

## LE SPORT ET LA MÉDECINE SPORTIVE ACTUELLE <sup>(1)</sup>

Par Aníbal Costa — Président de la *Société Portugaise de Médecine Sportive*. Lisbonne — PORTUGAL.

— Résumé —

Il est évident que le sport est aujourd'hui un vrai phénomène social avec répercussion marquée dans la vie des peuples.

Comme résultat d'exigences humaines qui représentent en chaque nation un réflexe de sa structure social et atteignent le paroxysme du à la lutte qu'il crée, et bien qu'il s'éloigne progressivement de ses objectifs fondamentaux, le sport reste, en dépit de tout, au premier plan des intérêts actuels.

Le sport est confondu avec l'éducation physique. L'un et l'autre emploient pratiquement les mêmes moyens — les exercices physiques — mais ils ont des objectifs diffé-

---

<sup>(1)</sup> Résumé d'un article publié en espagnol dans la revue du *Groupe Latin de Médecine Sportive* N.º 9, 1968, organe officiel de la *Fédération Espagnole de Médecine Sportive*. Madrid — ESPAGNE.

## SPORT AND PRESENT DAY SPORTS MEDICINE <sup>(1)</sup>

By Aníbal Costa — President of the *Portuguese Society of Sports Medicine*. Lisbon — PORTUGAL.

— Summary —

Is it evident that sport is today a true social phenomenon with marked repercussion in the life of peoples.

As a result of human exigencies which represent in each nation a reflex of its social structure and reach paroxysm due to the fight it creates and although separating itself progressively from its fundamental aims, sport remains, in spite of everything, on the first plan of present day interests.

Sport is confounded with physical education. They employ practically the same means — physical exercises — but have different aims: In physical education one

---

<sup>(1)</sup> This is the summary of an article published in the magazine of the *Latin Group of Sports Medicine* No. 9, 1968, official organ of the *Spanish Federation of Sports Medicine*. Madrid — SPAIN.

rents: En éducation physique on cherche de développement intégral et harmonieux de l'organisme, compatible avec la vie saine et, en sport, on prétend au rendement physique maximum.

Une série de facteurs qui peuvent être classés comme étant propres aux structures contemporaines sont, entre autres, l'importance donnée par les organes d'information aux compétitions sportives, aux «vedettes», au «chauvinisme» exacerbé, le sport comme moyen d'atteindre des fins non avouables. La vie est mécanisée et il manque à l'Homme des mouvements corporels.

Mais si nous essayons de combattre les sports qui se dévient de leurs vrais objectifs, en rendant responsables de ces déviations des contemporains, nous devons admettre que ces défauts existent depuis longtemps, bien qu'ayant maintenant une plus grande importance et causant plus de préoccupations.

Il est très difficile de définir le sport, mais nous donnerons quelques définitions en vue de prouver qu'elles sont incertaines et insuffisantes.

Ainsi les Anglais, les pionniers des sports à notre temps, le définissent comme des jeux athlétiques soumis à de règles et normes strictes.

Coubertin, le créateur des Jeux Olympiques modernes, a vu le sport comme étant le culte volontaire et habituel de l'effort musculaire intense poussé par le désir de progrès et sans en craindre ses risques.

Souchon et May ont affirmé que le sport est une lutte-jeu à laquelle se joint la notion de l'effort intense soumis à de règles précises et préparée par l'entraînement méthodique.

À son tour Magnane le définit comme activité plaisante, son facteur dominant étant l'effort physique et la compétition où parfois participent le jeu et le travail; il est susceptible d'être transformé dans une activité professionnelle.

Ces tentatives et autres, de personnes responsables, pour définir le sport, n'arrivent pas à embrasser sa vraie signification actuelle et sont trop vagues; elles vont de la notion de simple jeu, à la lutte et l'effort

looks for the integral and harmonious development of the system, compatible with a healthy life and in sport one claims the maximum physical output.

A series of factors which can be classed as proper to contemporary social structures are, among others, the importance given by information organs to sport competitions, «stardom» exacerbated «chauvinism», sport as a means of reaching unconfessed ends. Life is mechanized and Man lacks body movements.

But if we try to fight sports which are deviating from their true aims, by making contemporary people responsible for these deviations, we must admit that these defects have existed for a long time although having now a greater importance and causing more concern.

It is very difficult to define sport but we shall give some definitions in order to prove that they are uncertain and insufficient.

Thus the English, sport pioneers in our times, define sports as athletic games submitted to strict rules and norms.

Coubertin, the creator of modern Olympic Games, saw sport as the voluntary and habitual cult of intense muscular effort urged by the wish to progress and without fearing its risks.

Souchon and May stated that sport is a game-like fight to which is joined the notion of intense effort submitted to precise rules and prepared through a methodical training.

In his turn Magnane defines it as a pleasurable activity, its dominant factor being physical effort and competition where play and work participate sometimes; it is susceptible of being transformed into a professional activity.

These and other attempts of responsible people to define sport, do not succeed in embracing its true present day meaning and are too vague; they go from the notion of simple play, to fight and intense effort,

intense, jusqu'au risque, et de la récréation jusqu'au professionnalisme.

En effet on devrait être plus précis et se mettre d'accord que, en échappant à son principe formatif et philosophique, en se soumettant à certaines réalités de notre temps et à l'évolution sociale constante, il est difficile, si non impossible, de définir correctement le mot sport.

On affirme que le sport ne peut pas être conçu sans compétition, c'est-à-dire, sans antagonisme.

Mais en dépit de toutes les critiques et controverses, le sport réglementé, orienté par une bonne éthique, peut seulement apporter des effets bienfaisants à l'être humain.

Si la fin du sport est de faire plus et mieux, on doit se préparer par l'entraînement.

Les bénéfices des exercices physiques sur les différentes fonctions organiques, sont indiscutables, parmi d'autres celle de contrôler l'activité motrice, en automatisant les gestes, en transformant certains mouvements volontaires en réflexes, en les rendant précis, souples, etc., et adaptés aux fins qu'on a en vue.

Quelle différence entre les mouvements de l'individu habitué aux exercices physiques et ceux du sédentaire!

En ce concerne l'activité cardiovasculaire, un coeur plus grand, plus lent et plus sthénique, et certains phénomènes d'adaptation de la circulation périphérique et pulmonaire à l'effort, sont très bienfaisants. En ayant une capacité systolique augmentée, le coeur travaille plus lentement pour répondre aux exigences organiques individuelles, bien que se reposant mieux et retardant les phénomènes de fatigue.

Par ailleurs le contrôle de l'activité respiratoire augmente l'expansion de la surface pulmonaire utilisée, d'où moins de cycles respiratoires pour satisfaire les besoins organiques ce qui aussi signifie moins de travail et ajourne également la fatigue.

Cette extraordinaire utilité est prouvée par les résultats obtenus chez des garçons «cardiaques», soumis à l'éducation physique modérée. L'accroissement de la «capa-

as far as risk, and from recreation up to professionalism.

In fact one should be more precise and agree that, by escaping its formative philosophical principle, by submitting itself to certain realities of our times and constant social evolution, it is difficult, if not impossible, to define the word sport in a correct way.

It is stated that sport cannot be conceived without competition, i. e, without antagonism.

But in spite of all criticisms and controversies, regulated sport guided by good ethics, can only bring beneficial effects to the human being.

If the aim of sport is to do more and better, one should prepare oneself through training.

The benefits of physical exercises on different organic functions, are unquestionable, among others that of controlling the motor activity, automatizing gestures, transforming certain voluntary movements into reflex ones, making them precise, supple, etc. and adapted to the ends in view.

How much difference there is between movements of the individual used to physical exercises and those of the sedentary one!

In what concerns the cardio-vascular activity, a bigger, slower and more sthenic heart, and certain phenomena of peripheral circulatory and pulmonar adaptation to effort, are very beneficial. By having an increased systolic capacity, the heart works more slowly to respond to individual organic requirements, although resting better and delaying the phenomena of fatigue.

