

NOTAS REGOGIDAS EN ALGUNAS ESCUELAS DE BÉLGICA

SOBRE HIGIENE Y GIMNASIA DEL ALUMNO

POR P. BACH

La mayoría de las notas que siguen se refieren á las escuelas comunales de Bruselas, Etterbeck, Schaerbeck, Ixelles y Saint-Gilles, y son resultado ya de observaciones directas, ya de las explicaciones de Inspectores, directores y maestros de escuela, ya de datos tomados de periódicos, revistas, libros y folletos belgas de todas clases.

Higiene personal.—Para que pueda cumplir su objeto, ó sea la conservación de la salud, la higiene del alumno en las escuelas primarias debe comprender los extremos siguientes: examen médico; medidas para impedir la propagación de enfermedades infecciosas; medidas para impedir enfermedades á los predispuestos á ellas; medicina para la curación de contusiones leves y para algunas afecciones sencillas, y cuidados de limpieza del cuerpo y de los vestidos.

—El *examen médico* consiste en observar si el niño padece alguna afección interna ó externa, analizando al mismo tiempo sus antecedentes de vida y, á veces, también los de sus padres. El resultado de este examen se inscribe en una hoja especial. Este examen se hace cuando un niño entra en la escuela, y se repite las veces que se tenga por conveniente.

En todas las escuelas comunales belgas, principalmente en las de las ciudades, hay un médico adscrito, que visita los niños dos veces por semana; asimismo hay un dentista que hace dos visi-

tas anuales; y en algunas de ellas, como en la escuela comunal de Bruselas núm. 7, un barbero que va á la escuela tres veces por semana; con esta última medida han conseguido la desaparición total de las enfermedades de la cabeza.

Igualmente hemos visto administrar á los niños débiles y pobres reconstituyentes varios en las horas de recreo. Así, en las escuelas comunales de Bruselas se les da, durante el invierno, una emulsión á base de aceite de hígado de bacalao, y durante el verano un preparado especial de hierro. Esto se hace diariamente y con mucha limpieza, de modo que ningún niño toma en la copa ó cuchara en que haya bebido otro.

También toman al mediodía un plato de sopa y 60 gramos de pan. En algunas escuelas, como en la núm. 7 de Bruselas, á estos alumnos débiles se les da por la mañana, y durante el invierno, un pedazo de pan y una taza de café con leche que suministra una Sociedad benéfica. Esta misma Sociedad socorre á los niños enfermos con 0,50 francos diarios.

Los niños débiles que designa el médico, escogidos siempre entre los más pobres, son enviados quince ó treinta días en colonia á una de las villas escolares que hay al lado del mar ó entre montañas. Estas villas escolares son propiedad de algún Ayuntamiento ó de alguna Sociedad, y están destinadas á alojar colonias de niños ó niñas de todas partes de Bélgica.

Allí encuentran, además de aire puro y saludable, un régimen alimenticio generalmente superior al de sus casas y una vida sana y alegre, de juegos y excursiones.

—Para la curación de heridas y de algunas afecciones sencillas, como granos en la cara ó en las manos, pequeñas afecciones en los ojos, supuración de líquidos de las orejas, etc., etc., hay preparado en todas las escuelas un botiquín. Este servicio lo hace generalmente una enfermera, bajo la dirección del médico de la escuela. Para las heridas de gravedad se avisa inmediatamente al médico.

En la escuela primaria superior núm. 1, de Schaerbeek, hay una instalación completa para el médico y otra para el dentista;

es la oficina médica central de todas las escuelas de dicho Municipio.

—En cuanto á la *limpieza personal*, se la dedica un cuidado exquisito en todas las escuelas belgas. El maestro respectivo cuida de que sus alumnos lleven la cara, los dientes y las manos completamente limpios, y como la mayoría no tienen ni pueden tener baños en sus casas y, por otra parte, sería difícil vencer la negligencia de muchos, se han instalado hermosos departamentos para duchas en todas las escuelas.

