

SOBRE LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO INTRODUCCIÓN A UNA PROPUESTA DE GIMNASIA ELEMENTAL, EN UNA SERIE DE EJERCICIOS CORPORALES (1807) de Johann Heinrich Pestalozzi ⁸

Inés Burgos Ortega (Ama de casa. Licenciada en EF, Doctora en CC de la Educación)⁹

Resumen.- Este artículo resume el famoso escrito de Pestalozzi *Sobre Educación Física...* escrito en 1807. Para este pedagogo suizo, la EF es un medio educativo imprescindible en la formación integral del niño y su objeto no es el desarrollo de habilidades particulares sino, respetando las leyes de la naturaleza y ateniéndonos a las disposiciones infantiles, estimular el desarrollo de las más globales y polifacéticas.

Abstract. - This paper summarizes the famous Pestalozzi's text *On Physical Education...* dated in 1807. For this Swiss pedagogue, PE plays an essential role in the comprehensive education of kids and its aim is not the development of particular and specialized skills but, following nature laws and taking children's dispositions into account, to promote the development of the most global and versatile.

Palabras clave.- Educación Física, Pestalozzi, 1807

Key words.- Physical Education, Pestalozzi, 1807

1.- Introducción

El presente escrito *Sobre la Educación Física...* lo he tomado de la obra de J. H. Pestalozzi, **La velada de un solitario y otros escritos**, (2001, Herder, Barcelona, págs., 135-161), compuesta por un conjunto de textos cuya selección, traducción e introducción han sido realizadas por José M^a Quintana Cabañas.

Considerando su reciente reedición, cabe preguntarse ¿qué sentido tiene escribir estas páginas que no pretenden sino resumir el texto original?

La respuesta es muy simple: Pestalozzi es, como dice Quintana Cabañas (pág. 25), *uno de los clásicos de la educación física* y, sin embargo, su obra es, en mi opinión, muy poco conocida en nuestro campo aunque, eso sí, abundan las referencias (a menudo, bastante generales, vagas, tomadas de fuentes indirectas, etc.,) al pensamiento

⁸En J. H. Pestalozzi, **La velada de un solitario y otros escritos**, (2001, Herder, Barcelona, págs., 135-161). La introducción a la obra y la selección y traducción de los escritos han sido realizadas por José M^a Quintana Cabañas.

⁹ Dirección de correo electrónico: inesburgosortega@yahoo.es

de este autor. Por este motivo, espero que este escrito contribuya a difundir la obra original y a estimular su lectura.

Pestalozzi (1746-1827), nacido en Zurich, dedicó prácticamente toda su vida al quehacer educativo, fundando e implicándose de lleno en instituciones que, por diversos motivos, no siempre concluyeron de forma exitosa.

A finales de 1804 pone en marcha el Instituto de Yverdon donde permaneció veinte años. Así pues, *Sobre la Educación Física...* es escrito cuando lleva dos años en esta institución y, como afirma en el primer párrafo, trata de explicar lo que en ella realizan:

Hace ya tiempo que se ha suscitado la pregunta de qué es lo que se hace en nuestro Instituto en orden a la educación física de la persona. Se ha rumoreado mucho sobre eso y como si todos los demás institutos ofrecieran en este particular unas consabidas ventajas sobre nosotros.

Estamos en condiciones de dar una respuesta, apoyada en razones convincentes, de que eso no es como se dice. (pág.135)

Y, a partir de aquí, expone una visión de la EF que, partiendo de las disposiciones naturales, se inicia en el hogar, busca el desarrollo integral del sujeto y, en lo que a la educación corporal se refiere, preconiza –frente a la costumbre de desarrollar habilidades específicas y particulares– la necesidad de centrarse en las capacidades físico-motrices más globales, omnilaterales o polifacéticas

2.- La EF es un arte necesario y delicioso

Al contrario de lo que sucede con las clases acomodadas (*las gentes 'comme il faut'*), la educación popular no presta la atención debida a la EF y, en consecuencia, se priva a los pobres de sus beneficios:

Sabido es que la educación física da salud, conserva la vida, proporciona medios para distinguirse fomenta pretensiones, otorga posición, confiere nivel social, engendra valentía y es prevención de muchas enfermedades. (...)