Besides, the control of the respiratory activity increases the expansion of the utilized pulmonar surface, hence fewer respiratory cycles in order to satisfy organic requirements, which also means less work and postpones fatigue likewise.

This extraordinary utility is proved by the results obtained in «cardiac» boys submitted to moderate physical education. The increase of «vital capacity» does not pro-

«cité vitale» ne provient pas d'un changement morphologique, mais de l'éducation physiologique de la respiration. Le contrôle de la respiration permet d'établir un rythme respiratoire nouveau et une amplitude plus grande des mouvements respiratoires, d'où résulte l'amélioration de la ventilation. Ceci crée, simultanément, un conditionnement fonctionnel et anatomique. Comme c'est connu, les poumons des sportifs ont une vascularisation plus grande que ceux des individus sédentaires.

Ceci fait que l'activité des glandes endocrines soit intensifiée en améliorant leurs insuffisances provenant de l'hérédité, comme cela a été montré par les expérimentations de Ulmeneanu à l'*Institut d'Éducation Physique* de Bucarest où des élèves avec déséquilibre endocrinien léger, ont été totalement récupérés après six mois d'exercices physiques. Mais l'utilité la plus importante de ces exercices pour l'organisme humain est sans doute liée à l'amélioration qu'ils provoquent dans les processus cellulaires.

Comme ces processus sont indispensables à la vie, il paraît certain que, plus ils sont plus actifs, meilleure sera la «santé des cellules».

Cependant le plus important n'est pas la quantité d'oxygène offerte aux tissus, mais la quantité qui's peuvent utiliser, c'est-à-dire «le coefficient d'utilisation de l'oxygène». L'individu dans une mauvaise condition physique utilise un pourcentage moindre de d'oxygène transporté aux tissus, que les sportifs en bonne condition (jusqu'à 85 - 100 %).

Bohr a montré que, sous l'influence de l'entraînement, le même volume de sang transporte 20 - 30 %, même 40 % de plus d'oxygène que normalement, tandis que le sang des déficients physiques transporte moins d'oxygène, ce qui paraît relier indiscutablement l'utilisation d'oxygène à la santé.

De son côté Brouha, très attentif à de tels problèmes, a réalisé l'expérimentation suivante: Il a fait courir deux athlètes, un bon et l'autre de niveau olympique et il prouva que, pour en effort similaire, l'athlète olympique avait consommé 20 %

ceed from a morphologic change, but from the physiologic education of respiration. Breathing control allows to establish a new respiratory rhythm and a greater amplitude of respiratory movements from which result an improvement in ventilation. This creates, simultaneously, a functional and anatomical conditioning. As is known sportmen's lungs have a greater vascularization than those of sedentary individuals.

This makes the activity of the endocrine glands to be intensified by improving their insufficiencies which proceed from heredity as was shown by Ulmeneanu's experiments in the *Institute of Physical Education* of Bucarest where pupils with slight endocrine unbalance, were totally recuperated after six months of physical exercises. But the most important usefulness of these exercises for the human system, is undoubtedly linked to the improvement they provoke in the cellular processes.

As these processes are indispensable to life, it seems to be sure that, the more active they are, the better will be the «health of the cells».

Yet what is more important is not the quantity of oxygen which is offered to the tissues, but the quantity they can utilize, that is «the coefficient of oxygen utilization». The individual in a bad physical condition utilizes a smaller percentage of oxygen carried to the tissues, than sportsmen in good condition (up to 85 - 100 %).

Bohr showed that, under the influence of training, the same volume of blood transports 20-30 %, even 40 % more oxygen than normally, while in physical defectives, blood transports less oxygen, which seems to unquestionably connect the utilization of oxygen with health.

In his turn Brouha, very attentive to such problems, carried out the following experiment: He made two athletes run, one good and the other of olympic level and he proved that, for a similar effort, the olympic athlete had consumed 20 % more

plus d'oxygène et que son sang contenait 50 % de moins de métabolites.

Il est évident que cette oxydation cellulaire correspond à un meilleur anabolisme, c'est-à-dire à une meilleure assimilation d'éléments nutritifs et, aussi, à un meilleur catabolisme, c'est-à-dire, à une meilleure élimination des résidus toxiques dans toutes les cellules, non seulement musculaires, mais aussi endocrines, nerveuses, glandulaires, etc.

C'est au moyen de ce mécanisme merveilleux et complexe, que les exercices physiques agissent favorablement sur tout notre organisme.

Le désir constant de l'Homme à faire plus et mieux, devrait inévitablement se refléter sur l'amélioration de l'entraînement qui est une répétition régulière, systématique et progressive d'une certaine activité laquelle implique l'intervention de tous les appareils et fonctions en vue d'obtenir le rendement maximum avec l'effort minimum.

Dès la Grèce ancienne les principes de base ont été d'alterner le travail avec le repos et de régler l'exercice.

Les méthodes d'entraînement ont évolué à partir de l'empirisme. Après 1813 avec Ling et la création de l'*Institut Central Royal de Gymnastique* (1) à Stockholm, elles ont commencé à être conçues sur des bases scientifiques.

En ce qui concerne certains sports, l'évolution a été la suivante:

«L'école finnoise» de Nurmi, a défendu l'importance primordiale de l'endurance aussi acquise par la vie au grand air et le «sauna».

«L'école suédoise» conseilla des marches et des courses courtes dans les bois pour augmenter la résistance («fartleg»).

«L'école allemande» préconisa l'acquisition de la résistance par la répétition des courses de vitesse.

oxygen and that his blood contained 50 % less metabolites.

It is evident that this cellular oxydation corresponds to a better anabolism, i. e., a better assimilation of nutritional elements and also to a better catabolism, i. e., a better elimination of toxic residues in all cells, not only in the muscular, but also in the endocrine, nervous, glandular, etc., ones.

It is through this marvellous and complex mechanism that physical exercises act favourably on the whole of our system.

The constant wish of Man to do more and better, should inevitably be reflected in the improvement of training, this being a regular, systematic and progressive repetition of a certain activity which implies the intervention of all apparatuses and functions with a view to obtaining maximum output with minimum effort.

Since ancient Greece basic principles have been to alternate work with rest and to regulate exercise.

Training methods have evolved starting from empiricism. After 1813 with Ling and the creation of the *Central Royal Institute of Gymnastics* in Stockholm (1) they began to be conceived on a scientific basis.

In what concerns certain sports, the evolution has been as follows:

The «Finish school» of Nurmi, has advocated the primordial importance of endurance also acquired through life in the open air and «sauna».

The «Swedish school» advised walks and short sprints in the woods for the increase of resistance («fartleg»).

The «German school» advocated the acquisition of resistance through the repetition of sprints.

(1) À présent École Supérieure de Gymnastique et Sports.

(1) Now College of Gymnastics and Sports.

En ce qui concerne les facteurs qui influencent et conditionnent l'activité sportive, ils sont les suivants:

*Facteurs intrinsèques:*

Hérédité.  
Race.  
Sexe.  
Constitution.  
Organes internes.  
Psyché.

*Facteurs extrinsèques:*

Hygiène.  
Alimentation.  
Technique et style.  
Milieu.  
Moyens mécaniques.  
Phénomènes sociaux.

La meilleure méthode sportive d'entraînement est l'«entraînement par intervalles». Mais sa dureté, ses risques sérieux, les grands sacrifices qu'elle exige, excluent l'improvisation et conseillent le contrôle médical efficace.

Déjà dans l'antiquité les médecins étaient appelés aux «palestras» pour aider les individus accidentés, donnant ainsi naissance à la Médecine Sportive qui contribue aussi à la discipline et à améliorer l'éducation physique.

Si le contrôle des activités physiques était déjà alors reconnu comme nécessaire, les exigences du sport contemporain, le justifient plus que jamais.

Il s'agit de médecine essentiellement préventive.

Le sport de grande compétition doit se baser sur l'éducation physique scolaire qui inclut des exercices sportifs progressivement adaptés aux différents âges.

Nous devons affirmer que la Médecine appliquée à l'Éducation physique et la Médecine appliquée aux sports, font face à des problèmes différents, bien que leurs moyens, concepts et techniques, puissent être identiques.

