

EDUCACION FISICA

El papel del deporte en la formación integral del joven.

Dentro de la brevedad concedida al desarrollo de tema tan vasto, estudiaremos:

- a) qué se entiende por formación integral;
- b) qué por deporte;
- c) la valoración del deporte en el conjunto de la formación integral;
- d) la valoración cristiana y la valoración naturalista del deporte;
- e) las condiciones pedagógicas del deporte;
- f) los excesos del deporte;
- g) tres problemas específicos:
 - 1- el deporte como entrenamiento;
 - 2- el deporte y el excursionismo;
 - 3- deporte femenino;
- h) el deporte y los Congresos Interamericanas de Educación Católica;
- i) conclusiones;

a) Qué se entiende por formación integral.—

La formación integral es aquella que abarca todos los aspectos de la persona humana.

La que se propone como meta desplegar todas las ricas posibilidades latentes en el niño y en el joven; comprende, por consiguiente, la educación física, intelectual, efectiva, estética, social, caracterológica, moral y religiosa.

Jerarquiza todos esos aspectos, subordinando lo inferior a lo superior, lo físico a lo espiritual, lo natural a lo sobrenatural.

Se oponen a la formación integral cristiana el unilateralismo pedagógico y todas aquellas concepciones que falsean y truncan la naturaleza humana. (naturalismo, pragmatismo, hedonismo, etc).

La formación integral cristiana representa el humanismo cristiano en toda su plenitud. Aspira a fraguar el hombre perfecto que se confunde con el cristiano perfecto: el "civis christianus".

b) Qué entendemos por deporte.—

Sin pretender trazar un profundo análisis del deporte —por no permitirlo las presentes circunstancias— podemos formular la siguiente concepción acerca del mismo:

El deporte es una actividad lúdica organizada y sistemática. En otras palabras: es un juego sometido a cierta sistematización.

Juego: por consiguiente, actividad noble, "desinteresada", que se persigue por sí misma.

Organizado y sistemático: es decir, sometido a ciertas normas y reglas que encauzan la actividad lúdica: duración, forma, distribución, tácticas, etc. Gracias a esta sistematización, el deporte puede considerarse como un arte, que se ejercita a través del propio cuerpo. La materia plástica —el cuerpo— cobra en el deporte cadencia, ritmo, movimiento.

Se pueden distinguir dos clases de deporte: el deporte-ejercicio y el deporte-exhibición.

El deporte-ejercicio persigue una finalidad intrínseca: la actividad sistemática del que lo ejercita.

El deporte-exhibición añade una finalidad extrínseca al juego en sí mismo considerado: la demostración de fuerza, de superioridad, la competencia.

Al hablar del papel formativo del deporte, nos referimos, principalmente, al deporte-ejercicio.

Al hablar de los abusos del deporte, nos referimos, sobre todo, al deporte exhibición.

c) Valoración del deporte en el conjunto de la formación integral.—

Dentro de la formación integral ¿qué significa el deporte? Conciernen los psicólogos y pedagogos en reconocer en él un valioso medio de formación. Efectivamente: la eficacia de un medio se mide por el influjo que éste ejerce en el desarrollo de los diversos aspectos de la per-

sonalidad. Ahora bien: el deporte influye de manera positiva sobre la educación física, sobre la formación armónica de la personalidad, por no mencionar sino algunos de los aspectos más evidentes. Posee, pues, el deporte una valoración positiva, como instrumento eficaz de formación. Analicemos, brevemente, estas cuatro funciones pedagógicas del deporte.

I.—El deporte como medio de educación física.—

Puede afirmarse del deporte lo que, en general, de todo medio de educación física bien practicado.

El deporte, como la misma educación física, es algo necesario a la formación integral del hombre. Tal es la concepción cristiana.

En efecto: el Cristianismo no es, como se cree falsamente, enemigo del cuerpo.

Sabe el pedagogo cristiano que el cuerpo es obra estupenda de Dios; sabe que el cuerpo tiene razón de instrumento para la plena irradiación del espíritu.