Sin ella es impensable toda dignidad en el estado y conservación del cuerpo humano, y viene a faltar la dignidad visible del cuerpo. (p. 136)

La carencia de esta necesaria formación conlleva torpeza de

movimientos, incapacidad para desenvolverse con soltura, etc. En esta tesisura,

Miles y miles de personas consideran ese cuidado de su cuerpo como el primero y hasta el único que es necesario en la educación de la humanidad, y creen que al niño feliz que lo posee todas las demás cosas se le añadirán por sí mismas. (p. 136)

3.- El lamentable estado de la EF del mundo cultivado: la formación particularizada de las capacidades físicas

Pestalozzi reconoce los méritos de otras personas que, en los últimos tiempos, han trabajado en pro de la EF. Sin embargo, al preguntarse por los logros de los *métodos actuales* y por las *concepciones en que se basan*, concluye que la EF ha degenerado porque ha prestado más atención a la especialización y al dominio de habilidades particulares que al sujeto en su conjunto:

... el arte de la educación física, tal como se viene practicando, ha degenerado hasta llegar a olvidar la propia persona... De ahí que en el mundo actual nada sea más habitual que el encontramos con bailarines que ni siquiera saben andar bien, con jinetes que no saben nadar, con esgrimadores incapaces de derribar un árbol a hachazos, con trepadores que no cortan hierba... Puedes ver hoy en día a una persona hacer en el baile unos saltos tan audaces que casi te hacen temblar y temer que pueda romperse el cuello ante tus propios ojos. Y no es una persona atrevida... (...) Incapaces para lo necesario, lo grande y lo excelso, esos distinguidos saltarines de espectáculo y de apariencia, con todo su cultivo de unas capacidades especiales, no tienen ninguna verdadera capacidad humana. (p. 137)

Poco podemos esperar (como padres, hijos, parientes, vecinos, etc.) de alguien así educado y *tú, oh patria, no cuentes con él como ciudadano.* (p.138)

Los resultados de una educación corporal que no se fija en el propio niño en su conjunto, que no atiende a *lo global de la naturaleza humana, incluidas las disposiciones morales e intelectuales*, sino que se centra en *la apariencia engañosa de unas capacidades externas particulares*, las cuales se abordan de un modo aislado y mecánico, no pueden ser otros:

Incluso los maestros de gimnasia más han sido maestros de saltar, de trepar y de hacer volteretas que agentes psicológicos de desarrollo de las capacidades corporales de la naturaleza humana tanto en su pureza como en su conjunto. (p. 138)

Esta ruptura de la globalidad y armonía entre las dimensiones moral, intelectual y física, por un lado, y de la base general y común del desarrollo y la ejercitación física, por otro, constituye, según Pestalozzi, el *gran desvío* en la educación de su época. Un desvío que se plasma en el olvido por parte de los docentes de que la naturaleza humana ha de ser el punto de partida de la formación de la persona en su conjunto:

Por eso un maestro de danza opinaba que el movimiento corporal libre y omnilateral de nuestros educandos resulta esencialmente perjudicial para su condición de bailarines, exactamente igual que algún maestro de cálculo no sólo piensa que la intuición de lo que es el número, y el desarrollo plurifacético de sus relaciones, viene a ser para el aprendizaje del cálculo no sólo superfluo, sino incluso perjudicial. *p. 138-139)*

4.- Hay una carencia de EF para el pueblo humilde

En todo caso, las clases acomodadas, para las que lo corporal siempre tendrá importancia, poseen medios para alimentarse, moverse, cuidarse, gozar de alegrías, etc. Pero, ¿Qué es el pobre hoy en día desde el punto de vista del cuerpo y de la educación física? (*p. 140*)

Las condiciones de existencia del pueblo han traído consigo un raquitismo físico, mental y moral. En lo referente al cuerpo, las preocupaciones y angustias de los humildes *roen su cuerpo*; éstos tienen dificultades para alimentarse, su estatura es insuficiente y, en general, *el desmejoramiento corporal se halla profundamente enraizado en la situación real del pueblo*. De ahí la urgente necesidad de EF para el pueblo y los pobres.