In what concerns the factors that influence and condition sports activity, they are the following ones:

*Intrinsic factors:*

Heredity.  
Race.  
Sex.  
Constitution.  
Internal organs.  
Psyche.

*Extrinsic factors:*

Hygiene.  
Nourishment.  
Technique and style.  
Surroundings.  
Mechanical means.  
Social phenomena.

The best training sportive method is «interval training». But its hardness, its serious risks, the great sacrifices it requires, exclude improvisation and advise an efficacious medical control.

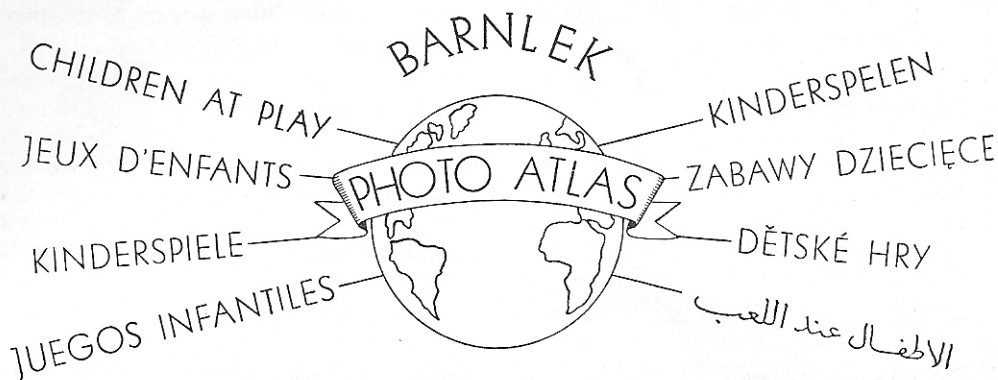
Already in Ancient Times, physicians were called to «palestras» in order to help injured people, thus giving birth to Sports Medicine that contributes also to discipline and improves physical education.

If the control of physical activities was then already recognized as necessary, exigencies of contemporary sport justify it more than ever.

It is a question of an essentially preventive medicine.

Great competitive sport must base itself on school physical education including sportive exercises progressively adapted to different ages.

We must state that Medicine applied to physical Education and Medicine applied to sports face different problems, although their means, concepts and techniques, can be identical.



J. G. THULIN

Children at play — Jeux d'enfants — Juegos Infantiles — Kinderspiele

Esc. 40\$00 (Forty Portuguese escudos)

## EXERCISES WITH BALLS AND ROPES

## EXERCICES AVEC BALLONS ET CORDES

## EJERCICIOS CON PELOTAS Y CUERDAS

F. I. E. P's Edition  
90 pages with 200  
illustrations

Edition de la F. I. E. P.  
90 pages avec 200  
illustrations

Edición de la F. I. E. P.  
90 páginas con 200  
ilustraciones

Esc.: 60\$00 (Sixty Portuguese Escudos)



Par poste recommandée joindre Esc. 8\$00 (les deux volumes, ensemble, ne payent plus).

By registered post, more Esc. 8\$00 (both volumes together, do not pay more).

LIVRARIA PORTUGAL

Rua do Carmo, 70-74

LISBOA — PORTUGAL

# CHRONIQUE INTERNATIONALE

## CURSO INTERNACIONAL DE EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES

### CICLO DE CONFERENCIAS CULTURALES SOBRE LA EDUCACION FÍSICA Y DEPORTES

— Del 1º al 11 de Julio de 1968 —

Madrid — ESPAÑA

Por A. Leal d'Oliveira

*Madrid*, una de las capitales más bellas que yo conozco, fué de nuevo escenario de grandes manifestaciones culturales, participando en ellas activamente la *F. I. E. P.*; su Presidente y su Secretario General fueron Invitados de Honor.

Otro motivo de satisfacción, fué el hecho de que la *F. I. E. P.* pudo colaborar intensamente con el *Comité de Investigaciones del C. I. E. P. S.* presidido por el distinguido hombre de ciencia Profesor Dr. Ernst Jokl (*E. U. A.*) que ha organizado el *Ciclo de Conferencias* y pertenece al *Consejo Internacional* de nuestra Organización.

Como era de suponer, la participación a estos sucesos anunciados en el *Boletín de la F. I. E. P.* N.ºs 1-2, 1968, ha sido bastante grande: 239 profesores, médicos y entrenadores, de los siguientes países: *Alemania, Argentina, Bélgica, Brasil, Bulgaria, Canadá, Checoslovaquia, Egipto, España, E. U. A., Francia, Irán, Italia, Méjico, Portugal, Suecia y Tunisia.*

#### Sesión de apertura

Fué presidida por S. Excia. D. Benito Castejón, Secretario Nacional de Educación Física y Deportes, teniendo a su lado el Presidente de la *F. I. E. P.*, D. Leal

## COURS INTERNATIONAL D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTS

### CYCLE DE CONFÉRENCES CULTURELLES SUR L'ÉDUCATION PHYSIQUE ET LES SPORTS

— Du 1<sup>er</sup> au 11 Juillet 1968 —

Madrid — ESPAGNE

Par A. Leal d'Oliveira

*Madrid*, une des plus belles capitales que je connais, fut de nouveau le siège de grandes manifestations culturelles où participa activement la *F. I. E. P.*; son Président et son Secrétaire Général ont été des Invités d'Honneur.

Un des autres motifs de satisfaction, a été de fait que la *F. I. E. P.* a pu collaborer intimement avec le *Comité de Recherches* du *C. I. E. P. S.* présidé par le distingué homme de science Professeur Dr. Ernst Jokl (*E. U. A.*) qui a organisé le *Cycle de Conférences* et appartient au *Conseil International* de notre Organisation.

Comme c'était à espérer, la participation à ces événements annoncés dans le *Bulletin de la F. I. E. P.* N.ºs 1 — 2, 1968, a été assez grande: 293 professeurs, médecins et entraîneurs, des pays suivants: *Allemagne, Argentine, Belgique, Brésil, Bulgarie, Canada, Chécoslovaquie, Egypte, Espagne, E. U. A., France, Iran, Italie, Mexique, Portugal, Suède et Tunisie.*

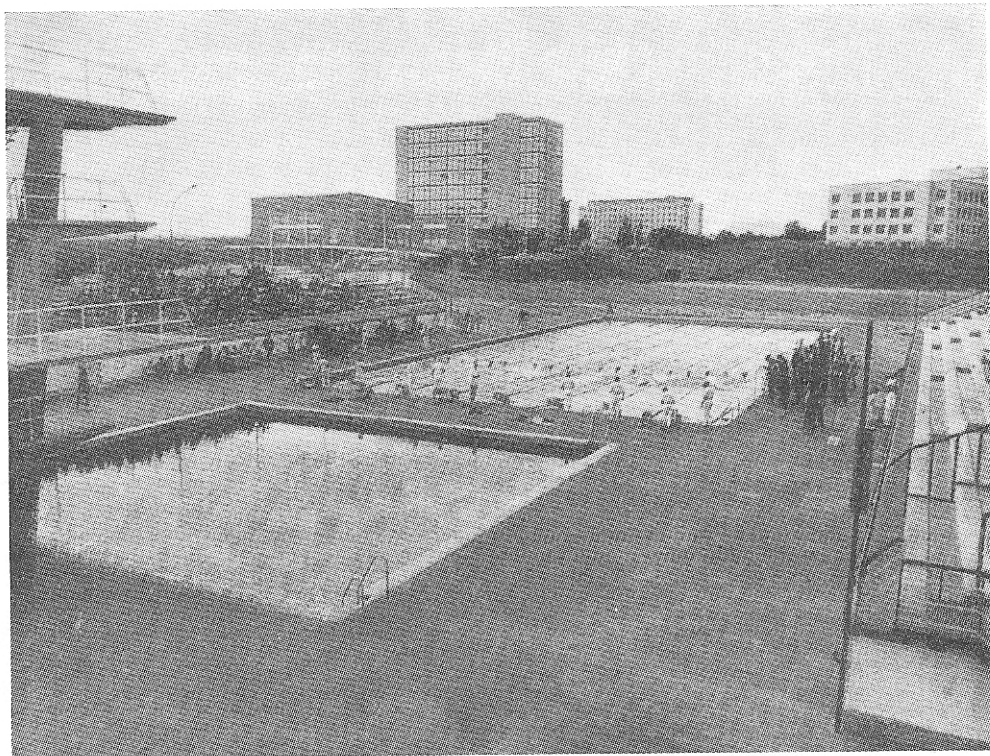
#### Séance d'Ouverture

Elle a été présidée pas S. Exce. D. Benito Castejón, Secrétaire National pour l'Éducation Physique et les Sports, ayant à ses côtés le Président de la *F. I. E. P.*, M. Leal



