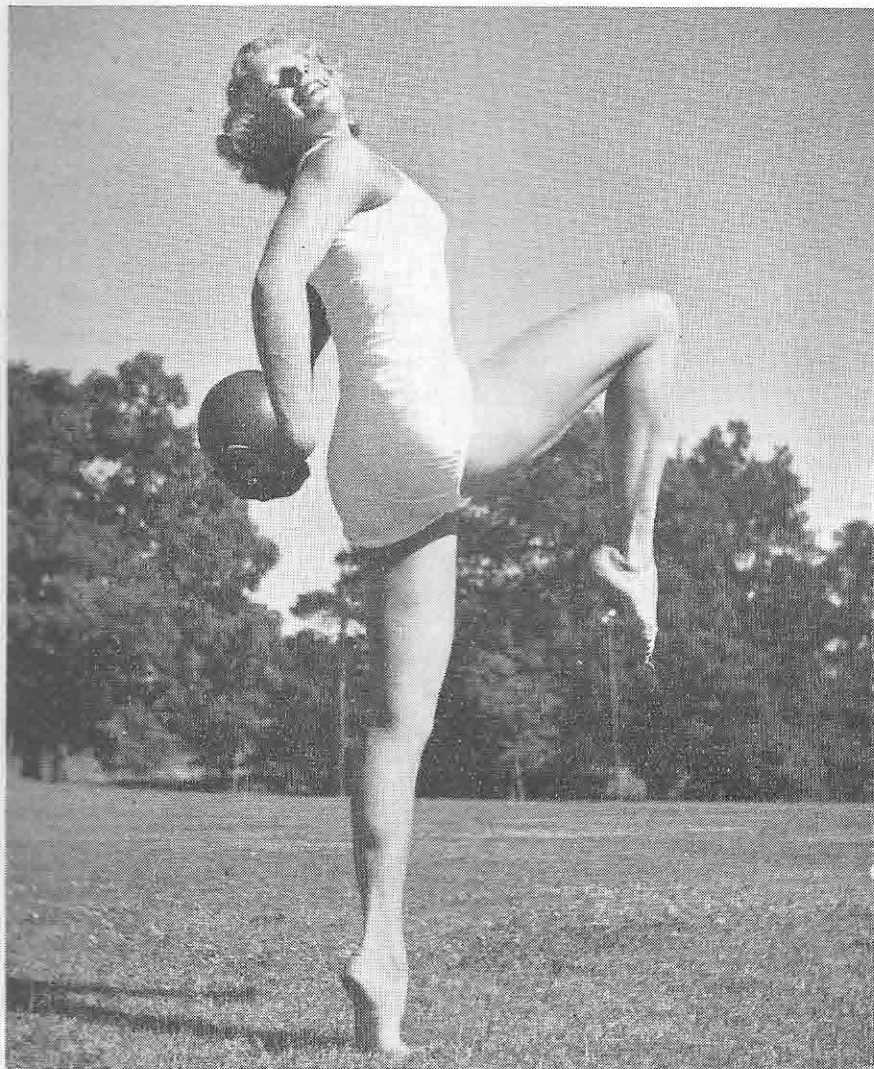


2 1956 / 26^e Année

FIEP-BULLETIN

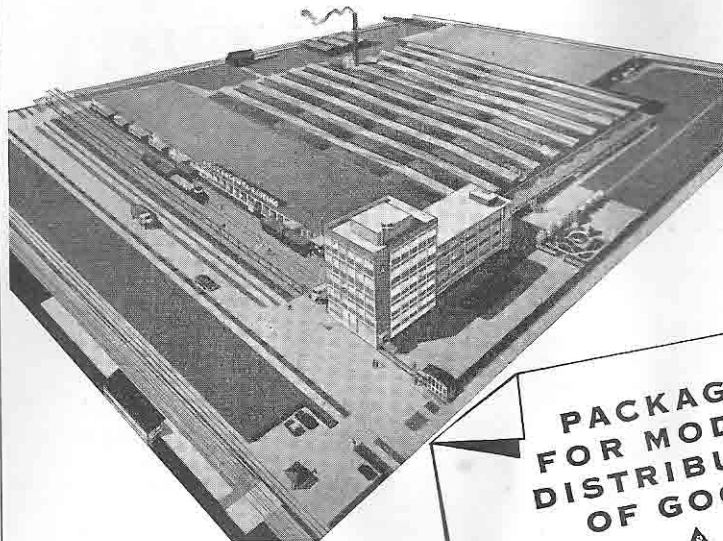
"EDUCATION PHYSIQUE ET LA SCIENCE"

de la Fédération Internationale d'Education Physique (FIEP)



A Swedish Olympic Gymnast

Sw. Cr. 2: 50 — Engl. sh. 3/9 — U.S.A. \$ 0.50



**PACKAGES
FOR MODERN
DISTRIBUTION
OF GOODS**


**AKTIEBOLAGET
ÅKERLUND & RAUSING**
LUND · SWEDEN
SPECIALISTS IN PACKAGES



STREETCH

Vogue and Nivella

SWEDISH FAVOURITE STOCKINGS

Always first to give the best news in beautiful colours matched to suits and shoes, in exquisite sheers in stretch and fall-fashioned, for every purpose and every occasion.

AB MALMÖ STRUMPFABRIK
MALMÖ · SWEDEN

Leading mill of women's and children's stockings.

BULLETIN — "Education Physique et la Science" —

de la Fédération Internationale d'Education Physique (FIEP)

Auparavant Bulletin de la Fédération Internationale de Gymnastique Ling (FIGL)

L'exercice physique est un moyen d'éducation et de saine récréation — non une fin en soi. Il doit être basé sur les lois de l'organisme humain.



2 1956

26^e Année

RÉDACTION

Rédacteur responsable: Dr. Med. h.c. Major J. G. Thulin, Sandgatan 14, Lund, Suède. Tel. 105 15.

Rédacteur: Major Osvald Kragh, Linnégatan 8 d, Lund, Suède. Tel. 122 30.

Secrétaire: Mme Ann-Mari Ivarsson, Sandgatan 14, Lund, Suède.

Pour la Section Scientifique: Dr. Erling Asmussen, Gymn.-theor. Laboratorium, l'Université de Copenhague, Danemark.

Pour la Section Scolaire: Gymn. dir. Capitaine Klas Thoresson, Gymn. Centr. Inst., Stockholm, Suède.

Pour la Section Récréative: Gymn. dir. O. Kihlmark, Administrateur de Svenska Gymn.-förb., Kungsholmstorg 6, Stockholm, Suède.

We began in Bulletin No. 1/1956 and continue below to print the replies to the invitation, which we made in Bulletin No. 2/1955 with views and proposals concerning

The basis on which to build the Physical Education of School Children

Nous avons commencé dans le Bulletin No 1/1956 et nous continuons ici à insérer les réponses à l'invitation faite dans le Bulletin No 2/1955 à envoyer des propositions et des avis sur la question suivante:

Les bases sur lesquelles asseoir la culture physique scolaire

Empezábamos en el Bulletin No. 1/1956 y continuamos aquí abajo a imprimir las propuestas de los lectores que pedimos en el Bulletin No. 2/1955, y que tratan de

Las bases sobre las cuales asentar la cultura física escolar

4. Principes et moyens de base en Education Physique Scolaire

par FERDINAND HORÁK

Ancien professeur à l'École normale supérieure d'E. Ph., Tchécoslovaquie

Pour bien déterminer la juste valeur de la gymnastique parmi les moyens le base à appliquer en éducation physique, il faut, à mon avis, préciser tout d'abord les buts à atteindre par cette éducation. Donc, ce sont 1) but biologique et hygiénique (développement des qualités physiques: force, adresse, vitesse, résistance — équilibre des fonctions), 2) but esthétique (souplesse, harmonie de la stature et des mouvements), 3) formation virile (qualités psycho-physiques: coup d'œil, présence d'esprit, à-propos, audace, sang-froid,

décision, initiative, persévérance), 4) formation normale (vertus sociales: esprit de corps, discipline, esprit de coopération, esprit d'émulation, dévouement, sentiment de responsabilité). Voilà le but que résume la devise invoquée par M. Paplauskas Ramunas.¹ Parcourons sommairement les moyens dont on peut se servir pour réaliser ce but éducateur complexe:

I. *Activités fonctionnelles* à forme globale, exécutées à but utilitaire ou bien comme délassement:

a) exercices dits naturels de locomotion, de travail ou de défense (ramper, marcher, courir, sauter, grimper, lever-porter, lancer, lut-

¹ «Education de l'enfant tout entier par les exercices physique».

ter) et certains de leurs dérivés; b) exercices saisonniers (se baigner, plonger, nager, luger, patiner, skier, ramer, pagayer); c) jeux moteurs; d) exercices à caractère artistique (exercices d'équilibre et exercices acrobatiques au sol); e) exercices à caractère esthétique (rondes, danses, productions rythmique d'ensemble); f) sorties de plein air (exercices et jeux d'éclaireurs et campement en terrain naturel).

II. *Gymnastique construite* à forme analytique et déterminée, à effet localisé et à but prophylactique (préventif), correctif ou préparatoire.

III. *Activités à caractère formel* (exercices d'ordre).

(J'évite à bon escient le mot «sport» qui revient aux exercices physiques pratiqués par les adultes en récréation ou en compétition selon les dispositions ou les goûts personnels; l'éducation physique générale, étendue jusqu'à l'âge de 18 ans, peut et doit bien aboutir à l'éducation sportive, à partir de l'âge de 16 ans, mais elle ne sera pas encore du sport!)

