

que buscamos un remedio a males parecidos, tenemos derecho a creer que, valiéndonos de la misma oración que sirvió a santo Domingo para hacer tanto bien, podremos ver desaparecer asimismo las calamidades que afligen a nuestra época.

LEON PAPA XIII

EL DEPORTE IMPRUDENTE

ES EL MAYOR ENEMIGO DE LA EDUCACION FISICA

Con asombro, con pena, con indignación, vemos cómo día tras día se habla de equipos infantiles de balompié (*foot-ball*), sin que se alce una sola voz contra el error, un solo corazón contra el mal. ¡Pobres niños!

Leyes humanitarias regulan su trabajo en las fábricas, en los talleres; prohíben su exhibición en espectáculos públicos. Sólo se les deja indefensos ante el virus del balón redondo; ante la ignorancia de los padres en materias de educación física. Algunos de estos pobres pequeñuelos, a la desgracia de jugar al balompié, unen la de hacer gimnasia arbitraria, alocada, ciega. A veces con rótulos deslumbradores.

Con qué dolor presenciarnos clases en que todos los chiquillos hacen idéntico ejercicio, a un tiempo, simétrica, acompasamente. Son los delitos trágicos de la tanda.

Sin embargo, qué sencillo es orientarse, que fácil no cometer desmanes, qué al alcance de todos los padres está salvar a sus hijos de gimnasias y deportes que deforman y enferman;

Basta con tener presente una ley fundamental:

Antes de la pubertad, el crecimiento es, sobre todo, óseo: después de ella, sobre todo, muscular.

O lo que es lo mismo: antes de la pubertad nuestra preocupación esencial debe ser lograr una osificación normal. En los huesos se atan los músculos. De la resistencia y robustez de aquéllos dependerá en gran parte el valor de éstos.

Son verdades claras, diáfanas, sencillas.

La talla, el perímetro crecen merced al desarrollo sinérgico, armónico del tronco y de los miembros. ¿Podrá negar nadie el riesgo de hacer deportes en que sólo trabajen determinados sectores del organismo, rompiendo su organismo funcional? ¿Quién no reconocerá que en el abominable balompié infantil existe excesiva preponderancia de las extremidades inferiores?

Son varias las reglas que deben tenerse presentes, siempre que de ejercicio infantil se trate. Hé aquí las principales:

1.^a Jamás se consentirá que un niño haga ejercicios de anillas o trapecio o paralelas o barras fijas. Logrange, Ollier y Regnault han demostrado que todos estos aparatos exponen al grave daño irreparable de una osificación precoz.

2.^a Pese a los malos y ligeros entendedores de Heber: trepar representa un esfuerzo que debe administrarse *con gran prudencia*.

3.^a No se permitirán, en las lecciones, ejercicios bruscos y entrecortados. Precisa un ritmo suave y continuo. Muchos educadores padecen la obsesión del enérgico aire militar, aspirando a dar aspecto de recluta marcial y enérgico al niño aún no modelado. No es fuerza lo que debe derrochar el pequeñillo, sino gracia, elasticidad.

4.^a Radicalmente no se autorizará ningún deporte,

fuere el que fuere, antes de los doce años, y eso suponiendo que a tal edad se posea una buena educación física. Sería justo *añadir que ética*.

Son clásicos los ejemplos de niños que quedaron reducidos a una talla pequeña por culpa del furor velocipédico.

5.^a El ejercicio *será regulado*, con arreglo a cánones deducidos del estudio de cada individuo en particular. *El niño no debe hacer gimnasia, sino hacer su gimnasia*. La suya, la que necesita, la que exigen sus idiosincrasias nerviosas, sus características físicas.

6.^a No *tendrán nunca* lección colectiva los niños:

Que padezcan del pulmón.

Que padezcan del corazón.

Que padezcan afecciones nerviosas.

Que padezcan desviaciones del esqueleto.

Que padezcan debilidad.

7.^a La lección será viva, animada, alegre, divertida, *con más aspecto de juego que de lección*. El juego es la base de la educación física. El deporte, uno de sus mayores enemigos. Si el niño prefiere el balompié a la gimnasia, se la hacen aburrida. El niño tiene derecho a la alegría. A la alegría y a la salud.

En el libro de René Ledent, *L'Education Physique*, puede aprender cualquier lector los fundamentos de estas nociones salvadoras.

Es urgente, indispensable, la organización de una campaña contra el balompié infantil, contra los deportes infantiles. Carreras de niños a pie. La prensa alienata, reseñándolas, esas pruebas, que dijéranse ideadas por Herodes. Seguramente no se dieron cuenta del perjuicio causado por su tolerante benevolencia los redactores deportivos.

Por ello mi grito de alarma, por ello mi llamamiento

a todos para salvar la infancia. La educación física aún no existe en España; hay que implantarla, y mientras la labor comienza, bueno será que se procure reducir al mínimo los daños de su ausencia.

Por mi parte, hago cuanto puedo. No cabe exigirse a un psiquiatra que haga otra cosa que predicar. Sus polarizaciones prácticas no admiten ya desencauzamientos.

DR. CÉSAR JUARROS

(De *Mundo al Día*).

EL DIA EN EL COLEGIO

EL RECREO Y EL JUEGO

Un doctor de la Iglesia de Africa, el ilustre Tertuliano, ha dicho que Dios lleva su amor para con nosotros hasta la más exagerada complacencia; no de otra manera pueden traducirse sus palabras: *Usque ad delicias amamur*.

De un modo especial se refieren a vosotros estas palabras, porque complacencia divina es el dón que todos los días se os hace de una porción de horas de recreo. Tengo intención de dedicar mi plática de hoy a hablaros del recreo, de la manera de pasarlo digna, fructuosa y agradablemente. Ante todo, comencemos por dar gracias a Dios que nos permite tales recreos. ¡Hay en derredor vuestro tantos hombres, tantos niños como vosotros a quienes falta ese reposo cotidiano! Y sin embargo, esos pobres niños de las canteras, de los talleres, de los almacenes, de las fábricas, tienen tanta necesidad de recreo como vosotros. Como vosotros son