5.- Pero las escuelas del pueblo no dan EF, al contrario, inmovilizan a los niños

¿Son nuestras escuelas un medio para educar la capacidad física del pueblo y de formar su competencia física, igual que debería ser un medio de educar su capacidad intelectual y afectiva? (p. 141)

Pestalozzi responde que los niños, sometidos como un animal de circo a la tutela de su domador, *no pueden mover su cuerpo ni un milímetro* y apenas pueden hacer *más que respirar*. (La EF consiste, pues,) en la supresión de todos los estímulos naturales hacia el movimiento, en la obligación de permanecer durante muchos años en la más completa inacción.

El permanecer sentado en un banco de escuela constituye un bien conocido, apropiado y artificioso ejercicio de autodomínio para mantener en una situación poco natural de inactividad las capacidades de la naturaleza humana en la época mejor y más bella de su formación, y frenar su desarrollo. (p. 141)

6.- Las circunstancias laborales sociales y culturales del país tampoco favorecen la educación física

Entre los aspectos contextuales que contribuyen a roer la *osamenta del pobre* y a devorar su carne y su sangre, Pestalozzi destaca el papel de la industria textil, que, a cambio de un salario, extrae a las personas de sus orígenes rurales y las obliga a estar innumerables horas ante una máquina realizando siempre un mismo movimiento. Tras años en la misma tarea, el cuerpo se deteriora y si, en un momento dado, la fábrica cierra o una nueva máquina sustituye el trabajo manual, las personas –enfermizas, lisiadas, debilitadas, etc.– se quedan en la calle como seres inútiles abocados a la mendicidad.

Además, los bienes a los que abre la puerta el salario (*pan blanco, jamón, vino y aguardiente y unas ansiadas cosas ostentosas*) provoca que muchos padres animen a sus hijos a incorporarse a las fábricas.

Por otra parte, se ha extendido una forma de distinción mediante el vestido que genera comportamientos ilógicos (llevar levita, medias o gorro aunque sea verano), así como la impropiedad de algunas recreaciones infantiles o de determinadas actividades físicas adultas.

Finalmente, *una nueva policía rígida y poco inteligente* de las modalidades de ocio y fiesta juvenil ha limitado muchas manifestaciones en las que predominaba la energía y el vigor físico.

7.- Los objetivos de una buena educación física

Pero, amante de nuestro país: (...) ¿Puedes querer que nuestro pueblo, a causa de su situación, de sus costumbres, de su educación familiar y escolar se debilite y degenera cada vez más también en el aspecto corporal? (p. 144)

Para evitarlo, el niño necesita *espacio de juego libre y diverso* donde pueda satisfacer su *tendencia a moverse*, donde pueda *desarrollar de un modo libre y diverso sus disposiciones corporales*. Lo importante es el desarrollo de su *capacidad general* a fin de que pueda ser aplicada a cualquier situación o necesidad específica:

En una palabra, el niño debe alcanzar capacidad y habilidad en todas sus disposiciones a fin de poder actuar según las exigencias de las diversas situaciones y circunstancias. (p. 145)

Por tanto, ni su enfoque ni su espíritu es unilateral

... debe hacerse tan perceptible y actuante en las labores domésticas, en las escuelas, en el trabajo del campo, en los juegos de los domingos y en las actividades recreativas... Debe mostrarse en la mentalidad que el pueblo tiene sobre sus necesidades corporales y el modo de satisfacerlas. (p. 145)