d'Oliveira, Dña Ivonne Surrel Presidente de la *A. I. E. S. E. F.*, D. José María Cagigal, Director del *I. N. E. F.* donde los acontecimientos tuvieron lugar, Snrs. Artur Sheedy, Kajelon Hadezelec y Maurice Piéron, Vice-Presidente e Secretario Geral de la *A. I. E. S. E. F.*, y los profesores del Curso Dñas Ellen Clève (*Alemania*) y Mo-

d'Oliveira, Dña Ivonne Surrel, Presidente de l'*A. I. E. S. E. P.*, M. José María Cagigal, Directeur de l'*I. N. E. F.* où les événements ont eu lieu, MM. Artur Sheedy, Kajelon Hadezelec et Maurice Piéron, Vice-Présidents et Secrétaire Général de l'*A. I. E. S. E. P.* et les Professeurs du Cours, M<sup>mes</sup> Ellen Clève (*Allemagne*) et Monica



Las instalaciones del *I. N. E. F.* de *Madrid* ya acabadas.  
Les installations de l'*I. N. E. P.* de *Madrid*, déjà achevées.

nica Beckman (*Suecia*) y los Snrs E. Beyer (*Alemania*), Walter Dufour (*Belgica*), Gutierrez Salgado (*España*), Carl Cooper y L. Carnesecca (*E. U. A.*).

El Prof. Dr. Ernst Jokl y el Secretario General de la *F. I. E. P.*, Dr. E. P. Pierre Seurin, llegaron más tarde a *Madrid*.

Durante la Sesión hablaron el Secretario Nacional de Educación Física y Deportes, el Director del *I. N. E. P.* y el Presidente

Beckman (*Suède*) et MM. E. Beyer Beyer (*Allemagne*), Walter Dufour (*Belgique*), Gutierrez Salgado (*Espagne*), Carl Cooper et L. Carnesecca (*E. U. A.*).

Le Prof. Dr. Ernst Jokl et le Secrétaire Général de la *F. I. E. P.*, Dr. E. P. Pierre Seurin, sont arrivés plus tard à *Madrid*.

Pendant la Séance ont parlé MM. le Secrétaire National pour l'Education Physique et les Sports, le Directeur de

de la *F. I. E. P.* que pronunció, en español, el discurso siguiente:

«Aunque la lengua española se parece mucho a mi lengua materna, yo no la hablo, porque los pueblos que habitan la *Península Ibérica* y que se han extendido por *América Latina*, se comprenden en sus respectivos idiomas.

No obstante, he pensado hablarlos en castellano, una de las lenguas oficiales de la *F. I. E. P.* para acentuar su importancia como lengua internacional, juntamente con el francés y el inglés.

Efectivamente, ninguna organización internacional importante puede olvidar una de las lenguas ibéricas habladas o comprendidas por cerca de 300 millones de almas.

La *F. I. E. P.*, especialmente su Presidente y Secretario General son deudores a *España*, a su *Dirección Nacional de Educación Física y Deportes* y a su *Instituto Nacional de Educación Física*, de muchas cortesías, sobre todo con ocasión del *Congreso Europeo de Educación Física* en 1956, del *Congreso Mundial*, en 1966, y de este *Curso Internacional*.

Está, pues, ya bien justificado que el *Boletín de la F. I. E. P.* esté atento a todo lo que sea constructivo en nuestro dominio, en este país, que publique cada vez más textos en español y que yo os hable ahora en la bella lengua de Cervantes.

Las manifestaciones culturales que se inauguran hoy, corresponden a un programa de trabajos teóricos y prácticos a cargo de personas de gran prestigio en su país y también en el extranjero. Su contribución despertará mucho interés y provocará un cambio fructífero y amigable de opiniones.

La «gimnasia moderna» será presentada de Dña. Sagrario Prieto de la *Escuela Superior de Educación Física Femenina de Madrid* y la *Gimnasia Maternal* será dirigida por la Sra. Perez de Larrea, de la *Universidad de Madrid*.

La «gimnasia moderna» será presentada por Dña Ellen Clève, de la *Escuela de Gi-*

*I. N. E. P.* et le Président de la *F. I. E. P.* qui prononça, en espagnol, le discours suivant:

«Bien que la langue espagnole ressemble beaucoup à ma langue maternelle, je ne la parle pas, car les peuples vivant dans la *Péninsule Ibérique* et qui se sont étendus en *Amérique Latine*, se comprennent dans leurs idiomes respectifs.

J'ai cependant pensé de vous parler en espagnol, une des langues officielles de la *F. I. E. P.*, pour accentuer son importance comme langue internationale, à côté du français et de l'anglais.

En effet aucune organisation internationale importante ne peut se passer d'une des langues ibériques parlées ou comprises par environ 300 millions d'âmes.

La *F. I. E. P.*, et spécialement son Président et son Secrétaire Général, sont créanciers de l'*Espagne*, de sa *Direction Nationale de l'Éducation Physique et des Sports* et de son *Institut National d'Éducation Physique*, de beaucoup de prévenances, notamment à l'occasion du *Congrès Européen d'Éducation Physique* en 1956, le *Congrès Mondial*, en 1966, et ce *Cours International*.

Il est donc bien justifié que le *Bulletin de la F. I. E. P.* soit attentif à ce qui se passe de constructif dans notre domaine, dans ce pays, qu'il publie chaque fois plus de textes en espagnol et que je vous parle maintenant dans la belle langue de Cervantes.

Les manifestations culturelles qui s'inaugurent aujourd'hui correspondent à un programme de travaux théoriques et pratiques à la charge de personnes ayant grand prestige dans leur pays et même à l'étranger. Leur contribution éveillera certainement beaucoup d'intérêt et provoquera un échange fructueux et amical d'opinions.

L'éducation physique féminine est à la charge de Mme. Sagrario Prieto de l'*Ecole Supérieure d'Éducation Physique Féminine de Madrid* et la *Gymnastique Maternelle* sera dirigée par Mme. Perez de Larrea, de l'*Université de Madrid*.

La «gymnastique moderne» sera présentée par Mme Ellen Clève, de l'*Ecole de*

*mnasia Moderna en Kiel y Dña. Monique Beckman de la Escuela Superior de Gimnasia y Deportes de Stockhom, que se propone de mostrar la «gimnasia de jazz».*

La gimnasia masculina de desenvolvimiento general será explicada y demostrada por el Dr. E. P. Walter Dufour del *Instituto Superior de Educación Física* de la *Universidad de Bruselas* y los Cursos de especialización deportiva, por los entrenadores Sres. Carl Cooper, Presidente de la *Asociación Americana de Atletismo* y Lou Carnesecca, también de los *E. U. A.*

El Prof. Dr. Ernst Jokl, Prof. José Cagigal, Dr. Gutierrez Salgado, Sud-director del *I. N. E. P.*, Dr. E. P. Pierre Seurin, Dr. E. P. M. Piéron, del *Instituto Superior de Educación Física* de la *Universidad de Liège*, y el Dr. E. Beyer, Director del *Instituto de Educación Física* de la *Universidad de Karlsruhe*, se ocuparán de ciertos aspectos biológicos y sociológicos de la educación física y de los deportes, especialmente de la educación física femenina e infantil, y de la formación de sus profesores.