Je crois superflu d'insister sur l'importance des *activités dites «fonctionnelles»* pour l'éducation des qualités physiques, viriles et morales de l'individu: par rapport à l'organisme humain, ces activités peuvent être considérées comme son produit fonctionnel en même temps que son agent formateur. Je me borne à signaler, à titre d'exemple, deux qualités corrélatives à éduquer: *adresse* et *audace*. Pour développer l'une et l'autre, on s'adressera à certains exercices exigeant une coordination précise et impliquant le risque d'un accident, tels que: *sauts* (surtout en profondeur), *exercices acrobatiques au sol*, *exercices d'équilibre* sur les surfaces étroites et élevées, *exercices d'attaque* et de *défense*, *natation avec plongeurs* et *exercices de sauvetage* en eau profonde. (Je sais, la natation sera difficile à introduire comme partie de l'enseignement normal, à moins que les établissements scolaires n'aient à leur disposition, à proximité, une piscine couverte: raison de plus pour déterminer les autorités publiques à les établir partout au même titre que les salles de gymnastique et les terrains de jeux!)

Étudions, maintenant, la nature et le rôle des *exercices construits*. Ils ont été créés artificiellement, par la spéculation, par la décomposition, par l'analyse d'un geste incorrect ou d'une attitude vicieuse et tiennent du traitement médical d'un phénomène pathologique, ayant pour but de réparer un vice corporel, dû à une mauvaise habitude ou à la négligence. La cause principale, à laquelle on y a à faire, c'est la position régulière, assise ou debout, forcément inclinée sur l'ouvrage et de longue durée: en classe ou à la maison, au champ, à l'usine ou au bureau. Les conséquences les plus fréquentes d'une telle attitude sont: 1°) muscles fléchisseurs des membres et muscles pectoraux et lombaires raccourcis et raidis, 2°) muscles exten-

seurs des membres et muscles dorsaux et abdominaux trop allongés et lâches.

Le but des exercices construits est donc de corriger ou d'empêcher certain déséquilibre local entre les muscles antagonistes qui diminue la mobilité articulaire normale et la souplesse ou bien compromet la juste conformation de la stature. Cependant, si précieux puissent-ils être, ces mouvements à forme précise et ayant un but préventif, correctif ou même préparatoire (éducatif), exigent d'être pleinement compris par le sujet qui les exécute, quant à leur effet et à la façon exacte de les exécuter. Autrement ils constituent une matière de nature abstraite que l'élève jusqu'à l'âge de quelque 14 ans conçoit comme un labeur ennuyeux, sinon même comme un caprice personnel de l'éducateur: en tout cas, il ne les aime pas et les exécute sans intérêt, à contre-cœur, malbref, ils ne lui disent rien.

Cependant, la bonne conformation de la colonne vertébrale et la souplesse de la cage thoracique constituent un but à la fois esthétique et hygiénique de première importance pour l'enfant comme pour l'homme adulte. Dès l'âge de nourrisson, il faut faciliter à l'enfant les activités spontanées qui contribuent à redresser la colonne vertébrale et à lui conserver la souplesse (p. ex. ramper ou se déplacer à plat ventre, plus tard à 4 pattes par-dessous de bas obstacles ou par d'étroits «couloirs», rouler par terre en tous sens: si l'enfant a pu jouir régulièrement de la liberté de mouvements, il n'aura guère de peine à exécuter le rouleur (la culbute enfantine) en avant à l'âge de 3 ans, alors que l'enfant éternellement émaillotté et tenu en serre chaude n'y parviendra pas souvent même à l'âge de 10 ans! Pour contre-balancer une souplesse excessive, on se servira, à partir de 6 ans, de luttes de répulsion, le lancer à distance ou de précision (au but), de monter à l'espalier et à l'échelle, d'exercices d'équilibre et de porter d'objets en équilibre sur la tête et, dès l'âge d'environ 11 ans, d'exercice de jonglage, de suspension et de lutte naturelle sur le matelas. Bref, pour assurer un bon développement de la colonne vertébrale de l'enfant, je crois suffisants les exercices revêtant la forme attrayante de divers tours de souplesse et d'adresse.

Quant aux formes construites, leur intervention apparaît nécessaire dès le commencement de la puberté, à la période d'une rapide poussée de la croissance en hauteur: c'est ici le moment propice aussi au point de vue psychologique, où l'adolescent (l'adolescente) commence à se rendre compte de sa personnalité, étant en mesure de travailler consciemment à son perfectionnement corporel. À partir de cette période, on peut et on doit lui inculquer l'habitude de pratiquer régulièrement une série de mouvements à forme précise, au moyen desquels il pourra fortifier

les muscles dorsaux et abdominaux, en même temps que relâcher les muscles pectoraux et lombaires.

Je ne pense pas qu'il y ait aujourd'hui de sérieuses divergences d'opinion parmi les buts et les moyens que je viens d'ébaucher. Ce qui compte, c'est l'application pratique, ce sont surtout les principes pédagogiques basés sur la pédagogie et en particulier la pédo-psychologie modernes. Nous serons certainement tous d'accord pour convenir qu'il est de première nécessité de bien connaître et de respecter les lois qui régissent l'évolution organique, motrice et mentale de l'enfant, ainsi que les étapes particulières qu'il traverse au cours de cette évolution. Ainsi, l'œuvre éducatrice, pour être efficace, doit tenir compte des trois points de vue principaux:

1^o) *biologique* qui détermine la nature, qualité, quantité et intensité du travail à imposer à l'enfant et à l'adolescent de l'âge donné (choix de l'activité, dosage de l'effort physique — *quoi, combien?*),

2^o) *psychologique* qui détermine la forme, sous laquelle l'éducateur doit présenter les tâches motrices et faire travailler ses pupilles (forme amusante ou sévère, tension ou détente de la volonté — *comment, sous quelle forme?*),

3^o) *sociologique* qui détermine la formation sociale dont se sert l'éducateur, en faisant travailler ses élèves tantôt individuellement, tantôt collectivement, tantôt sous une forme mixte, combinée (travail individuel en masse, travail spécialisé par petits groupes s'exerçant côte à côte, travail en groupes opposés l'un à l'autre, travail collectif d'ensemble — *avec qui, contre qui, pour qui?*).

Le rôle de la pédagogie de l'Ed. ph. est donc de choisir juste parmi les procédés à employer et de les adapter au degré de développement physique et psychique des enfants à éduquer, surtout en ce qui concerne leur forme et l'intensité de l'effort optimum. Le principe pédagogique de première importance est l'individualisation et la différenciation impliquant la nécessité du contrôle périodique au moyen de tests et d'épreuves d'aptitudes motrices et physiques. Les tâches éducatrices se résument dans la composition et conduite de la leçon d'Ed. ph., ce qu'on appelle couramment «leçon de gymnastique». Bien sûr, il ne faut pas confondre ce terme avec la «gymnastique construite»: en parlant de la «leçon de gymnastique», on entend par-là l'ensemble d'exercices physiques disposés de façon à assurer la gradation de l'effort et à éduquer, tour à tour, souplesse, bon maintien, adresse, force, vitesse, résistance, en même temps que les qualités corrélatives viriles et morales.

Or, dès qu'il s'agit de cette gymnastique éducative (gymnastique de base), l'Ed. phys. scolaire ne peut s'en passer — il n'y a simplement rien qu'on puisse lui substituer! On peut

et doit bien la compléter par les jeux collectifs et par les exercices saisonniers partout où les conditions locales les permettent (activités que l'on aime à désigner, fort improprement d'ailleurs, par le mot «sport»)! L'importance psychologique et pédagogique des jeux est telle qu'on insère les petits jeux ou jeux éducatifs en tant qu'élément vivifiant même dans les leçons de gymnastique de base. Certes, l'éducateur doit avoir toujours présents à l'esprit les buts physiologiques et pédagogiques qu'il veut atteindre auprès de ses élèves. C'est donc à lui de créer la situation pédagogique efficace, de présenter les problèmes éducateurs sous forme de tâches motrices à la portée des aptitudes des élèves, de susciter et d'entretenir leur intérêt et leur part active volontaire à l'œuvre pédagogique.

Une chose est sûre: avec les 2—3 leçons par semaine que les programmes scolaires prévoient actuellement pour l'Ed. physique, on ne fera guère de miracles! Pour peu que l'on veuille s'approcher de l'idéal éducateur de Comenius, il faudrait au moins une leçon par jour: 3 leçons d'exercices systématiques en salle ou sur le terrain de jeux, 2 séances de jeux (ou d'exercices saisonniers), 1 séance de natation (ou au moins de bain) par semaine; 1 sortie de plein air tous les 2 mois.

Ouvrages à consulter

- Ed. Claparède, Psychologie de l'enfant et pédagogie expérimentale.
K. Gaulhofer, Grundzüge des Schulturnens.
Gaulhofer—Streicher, Natürliches Turnen.
E. Harte, Turnunterricht im Lichte des Arbeitsschulgedankens.
G. Hébert, Education physique, virile et morale par la méthode naturelle.
K. Krčma, Pohybová prvouka (Ed. ph. élémentaire sous forme de leçons de choses).
J. G. Thulin, Gymnastique enfantine.
— Traité de gymnastique: Conseils et instructions.

Principles of and Means for the Basis of Physical Education in Schools

by FERDINAND HORÁK

Extract

Without any doubt we all agree as to the aim of physical education. Let us summarily run through the means of which we can make use in order to realise this complex, educational aim.

1) functional activities of the global type, performed to a useful end or merely for recreation; — a) so called natural exercises of motion, of work or of prevention (crawling, walking, running, jumping, climbing, lifting and carrying, throwing, fighting, and certain of their derivatives); b) seasonal exercises (bathing, plunging, swimming; skating, skiing;

rowing, paddling); c) active games; d) exercises of artistic character, exercises of equilibrium and acrobatic exercises on the ground; e) exercises of aesthetic character (round and other dances), rhythmical productions of unison); f) open air excursions, exercises and games of reconnoitering and camping in the natural countryside.