Para alcanzar este objetivo hay que activar en el niño, desde sus primeros años, *un elevado, vivaz y autónomo sentimiento de capacidad.*

8.- El desarrollo natural del niño como principio de su educación física

Pero ¿dónde comienza ese sentimiento de capacidad? ¿Cómo ha de producirse y desarrollarse? (p. 145)

Indiscutiblemente comienza allí mismo donde la naturaleza empieza (actúa, empuja, ...) el desarrollo del niño. Éste es un todo indisoluble, una unidad esencial con diversas disposiciones de corazón, de mente y de cuerpo que el empuje de la naturaleza tiende a desarrollar simultáneamente y en unidad armónica. Para Pestalozzi, la naturaleza aúna el desarrollo de las distintas disposiciones en un centro común donde, como si fuera un árbol, unas habilidades emergen de otras, desde la raíz y el tronco hasta el frondoso ramaje con sus flores y frutos. En otras palabras, la naturaleza no estimula sólo el desarrollo de unas capacidades particulares (sean mentales, sentimientos del corazón o habilidades físicas), sino todas ellas:

No es el saltar, el nadar o el hacer astillas y demás lo que la naturaleza busca conseguir con fuerza especial, sino lo que más bien pretende es llegar a que el niño pueda utilizar, de un modo general y con seguridad y potencia, su mano y su pie. (p. 146-7)

Además, la naturaleza sigue una progresión de modo que las habilidades particulares o las que *niño necesita sólo en raras ocasiones* son objeto de un estímulo de menor intensidad que aquellas que se necesitan diariamente:

En su influjo la naturaleza pone el saltar mucho después del andar, y el danzar mucho más tarde que el saltar; el esgrimir mucho después que el aserrar, del pulir y del cepillar, y el montar a caballo mucho después del segar, del trillar y del moler. (pág. 147)

En este sentido, *los medios originarios de educar el cuerpo* serán más naturales en tanto en cuanto surjan de sus necesidades y exigencias cotidianas. Aquí reside, *acaso*, una de las ventajas del pueblo en lo que al desarrollo corporal se refiere aunque, como ya se ha dicho, su incorporación al trabajo industrial les priva de un desarrollo corporal *puro, lento, autónomo*... En esta tesitura,

... debemos intentar ver... lo que la naturaleza pone en el niño para su desarrollo corporal. (pág. 148)

9.- Hay que partir de los movimientos espontáneos del niño. La intervención de la madre

No hay que ser muy agudo, dice Pestalozzi, para verlo:

Lo que la naturaleza pone como fundamento... no es otra cosa que el impulso del niño mismo a la actividad. (pág. 148)

Los movimientos que se inician desde nada más nacer, los juegos con el propio cuerpo, etc., son la respuesta a las necesidades y exigencias sensitivas infantiles y constituyen el fundamento natural del desarrollo físico y de la educación corporal.

El punto de partida y los medios de desarrollo son tan simples, fáciles y aplicables que *no pueden ser vistos en modo alguno como un arte*. En este contexto, el papel de madre es crucial y todas ellas saben cómo ponerlos en práctica.

10.- Los ejercicios corporales del niño como base de su educación integral

Indiscutiblemente esa actuación del padre y de la madre para el desarrollo corporal del hijo no puede en modo alguno ser unilateral. (pág. 150)

La gimnasia natural hecha en casa, dice Pestalozzi, es, en cuando educación corporal, *pluridimensional* y, además, *afecta al conjunto de las capacidades humanas*, es decir, a las disposiciones del corazón y de la mente.