Estos departamentos, separados uno de otro por un tabique de 1,50 m. de alto, constan generalmente de vestíbulo, antecámara y cámara de ducha. Estas dos últimas están recubiertas de ladrillos esmaltados. El suelo de la primera es de listones de madera; allí se secan al salir del agua. Para mayor *confort* hay calefacción, que mantiene una temperatura agradable en la habitación.

Las duchas se acostumbran á dar después de la gimnasia, una ó dos veces por semana. En la escuela primaria superior Morichar, en Saint-Gilles, los alumnos van á las duchas después del trabajo manual de carpintería ó cerrajería.

Gimnasia.—Consideramos la palabra gimnasia como sinónima de ejercicios físicos educativos. Por esta razón incluimos aquí todos los ejercicios que dentro de la educación física tengan un fin útil determinado, conocido de antemano.

Estos distintos ejercicios pueden agruparse, por sus caracteres y fines especiales, en tres grupos: la gimnasia propiamente dicha, los juegos físicos educativos y la natación, aunque esta última sea un complemento de la primera.

—La *gimnasia propiamente dicha* puede definirse como el conjunto de ejercicios físicos educativos que requiere la atención constante del alumno, sostenida sobre la manera de ejecutarlos. Se practica en todas las escuelas primarias y superiores belgas; en todas ellas hay una sala espaciosa destinada exclusivamente á dicho ejercicio con los aparatos necesarios.

En las escuelas primarias belgas se destinan generalmente tres

horas semanales á la clase de gimnasia propiamente dicha. De estas tres horas semanales deben restarse treinta ó cuarenta y cinco minutos que se destinan á duchas ó á la natación. En los primeros grados las clases suelen ser diarias y de treinta minutos de duración, y para los alumnos de los últimos grados duran cuarenta minutos; los ejercicios se alternan de cuando en cuando con otros de la misma serie, para evitar el esfuerzo excesivo de atención engendrado por la monotonía.

La gimnasia es obligatoria para todos los alumnos, á no ser que el médico dispense de ella á alguno por razones de salud. La clase la da el mismo maestro del grado, para lo cual ha sido convenientemente preparado en la Escuela Normal.

A pesar de esta preparación, la Universidad Popular del N. E. de Bruselas hace ya años creó y viene sosteniendo algunos cursos de gimnasia (sueca en su mayor parte), dirigidos por el entusiasta Dr. Querton. Tienen por fin principal suplir las deficiencias de la educación física que los niños anormales físicamente reciben en la escuela, á causa de la poca preparación científica de los maestros para estos casos.

Se practica la gimnasia sueca con algunos movimientos de la gimnasia de Müller. Después de la clase se dan una ducha y á continuación fricciones sobre la piel, según el mismo sistema de Müller.

En el *Institut de l'enseignement especial ó Institut Decroly*, en Ixelles, practicase, además, la gimnasia rítmica del profesor de Ginebra M. Jacques Dalcroze. Niños de ambos sexos, siguiendo el compás de la música, ejecutan los movimientos de esta gimnasia, que resultan de una belleza exquisita, al mismo tiempo que influyen en tres direcciones: 1.º, el ritmo, que debe presidir los actos de la vida; 2.º, el sentimiento de la belleza que produce el mismo movimiento, y 3.º, el influjo propio de la música.

En los Jardines de la Infancia no se practica la gimnasia propiamente dicha, sino solamente juegos diversos y gimnasia rítmica.

No hace mucho tiempo, en Bruselas, por iniciativa de la actual inspectora de los Jardines de la Infancia, Mme. Destrée, se han

introducido pianos en todas las escuelas de esta clase. Al compás de la música los niños ejecutan una especie de gimnasia rítmica, haciendo botar una pelota, dando posiciones diferentes á un aro, verificando diferentes cambios y figuras, etc.; ello acompañado de cantos fáciles. Los movimientos varíanse constantemente, á fin de atraer la atención del alumno, mas sin llegar á un esfuerzo penoso, lográndose con estos ejercicios casi los mismos efectos que con la gimnasia rítmica Dalcroze, aunque no sea igual la distinción de sus movimientos.