2) Constructed gymnastic of analytical and determined form, of localised effect and with a prophylactic aim (corrective, preventative, or reparatory).

3) Activities of a formal character, exercises of order.

In my opinion it is superfluous to insist upon the importance of the so called functional activities in the education of the physical, manly and moral qualities of the individual.

Let us study now the nature and the role of the constructed exercises. They have been created artificially, by speculation, by decomposition, by the analysis of an incorrect gesture or of a faulty attitude and have as their aim the reparation of a bodily fault, due to a bad habit or negligence.

The aim of constructed exercises is therefore to correct or to prevent certain local faults in the equilibrium between the antagonistic muscles which diminish the normal articulatory mobility and the suppleness, i. e. the proper formation of the stature. But, however precious they may be, these movements, which have a precise form and a preventative corrective or even preparatory aim (educative), demand the full comprehension of the subject, who is performing them as to their effect and to the exact way of performing them. Moreover, they constitute material of an abstract nature, which the pupil at the age of about 14 considers as a boring task or else even as a personal whim of the teacher. In any case he does not like them and executes them badly, with distaste and without interest. In short, they mean nothing to him.

However, the good formation of the vertebral column and the suppleness of the thorax constitute an aim both aesthetic and hygienic of paramount importance not only for the child but also for the adult. From the age of suckling it is necessary to facilitate for the child the spontaneous activities, which contribute to the proper formation of the vertebral column and to preserving its suppleness. But in order to assure a good development of the vertebral column of the child, I think that the exercises which include the attracting form of various turns of suppleness and skill are sufficient. As for the constructed forms, as for their intervention seeming necessary from the beginning of puberty, at the period of a rapid increase in height, from the psychological point of view this is the propitious moment.

At the beginning of this period one can and one must impress on him the habit of practis-

ing regularly a series of movements of a precise form, by means of which he will be able to fortify the dorsal and abdominal muscles and at the same time relax the pectoral and the loin muscles.

I do not think that there are today serious differences of opinion among teachers of physical education as to the aims and the means, which I have just indicated. That which is of importance is the practical application, especially the pedagogical principles based on pedology and in particular modern pedopsychology. Certainly we all agree that it is of extreme necessity to understand thoroughly and respect the laws which rule the organic, active and mental evolution of the child.

The educational work is resumed in the composition and conduct of the physical education lesson, that which is usually called the "gymnastic lesson". It is of course necessary not to confuse this term with "constructed gymnastics". When speaking of the gymnastic lesson, one means by it the assembly of physical exercises arranged in a manner so as to assure an increase in exertion and to teach not only suppleness, good carriage, skill, strength, swiftness, resistance but also at the same time the correlative manly and moral qualities.

But when it is a question of these educative gymnastics (basic gymnastics), physical education in schools cannot do without them. It is not simply only a case of being able to substitute them. One can and should complete them by collective games and especially by seasonal exercises, where local conditions permit them (activities which one likes to call by the name of "sport", a name which is by the way wholly unsuitable). The psychological and pedagogical importance of games is such that one introduces the small games and educative games as an animating element even in basic gymnastic lessons. Indeed, the teacher must always have in mind the physiological and pedagogical aims which he wishes his pupils to realise. It is then up to him to create the effective pedagogical situation, to present the educational problems in the form of active tasks within the capabilities of the pupils, to develop and maintain their interest and their voluntary active participation in the pedagogical work.

One thing is certain. With the 2—3 lessons a week which the school time-table devotes at present to physical education, one will scarcely perform miracles. In order to wish even to approach the educational ideal of Comenius, it would be necessary to have at least one lesson a day; three lessons of systematic exercises indoors or on the playground, two periods of games (or of seasonal exercises), a swimming period (or at least bathing) per week; one open air excursion every other month.

Principios y medios base en la Educación Física Escolar

por FERDINAND HORÁK

Extracto

Sin duda alguna, estamos todos de acuerdo respecto al fin de la Educación Física. Recordamos, por tanto, someramente los medios que se pueden utilizar para la realización de éste complejo fin educador:

I. *Actividades funcionales* de forma global ejecutadas con un fin utilitario o como relajamiento:

a) ejercicios naturales de locomoción, de trabajo o de defensa (trepar, marchar, correr, saltar, arrastrarse, levantar y llevar, lanzar, luchar) y alguno de sus derivados; b) ejercicios de estación (bañarse, tirarse, nadar; patinar, esquiar; remar); c) juegos motores; d) ejercicios con carácter artístico (ejercicios de equilibrio y ejercicios acrobáticos en el suelo); e) ejercicios de carácter estético (ruedas, danzas, rítmica de conjunto); f) salidas al aire libre (ejercicios de descubierta y de campamento en terreno natural).

II. *Gimnasia construida* en forma analítica y determinada, de efectos localizados y fin profiláctico (preventivo), correctivo o preparatorio.

III. *Actividades con carácter formal* (ejercicios de orden).

Creo supérfluo insistir sobre la importancia de las *actividades llamadas «funcionales»* para la educación de las cualidades físicas, viriles y morales del individuo.

Estudiemos, ahora, la naturaleza, y el papel que desempeñan *los ejercicios contruidos*. Fueron artificialmente creados sobre la especulación, la descomposición y el análisis de un gesto incorrecto o de una actitud viciosa y tiene como finalidad la corrección de un vicio corporal debido a costumbre o a negligencia.

La finalidad, pues, de los ejercicios contruidos, consiste en corregir o evitar ciertos desequilibrios locales entre los músculos antagonistas que disminuirían la movilidad articular normal y la flexibilidad o bien comprimirían la conformación justa de la estatura. Sin embargo, por preciosos que puedan ser estos movimientos de forma precisa que tienen como finalidad prevenir, corregir y hasta preparar, (aducativo), exigen que el sujeto que ha de ejecutarlos comprenda plenamente el efecto que se busca y la manera exacta de ejecutarlos. Si nó constituyen para el alumno de unos 14 años, una materia abstracta y pesada, considerándola inclusive algunas veces como un capricho personal del educador: en todos los casos, no le gustan y los ejecuta sin interés, a la fuerza, mal, en resumen, no le dicen nada.

Sin embargo, la buena conformación de la columna vertebral y la flexibilidad de la caja

torácica, constituyen tanto para el niño como para el adulto una meta a la vez estética é higiénica de capital importancia. Desde la lactancia, se deben facilitar al niño las actividades espontáneas que contribuyen a enderezarle la columna vertebral y a conservar la flexibilidad.

Pero para asegurar en el niño un buen desarrollo de la espina dorsal, creo suficientes los ejercicios que revistan forma atractiva como flexibilidad y habilidad.

La intervención de las formas construidas se hace necesaria desde el comienzo de la pubertad y en el período de un rápido crecimiento; éste es el comienzo del momento propicio así mismo desde el punto de vista psicológico.

Desde éste período, se puede y se debe inculcarle la costumbre de la práctica regular de una serie de movimientos de forma precisa, por medio de los cuales podrá fortificar sus músculos dorsales y abdominales al mismo tiempo que obtendrá la relajación de los pectorales y lumbares.

No creo que hoy día existan entre los educadores físicos serias divergencias en lo concerniente a los fines y medios que vengo esbozar. Lo que importa, es la aplicación práctica, son, sobre todo, los principios pedagógicos basados en la pedología y particularmente en la pedopsicología moderna. Estoy cierto que estaremos todos de acuerdo en convenir que es de primera necesidad conocer bien y respetar las leyes que rigen la evolución orgánica, motriz y mental del niño.

Las tareas educadoras deben resumirse en la compasión y desarrollo de la lección de Educación Física, lo que vulgarmente se conoce por «lección de gimnasia». Claro está que no debe confundirse éste término con la «gimnasia construida»; hablando de «lección de gimnasia» se entienda el conjunto de ejercicios físicos dispuestos de manera que puedan asegurar el esfuerzo graduado y eduquen a la vez y respectivamente la flexibilidad, el buen porte, la habilidad, la fuerza, la velocidad, la resistencia y al mismo tiempo las correspondientes cualidades viriles y morales.

Por lo tanto, tratándose de ésta gimnasia educativa (gimnasia base), la Educación Física escolar no puede prescindir de ella. No hay nada que pueda sustituirla. Se puede y se debe completarla, es cierto con juegos colectivos y ejercicios propios de cada estación, en todas partes donde las condiciones locales lo permitan (actividades que nos complacemos en designar, muy impropriamente, sin embargo, con la palabra «sport»). La importancia psicológica y pedagógica de los juegos es tal, que se integran, en las lecciones de gimnasia de base, los juegos educativos, como elemento vivificante. Pero el educador debe tener siempre presente los fines psicológicos y pedagógicos que ha de obtener de los alumnos. El es, por lo tanto el que ha de

"... As the twig is bent, the tree's inclined"

5. Physical Education for Children in the Elementary School

by DOROTHY S. AINSWORTH,

Director of Physical Education, Smith College, Northampton, Massachusetts, U. S. A.

The flexible body, the receptive mind and attitude of the child make the opportunities for teaching through movement and activities almost infinite. Do those in Physical Education take advantage of the early school days of the child to guide him along the path of growing, of control, skill and joy in movement? Do our schools give time for this in the program? Do they provide equipment and plan to meet the needs of all children? Is the teacher prepared to select and arrange a program which will be stimulating, vigorous and developmental? Are the children examined by a doctor and are programs planned to meet the particular needs of the child?