Lo considera como el pedestal, donde se yergue la personalidad del hombre.

El pedagogo cristiano reconoce la dignidad humana del cuerpo, por ser criatura de Dios, y su dignidad divina, por ser templo del Espíritu Santo, y por estar llamado a la transfiguración de la gloria.

No se le oculta al educador cristiano el influjo que existe entre el cuerpo y el alma, entre psiquismo inferior y psiquismo superior, entre la materia y el espíritu. Sabe que un cuerpo enfermizo, endeble, es cómplice del vicio y de la neurosis. Sabe que, de ordinario, el vigor de la mente se apoya en el vigor del cuerpo: "mens sana in corpore sano"; y está acostumbrado a repetir la vieja oración que pone a la Iglesia en los labios de los cristianos y en la cual se pide a Dios, como un verdadero don, gozar de la salud de la mente y del cuerpo.

En especial conoce el pedagogo cristiano el benéfico influjo que ejerce la educación física sobre la pureza de los jóvenes; así como comprueba los nefastos estragos causados por la fatiga, el agotamiento, la inercia...

Ahora bien: el deporte-ejercicio contribuye poderosamente:

- a conservar la salud del cuerpo;
- a promover su desarrollo;
- a activar las funciones, tanto orgánicas como psíquicas;
- a endurecer el cuerpo, a agilizarlo y equilibrarlo;

En una palabra: el deporte bien practicado contribuye a convertir el cuerpo en instrumento dócil del espíritu; y ahí

radica su valor formativo.

2.—El deporte como medio de educación de la voluntad y del carácter.—

El deporte —por su misma sistematización— exige orden, ritmo, disciplina. Exige comportamientos de subordinación, esfuerzo, iniciativa. Exige despliegue de energías y decisión. En otras palabras: es apto para crear preciosos hábitos de autodomínio y superación. El deporte endurece y ejercita el cuerpo y por repercusión inmediata: endurece y tiembla el espíritu.

3.—El deporte como medio de educación social.—

De ordinario, el deporte se practica en equipo. esto es, en colaboración.

Este solo hecho entraña una serie de exigencias: hace que la actitud egoísta se pliegue y subordine a los intereses del grupo.

El jugador lucha y se esfuerza no por ganar él, como individuo, sino por dar el triunfo al equipo. De ahí que debe estar poseído de espíritu de solidaridad. Debe aprender a ceder, a sacrificar el brillo pasajero de su ventaja personal, a cooperar: comportamientos todos estos que envuelven toda una técnica de educación social.

4.—El deporte como medio de formación armónica de la personalidad.—

El deporte bien practicado añade a la vida sentido de ritmo, colorido y alegría. Reactiva la cenestesia. Produce la sana euforia de la plenitud. Comunica conciencia de las propias posibilidades. Factores todos estos que contribuyen al desarrollo armónico de la personalidad.

d) La valoración cristiana y la valoración naturalista del deporte.—

Existe una valoración cristiana del deporte y una valoración pagana del mismo. Ambas se distinguen profundamente.

Para el pedagogo cristiano el deporte posee un valor formativo, es cierto: pero un valor formativo subordinado, relativo, dependiente. Un valor que está en función de otros más altos. Para el educador cristiano el mérito del deporte consiste en que instrumentaliza y capacita el cuerpo al servicio del espíritu, contribuyendo al pleno desarrollo de éste. Es algo que en sí mismo tiene razón de medio, no de fin. Además, sabe que, si bien el cuerpo es obra de Dios, sus tendencias e inclinaciones espontáneas necesitan ser

encauzadas y sublimadas por la educación y por la gracia.

En cambio, el pedagogo naturalista, para quien la materia constituye la única realidad, sobrevalora el deporte, atribuyéndole un sentido de fin. Para él representa un valor absoluto.