En todas las ciudades belgas hay piscinas públicas, ya de propiedad particular, ya de los Municipios, donde, mediante una módica cantidad—50 céntimos,—pueden tomarse baños, observando ciertas reglas higiénicas y de limpieza.

Los alumnos del sexto año de estudios de las escuelas comunales primarias de Bruselas, ó sea los niños de once á doce años, están obligados á asistir á una lección semanal de natación, acompañados de un profesor.

Antes de entrar en el baño deben darse una ducha y lavarse los pies; los ejercicios en el agua, cuya temperatura es de 20 á 22°, no pueden durar más de quince minutos.

La piscina de la escuela comunal núm. 1 de Schaerbeck, destinada exclusivamente á los alumnos de las escuelas comunales del distrito, tiene 20 metros de largo por 7 de ancho, y su profundidad aumenta desde 0,70 metros hasta 1,45; como ésta van á construirse varias por cuenta de los Municipios.

Los juegos físicos.—Todas las escuelas belgas poseen patios (relativamente grandes) al aire libre, destinados á los juegos físicos de los niños, y en casos de lluvia se recogen en los *préaux*, que son grandes salas destinadas á salones de conferencias y fiestas escolares.

Los maestros mézclanse frecuentemente con los niños para enseñarles algún juego, ya nuevo, ya de los tradicionales caídos en desuso. Están, no obstante, completamente prohibidos los de fuerza y azar. Evítanse también los juegos fatigantes, inmediatamente antes ó después de comer, ó de una clase de escritura

ó de dibujo. También se evita el que un niño se especialice en ningún juego.

Ante la deficiencia evidente de los patios de las escuelas se van creando campos de juego, donde los niños puedan expandirse con toda la fuerza que su edad requiere. Uno de los ya creados es el de *Lemarinel*, organizado por la Universidad Popular del N. E. de Bruselas. Tiene dos hectáreas de extensión, y está perfectamente preparado para los juegos físicos, deportivos y tradicionales, locales y extranjeros.

Allí van los niños del distrito de N. E. durante las tardes de los jueves, los días festivos no domingos y durante todo el tiempo de vacaciones. Cuando han de pasar el día entero en el campo, se reúnen en sus respectivas escuelas y cada cual con el paquete de comida bajo el brazo emprende el camino hacia el campo de juego. Después de haber pasado todo el día al aire libre, vuelven á la ciudad confortados y en el rostro reflejando la alegría recogida en aquellas horas de juego y libertad.

Además de lo dicho, estos campos tienen un fin moral directo, que es apartar á los niños de los peligros de la calle.

En vista de los admirables resultados obtenidos por estos campos, todos los Municipios de Bélgica, principalmente los de las grandes ciudades, preocupanse mucho de esta cuestión. En Bruselas, además de los dos ó tres campos existentes y de los sitios de los parques públicos reservados exclusivamente á los juegos de los niños, el Municipio propónese organizar en breve otros varios.

Al lado de los juegos podrían ponerse las excursiones escolares campestres; pero en Bélgica se aprovechan generalmente como medio instructivo.

Dos palabras, y termino, para la institución de los *boy-scouts*, hace pocos años nacida y hoy con más de medio millón de adeptos, repartidos por casi todo el mundo civilizado.

Los fines de esta institución son puramente educativos: acostumar á los jóvenes á confiar en sí mismos, á disciplinarse, á observar lo que les rodea, al endurecimiento físico y á estar siempre preparados para las contingencias.

Los *boy-scouts* (niños exploradores) son muchachos de once á diez y ocho años, que organizados en caravanas, con sus jefes correspondientes, pasan días y aun semanas en el campo, durmiendo bajo tiendas de campaña ó chozas construídas por ellos mismos, debiendo hacer fuego y cocer su comida y sujetarse á las prácticas del *scouting*, esencialmente físicas.

El primer grupo belga de *boy-scouts* se formó en Bruselas en el mes de Julio de 1910, y al cabo de un año tenía ya más de 152 adeptos. Actualmente hay otros grupos en preparación en muchas poblaciones belgas.