Affirmative answers are an essential background to the good program of Physical Education in the elementary school. These first school years of education include children from five or six years of age to eleven or twelve. There are in general three levels of skill or achievement: (1) the early years, (2) the middle years and (3) the later years in the elementary school. The program of Physical Education grows more demanding of strength, skill, muscular and emotional control as the child passes from the lower to the higher levels, but there are certain basic elements which continue throughout the program. These elements are the basic movements used in everyday life such as running, leaping, skipping, catching and throwing, climbing, hanging, jumping, reaching, stooping, etc. These basic movements occur in various areas of Physical Education. They are modified by the force or strength used in making the movement, by the use of space or path of the movement, and by rhythm. Through experience and guidance, the child may find the

crear la situación pedagógica eficaz, presentando los problemas educadores bajo formas de ejercicios motores al alcance de las aptitudes de los alumnos y suscitando y manteniendo su interés y su aportación voluntaria a la obra educadora.

Una cosa está clara: con las 2—3 lecciones semanales que los programas escolares señalan actualmente para la Educación Física, no se podrán hacer milagros. Por poco que deseemos acercarnos al ideal educador de Comenius, se necesitaría al menos una lección diaria: 3 lecciones de ejercicios sistemáticos en sala o sobre terreno de juego, 2 sesiones de juegos (o de ejercicios propios de la estación), una sesión de natación (o al menos de baño) por semana, una salida a pleno aire cada 2 meses.

best way to move, to achieve his objective which may be to jump over a rope, to roll a ball at a goal, to toss or throw a beanbag, or to pretend to be a special character or animal.

These basic learnings in Physical Education are to be found in the many areas of a Physical Education program — for the small pupil, rhythmic and dramatic games, stunts and elementary tumbling, apparatus, simple games and preliminary game techniques. In these early days, behavior patterns are as important, if not more so, as in later days. The guidance of the teacher in matters of equal opportunities in the games, upholding the rules, and fair play, etc., is very significant in the eyes of the children.

The learning in the second, or middle, elementary group proceeds along the same lines, save that the goals are harder to achieve. Success in mid-elementary Physical Education demands more strength, skill, accuracy and courage. Self-control and group participation are important; yet a good program will have made preparation for this by having a carefully planned progression in the preceding classes.

The rhythmic games are gradually replaced by folk or square dancing and/or simple forms of dance. The stunts and tumbling are less elementary; work on the apparatus demands more endurance and skill. The games are more organized but still basically stress the elements of the more advanced games.

The same progression is noted in the next, or third, group, where games for boys and girls are quite different and played separately save for dual games such as tennis or deck tennis. Boys and girls often continue the folk or country dancing together. The school camping program is being introduced in some schools where the whole grade and all classes may continue their work for a week in a camp or other outdoor situation.

There can be great variety in Physical Education in the elementary school, but much depends upon the skill and ingenuity of the teacher, be she a classroom teacher or the specialist in Physical Education.

Education Physique pour les enfants de l'école primaire

par DOROTHY S. AINSWORTH

La souplesse du corps de l'enfant, la réceptivité de son esprit et de son caractère rendent presque infinies les occasions de

l'instruire par le mouvement et les activités physiques. Ceux qui s'occupent d'éducation physique profitent-ils de la première époque scolaire pour le guider sur le chemin de la croissance, du contrôle, de l'habileté et de la joie du mouvement? Nos écoles réservent-elles du temps pour cela dans leurs programmes? Fournissent-elles l'équipement et les méthodes susceptibles de répondre aux besoins de tous les enfants? Le professeur est-il préparé à choisir et à arranger un programme qui soit stimulant, vigoureux et favorable au développement? Les enfants sont-ils examinés par un docteur et les programmes sont-ils faits de manière à satisfaire aux besoins spéciaux des enfants?

Des réponses affirmatives sont un arrière-plan nécessaire à un bon programme d'éducation physique dans les écoles primaires. Ces premières années d'éducation s'adressent à deux enfants de 5 ou 6 ans jusqu'à onze ou douze ans. On peut en général distinguer entre trois degrés d'habileté ou de perfectionnement: 1) les premières années, 2) les années intermédiaires et 3) les dernières années à l'école primaire. Les programmes d'éducation physique demandent une augmentation de force, d'habileté, de contrôle musculaire et émotionnel à mesure que l'enfant passe d'un degré au suivant, mais certains éléments de base se continuent à travers tout le programme. Ces éléments sont les mouvements de base employés dans la vie de tous les jours, comme la course, le saut, le saut à la corde, le lancement et la prise, le grimpage, la suspension etc. Ces mouvements de base apparaissent dans différents domaines d'éducation physique. Ils sont modifiés par la force ou la vigueur employées dans le mouvement, par l'étendue et l'exécution du mouvement et par le rythme. Grâce à son expérience et aux conseils qu'on lui donne, l'enfant pourra trouver la meilleure façon d'exécuter le mouvement pour atteindre son but: sauter en hauteur par dessus une corde, rouler une balle jusqu'au but, lancer un sac de pois ou imiter une personne ou un animal.

6. Los problemas de la educación física en la escuela

por MARÍA LUISA BONAFONTE, Directora General de Ed. Física, La Habana, Cuba

Como consideracion previa a este informe se debe señalar que no se puede resolver el espinoso problema de la Educación Física en las escuelas primarias elementales, que incluye lo referente a personal idóneo; espacios suficientes, material adecuado (equipos y aparatos para las actividades); tiempo en horas semanales para cada grupo de escolares; filosofía; legislación; metodos y recursos de diversa índole; con el solo hecho de realizar una encuesta. El tratar de generalizar el problema de la educación física cifándolo a las

On trouve cet enseignement de base en éducation physique dans les nombreux côtés des programmes s'adressant aux jeunes élèves: rythmique et jeux de théâtre, exercices spectaculaires simples, agrès, et culbutes, jeux simples et techniques préliminaires. A cette époque, les modèles du comportement sont aussi importants sinon davantage, que plus tard. La direction du professeur en ce qui concerne l'égalité dans le jeu, l'observation des règles, le «fair play» etc. est très importante aux yeux des enfants.

L'enseignement dans le groupe intermédiaire suit les mêmes lignes, seuls les buts sont plus difficiles à atteindre. Le succès dans ce groupe demande plus de force, d'habileté, de précision et de courage. L'auto-contrôle et le travail de groupe sont importants: mais un bon programme aura préparé tout cela par une progression soigneusement élaborée dans les classes précédentes.

Les jeux rythmiques sont graduellement remplacés par les danses populaires et les quadrilles, ou par des formes simples de danse. Les exercices sont moins élémentaires, le travail aux agrès demande plus d'endurance et d'habileté. Les jeux sont plus organisés et mettent l'accent sur les éléments des jeux plus avancés.

On note la même progression dans le troisième groupe, où les jeux pour les garçons et les filles sont différents et exercés séparément sauf pour les jeux doubles comme le tennis. Garçons et filles continuent souvent à danser ensemble les danses populaires. Le camping scolaire a été introduit dans certaines écoles où la classe entière et toutes les classes doivent continuer leur travail une semaine dans un camp où à un autre endroit de plein air.

On peut donc introduire une grande variété dans les programmes d'éducation physique des écoles primaires, mais beaucoup dépend de l'habileté et de l'ingéniosité du maître, que ce soit un instituteur ou institutrice, ou un professeur d'éducation physique.

condiciones mas precarias en que esta pueda impartirse, sería hacer retroceder a la educación física a sus formas mas simples y empíricas, punto de partida del que ya estamos muy distantes en esta parte de la América. —

La educación general, lo mismo que la educación física, no podrá ofrecer — resultados educativamente satisfactorio sino cuenta con la orientación y medios necesarios, adaptados a cada situación escolar. —

Como paso previo a la presentación de soluciones al problema planteado; problema

que afecta, en mayor o menor proporcion a todos los paises en que se aplicadeben establecerse los siguientes requisitos:

1). — Fines de la Educacion Fisica en la escuela primaria.

2). — Objetivos generales que deben orientar a un moderno programa de educacion fisica para las escuelas primarias elementales.

Debemos señalar que los objetivos de la educacion fisica son idénticos a los objetivos de la educacion general; pero la educacion fisica contribuye, en una proporcion especifica al logro de algunos objetivos preferentemente a otros, no porque haga distinciones entre ellos, sino que la indole de sus experiencias así se lo permite.

3). — Bases para la seleccion de las actividades del programa de educacion fisica para las escuelas primarias elementales, los que deben estar regidos por los siguientes principios:

A). — Deben seleccionarse de acuerdo con principios educativos; esto se refiere a las relaciones de unidad de la educacion fisica con la educacion general.

B). — Características del niño de edad escolar. El estudio cientifica del niño ha revelado que el crecimiento y desarrollo de este se produce en cuatro direcciones diferentes llamadas;

- a) Desarrollo fisico;
- b) Desarrollo motor;
- c) Desarrollo mental, y
- d) Desarrollo de las relaciones humanas.

Cada una de estas fases contribuye, separadamente, y en su conjunto a la obtencion de un individuo integralmente educado; de ahí que la educacion fisica puede jugar un papel importante al contribuir a cada una de estas fases del crecimiento y desarrollo del niño. Es por esto que la educacion fisica se justificara como un verdadero proceso educativo, en la medida en que ella sea capaz al logro de cada una de las direcciones ya señaladas.

C) — Necesidades presentes y futuras del niño:

La educacion fisica debe satisfacer las necesidades presentes del niño que se ejercita. Al mismo tiempo que cumple esto, contribuye a canalizar la satisfaccion de necesidades futuras; es por esto que el programa de educacion fisica ofrecer oportunidades a cada niño, de participar en actividades que propicien su normal crecimiento y desarrollo. Esta participacion en actividades saludables, vigorosas e interesantes, le ayudan, tanto en su crecimiento y desarrollo, como a proporcionar satisfaccion a sus necesidades fisicas, mentales, motoras y sociales, que se traduciran en valores que se incorporaran a sus necesidades futuras en que descansa su formacion final como joven y adulto bien integrado. —

4). — Requisitos de persona, instalaciones, material indispensable, y tiempo suficiente.