Buscaremos seguir en la medida de lo posible, tanto las materias teóricas como las prácticas (a veces simultáneas) porque se trata de asuntos íntimamente ligados e interdependientes e intentaremos hacer una síntesis final, el complemento lógico e indispensable de todo análisis.

Agradezco de nuevo a la *Dirección General de Educación Física y Deportes* y al *Instituto Nacional de Educación Física de España*, su amable invitación y saludo igualmente a todos los presentes venidos de 17 países, y que irán ciertamente a vivir días inolvidables en esta bella ciudad y a conocer la hospitalidad caballeresca de este pueblo.»

#### Los trabajos

Se desarrollaron como habían sido previstos, su comprensión siendo facilitada por la distribución de hojas dactilografadas conteniendo los resúmenes.

*Gymnastique Moderne à Kiel et Mme. Monique Beckman de l'École Supérieure de Gymnastique et Sports de Stockholm se propose de montrer la «gymnastique de jazz».*

La gymnastique masculine de développement général sera expliquée et démontrée par le Dr. E. P. Walter Dufour de l'*Institut Supérieur d'Éducation Physique* de l'*Université de Bruxelles* et les Cours de spécialisation sportive, par les entraîneurs MM. Carl Cooper, Président de l'*Association Americane d'Athlétisme* et Lou Carnesecca, aussi des *E. U. A.*

Le Prof. Dr. Ernst Jokl, Prof. José Cagigal, Dr. Gutierrez Salgado, Sousdirecteur de l'*I. N. E. P.*, Dr. E. P. Pierre Seurin, Dr. E. P. M. Piéron, de l'*Institut Supérieur d'Éducation Physique* de l'*Université de Liège* et le Dr. E. Beyer, Directeur de l'*Institut d'Éducation Physique* de l'*Université de Karlsruhe*, s'occuperont de certains aspects biologiques et sociologiques de l'éducation physique et des sports, spécialement de l'éducation physique féminine et enfantine et de la formation de ses professeurs.

Nous chercherons à suivre, dans la mesure du possible, autant les matières théoriques que les pratiques (parfois simultanées) car il s'agit de sujets intimement liés et interdépendants, et essayerons de faire une synthèse finale, le complément logique et indispensable de toute analyse.

Je remercie de nouveau la *Direction Générale d'Éducation húsique et des Sports* et l'*Institut National de l'Éducation Physique de l'Espagne*, de leur aimable invitation et je salue également toutes les personnes présentes venant de 17 pays, lesquelles iront certainement vivre des journées inoubliables dans cette belle ville et connaître l'hospitalité chevaleresque de ce peuple.»

#### Les travaux

Ils se sont déroulés comme prévus, leur compréhension étant facilitée par la distribution de feuilles dactylographiées contenant des résumés.

## Sesión de Clausura

Esta *Sesión* fué presidida por D. Juan Antonio Samaranch, Director Nacional de Educación Física y Deportes, teniendo a su lado las mismas personalidades referidas en la *Sesión de Abertura*, además del Secretario General de la *F. I. E. P.*

Hablaron los profesores del *Curso*, seguidos del Presidente de la *F. I. E. P.* y, finalmente, de D. Antonio Samaranch.

He aquí las palabras, pronunciadas, esta vez en francés, por el Presidente de la *F. I. E. P.*:

«Para esta *Sesión* que clausura importantes manifestaciones culturales, he sido encargado de un discurso lleno de responsabilidades porque se trata de un ensayo de síntesis elaborado de prisa en los intermedios de las conferencias y trabajos prácticos.

Las síntesis son difíciles porque se trata de considerar, no un aspecto limitado de las cosas, sino de reunir, de una manera comprensible y lógica, elementos más o menos heterogéneos, pero teniendo afinidad y en que el valor real depende también del conjunto que los contiene.

Por otra parte la tendencia moderna se inclina hacia los extremos, mejor hacia los «extremismos» y la especialización excesiva, que conducen a la separación y no a la unión y a la armonía.

La «atomización» que es de hecho una destrucción y de tiene su expresión más trágica en la bomba atómica, se extendió a la gimnasia y a los deportes.

El hecho es que las contribuciones teóricas y prácticas en nuestro dominio cultural, se muestran cada vez más separadas, incluso independientes unas de otras, ya en las intenciones, ya en las técnicas, y los observadores se ven en gran dificultad para intentar hacer una integración lógica y válida.

Hubo en este *Curso* exhibiciones de orden artístico, demostraciones de orden técnico, educativas y deportivas, conferencias que enfocaron problemas biológicos, pedagógicos, sociales e internacionales.

Evitaré, lo más posible, las alusiones personales, siempre delicadas, para limitarme

## Séance de Clôture

Cette *Séance* fut présidée par D. Juan Antonio Samaranch, Directeur National de l'Education Physique et des Sports, ayant à ses côtés les mêmes personnalités référés pour la *Séance d'Ouverture*, plus le Secrétaire Général de la *F. I. E. P.*

Ont parlé les professeurs du *Cours*, suivis du Président de la *F. I. E. P.* et, finalement, de D. Antonio Samaranch.

Voici les mots, prononcés, cette fois en français, par le Président de la *F. I. E. P.*:

«Pour cette *Séance* qui clôture d'importantes manifestations culturelles, j'ai été chargé d'un discours très lourd de responsabilités car il s'agit d'un essai de synthèse élaboré en toute hâte dans les intervalles des conférences et travaux pratiques.

Les synthèses sont difficiles car il s'agit de considérer, non un aspect limité des choses, mais de réunir, d'une façon compréhensible et logique, des éléments plus ou moins hétérogènes, mais ayant entre eux des rapports, et dont la valeur réelle dépend aussi de l'ensemble qui les contient .

D'ailleurs la tendance moderne est vers les extrêmes, sinon vers les «extrémismes» et la spécialisation excessive, qui conduisent à la séparation et non à l'union et à l'harmonie.

L'«atomisation» qui est en soit une destruction et qui a son expression la plus tragique dans la bombe atomique, s'est étendue à la gymnastique et aux sports.

Le fait est que les contributions théoriques et pratiques dans notre domaine culturel, s'avèrent chaque fois plus séparées, même indépendantes les unes des autres, soit dans les intentions, soit dans les techniques et les observateurs se voient en grande difficulté pour tenter d'en faire une intégration logique et valable.

Il y a eu dans ce *Cours* des exhibitions d'ordre artistique, des démonstrations d'ordre technique, éducatives et sportives, des conférences envisageant des problèmes biologiques, pédagogiques, sociaux et internationaux.

J'éviterai, autant que possible, des allusions personnelles, toujours délicates, me

sobretudo a las grandes generalidades que cualquiera podrá comparar con las realizaciones observadas.

Refiriéndome primero al aspecto artístico (danza y música), se trata principalmente del gusto de cada uno en estrecha relación con la formación, notablemente coreográfica, que se posee y los medios que se frecuentan.

El ritmo siendo un elemento también común a la actividad orgánica, me referiré a él en particular.

Precede y después se integra en la «melodía» ya una estructura evoluida que comprende por fuerza los sonidos y la armonía, y no ruidos y disonancias, fenómenos más primitivos y por veces verdaderamente «agresivos» del organismo. La altura, la intensidad, el timbre y los intervalos de los sonidos, producen reacciones orgánicas de origen talámico, excitantes, estimulantes o depresivos, de orden instintivo y emocional. En los extremos están, de un lado la hipnosis y el sueño, y del otro las reacciones histéricas y de locura que observamos en ciertos medios sociales y que alimentan el sensacionalismo contemporáneo explotado por una cierta prensa.

La conducta verdaderamente humana no es «prisionera del ritmo» como se dice a veces, porque la «melodía orgánica» debe poder adaptarse a las circunstancias más diversas. Se puede decir, por ejemplo, que la inhibición de ciertos impulsos nerviosos naturales, por lo tanto la parada, es en particular necesaria para que la consciencia nublada por el ritmo fuertemente acentuado de que se abusa actualmente, mismo en los países llamados civilizados, brote de la obscuridad.

