

La mujer y el deporte...

... en los libros



de la Biblioteca del INEF

3-10 de noviembre
Vestíbulo del INEF

Nuestros libros y el contexto

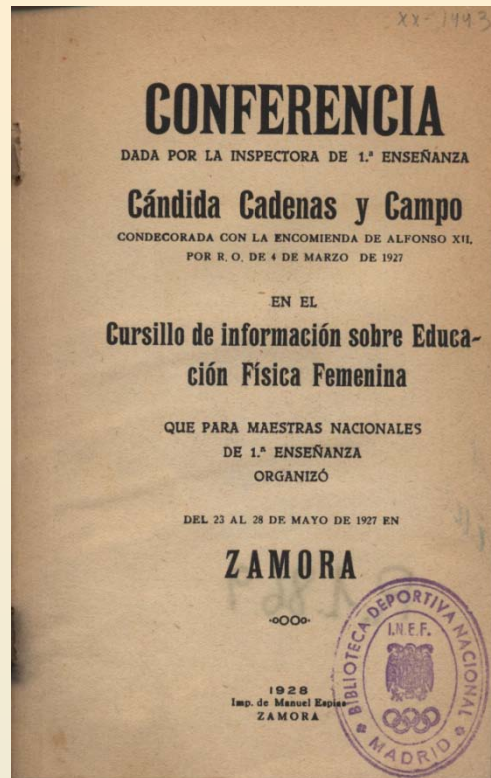
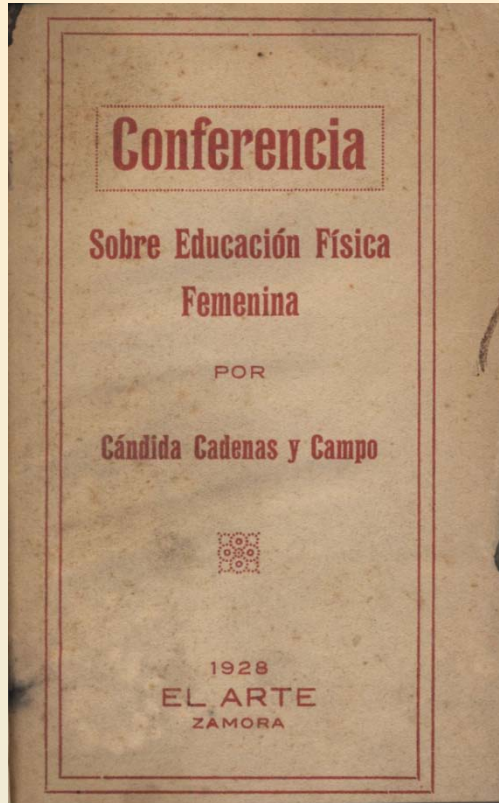
La Universidad Politécnica de Madrid y el Seminario Permanente Mujer y Deporte organizan las *Jornadas Mujer y Deporte I+D+i*, y la muestra fotográfica *Mujeres Deportistas Siempre Adelante*. En este contexto la Biblioteca del INEF presenta *La mujer y el deporte en los libros*. Se trata de una pequeña exposición de libros de nuestra biblioteca, impresos en los siglos XIX y primera mitad del XX que tratan de cómo el ejercicio, el deporte y la educación física veían a la mujer. Y viceversa.

1 Los libros escritos por mujeres

Iniciamos la muestra con la visión de las mujeres: 6 libros de deporte escritos por mujeres entre 1918 y 1944. Sus nombres: Cándida Cadenas, Irene Popard, Susana Devereux, Sonja Graf, Viola Mitchell y Marie Thérèse Eyquem. Sus libros nos hablan concretamente de la educación física para la mujer, del softbol y del ajedrez, y más en general de la mujer y el deporte.

Mención aparte merecen *La educación física y moral de las mugeres*, escrito por Josefa Amar y Borbón en 1790, del que exponemos la edición moderna, y la *Conferencia ... en el cursillo de información sobre Educación Física Femenina que para maestras nacionales de 1ª enseñanza organizó del 23 al 28 de Mayo de 1927 en Zamora*, de Cándida Cadenas, ilustrado con fotografías originales.