Este aspecto contempla la cuestiones referentes a la preparacion del maestro, el que debe poseer una formacion profesional solida, adicional a su condicion de maestro de aula, o de enseñanza general.

Aunque la educacion fisica puede ser adaptada a las mas precarias condiciones de carencia de medios y materiales de trabajo; se estima indispensable disponer de instalaciones minimas, para poder desarrollar un programa de actividades orientado a la obtencion de los objetivos arriba señalados; así como de disponer de tiempo suficiente dentro del horario escolar — horas asignadas semanalmente a cada grupo de niños —.

5). — Actividades que deben contener los programas de educacion fisica para los niños de la escuela elemental.

Los alumnos deben ser agrupados en cuatro divisiones o niveles, debiende ajustarse la duracion, intensidad y frecuencia de las actividades, a esa clasificacion que es la siguiente:

- A) Jardines de Infancia,
- B) Primero y Segundo Grados,
- C) Tercero y Cuarto grados,
- D) Quinto y Sexto Grados.

Las actividades seleccionadas son las siguientes:

1 — Actividades de Organizacion y control, que incluye ejercicios ordenativos, formaciones, pasos y marchas, despliegues, etc.

2 — Actividades de acondicionamiento general, representadas por gimnasia formativa, con énfasis marcado en la mecanica corporal o buena postura.

3 — Actividades ritmicas, que incluye el aprendizaje desde los ritmos y pasos fundamentales, los juegos con cantos, hasta las rondas bailes folkloricos.

4 — Juegos de organizacion elemental. Estos se iniciaran con simples juegos individuales y en parejas. Seguidamente se ofreceran juegos con grupos a bases de carreras, ya sean con material o sin material.

5 — Juegos de organizacion superior, con énfasis en los juegos por equipos, preferiblemente con material de pelotas u otro, especialmente a partir del tercer grado escolar. —

6 — Actividades acrobaticas elementales. Estas se ofreceran cuando existan las condiciones favorables, y deben incluir voltereta, saltos y otras piruetas ejecutadas sobre el colchon. —

7 — Deportes. Se ofreceran cuando se disponga de las instalaciones y materiales necesarios. Se practicaran en su forma elemental, procurando la participacion de todos los componentes de la clase. Se recomiendan los deportes siguientes: — con preferencia a otros —

- a) Basket-Ball
- b) Volley-Ball
- c) Carreras, saltos y lanzamientos.

8 — Actividades de Evaluacion: Se aplicaran pruebas y mediaciones destinadas a:

Les problèmes de l' éducation physique dans les écoles

par MARÍA LUISA BONAFONTE

Dès le début de ce rapport nous devons signaler qu'on ne peut résoudre le problème épineux de l'éducation physique dans les écoles primaires élémentaires, qui embrasse le personnel adéquat, l'espace suffisant et le matériel nécessaire (équipement et appareil), le temps, les heures (par semaine) pour chaque groupe scolaire; philosophie, législation, méthodes et recours de tous genres, par le seul fait de réaliser une enquête. Essayer de généraliser le problème de l'éducation physique en le restreignant aux conditions les plus précaires qu'il se puisse, serait reculer l'éducation physique jusqu'à ses formes simples et empiriques, point de départ duquel nous sommes déjà très éloignés dans l'Amérique.

L'éducation générale de même que l'éducation physique ne peut offrir des résultats éducatifs satisfaisants si elle ne tient pas compte de l'orientation et des moyens nécessaires adaptés à chaque situation scolaire.

Comme projet de solution au problème posé, problème qui affecte, en plus où moins grande proportion, tous les pays, on peut établir:

1 — But de l'éducation physique dans les écoles primaires.

2 — Objectifs généraux qui doivent orienter un programme moderne de l'éducation physique dans les écoles primaires élémentaires.

Nous devons signaler que les objectifs de l'éducation générale sont identiques aux objectifs de l'éducation physique, mais contribuent en une proportion précise à obtenir certains objectifs de préférence à d'autres, non en faisant des distinctions entre elles, mais ses expériences le lui permettent ainsi.

3 — Bases pour la sélection des activités du programme d'éducation physique pour les écoles primaires élémentaires qui doivent être régies par les principes suivants:

A — Ils doivent se sélectionner d'accord avec les principes éducatifs. Ceci se réfère aux relations d'unité de l'éducation physique avec l'éducation générale.

B — Caractéristiques de l'enfant à l'âge scolaire. L'étude de l'enfant a révélé que la croissance et le développement de celui-ci se produit en 4 directions différentes appelées:

a) Conocimiento del estado de aptitud física y de salud de los alumnos.

b) Para medir el progreso del alumno — pruebas de aprovechamiento —.

c) Para efectuar los exámenes y calificaciones de los alumnos.

d) Clasificación de los alumnos para competencias deportivas, y para la agrupación homogénea en las clases.

e) Como contribución a la motivación en la enseñanza de las actividades del programa.

a — développement physique

b — développement moteur

c — développement mental

d — développement des relations humaines.

Chacune de ces phases contribue, séparément et dans son ensemble à l'obtention d'un individu intégralement éduqué; là, l'éducation physique peut jouer un rôle important en contribuant à chacune de ces phases de la croissance et développement de l'enfant. C'est pour cela que l'éducation physique se justifiera comme un véritable moyen éducatif dans la mesure dans laquelle elle sera capable d'obtenir chacune des directions déjà signalées.

C — Besoins actuels et futurs de l'enfant:

L'éducation physique doit satisfaire aux besoins actuels de l'enfant qui s'y adonne. En même temps, elle contribue à canaliser la satisfaction des besoins futurs. C'est pour cela que le programme d'éducation physique offre des opportunités à chaque enfant: participation aux activités qui aident à sa croissance et aux développements normal.

Cette participation aux activités salutaires, vigoureuses, intéressantes, l'aide dans sa croissance et son développement ainsi qu'elle lui procure des satisfactions dans ses besoins physiques, mentaux, moteurs et sociaux qui se traduisent en valeurs, qui s'incorporent à ses besoins futurs et finalisant sa formation finale comme jeune homme et adulte intégral et équilibré.

4 — Besoins personnels, installations, matériel indispensable et temps suffisant.

Cet aspect regarde les questions qui se réfèrent à la préparation du professeur, qui doit posséder une formation professionnelle solide, supplémentaire à sa condition de professeur de classe ou d'enseignement général.

Quoique l'éducation physique puisse être adaptée aux conditions les plus précaires, de carence de moyens et de matériel de travail, il paraît indispensable de disposer d'un minimum d'installation pour pouvoir développer un programme d'activités orientées vers l'obtention des objectifs signalés plus haut. On doit aussi disposer du temps nécessaire, suffisant dans un horaire scolaire avec quelques heures assignées par semaine à chaque groupe.

5 — Les activités que doivent contenir les programmes d'éducation physique pour les enfants de l'école élémentaire.

Les enfants doivent être groupés par division de niveaux devant ajuster la durée, l'intensité et fréquence des activités, comme indiqué ci-dessous:

a — Kindergartens

b — 1^{er} et 2^{ème} grades

c — 3^{ème} et 4^{ème} grades

d — 5^{ème} et 6^{ème} grades.

Les activités sélectionnées sont les suivantes:

1 — Activités de l'organisation et contrôle qui comprennent des exercices, pas, marches etc.

2 — Activités de conditions générales,

représentées par la gymnastique, avec préférence marquée pour la mécanique corporelle et bonne position du corps.

3 — Activités rythmiques qui comprennent l'apprentissage, depuis les rythmes et pas fondamentaux, les jeux et chants jusqu'aux rondes et danses folkloriques.

4 — Jeux et organisations élémentaires. On commencera par de simples jeux individuels et en couples. Suivront les jeux en groupes à base de courses avec ou sans matériel.

5 — Jeux d'organisation supérieure avec préférence pour les jeux d'équipes avec balles, etc., spécialement à partir du 3^{ème} grade scolaire.

6 — Activité acrobatique élémentaire lorsque les conditions seront favorables et comprennent pirouettes, sauts etc.

7 — Sports, lorsqu'on disposera des installations nécessaires ils se pratiqueront d'une manière élémentaire demandant la participation de tous les élevés. On recommande surtout;

Basket-ball, Volley-ball, courses, sauts, lancements etc.

8 — Activité d'évaluation. On fera des examens destinés à:

a — connaissance de l'état et de l'aptitude physiques et santé des élèves

b — pour mesurer les progrès des élèves

c — pour qualifier l'élève

d — classification des élèves pour des concours sportifs et pour faire des groupes homogènes dans les classes

e — comme contribution du mouvement dans l'enseignement des activités du programme.

Problems of the physical education in the school

by MARÍA LUISA BONAFONTE

Extract

Prior to the presentation of solutions to the stated problem, a problem which affects all countries in a more or less similar proportion, the following requisites should be established:

1) Objectives of physical education in Primary Schools

2) General objectives which must lead a modern program of physical education for the elementary schools.

We must point out that the objectives of the physical education are alike to those of the general education, having in mind that the physical education contributes, in a very specific proportion, to the attainment of some objectives in preference to others.

3) Basis for the selection of the activities in the program of Physical Education for the elementary schools — selection which must be ruled by the following principles:

A) Should be selected according to the educational principles; that is in relation of

unity existing between the physical education and the general education.

B) Characteristics of the child (in school age); scientific study of the child has revealed that the growth and development of the child is produced in four different directions called: a) physical development, b) motor development, c) mental development and, d) social development.

Each of these phases contributes, separately, and as a whole, to the attaining of an individual thoroughly educated.

