SPORTS

EDITORES PROPIETARIOS:
EMPRESA "ZIG-ZAG"

AÑO I NUM. 9
Santiago de Chile, 11 de Mayo de 1923

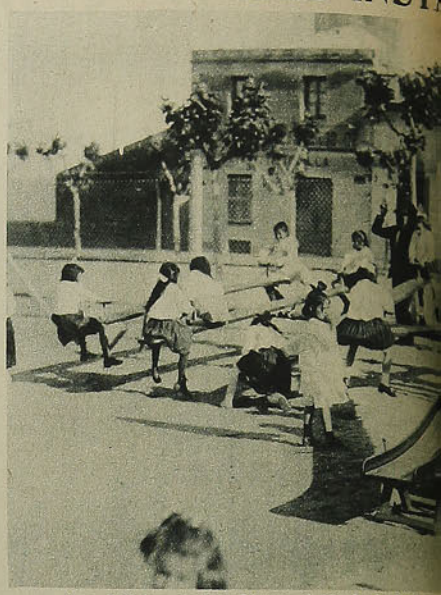
SEMANARIO NACIONAL

El Excmo. señor Alessandri, que ha dado tantas pruebas de su entusiasmo por los deportes, concurre como todo buen ciudadano al Polígono de Tiro para no perder la destreza en el manejo de las armas. La presente fotografía muestra al Presidente, haciendo una serie durante el campeonato organizado en honor de los Delegados a la V Conferencia Panamericana.

PRECIO: 50 Centavos.

TRABAJEMOS PARA QUE LAS MUNICIPALIDADES INST

Las evoluciones en el aire en el "Paso Gigante", constituyen el deporte más agradable para ambos sexos.



Las delicias de los chicos: el "sube-baja" y

Por un cablegrama recibido de Nueva York, nos hemos impuesto que "un estadio hecho en Chicago demostró que la delincuencia infantil aumenta en razón directa de la distancia a que está un campo de juego. La creación de una plaza de ejercicio físico en un barrio obrero de S. Pablo, tuvo por consecuencia la reducción del 50 por ciento de la delincuencia infantil. Los informes suministrados por más de 500 ciudades norteamericanas revelan que estas gastan en campos de juegos cerca de 9 millones de dollares al año."

Este cablegrama nos viene a demostrar una vez más en forma elocuente la gran importancia de las plazas de deportes y la necesidad que hay en que nuestras autoridades se preocupen de establecerlas por todos los puntos del país.

En 1920, la Playground and Recreation Association of América informó que 465 ciudades dirigieron 4,293 sitios y centros de juegos con un costo de más de 7.000,000 de dollares. La ciudad de Chicago sólo gastó en recreo 1.000,000. Detroit, en el estado de Michigan, sostuvo 144 centros de juegos dirigidos por personas de experiencia y remuneradas. Flint, del mismo estado, empleó 120,000 dollares en piscinas, y Ely, pueblo minero de 5,000 habitantes votó 7,500 dollares. Los mejores campos de juegos se encuentran en Chicago, los que fueron calificados por Roosevelt como **"el triunfo cívico más notable"**. Hay piscinas de natación y de vadear, canchas para patinar, lagos para remar, bien montadas casas para que los sports se puedan practicar en todo tiempo. Estos edificios están provistos de gimnasios, salones, baños, etc.

Los gimnasios están a cargo de instructores competentes que organizan clases gratuitas para todos los que deseen acudir. Anualmente, en el verano, se bañan un millón de niños. Un día se bañan las niñas y otro día los niños.

Las piscinas, en conformidad a las reglas sanitarias, están escrupulosamente vigiladas y con servicio de agua corriente para impedir las enfermedades. En 1920 los niños de Oaklant poseían 52 sitios de recreo.

Los primeros patios o centros municipales, según el Boletín de la Unión Panamericana, fueron suministrados por subscripciones privadas, siendo los iniciadores en la mayor parte, los Clubes de Mujeres y los Centros vecinales de cultura y recreo. Pero como esta patriótica labor llegó a hacerse demasiado grande para ser dirigida por unas pocas personas, se encargaron de ella los municipios ,secundados por vecinos entusiastas. Como no todas las ciudades pueden permitirse el lujo de tener estos campos, los municipios cierran con cuerdas algunas calles en ciertas horas del día para que los niños puedan dedicarse a sus juegos favoritos sin los peligros originados por el tránsito. En otras ciudades donde no existen baños o piscinas se proporciona a los niños ducha fría en las calles o sitios especiales. Todo gratis.

Así se educa a la juventud cuando se desea

Los placeres que tienen derecho de reclamar los niños.