La gimnasia natural hecha en casa con la madre y con el padre conlleva y corre pareja, por ejemplo, al desarrollo de la capacidad de observación y atención de sí mismo y del mundo circundante; amplía el abanico de las experiencias infantiles; inicia en el conocimiento de *las penas y alegrías de la vida* y en la distinción de lo bueno y lo malo; en fin,

... ponen en juego todas sus capacidades mentales, su imaginación, su memoria, su capacidad combinatoria, su capacidad judicativa y su inventiva. (pág. 151)

Esta gimnasia natural hecha en casa es la base de la *educación artificial* posterior, la cual deberá mantener dicha *elevada conexión* de modo que, tal como hace la naturaleza, el desarrollo físico, intelectual y moral se realicen en perfecta armonía.

11.- La educación física comienza en el hogar y es condicionada por él

El destino del niño es llegar a ser autónomo en una triple dirección, en lo moral, en lo intelectual y en lo físico. Este proceso, en el que la educación escolar, la formación artesana y la formación profesional constituyen el punto de transición, está muy condicionado por el punto de partida, por el amor y cuidado dispensado por la madre que, en el caso de las personas pobres, puede llegar a ser una pesada carga puesto que se ven obligadas a hacer todo lo posible para cuidar poco de sí mismas y así poder socorrer a sus hijos.

12.- La progresiva autonomía del niño

En la medida en que los niños va pasando del estado de *cuidado amoroso* a otros de *autocuidado y autonomía*,

... adquieren la capacidad de ocuparse y regocijarse por sí mismos, y el sentimiento de la conciencia de esta capacidad se convierte luego en ellos en un vivo estímulo de existir por su propia acción personal con independencia del cuidado puesto por sus padres y fuera del círculo de los mismos. (pág. 154)

La ampliación del espacio vital infantil hace que la educación inicial y el amor materno resulten insuficientes. Es el momento en que *la intervención de un arte educativo y de la educación escolar se va haciendo más necesaria.*

13.- Relación de la educación física con la educación intelectual y la educación afectiva

(La) gimnasia educativa comienza allí donde culmina la armónica y plural estimulación de la actividad del corazón, del cuerpo y de la

mente realizada (por el influjo de la madre en el hogar), es decir, allí donde 'la actividad de la mente, del corazón y del cuerpo' comienzan a aparecer en el niño con autonomía (y las necesidades de la mente, corazón y cuerpo exigen ejercicios diferenciados) (pág. 155)

Dichos ejercicios autónomos y diferenciados de la mente, el cuerpo y el corazón tienen, en su origen, un punto de partida común: emanan de las necesidades y disposiciones infantiles de carácter intelectual, afectivo y físico-motriz.

14.- La gimnasia y sus ejercicios. Sus condiciones pedagógicas

La esencia de la gimnasia elemental (consiste en una serie de) movimientos puros de las articulaciones... mediante los cuales se va disponiendo progresivamente todo aquello que el niño podrá hacer en cuanto a las modalidades de las posiciones y movimientos...

En estos ejercicios lo único que se tiene en cuenta es el cuerpo en sí y por sí, sin pensar en la educación de la mente ni en la del corazón. Sin embargo, la realización autónoma de estos ejercicios hasta proporcionar la capacidad corporal, ..., por su propia naturaleza no sólo lleva también al ámbito de la educación intelectual y moral, ..., sino que por otro lado el objetivo y fin último de la gimnasia es ya precisamente establecer en el niño, a través de su cuerpo, aquella perfecta unidad y armonía con su mente y con su cuerpo... (pág. 156)

La gimnasia que busca Pestalozzi es una educación corporal que, *considerada mentalmente sea un medio de educación mental; considerada moralmente, sea un medio de educación moral; y vista desde el ángulo de lo estético o de lo artístico relativo a tener un cuerpo apuesto y a la belleza, sea un medio de desarrollo estético.*

La gimnasia, en lo que se refiere al cuerpo, ha de buscar el desarrollo de *todas las disposiciones y posibilidades físicas dadas por la naturaleza* con el fin de que el niño pueda hacer *un uso autónomo de ellas*. Ahora bien, el requisito, la condición de posibilidad es *la salud y una buena organización*. Y la gimnasia se acreditará como *un medio esencial de conservar y fomentar la salud* en tanto en cuanto se centre en el desarrollo de todas las habilidades corporales (no en unas particulares) –además de la fortaleza, la resistencia, el curtimiento, la valentía, etc.- *en la medida en que lo permitan las disposiciones propias de cada educando en concreto.*