Se comprende: el naturalismo pedagógico profesa el culto de la naturaleza espontánea y del cuerpo, única realidad que reconoce; considera pausibles todas las tendencias y manifestaciones instintivas. Nada sabe de las exigencias de la gracia. Todo aquello que contribuye a robustecer y agilizar el cuerpo es para él algo precioso en sí mismo: es un valor absoluto, un fin.

La concepción cristiana del deporte podría resumirse en la profunda frase de Cristo: "dad al César lo que es del César y a Dios lo que es de Dios". Reconoce el valor formativo del deporte en su aspecto físico —los derechos del César— pero pregona que existen otros valores más altos y otros medios formativos más valiosos: los derechos de Dios.

e) Las condiciones pedagógicas del deporte.—

De lo dicho se desprende fácilmente cuáles sean las condiciones que deben rodear el deporte, según la concepción cristiana.

Para que el deporte resulte un medio de educación integral deberá:

- a) ejercitarse con peso y medida, evitándose los excesos en cuanto a duración, forma, indumentaria etc.;
- b) jerraquizarse en la escala de valores, y ser presentado ante el joven en su respectivo lugar;
- c) emplearse de tal manera que no ocupe el foco de las preocupaciones del joven ni lo absorba o incapacite para otras actividades más nobles, como el apostolado, el arte, la ciencia, etc.

f) Los excesos del deporte.—

Arrancan casi todos ellos del naturalismo filosófico, como concepción de vida.

Cuando sólo se reconoce la materia y sobrevalora la salud y fuerzas corporales, entonces brota:

el culto del cuerpo,

la idolatría de la exhibición, más allá de las normas morales;

la divinización del atletismo.

Esta actitud es una clara señal de decadencia, como lo hizo notar Su Santidad Pío XI.

Decadencia social cuando las mentes

nos ocupa, no es de extrañar que haya juveniles consideran mayor héroe al boxeador que al artista, al futbolista que al sabio!

Al pisar Einstein el puerto de Nueva York fué rodeado de un grupo de periodistas, quienes le preguntaron su impresión acerca de aquella gran muchedumbre que había salido a recibirlo. Impasible, sereno, objetivo, respondió con toque de fina ironía: no me conmueve esta muchedumbre, porque si se hubiera tratado de un boxeador, el público hubiera sido diez veces más numeroso...

¡Y es que hoy se rinde más culto al héroe del músculo que al héroe del corazón, de la santidad o al genio!

Al educador cristiano corresponde enseñar a admirar los valores según su mérito interno y evitar toda deformación en los criterios valorativos.

g) Tres problemas específicos

Indiquemos, siquiera sea de pasada, tres problemas pedagógicos relacionados con el deporte:

- 1.— El deporte como entrenamiento;
- 2.— El deporte y el excursionismo;
- 3.— El deporte femenino.

1.— El deporte como entrenamiento.—

El joven —como todo ser humano— experimenta la necesidad de la recreación y del entretenimiento. Se trata de una necesidad orgánica y psíquica, que el educador debe respetar y tomar en cuenta. Más aún: debe proporcionar al joven los medios de una sana diversión.

Entre éstos, pocos captan tanto el entusiasmo del joven como el deporte.

Por ello, creemos obligación de todo colegio católico la organización del deporte como sana distracción y como medio de alejar al joven de innumerables peligros.

Más aún: el colegio católico —concebido con amplitud moderna— debe resolver a fondo el problema de las diversiones del joven en toda su plenitud. Es decir: debería estar montado de tal forma que satisficiera a cabalidad las exigencias de esparcimiento y distracción propias de la edad juvenil. El joven, como consecuencia, no tendría que ir a buscar a otro sitio lo que encuentra en el colegio: desde el Stadium y la piscina hasta el cine educativo. Podría aducir el ejemplo de algunas instituciones que, a través de grandes sacrificios, han logrado convertir el colegio en una pequeña ciudad juvenil, con todo cuanto pueda exigir la psicología turbulenta del adolescente.