C) Present and Future needs of the child: Physical education must satisfy the present needs of the child that is exercised. At the same time this need is fulfilled, it contributes to carry on the satisfaction of future needs.

4) Persons, installations, needed materials and sufficient time.

Teachers must have a solid professional formation, which is an additional one to that of his condition as a regular teacher, a typical school teacher.

5) Activities which must be included in the physical education programs for the children in the elementary schools.

Pupils must be grouped in four divisions or levels: a) Kindergartens, b) 1st and 2nd grades, c) 3rd. and 4th. grades, d) 5th. and 6th. grades.

The activities selected are the following:

1) Activities of organization and control.

2) Activities of general acquisition, represented by the formative gymnastics with emphasis in the bodily movements and good posture.

3) Rhythmical activities which are started with the fundamental rhythms and steps, story-plays with songs, and continued up to the folk dances.

4) Elemental graded games. These start with simple individual games and games for couples to continue on with team games.

5) Highly organized games giving emphasis to the games in teams preferable to be held with balls or some other materials.

6) Elemental stunts. These must include hand-springs, jumps and other pirouettes performed on the mat.

7) Sports. They will be practiced in their elemental stage trying to get the participation of all the class members. The following sports are recommended prior to others: a) Basket-Ball, b) Volley-Ball) c) Running, jumping and throwings.

8) Activities for evaluation: Tests will be applied as to:

a) know the physical attitudes and the health conditions of the pupil,

b) measure the pupil's progress (scholastic tests), etc.

7. The Foundations of Physical Education

by WALTER DUFOUR, Licencié en E. P. de l'Université Libre de Bruxelles, Professeur à l'École des Régents en E. P. à Bruxelles

The twentieth century, by increasing the international reports, will at least have had this honour of permitting the comparison of ideas in all fields of thought, and of opening up debates.

Physical education has fortunately not escaped this great battle of opinions and each nation has been able to compare its attainments with that of its neighbouring countries. It has been quickly perceived that even if everybody is in accordance with the principles of the complete development of the individual, of its space in education in general, of collective physical instruction, one is still far from realising unanimity concerning the choice of techniques and methods. This is above all due to the fact that each country or ethnic group has sought to find an answer to an imperative which was peculiar to it and which seemed to be the most important. Each nation has, one might say, specialised. Some have defended the sport method, others the natural, and others again the corrective, the formative, the educative, the military, etc. All have excellent proofs of the beneficial effects they have had, but all have also different aims.

It becomes more and more obvious then, that there is an indispensable need to begin with a classification in the order of importance (if possible) of the exact aims of physical education.

1). If one establishes, on reading the statistics of all countries, that 70 % of the school population has a bad carriage, is it not reasonable to find a remedy for this sad state of the population in the choice of a corrective technique? Like the kinesistes, it is thus necessary to localise, to limber up, to reinforce; in short, to push to the maximum the articulatory and muscular formation of the individual, whilst transferring this method of work to groups.

2). If one notices, on making a swift calculation, that the young pupils in full growth spend about 90 % of their time sitting or lying about instead of playing, it is not urgent to devote oneself to setting in motion the great functions and to centring the work on the controlled cardio-pulmonary activation? Like those in favour of sport, it is thus necessary to synthesize, to take the movements together, and by the attraction of the game to provoke the greatest possible expenditure in the shortest possible time, wholly avoiding the excess of blind competition.

3). If one complains, with the military selectors for example, that the physical standard of the troupes is so ridiculously low, when they are commanded to perform neuro-active performances as simple as the balancing

on a tree trunk or the jumping from a height into sand, is it not plausible to try to find a technique, which teaches the youths a practical and useful neuro-active vocabulary? It is thus necessary like the Hébertists to regain the natural gestures, to teach again the movements which civilisation has caused us to forget, to solve the problems of applicative gymnastics by methodical progressions, a method greatly favoured by the Swedes.

The three principal aims having been determined, the only true problem consists in the wise selection of the means to be employed to attain all three. It would only be a waste of time to praise one to the detriment of the others.

At present there is no technique which surpasses the others to the point of being sufficient in itself. It will probably never exist. It would be necessary to complete it with the help of the others, but following proportions, which it is necessary to fix. Science alone can and should arrive at this through the voice of anatomists, kinesistes, physiologists, biometricians, psychologists, staticians, aided by teachers and pure technicians. If the reply is neither quick nor simple, it is no less necessary to have courage and the objectivity to arouse it. That which deserves to be done, must be done slowly. Sweden is showing the way in this difficult research, a service to be added to the already long list of deeds carried out in the cause of physical education. It is an inestimable example of human fraternity.

Les Bases de l'Éducation Physique

par WALTER DUFOUR

Extrait

1^o) Si l'on constate, en lisant les statistiques de tous les pays que 70 % de la population scolaire se tient mal, n'est-il pas raisonnable de chercher à remédier à ce triste bilan de la civilisation par le choix d'une technique corrective?

Comme les kinésistes, il faut alors localiser, assouplir, renforcer; bref, pousser au maximum le modelage articulaire et musculaire de l'individu tout en transposant ce mode de travail à des «groupes».

2^o) Si l'on reconnaît, en se livrant à un rapide calcul, que les jeunes élèves en pleine croissance passent jusqu'à 90 % de leur temps assis ou couché au lieu de gambader, n'est-il par urgent de s'attacher à mettre en jeu les grandes fonctions et centrer le travail sur l'activation cardio-pulmonaire «contrôlée»?

Comme les sportifs, il faut alors synthétiser, globaliser les mouvements et, par l'attrait du

jeu, provoquer les plus grandes dépenses possibles en le minimum de temps, tout en évitant les excès de la compétition aveugle.

30) Si l'on se plaint, avec les sélectionneurs militaires, par exemple, que le niveau physique des recrues soit si ridiculement bas lorsqu'il faut exiger des performances neuro-motrices aussi simples que l'équilibre sur un tronc d'arbre, ou le saut en profondeur dans le sable, n'est-il pas plausible de rechercher une technique qui enseigne aux jeunes, un vocabulaire neuro-moteur pratique et utile?

Il faut alors, comme les Hébertistes, reprendre les gestes naturels, réapprendre les mouvements que la civilisation nous fait oublier, résoudre les problèmes de la «gymnastique d'application» par des progressions méthodiques chères aux Suédois.

Ces trois buts principaux étant déterminés, le seul vrai problème consiste en un dosage savant des moyens à employer pour les atteindre tous les trois. Ce serait perdre son temps de vanter l'un au détriment des autres.

Il n'existe actuellement aucune technique qui surpasse les autres au point de suffire à elle seule, elle n'existera probablement jamais. Il faudra la compléter par toutes les autres mais suivant des proportions qu'il est urgent de fixer.

Seule, la Science peut et doit y arriver par la voix des anatomistes, kinésistes, physiologistes, biométriciens, psychologues, des statisticiens, aidés des professeurs et des techniciens purs.

Bases de la Educación Física

por WALTER DUFOUR

Extracto

10) Si con la lectura de las estadísticas de todos los países, constatamos que el 70 % de la población escolar tiene un porte defectuoso, no es justo que tratemos de remediar esta triste contribución a la civilización con la elección de una técnica correctiva?

Como los quinesistas, debemos pues localizar, suavizar, reforzar, en una palabra llevar

al maximum el modelaje articular y muscular del individuo, dividiendo éste trabajo en «grupos».

20) Si despues de realizado un cálculo rápido, reconocemos que los alumnos jóvenes, en pleno crecimiento, pasan hasta el 90 % de su tiempo sentados o acostados, en vez de estar saltando, no parece urgente aplicarse a poner en juego las grandes funciones y centrar el trabajo sobre las actividades controladas?

Como los deportistas, debemos entonces sintetizar, englobar los movimientos, utilizando la atracción que produce el juego provocando así el mayor rendimiento posible en el mínimo de tiempo, pero evitando siempre los excesos que produciría una competición ciega.

30) Si nos quejamos, con los seleccionadores militares, por ejemplo, de que el nivel físico de los reclutas esté tan ridiculamente bajo que no logran conseguir marcas neuro-motrices tan sencillas como hacer equilibrio sobre el tronco de un árbol o el salto de profundidad sobre arena, no sería plausible tratar de enseñar a los jóvenes un vocabulario neuro-motor útil y práctico?

Por lo tanto, como los Hébertistas, debemos volver a los gestos naturales, a los movimientos que la civilización nos hace olvidar, resolver los problemas de la «gimnasia de aplicación» por las progresiones metódicas tan queridas por los Suecos.

Determinadas estas tres metas, el verdadero problema se reduce a obtener una sabia dosificación de los medios que han de emplearse para obtener los tres. Perderíamos el tiempo, si nos dedicásemos a enalzar el uno en detrimento de los otros.

No existe actualmente técnica alguna superior a las demás desde el punto de vista de ser sólo suficiente. Probablemente no existirá nunca. Habrá que completarla siempre por la demás, pero siguiendo proporciones que creemos urgente fijar.

Solamente la Ciencia puede y debe llegar por la voz de los Anatomistas, Quinesistas, Fisiólogos, Biométricistas, Psicólogos y de los Estadistas ayudados por los profesores y técnicos puros.

8. Las bases sobre las cuales asentar la cultura física escolar

El problema de la educación física escolar

por GILDA L. DE ROMERO BREST

La educación se propone el desarrollo equilibrado de la personalidad y de que cada individuo se integre activa y creadoramente en la cultura y en la sociedad de su tiempo. La educación física es uno de los caminos por los que se busca esta plenitud humana. Aunque sus acciones estén específicamente dirigidas a la cabal realización del aspecto

psico-físico debe cumplir inexcusablemente con la responsabilidad de formar la persona total, pues a pesar de actuar sobre un aspecto parcial, debe hacerlo «con la mirada puesta en la idea plena del hombre», ya que ningún maestro tiene derecho a eludir, transfiriendo a otro esa misión esencial.