Dada la gran importancia que se da en Estados Unidos a las plazas de deportes y los incalculables beneficios que ellas prestan, daremos a conocer a nuestros lectores mayores datos en otra información.

En el Continente Sudamericano marcha a la vanguardia en esta patriótica tarea el Uruguay.

El señor Benedicto Kocian, profesor de educación física que hace poco se dirigió a Europa, a participar en el Congreso del Niño, que se celebrará este año y que lleva una comisión ad honorem de la I. Municipalidad de Valparaíso, nos ha proporcionado los siguientes datos relacionados con los campos de juego del Uruguay.

* *

El interior de las Plazas de Deportes de este país está dividido en dos partes principales: Sección hombres y sección mujeres, dividiéndose otros sitios destinados a los diversos deportes y una sección especial don-

EN PLAZAS DE DEPORTES EN TODAS LAS CIUDADES

tobogan'', son sus aparatos favoritos.

En las plazas de deportes se forman los mejores atletas uruguayos.

r una generación sana de cuerpo y alma.

de principia la benéfica obra de la plaza llamada **"Rincón de las Guaguas"**.

Bajo la sombra de los árboles y toldos especiales, se ven a los pequeñuelos jugar en unos cajones de arena fresca y limpia.

Ahí, la pequeña, con plena libertad de movimientos, desarrolla sus músculos, llena su pechito con aire puro y juguetea con una infinidad de objetos inofensivos que se les pone a su alcance.

Se encuentran diversas clases de columpios cómodos y adecuados al tamaño de los niños. Para completar los cuidados, personas entendidas dictan conferencias y ofrecen a las madres toda clase de consejos relacionados con el desarrollo del niño. Los mayores, o sea hasta 6 años, encuentran aparatos más adecuados, que ellos mismos pueden manejar, activando suavemente los músculos de los brazos, piernas y tronco, como columpios especiales, subé-baja, y el favorito tobogán chico. El último representa una clase de montaña rusa donde el niño sube mediante una escalera perpendicular con pasamanos por ambos lados para dejarse caer resbalando en la arena.

Podemos constatar en este juego tres efectos de mucho valor: el coraje, el ejercicio de subir y la sana sensación de placer que le causa al caída.

El programa de los niños (púberes) de 7 a 10 años está relacionada con los siguientes objetivos: Corregir la mala postura, aumentar la circulación de la sangre y la respiración. El cansancio no debe exceder sólo a un término medio de la capacidad del niño, alternado con frecuentes descansos.

El Tobogán grande, la escalera horizontal y el paso gigante, son los más favoritos y a la vez los que proporcionan inmenso bien para el desarrollo de los niños.

Su efecto fisiológico se manifiesta en el enderezamiento de la espina dorsal y crecimiento. Otro aparato, que hace experimentar a los niños la sensación de volar, es el denominado paso gigante. En los primeros días que lo utilizan, sentirán el pecho y cintura adoloridos por razón de que los músculos pectorales y abdominales tienen una activa participación en los movimientos que obliga a realizar el funcionamiento del aparato.

En otras palabras, es el resultado del buen ejercicio, que produce dilatación e inflamación suave de las fibras musculares que luego se multiplican sus células y se solidifican en músculos más voluminosos y resistentes. Este aparato también es sumamente útil para el desarrollo de las niñas: los flexores de los miembros superiores se fortalecen, el pecho se dilata y los músculos abdominales accionan y se desarrollan. Esto último se puede indicar especialmente para las niñas, cuyos vientres de futuras madres deben tener paredes fuertes y musculosas.

En los niños de 10 a 16 años se intensifica el programa de los ejercicios, por medio de mayor coordinación muscular. Se practica toda clase de pruebas atléticas, y modernamente se ejercitan con aparatos, para adquirir mayor fuerza y agilidad. Los juegos recreativos como Basket-Ball, Volley Ball, Base Ball, etc., ocupan la parte predilecta del programa para estos adolescentes.

Al término de sus clases, tanto los niños como niñas, jóvenes o señoritas, se dirigen al pabellón para tomar su baño vigorizador, que cuenta con prolija y moderna instalación: baños, vestuarios, sala para los exámenes físicos, etc.

En Chile, desgraciadamente, no tenemos plazas de deportes.

Ultimamente, la I. Municipalidad de Valparaíso ha acordado la construcción de una, frente a la Biblioteca Pública, la que es de esperar sea la primera de una serie que necesitan construirse en los distintos barrios del primer puerto del país.

La de Santiago no ha hecho nada hasta la fecha.

Los sitios y centros de juego—se ha dicho—constituyen una verdadera inversión de capital, inversión que rinde grandes dividendos en forma de ciudadanos sanos y buenos.

G. B. P.

Ejercicios por una sección de niñitas.