En todo caso es la música debidamente elegida, estimulante o calmante, jamás depresiva o excitante, la que debe adaptarse al ejercicio, y no este que debe adaptarse a un ritmo arbitrariamente impuesto.

Algunos ritmos de moda, no constituyen buenas motivaciones de orden pedagógico, en educación física, por su estructura especial, efectos orgánicos y su asociación a ciertos medios sociales (boîtes nocturnas, etc.).

limitant surtout aux grandes généralités que quiconque pourra mettre en rapport avec les réalisations observées.

Me référant d'abord à l'aspect artistique (danse et musique), il s'agit principalement du goût de chacun en étroite relation avec la formation, notamment chorégraphique, qu'on possède et les milieux qu'on fréquente.

Le rythme étant un élément aussi commun à l'activité organique, je le réfère en particulier.

Il précède la mélodie puis s'intègre en elle, déjà une structure évoluée qui comprend forcément les sons et l'harmonie, et non des bruits et les dissonances, phénomènes plus primitifs et parfois vraiment «agressifs» de l'organisme. La hauteur, l'intensité, le timbre et les intervalles des sons, produisent des réactions organiques d'origine thalamique, excitantes, stimulantes ou dépressives, d'ordre instinctif et émotionnel. Aux extrêmes sont, d'un côté l'hypnose et le sommeil et, de l'autre, les réactions hystériques et de folie que nous observons dans certains milieux sociaux et qui alimentent le sensacionalisme contemporain exploité par une certaine presse.

La conduite vraiment humaine n'est pas «prisonnière du rythme» comme on dit parfois, car la «mélodie organique» doit pouvoir s'adapter aux circonstances les plus diverses. On peut dire, par exemple, que l'inhibition de certaines impulsions nerveuses naturelles, donc l'arrêt, est notamment nécessaire pour que jaillisse de l'obscurité, la conscience obnubilée par le rythme fortement scandé dont on abuse actuellement même dans les pays dits civilisés.

En tout cas c'est la musique dûment choisie, stimulante ou calmante, jamais dépressive ou excitante, qui doit s'adapter à l'exercice, et non celui-ci qui doit se subordonner à un rythme arbitrairement imposé.

Quelques rythmes à la mode, ne constituent pas de bonnes motivations d'ordre pédagogique, en éducation physique, par leur structure spéciale, effets organiques et leur association à certains milieux sociaux (boîtes de nuit, etc.).

D. Pierre Seurin en un estudio sobre la *Motivación* <sup>(1)</sup> se refiere a una llamada gimnasia basada sobre el «hulahoop» venida de los *E. U. A.*, una «moda» que, como otras «modas», estaba condenada a desaparecer, como ha sido el caso.

Todavía a propósito de este género de actividad, que se confunde a veces con la educación «física», se ha hablado mucho de la «improvisación» que sin embargo excluye toda la preparación cuidadosa en todo los campos. Sobre todo en el dominio educativo la improvisación *erigida en sistema*, no puede ser admitida.

Las consideraciones anteriores no se presentan para la técnica que tiene un fin funcional que respetar, no solamente para la construcción y mejora de los edificios y el rendimiento de las máquinas sino también, para la educación y conservación del ser humano.

Se arriesga la vida pasando por un puente o habitando una casa construidas por artistas sin bases científicas y técnicas.

Concebida ya por el Hombre primitivo, como es el caso de la realización artística, la técnica de nuestros días está cada vez más aliada a la ciencia que apareció mucho más tarde. Nos basamos en la experiencia pasada, vamos mas allá del aprendizaje «por exceso y errores», nos elevamos de la sensación a la representación, a los conceptos y a las leyes; nos esforzamos por no improvisar, sino de proyectar.

Pero la técnica que aquí nos interesa, no es la misma que para la construcción de edificios y para maniobrar máquinas.

Estas últimas tienen fines exteriores a ellas mismas, es decir la fabricación de productos diversos. Después de haber sido muy utilizadas y gastadas, pueden ser abandonadas y sus restos tirados.

En educación física el fin es la «máquina» en si misma (perdonenme la comparación) que queremos perfeccionar y conservar y no explotar.

M. Pierre Seurin dans une étude sur la *Motivation* <sup>(1)</sup> se réfère à une soit-disant gymnastique basée sur le «hula-hoop» venue des *E. U. A.*, une «mode» qui, comme d'autres «modes», était condamnée à disparaître, comme cela a été le cas.

Encore à propos de ce genre d'activité, qu'on confond parfois avec l'éducation «physique», on a beaucoup parlé «d'improvisation» qui pourtant exclue toute préparation soignée en quoi que ce soit. Surtout dans le domaine éducatif l'improvisation *érigée en système*, ne peut pas être admise.

Les considérations antérieures ne se présentent pas pour la technique qui a un but fonctionnel à respecter, non seulement pour la construction et l'amélioration des édifices et le rendement des machines mais, aussi, pour l'éducation et la conservation de l'être humain.

On risque la vie en passant sur un pont ou en habitant une maison construites par des artistes sans bases scientifiques et techniques.

Conçue déjà par l'Homme primitif, comme c'est le cas de la réalisation artistique, la technique de nos jours est pourtant chaque fois plus alliée à la science apparue beaucoup plus tard. On s'y base sur l'expérience passée, on y va au delà de l'apprentissage «par essais et erreurs», on s'élève de la sensation à la représentation, aux concepts et aux lois; on s'efforce de ne pas improviser, mais de bien projeter.

Mais la technique qui nous intéresse ici, n'est pas la même que pour la construction d'édifices ou pour la manoeuvre de machines.

Ces dernières ont des buts extérieurs à elles mêmes, c'est à dire la fabrication de produits divers. Après avoir été beaucoup utilisées et usées, elles peuvent être abandonnées et on jette leurs débris.

En éducation physique le but est la «machine» elle même (que cette comparaison me soit pardonnée) qu'on veut perfectionner et conserver, et non pas exploiter.

<sup>(1)</sup> Ver *F. I. E. P.* — *Boletín* No. 3-4, 1968, p. 7.

<sup>(2)</sup> Voir *Bulletin de la F. I. E. P.* N.º 3-4, 1968, p. 7.

Refiréndonos a la actividad corporal que sirve de base a esta educación y en la que los componentes se ven integrando sucesivamente, vemos que su evolución es la siguiente:

a) Nos movemos para responder a los impulsos que producen los movimientos reflejos e instintivos.

b) Nos movemos, o nos ejercitamos, por el placer sensitivo y más tarde estético de sí mismo y (ó) de los demás.

c) Nos ejercitamos en vista de un fin inmediato que está fuera de nosotros mismos: Ejemplo: lanzar una pelota a la cesta. En este caso la técnica de las actitudes y movimientos no toma en consideración el bien estar individual, apesar de que se pueden desenvolver cualidades de diverso orden. Es por esto que los juegos y los ejercicios deportivos bien dirigidos, pueden tener una gran importancia para la educación «física» individual.

d) Finalmente nos ejercitamos para tornarnos más sanos, más flexibles más diestros, más vigorosos, más resistentes, etc., para ser más útiles a nosotros mismos y a la sociedad.

Hemos igualmente observado durante este curso, una técnica con bases científicas y destinada a alcanzar estos fines, por parte de un conjunto bastante grande de participantes ejercitándose en espacio y tiempo reducido. Yo me limito a indicar algunas capacidades de base que se han buscado desenvolver:

La *flexibilidad* indispensable en los juegos, los deportes, et trabajo professional, etc. y que es además una condición de buena salud y exige movimientos articulares completos. Siendo incompletos podrán ser expresivos y artísticos, pero no útiles desde el punto de vista que nos interesa sobre todo.

La *fuerza* obtenida por la actividad muscular que desempeña un papel esencial en nuestra vida orgánica y de relación, no puede ser desmenuada y conservada, a no ser venciendo resistencias suficientes, sean ellas representadas por el peso del cuerpo, o por objetos suficientemente pesados.