La persona humana no es una suma de

cuerpo y espíritu, sino una unidad, un todo continuo en el que cuerpo y espíritu se encuentran íntima e indisolublemente entrelazados, en una trabada relación de interdependencia entre sí y con respecto al todo. De ahí que aunque de intento se pretenda dirigir las acciones a un sólo aspecto del individuo, éstas necesarias e indefectiblemente afectan al todo.

Por tanto la educación física debe cumplir su cometido manteniendo como constante punto de referencia la integralidad del hombre. Desde este punto de partida, su acción específica se dirige al cuerpo, a su desarrollo y perfeccionamiento, en todos sus aspectos y posibilidades, para que ese cuerpo, en el que se patentiza, se hace realidad concreta cada individuo y donde se apoya el espíritu, alcance la más alta realización posible y sea su mejor instrumento para la acción en todas las esferas y formas de la actividad humana.

Educación es formar; éste es el objetivo fundamental y el eje de ese proceso. Una educación física que persiga como principales objetivos «prevenir y salvaguardar» en los aspectos referentes a la postura, la salud o el rendimiento físico, no cumple con su finalidad, desvirtúa su sentido y empequeñece y limita su ámbito a lo meramente biológico, por lo que de ninguna manera puede ser llamada educación. Lo preventivo y correctivo son, en sí mismos, aspectos secundarios en cierta manera contenidos en la formación pero ampliamente superados por ella. Formar es mucho más que prevenir y salvaguardar. Estar formado implica que se posee también los recursos y defensas necesarios para no ser afectado por acciones negativas. En consecuencia, la elección de los agentes y actividades de la educación física no debe partir de ese principio restrictivo y fragmentario sino del más amplio y de más ricas y fecundas proyecciones: el principio de la formación integral humana.

Los más valiosos medios de educación física, son aquellos que siendo los más eficientes para la formación física son, al mismo tiempo, los más significativos y ofrezcan mayores contenidos para la formación emocional, intelectual y social de los alumnos. Los profesores debemos tener clara conciencia de esta pluralidad de posibilidades educativas de cada uno de los agentes que utilizamos y de ninguna manera podemos ignorarla o desaprovecharla, limitándonos a emplearla por su sola acción sobre el aspecto físico.

Los varios agentes y actividades que actualmente integran los programas de educación física escolar: la gimnasia, el juego, los deportes (incluyendo las pruebas atléticas y la natación), las actividades rítmicas, la danza, la vida en la naturaleza, etc., por sus particulares características y posibilidades, por la diversa forma y grado de estímulo que proveen y por el diferente acento que colocan en los distintos aspectos de la formación física,

son todos necesarios para una educación física completa. Todos y cada uno de ellos son indispensables pero ninguno es suficiente por sí sólo y toda exclusión implica el abandono e descuido de un aspecto de la formación. Una educación física integral requiere el concurso de todos los agentes y actividades fundamentales, estructurados en una unidad dinámica, donde su respectiva importancia no se encuentra rigidamente establecida sino que es regulada por el maestro y los alumnos de acuerdo con su particular circunstancia.

No creemos que pueda sostenerse hoy que la gimnasia, en ninguna de sus formas, sea la base de toda educación física, pues esto significa aceptar que la gimnasia es el único agente que no puede faltar o que los demás se apoyan en sus resultados o son formas secundarias o complementarias. Estimamos que la gimnasia es siempre necesaria como guía sistemática de formación, por su acción especialmente dirigida al desarrollo y perfeccionamiento morfológico-funcional y a la educación del movimiento, pero otros aspectos como, por ejemplo, el rendimiento total del hombre y la capacidad para el esfuerzo máximo, por una parte, y por otra, el entrenamiento de los mecanismos de adaptación, aspectos tan importantes como los primeros, se logran más directa y eficazmente con agentes como los deportes y la vida en la naturaleza respectivamente. Si la formación morfológica-funcional no puede faltar en la educación física, tampoco pueden descuidarse estos últimos aspectos. Además, la acción del juego, los deportes, la vida en la naturaleza, etc., no requiere necesaria e ineludiblemente apoyarse en resultados previamente obtenidos por la gimnasia para lograr plena eficacia. Tampoco puede considerarse a estos agentes como formas complementarias o secundarias porque ello nos llevaría a enfocar fragmentariamente el mismo ser físico del hombre al no conceder la debida importancia a ciertos aspectos fundamentales que se logran especialmente con aquéllos.

De lo dicho se desprende que mucho menos podemos aceptar como base de la educación física únicamente a la gimnasia construida. Creemos que los objetivos que específicamente se propone la gimnasia sólo pueden conseguirse con una gimnasia integral, es decir, que comprenda ejercicios contruados, ejercicios de agilidad y destreza (sin entrar aquí a determinar su grado de construcción) y ejercicios naturales (formas básicas de acción: correr, saltar, trepar, lanzar, transportar, etc., con diverso grado de condicionamiento).

En resumen consideramos:

— que todo programa de educación física escolar debe necesariamente comprender las siguientes actividades fundamentales: gimnasia en todas sus formas (con ejercicios contruados y naturales), juegos; deportes (incluyendo pruebas atléticas y natación), acti-

vidades rítmicas, danza, vida en la naturaleza.

— que las pruebas de eficiencia física y de evaluación del progreso y del aprovechamiento son imprescindibles para el maestro y el alumno.

— que ningún agente o actividad es suficiente por sí sólo y que todos son necesarios para cumplir una educación física integral y suficiente.

— que la gimnasia, especialmente la construída, debe responder a las actuales exigencias de totalidad, estructura, continuidad, naturalidad, ritmo, acento en lo dinámico, y significación y contenido expresivo.

— que los ejercicios gimnásticos deben ser proyectos de trabajo a los que los alumnos deben dar realidad concreta, con intención autoformativa, siguiendo la orientación y guía dadas por el maestro y no fríos y vacíos conjuntos de movimientos cuya forma, intensidad, ritmo, etc., sean rigurosamente determinados por el profesor y que el alumno debe limitarse a repetir e imitar sin comprender ni poner nada de sí.

— que la gimnasia infantil debe basarse preponderantemente en ejercicios naturales (correr, saltar, trepar, lanzar, etc.).

— que la gimnasia infantil, especialmente, debe utilizar en la mayor medida posible materiales concretos como pelotas, bolsitas, aros, bastones, cuerdas y elementos como escaleras (verticales, horizontales y oblicuas); escalas de cuerda; cuerdas para trepar; cuerdas paralelas (verticales, horizontales y oblicuas); barras, tablones o troncos para equilibrio, suspensión, volteo, etc.; espaldares, cuadro, bancos, cajones de salto, colchonetas, etc. (estos elementos pueden ser los expresamente construídos o, en su defecto, improvisados).

— que la gimnasia, en todas las edades, debe prestar suficiente atención a la educación del movimiento, es decir: a la adquisición del sentido del movimiento (como capacidad para captar y realizar el movimiento en su estructura, ritmo, ubicación espacio-temporal, tensión, desarrollo, etc. adecuados); a la capacidad de enriquecer el repertorio individual de estructuras de movimiento y de modificar y adecuar las que se poseen a nuevas circunstancias, para que la acción sea lo más eficiente y su rendimiento lo más económico posible y, finalmente, a pulir y perfeccionar el movimiento individual, teniendo en cuenta que éste es, conjuntamente con el lenguaje, el medio más inmediato y permanente de expresión del hombre y, por tanto, debe ser un instrumento capaz de transmitir los mensajes que se desee comunicar con originalidad y estilo personal.

— que todos los agentes y actividades de la educación física deben ser sometidos al más riguroso análisis para poder precisar con certeza su alcance (para la formación física en primer término y también para los demás aspectos de la personalidad: emocional, social

e intelectual) y luego deben ser efectivamente aprovechados en todos y cada una de sus posibilidades para que su acción educadora resulte lo más fecunda posible.

— que el método a emplearse en todas las actividades de educación física debe responder a las exigencias de la pedagogía actual, teniendo en cuenta que la misión del educador consiste esencialmente en estimular, ayudar y orientar a los niños y jóvenes en su proceso de formación y que la jerarquía humana requiere la máxima diferenciación individual y por tanto el respeto de los particulares intereses y necesidades.

Les bases sur lesquelles asseoir

l'éducation physique scolaire

par GILDA L. DE ROMERO BREST

Le but de l'éducation est le développement équilibré de la personnalité et l'intégration active et créatrice de chaque individu dans la culture et la société de son temps. L'éducation physique est une des voies par lesquelles on cherche à atteindre ce perfectionnement de l'homme. Quoique son action soit spécifiquement dirigée vers la réalisation de l'aspect psycho-physique, elle doit inéluctablement prendre la responsabilité de construire la personnalité totale, car en dépit de son action sur un aspect partiel, elle doit agir «les yeux fixés sur l'idée complète de l'homme», et aucun professeur n'a le droit de faillir à cette mission essentielle en s'en déchargeant sur un autre.

L'être humain n'est pas l'addition d'un corps et d'un esprit, mais une unité, un tout continu dans lequel corps et esprit s'entremêlent intimement en un tissu indissoluble, dans une étroite relation d'interdépendance entre eux et avec le tout. D'où il résulte que ses actions, bien qu'intentionnellement dirigées vers un seul aspect de l'individu, l'affectent nécessairement dans sa totalité.

C'est pourquoi l'éducation physique doit remplir sa tâche en ayant constamment en vue la totalité de l'Homme. De ce point de départ, son action spécifique se dirige vers le corps, son développement et son perfectionnement, sous tous ses aspects et possibilités, afin que ce corps par lequel chaque individu devient une réalité concrète servant de support à l'esprit, puisse atteindre le plus haut degré possible d'achèvement et devienne son meilleur instrument d'action dans toutes les sphères et formes de l'activité humaine.