15.- Aspectos educativos de la gimnasia

a.- *En el aspecto intelectual, ha de suscitar en el educando una intuición perfecta y una viva conciencia de sus capacidades corporales, ... de las leyes invariables de las mismas y de los infinitos modos diversos de usarlas. Ha de desarrollar las capacidades de observación, pensamiento, comparación y comprensión.*

b.- *En el aspecto estético ha de proporcionar a la razón y a la buena voluntad de educando un dominio absoluto, libre y autónomo de sí mismo adecuado a la naturaleza como a las leyes del cuerpo. El niño tiene que llegar a ser dueño de ... su cuerpo como instrumento de su alma.*

c.- *En el aspecto de la capacidad profesional la educación corporal ...ha de dotar de facilidad y seguridad para la adquisición de aquellas habilidades particulares exigidas por cualquier modalidad profesional o forma de vida. Además le ha de proveer de multitud de medios auxiliares para su propia defensa y para los distintos trabajos.*

Por todo ello, la ejercitación corporal debe procurar:

... que el educando ejecute todos los posibles movimientos tanto de su cuerpo como de sus diversos miembros, en el orden debido, en todos los sentidos y ampliándolos de un modo adecuado a la naturaleza y a la edad y a los progresos de ese educando... (pág. 158)

16.- El carácter pedagógico de la gimnasia que proponemos

Se trata simplemente de continuar y completar la acción de la naturaleza:

Su impulso a moverse libremente, sus peleas con algo, sus variados movimientos de manos y pies y su doblar y torcer el cuerpo, cosas que son tan poco favorecidas en la crianza que ellos reciben en las escuelas, constituyen el más claro indicador de la naturaleza diciendo cuándo la educación ha de tomar su arte educativo de manos de ella y completar la obra que ella comenzó. (pág. 159)

Continuar y ampliar *el hilo de la naturaleza* para elevar el *instinto ciego* y someter la *irregularidad* dotándolo de *consciencia, orden y legalidad racional*. Siendo en lo esencial lo mismo, la novedad reside en la *seriación y ampliación del proceso*.

Llevar a cabo la educación corporal es fácil, los medios y lugares pueden ser todos aquellos *lugares y momentos donde se hallan el niño y la madre o el maestro*. Las sencillas preguntas que hay que hacerse son éstas:

¿Qué movimientos puedo hacer yo con cada uno de los miembros de mi cuerpo y con cada una de sus articulaciones? ¿En qué direcciones pueden tener lugar esos movimientos, y en qué situaciones y posturas? ¿Cómo pueden unirse unos con otros los movimientos de varios miembros y de varias articulaciones? (pág. 160)

17.- Metodología de los ejercicios gimnásticos

Emana de las sencillas preguntas anteriores. Pestalozzi afirma que habrá quien considere que los ejercicios son muy simples e infantiles, y... habrá acertado. Pero aquellos a los que les parezcan ridículos, añade, es porque *no conocen a los niños ni sus necesidades, ni saben a qué grado de fuerza y autonomía corporales llevan*. (pág. 160)

En todo caso, los *progresos* están muy relacionados con

... la estimulación de las demás disposiciones de los niños, es decir, las intelectuales, las estéticas y las morales –las cuales ciertamente pueden desarrollarse con otros medios del todo distintos- y también con sus circunstancias y necesidades familiares y cívicas. (pág. 160)

Finalmente, Pestalozzi remite a los resultados de esta educación física, a la que los niños se entregan con alegría y vivo placer, mejorando su habilidad general y valentía, adquiriendo *una energía tanto mental como corporal*, y generando notables cambios *en aquellos que parecían los más desvalidos, perezosos e inactivos*. (pág. 161)