Hora es de superar esa dicotomía que, instintivamente, hacían los alumnos en sus espíritus, al asociar con el colegio la monotonía gris del estudio y de la disciplina, reservando para la vida "extra-escolar" las sanas alegrías y las legítimas expansiones.

Hora es de hacer sentir al alumno que el colegio es para él su mundo, su ambiente.

Si los colegios se organizaran en esta forma "integral" quedarían en parte resueltos problemas como los que plantean las salidas dominicales, ya que el alumno no necesitaría mendigar fuera lo que encuentra dentro. Si bien se trata, en este caso, de algo más complejo y que requeriría, por lo mismo, un estudio más detenido.

2.—El deporte y el excursionismo.—

Creemos que el valor formativo del deporte se intensifica notablemente cuando se lo conjuga con el excursionismo.

En efecto: a los elementos educativos del deporte se añade, entonces, la fuerza plástica, formadora de la naturaleza.

En este sentido, resultan de enorme valor formativo instituciones que, como los boy scouts, ponen al joven en contacto directo con el sol, el paisaje, la montaña; que endurecen su cuerpo y lo acostumbran a la sobriedad, al esfuerzo y la fatiga; que enmarcan su deporte en el solemne fondo de la naturaleza.

Tanto en el caso del deporte "puro", como en el del deporte combinado con el excursionismo, creemos que el educador debe intervenir, activamente, en su organización y desarrollo. Espléndida ocasión de acercamiento al alma del joven! En el juego revela éste características que pasan inadvertidas en otras ocasiones; cuando en el mismo juego interviene el educador, se establece fácilmente una corriente de simpatía y confianza, entre éste y su alumno: sólida base para una acción formadora más profunda.

3.—El deporte femenino.—

Especial cuidado debe merecer del educador católico el deporte femenino por los peligros de excesos a que está expuesto.

Estos peligros pueden reducirse a dos:

- a) el exhibicionismo, más allá de las normas cristianas del recato y la modestia;

- b) la práctica de deportes que no se acomodan a la fisiología y psicología femeninas;

Evitando ambos excesos, es evidente que el colegio católico debe igualmente preocuparse del deporte femenino, ya que la joven posee igual derecho a usar de este medio de formación.

h) El deporte y los Congresos Interamericanos de Educación Católica.—

Dada la importancia del tema que merecido la atención de los tres Congresos Interamericanos hasta ahora celebrados, habiendo sido objeto de importantes ponencias, acuerdos y conclusiones. En la imposibilidad de dar cuenta de de todo ese rico material, me limitaré a citar aquí el acuerdo sobre educación física promulgado por el Primer Congreso de Bogotá.

CONSIDERANDO:

1º La importancia de la educación física desde el punto de vista de la educación integral, ya que las facultades superiores se desarrollan en armonía con el organismo y éste debe estar en condiciones favorables para ser instrumento apto de las conquistas del espíritu;

2º Que la educación física contribuye a la formación de la personalidad, 1º, porque disciplina la vida sensitiva y depura los instintos, dirigiéndolos a un fin útil; 2º, porque interviene en la vida intelectual, moderando su intensidad, para facilitar nuevos procesos; 3º, porque es coeficiente importante en la formación de hábitos de dominio propio, que templan la voluntad;

3º Que, según las palabras del Sumo Pontífice, dentro de la formación integral física, el deporte tiene solamente razón de medio "para conducir a la educación perfecta del hombre" y de ninguna manera es un fin en sí misma;

4º Que, según el Sumo Pontífice, "muchos jóvenes dedican todos sus intereses y actividades al deporte, prestando poca atención a las exigencias del estudio y de la profesión";

ACUERDA:

1º Que todos los educadores católicos se sirvan de la educación física como un medio, no como un fin, formando tanto en el alumnado como en la conciencia pública, el verdadero concepto de la dignidad humana y de su fin social y sobrenatural;

2º Que se procure evitar las exagera-

(pasa a la página 450)