Principalmente la *fuerza* de los brazos está descuidada en muchos sistemas de

Me refiréndonos a l'activité corporelle qui sert de base à cette éducation et dont les composantes vont s'intégrant successivement, nous voyons que son évolution est la suivante:

a) On se meut pour répondre aux sollicitations qui produisent les mouvements réflexes et instinctifs.

b) On se meut, ou on s'exerce, pour le plaisir sensitif et plus tard esthétique de soi-même et (ou) des autres.

c) On s'exerce en vue d'une fin immédiate qui est en dehors de nous mêmes. Exemple: lancer une balle au panier. Dans ce cas la technique des attitudes et mouvements ne prend pas en considération le bien être individuel, bien qu'on puisse développer des qualités d'ordre divers. C'est pour cela que les jeux et les exercices sportifs bien dirigés, peuvent avoir une grande importance pour l'éducation «physique» individuelle.

d) Finalement on s'exerce pour devenir plus sain, plus souple, plus adroit, plus vigoureux, plus résistant, etc. en vue d'être plus utile à soi-même et à la société.

On a également observé dans ce cours, une technique ayant des bases scientifiques et destinée à atteindre ces buts, de la part d'un ensemble assez grand de participants s'exerçant en espace et en temps réduits. Je me limite à indiquer quelques capacités de base qu'on y a cherché à développer:

La *souplesse* indispensable dans les jeux, les sports, le travail professionnel, etc., est une condition de bonne santé et exige des mouvements articulaires complets. Etant incomplets ils pourront être expressifs et artistiques, mais non pas utiles du point de vue qui surtout nous intéresse.

La *force* obtenue par l'activité musculaire qui joue un rôle essentiel dans notre vie organique et de relation, ne peut être développée et conservée, qu'en surmontant des résistances suffisantes, représentées soit par le poids du corps ou d'objets suffisamment lourds.

Notamment la *force* des bras est négligée dans beaucoup de systèmes d'exercices cor-

ejercicios corporales, volviéndose así los miembros superiores en simples apéndices destinados a los gestos expresivos y ornamentales de las gimnasias estéticas. En otros sistemas se muestran exageradamente desarrollados a costa de otras partes del organismo y de otras capacidades.

La *destreza* supone una buena coordinación *sico-neuro-motriz* obtenida por ejercicios de coordinación progresivamente difícil.

Es aquí especialmente importante el problema del traspaso que supone la existencia de elementos comunes a los movimientos más naturales, específicos a la especie humana y que sirven también en nuestra vida práctica, sobre todo en circunstancias críticas. Los sistemas constituidos por elementos muy artificiales, son principalmente actividades de lujo.

La *resistencia* es sobre todo el resultado del entrenamiento de la función cardio respiratoria. Si los ejercicios no son suficientemente intensos y generalizados, no responden a una tal calidad fundamental.

La *velocidad* supone la ejecución de movimientos muy rápidos como respuesta a estímulos súbitos.

La *belleza* del cuerpo y de los movimientos se funda en una proporción armoniosa, la economía del esfuerzo, la relación entre la forma de los órganos y sus funciones, etc. Excluye pues, tanto los movimientos amañados como los movimientos violentos, los cuerpos excesivamente débiles como los hipertrofiados.

Los cuerpos «dinausorianos» culminados en una pequeña cabeza, que por veces resultes excelentes en algunos deportes, son monstruosos. Cuerpos parecidos han sido observados en la evolución animal pero han desaparecido hace mucho tiempo, mientras que los animales más pequeños, mejor proporcionados, más inteligentes y diestros, han sobrevivido.

En las gimnasias llamadas estéticas vemos bellas muchachas elegidas ejecutando ejercicios en general ineficaces desde el punto de vista morfogenético.

Etc.

parels, les membres superieurs devenant ainsi de simples appendices destinés aux gestes expressifs et ornamentaux des gymnastiques esthétiques. Dans d'autres systèmes ils deviennent exagérément développés au dépens d'autres parties de l'organisme et d'autres capacités.

L'*adresse* suppose une bonne coordination psycho-neuro-motrice obtenue par des exercices de coordination progressivement difficile.

Ici est spécialement important le problème du transfert qui suppose l'existence d'éléments communs aux mouvements les plus naturels, spécifiques à l'espèce humaine et qui servent aussi à notre vie pratique, surtout en circonstances critiques. Les systèmes constitués d'éléments très artificiels, sont principalement des activités de luxe.

La *resistance* est surtout le résultat de l'entraînement de la fonction cardiorespiratoire. Si les exercices ne sont pas suffisamment intenses et généralisés, ils ne répondent pas à une telle qualité fondamentale.

La *vitesse* suppose l'exécution de mouvements très rapides en réponse à des stimuli soudains.

La *beauté* du corps et des mouvements se fonde sur la proportion harmonieuse, l'économie de l'effort, le rapport entre la forme des organes et leurs fonctions, etc.. Elle exclue donc, autant les mouvements mièvres que les mouvements violents, les corps chétifs que les corps hypertrophiés.

Les corps «dinausoriens» surmontés d'une petit tête, qui parfois excellent dans quelques sports, sont monstrueux. Des corps semblables ont été observés dans l'évolution animale mais ils ont disparu depuis longtemps, tandis que des animaux plus petits, mieux proportionnés, plus intelligents et adroits, ont survécu.

Dans les gymnastiques dites esthétiques on voit de belles filles choisies exécutant des exercices en général inefficaces du point de vue morphogénétique.

Etc.



Para concretizar mi pensamiento sobre los sistemas de movimiento y de ejercicios corporales presentados en este *Curso*, confieso mi preferencia por la gimnasia femenina dirigida por Dña. Sagrario Prieto que benefició también de un acompañamiento excelente, al piano, en manos de Dña. Vitorina (faltándole portanto algunas actividades esenciales), por la «gimnasia maternal» dirigida por la Sra. Perez de Larrea, y por las lecciones de educación física masculina dirigida por el Dr. Walter Dufour.

En lo que concierne a la actividad deportiva no he podido observar más que algunas lecciones de baloncesto excepcionalmente bien dirigidas por el Sr. Carnesecca, desde el punto de vista de competición deportiva que tenían exclusivamente en vista.

Veamos ahora las contribuciones teóricas, algunas acompañadas de proyecciones y de demostraciones prácticas:

El Prof. Dr. Jokl, en *Deportes y Cultura*, refirióse, en particular al porcentaje elevado de enfermedades favorecidas por la alta de actividad corporal, el exceso de comida, y la influencia bienhechora del ejercicio en la vejez. Deploró la falta de anotaciones que indiquen claramente los ejercicios.

A propósito de esto, observo haber empleado siempre una terminología abreviada para redactar los programas y las lecciones de educación «física» y copiar los ejercicios que veía. Es por otra parte un procedimiento adoptado en ciertos países de *Europa* desde hace años.

El Prof. José Cagical y el Dr. Erich Beyer han estudiado los aspectos sociales de la educación «física» y de los deportes; el último se ha ocupado en especial de los ejercicios corporales en la *Universidad*. Han sabido acentuar las luces y sombras de la actividad deportiva contemporánea.

El Dr. Gutierrez Salgado introdujo las demostraciones de gimnasia femenina española y de «gimnasia maternal», esta demostrada por 20 madres de familia y 50 niños de ambos sexos, de 3 a 10 años.

Es una idea española realizada por el *Club de las Madres de Familia en Madrid*, teniendo en vista el ejercicio conjunto de madres e hijos. Fué dirigido de manera

Pour concrétiser ma pensée sur les systèmes de mouvements et d'exercices corporels présentés dans ce *Cours*, j'avoue ma préférence pour la gymnastique féminine dirigée par Mme. Sagrario Prieto qui profita aussi d'un accompagnement excellent, au piano, réalisé par Mme. Vitorina (il lui manquait pourtant des activités essentielles), pour la «gymnastique maternelle» dirigée par Mme. Perez de Larrea et pour les leçons d'éducation physique masculine du dr. Walter Dufour.