Eduquer, c'est édifier, voilà l'objectif fondamental et l'axe autour duquel tourne ce processus. L'éducation physique ayant principalement pour but de prévenir les défauts et d'assurer un bon maintien, ou de donner la santé ou la force physique, ne remplit pas son but, amoindrit son sens et limite sa sphère à quelque chose de purement biologi-

que, qui en aucune circonstance ne peut être appelé éducation. L'aspect préventif et correctif est en lui-même secondaire, compris dans un certain sens dans le facteur de formation mais largement dépassé par lui. Edifier, c'est beaucoup plus que prévenir et sauvegarder. Cela implique aussi que la personne en question possède les ressources et défenses nécessaires pour éviter d'être affectée par les actions négatives. C'est pourquoi le choix des agents et des activités de l'éducation physique ne doit pas partir de ce principe fragmentaire et restrictif, mais d'un principe plus large ayant des projections plus riches et plus fécondes: le principe de la formation humaine intégrale.

Les méthodes d'éducation physique présentant la plus grande valeur sont celles qui, étant les plus efficaces pour la formation physique, sont en même temps les plus significatives et offrent le plus d'éléments pour la formation émotionnelle, intellectuelle et sociale des élèves. Les professeurs doivent comprendre clairement la pluralité des possibilités d'éducation de chacun des agents utilisés, et dans aucune circonstance nous ne devons les ignorer ou les spolier en nous limitant à les utiliser seulement pour leur action sur un aspect physique.

Les différentes activités qui font à présent partie de l'éducation physique scolaire: gymnastique, jeux, sports (athlétique et natation incluses), activités rythmiques, danse, vie de plein air etc. sont toutes nécessaires à l'éducation physique complète de l'Homme à cause de leurs caractéristiques et possibilités spéciales, les formes et degrés variés d'encouragement qu'elles constituent et l'accent différent qu'elles placent sur les divers aspects de la formation physique. Chacune d'entre elles est indispensable, mais aucune n'est suffisante par elle-même et toute exclusion implique que l'on néglige un des aspects de cette formation. Une éducation physique intégrale nécessite l'aide de tous les agents et activités fondamentaux, formant une unité dynamique, dans laquelle leur importance respective n'est pas rigide établie mais est réglée par le professeur et les élèves en accord avec les circonstances spéciales présentées par chaque cas individuel.

Nous ne croyons pas qu'aujourd'hui la gymnastique, sous aucune de ses formes, soit la base de toute l'éducation physique, car cela voudrait dire que nous admettons que la gymnastique est le seul agent indispensable et que les autres sont basés sur ses résultats ou sont secondaires ou complémentaires. Nous estimons que la gymnastique est toujours nécessaire comme guide systématique de la formation, car son action est spécialement dirigée vers le développement et le perfectionnement morphologiques et fonctionnels et l'éducation du mouvement, mais d'autres aspects, comme par exemple l'efficacité totale de l'Homme et la capacité de fournir un effort

maximum d'un côté, et l'entraînement du mécanisme d'adaptation de l'autre, — aspect aussi important que le premier — sont atteints plus directement d'une façon et plus efficace respectivement par le sport et la vie de plein air. Si la formation fonctionnelle morphologique ne peut pas être exclue de l'éducation physique, ces autres aspects ne doivent pas non plus être négligés. De plus il n'est pas indispensable que l'action des jeux, des sports, de la vie de plein air, soit basée sur les résultats préalablement atteints par la gymnastique pour atteindre leur plus haute efficacité. Ces agents ne doivent pas davantage être considérés comme des formes complémentaires ou secondaires car cela nous amènerait à concentrer nos regards sur un aspect fragmentaire de l'homme, son être physique, puisqu'on n'attacherait pas une véritable importance à certains aspects fondamentaux qu'on atteint particulièrement par les premiers.

Il résulte de ceci que nous pouvons encore moins accepter la gymnastique comme la seule base de l'éducation physique. Nous croyons que les objectifs spécifiquement visés par la gymnastique ne peuvent être atteints que par la gymnastique intégrale, c'est-à-dire une gymnastique qui comprend des exercices construits, des exercices d'agilité et d'adresse (leur degré de construction n'étant pas déterminé ici), des exercices naturels (formes d'actions de base: course, saut, grimpe, lancement, port etc., avec différents degrés de conditionnement).

Nous considérons en réalité:

— que chaque programme scolaire d'éducation physique doit nécessairement comprendre les activités fondamentales suivantes: gymnastique sous toutes ses formes (avec exercices naturels et construits), jeux, sports (athlétique et natation incluses), exercices rythmiques, danse, vie de plein air.

— que des tests d'efficacité physique et une évaluation du progrès et de l'habileté sont essentiels tant pour le professeur que pour les élèves.

— que la gymnastique, et spécialement la gymnastique construite, doit répondre aux exigences actuelles de totalité, structure, continuité, naturel, rythme, dynamisme, intensité, signification et expression.

— que les exercices de gymnastique doivent être des tâches auxquelles les élèves prêtent une réalité concrète; ils doivent alors nourrir une intention de formation personnelle et suivre les indications et les directions données par le professeur et non une série froide et vide de mouvements dont la forme, l'intensité, le rythme etc., seraient rigide déterminés par le professeur, obligeant ainsi les élèves à se limiter eux-mêmes à répéter ou à imiter sans comprendre ni rien engager d'eux-mêmes.

— que la gymnastique des enfants doit être principalement basée sur les exercices

naturels (course, saut, grimpage, lancement etc.).

— que la gymnastique des enfants spécialement doit faire usage autant que possible de matériaux tels que balles, sacs, anneaux, bâtons, cordes, et d'agrès tels que: échelles (verticales, horizontales et obliques), échelles de cordes, cordes lisses et à nœuds, barres parallèles (verticales, horizontales et obliques), hommes, planches ou troncs pour exercices d'équilibre, de suspension, de saut, voltige etc.. Ces agrès peuvent être construits spécialement ou improvisés.

— que la gymnastique doit prêter une attention suffisante à l'éducation du mouvement, c'est-à-dire à l'acquisition du sens du mouvement (en tant que capacité d'accomplir et de comprendre un mouvement dans sa structure adéquate, son rythme, le temps et l'espace qu'il nécessite, l'assurance, la tension, le développement etc.), à la capacité d'enrichir le répertoire individuel des structures de mouvements et de modifier et d'adapter ceux qui sont déjà acquis à de nouvelles circonstances afin de rendre l'action plus efficace et aussi économique que possible; et enfin au polissage et au perfectionnement du mouvement individuel; en ayant à l'esprit que le mouvement est, avec le langage, le moyen d'expression le plus immédiat et permanent et qu'il doit être capable de transmettre n'importe quelle intention avec originalité et un style personnel.

— que tous les agents et activités de l'éducation physique doivent être soumis à une sévère analyse devant fixer leur étendue avec certitude (d'abord dans le domaine de la formation physique et ensuite pour tous les autres aspects de la personnalité: émotionnel, social et intellectuel) et permettre de les employer ensuite efficacement pour chacune de leurs possibilités afin que leur action éducative soit aussi féconde que possible.

— que la méthode à employer dans toutes les activités d'éducation physique répondent aux exigences de la pédagogie moderne, sans oublier que la mission de l'éducateur est essentiellement de stimuler, d'aider et de guider les enfants et les adolescents par le processus de formation, et que l'ordre humain exige un maximum de différenciation et par conséquent le respect des intérêts et des besoins individuels.

The Basis on which to build Physical Education for School Children

The Problem of Physical Education in Schools

by GILDA L. DE ROMERO BREST

Extract

In fact we consider:

— that every school programme of physical education must necessarily comprise the

following fundamental activities: gymnastics in all its forms (with constructed and natural exercises), games, sports (including athletics and swimming), rhythmical exercises, dancing, open air life.

— that tests of physical efficiency and the evaluation of progress and proficiency are essential for teacher and pupil.

— that gymnastics, specially constructed gymnastics, must answer to the actual demands of totality, structure, continuity, naturalness, rhythm, dynamic emphasis, meaning and expressive content.

— that gymnastic exercises must be work drafts to which pupils must lend concrete reality, with self-building intention, following the orientation and guide given by the teacher and not a cold and empty series of movements whose form, intensity, rhythm, etc., must be rigidly determined by the professor and the pupil must limit himself to repeating or imitating without understanding or putting anything of himself.

— that children's gymnastics must be based mainly on natural exercises (running, jumping, climbing, throwing, etc.).

— that children's gymnastics, specially, must make use as far as possible of concrete materials such as balls, bags, hoops, canes, ropes, and elements such as ladders (vertical, horizontal and slanting); rope ladders, climbing ropes, parallel ropes (vertical, horizontal and slanting); beams, planks, or trunks for balancing, hanging, jumping, tumbling, etc.; window ladders, wall bars, benches, boxes, mats, etc. (these elements may be those built specially for the purpose or improvised).

— that gymnastics must pay sufficient attention to the education of movement, that is to say to the acquiring of a sense of movement (as a capacity to understand and perform movement in its adequate structure, rhythm, time-space, assuredness, tension, development, etc.); to the capacity of enriching the individual repertoire of movement structures and of modifying and adapting those acquired to new circumstances, so that action becomes more efficient and as economic as possible, and finally, to polishing and perfecting individual movement.

— that all agents and activities of physical education must undergo the most severe analysis in order to be able to fix with certainty their scope and then must be effectively used in all and each one of their possibilities.

— that the method to be used in all activities of physical education must respond to the requirements of present pedagogic methods, bearing in mind that the educator's mission is essentially to stimulate, help and guide children and youngsters through their formation process.