En ce qui concerne l'activité sportive je n'ai pu observer que quelques leçons de basketball exceptionnellement bien dirigées par M. Carnesecca, du point de vue de la compétition sportive qu'on avait exclusivement en vue.

Voyons maintenant les contributions théoriques; quelques unes accompagnées de projections et de démonstrations pratiques:

Le Prof. Dr. Jokl, en *Sport et Culture*, se référa, notamment, au pourcentage élevé de maladies favorisées par le manque de l'activité corporelle, l'excès de nourriture, et à l'influence bienfaisante de l'exercice dans la vieillesse. Il a regretté le manque d'une notation pour indiquer clairement les exercices.

A ce propos j'observe avoir toujours employé une terminologie abrégée très pratique pour rédiger des programmes et des leçons d'éducation «physique» et copier les exercices que je voyais. C'est d'ailleurs un procédé adopté en certains pays de *l'Europe* depuis des années.

Le Prof. José Cagical et le Dr. Erich Beyer ont étudié les aspects sociaux de l'éducation «physique» et des sports; le dernier s'est occupé spécialement des exercices corporels à l'*Université*. Ils ont su souligner les lueurs et les ombres de l'activité sportive contemporaine.

Le Dr. Gutierrez Salgado introduisit les démonstrations de gymnastique féminine espagnole et de «gymnastique maternelle», celle-ci démontrée par 20 mères de famille et 50 enfants des deux sexes, de 3 à 10 ans.

C'est une idée espagnole réalisée par le *Club des Mères de Famille, à Madrid*, ayant en vue de faire exercer conjointement les mères avec leurs enfants. Elle fut diri-



Demonstración de «Matrogimnasia» por el Club T. A. M. I. Profesora: Dña Consuelo Perez de Larrea. En bajo de izquierda à derecha, los Snrs Pierna Vieja, G. Salgado, R. Yagüe, F. Denaseure, Leal d'Oliveira, etc.

Démonstration de «Gymnastique maternelle» par le Club T. A. M. I. Professeur M.<sup>me</sup> Consuelo Perez de Larrea. En bas, de gauche à droite, MM. Pierna Vieja, G. Salgado, R. Yagüe, F. Demaseure, Leal d'Oliveira, etc.

notable por la Sra. Perez de Larrea y muestra la importancia que se da en este país a la célula fundamental de la sociedad humana, la familia.

El Dr. E. F. Pierre Seurin, en su comunicado sobre las condiciones del progreso internacional en educación «física», ha aportado igualmente una gran contribución a este problema tan importante, del que destaco su alusión a la necesidad de desenvolver la investigación científica.

Adhiriendo evidentemente a tal anhelo, añadido que hace falta aplicar primero las numerosas adquisiciones válidas ya existentes y no ignorarlas, lo que sucede a menudo.

El Dr. E. P. Walter Dufour presenta un resumen muy completo de la evolución de la gimnasia de desenvolvimiento general, que él ha acompañado de demostraciones prácticas de lecciones dadas con la ayuda de un número muy insuficiente de aparatos apropiados, pero que eran excelentes ejemplos de la enseñanza colectiva e individualizada, aprovechando lo mejor posible el espacio y el tiempo de que disponía.

El Dr. E. P. Maurice Piéron trató, también con gran competencia, del problema más importante que yo conozco en nuestro dominio, el de la formación de profesores de educación física, que siempre ha ocupado la atención de la *F. I. E. P.* desde su fundación, en 1923.

\*

Para dar fin a esta larga exposición, yo traduzco ciertamente la opinión de todos afirmando que el *Curso Internacional* en el que acabamos de participar, ha sido excelente.

Ha sido así porque los trabajos se han realizado en instalaciones que, sobre todo después de terminadas, serán de las mejores del mundo, bajo muchos aspectos, porque su organización ha sido impecable bajo la dirección del Prof. J. Cagigal y del Dr. Gutierrez Salgado, ayudados por un personal numeroso y extremadamente amable entre el cual están también D. Miguel Piernavieja que dirige el *Centro de Investigación*,

gée de façon remarquable par Mme. Perez Larrea et montra l'importance qu'on donne dans ce pays à la cellule fondamentale de la société humaine, la famille.

Le Dr. E. P. Pierre Seurin, dans sa communication sur les conditions du progrès international en éducation «physique», nous apporta également une grande contribution à ce problème très important, dont je détache son allusion à la nécessité de développer l'investigation scientifique.

Tout en me ralliant évidemment à un tel souhait, j'ajoute qu'il faut d'abord appliquer les nombreuses acquisitions valables déjà existantes et ne pas les ignorer, ce qui arrive souvent.

Le Dr. E. P. Walter Dufour présente un résumé très complet de l'évolution de la gymnastique de développement général, ce qu'il accompagna de démonstrations pratiques de leçons données à l'aide d'un nombre très insuffisant d'engins appropriés, mais qui étaient des excellents exemples de l'enseignement collectif et individualisé, en utilisant le mieux possible l'espace et le temps dont il disposait.

Le Dr. E. P. Maurice Piéron traita, aussi avec beaucoup de compétence, du problème le plus important que je connaisse dans notre domaine, celui de la formation des professeurs d'éducation physique, qui a toujours occupé l'attention de la *F. I. E. P.* dès sa fondation, en 1923.

\*

Pour finir ce long exposé, je traduis certainement l'opinion de tout le monde en affirmant que le *Cours International* dans lequel nous venons de participer, a été excellent.

Il l'a été parce-que les travaux se sont passés dans des installations qui, surtout lorsque terminées, seront des meilleures dans le monde, sous plusieurs aspects, parce-que son organisation a été impecable sous la direction du Prof. José Cagigal et Dr. Gutierrez Salgado, aidés d'un personnel nombreux et extrêmement aimable parmi lequel M. Miguel Piernavieja qui dirige le *Centre d'Investigation*, Do-

*Documentación e Información* y 6 gentiles muchadas que hablaban muy bien varias lenguas.

D. Edmundo Ruys Yagüe, Secretario General del *Colegio de Profesores de Educación Física* y Delegado Adjunto de la *F. I. E. P.*, contribuyó igualmente al éxito del *Curso*.

A los trabajos teóricos y prácticos se sumó una gran exposición de libros en lengua española organizada por el *Centro de Investigación Documentación e Información*. El respectivo catálogo está muy bien presentado.

Realización también excelente de excursiones y otras manifestaciones culturales y sociales que han permitido a los participantes conocer mejor algunas grandes riquezas espirituales y turísticas del país y su hospitalidad característica.

Se ha producido un acontecimiento muy importante para *España*, la educación física mundial y para el *I. N. E. F.*: El Prof. D. José María Cagigal fué elegido Presidente de la *Asociación Internacional de las Escuelas Superiores de Educación Física*. Le felicitamos calurosamente por este honor.

Para finalizar yo digo hasta pronto a los amigos españoles y de los demás países deseándoles las mayores felicidades, la de sus Familias y sus Patrias».

*cumentation et Information* et 6 gentilles filles parlant très bien plusieurs langue.

D. Edmundo Ruys Yagüe, Secrétaire Général du *Collège des Professeurs d'Éducation Physique* et Délégué Adjoint de la *F. I. E. P.*, contribua également à la réussite du *Cours*.

Aux travaux théoriques et pratiques s'ajouta une grande exposition de livres en langue espagnole organisée par le *Centre d'Investigation, Documentation et Information*. Le catalogue respectif est très bien présenté.

Réalisation aussi excellente des excursions et autres manifestations culturelles et sociales qui ont permis aux participants de mieux connaître quelques unes des grandes richesses spirituelles et touristiques du pays et son hospitalité caractéristique.

Il s'est produit un événement très important pour l'*Espagne*, l'éducation physique mondiale et cet *I. N. E. P.*: Le Prof. D. José María Cagigal a été élu Président de l'*Association Internationale des Écoles Supérieures d'Éducation Physique*. Nous le félicitons chaleureusement de cet honneur.

Enfim je dis au revoir aux amis espagnols et des autres pays leur souhaitant le plus grand bonheur, celui de leurs Familles et de leurs Patries».