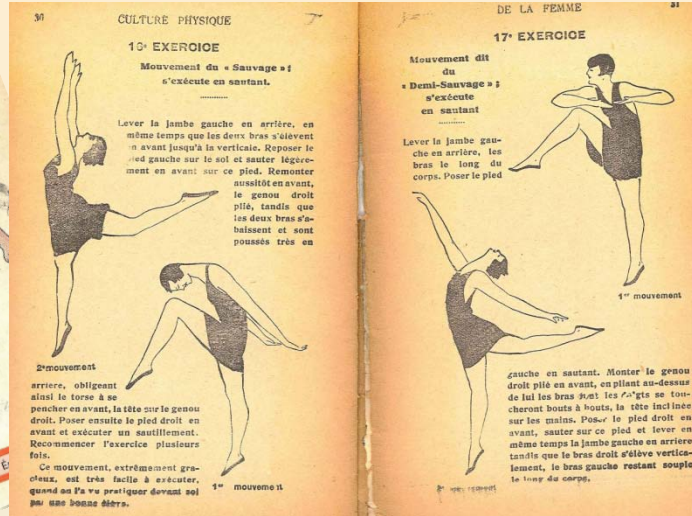
1 Los libros escritos por mujeres



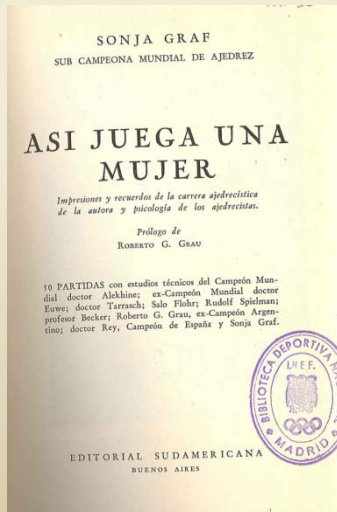
Cándida Cadenas. *Conferencia sobre Educación Física Femenina.*



1 Los libros escritos por mujeres



Irene Poppard. *Culture physique de la femme*



Irene Poppard. *Culture physique de la femme*

xx-479 2
7

Softball FOR GIRLS

BY
VIOLA MITCHELL, M.A.
Department of Physical Education for Women
HANOVER COLLEGE

ILLUSTRATED



A. S. BARNES AND COMPANY, INC.

NEW YORK

THE INFIELDERS

69

Watch for the runner who fails to touch base and quickly put her out.

Always know if a runner is forced and you need only to touch the bag to put her out or whether you must touch the runner herself. If it is a force-out, be alert to the possibility of a double play.



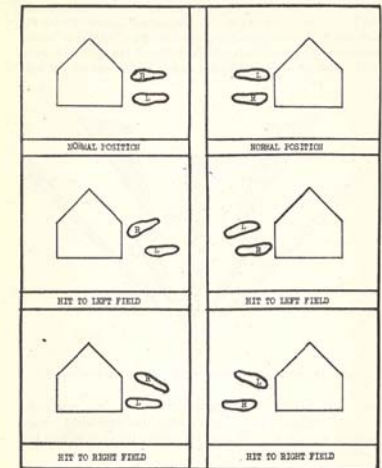
FIG. 27. The runner has dropped to the ground and placed her foot on the bag, thus evading the ball which the baseman is holding too high.



FIG. 28. Forcing the runner to tag herself. Notice how the baseman has straddled the bag and is holding the ball low in the path of the runner who will automatically tag herself.

THROWING TO A BASE

The easiest and quickest way to turn toward the direction in which you wish to throw is by a pivot taken on the foot nearest that direction.



Left-Handed Batter Right-handed Batter
FIG. 10. Positions of the feet of the batter when attempting to place hit.

2 Los libros del siglo XIX

La muestra del siglo XIX incluye 5 libros impresos entre 1869 y 1894. Sus autores son franceses e italianos, además del español Luis Vives. Dos de los textos incluyen en su temática la educación de la mujer desde un punto de vista general, como *La educación de las hijas de familia*, de Félix Dupanloup, y la *Instrucción de la mujer cristiana*, de Vives.

CARTA NOVENA.

A la misma.

Las «recreaciones».

Hablando de los cuidados físicos é higiénicos que reclama la educación de las niñas, es imposible pasar en silencio sus juegos.

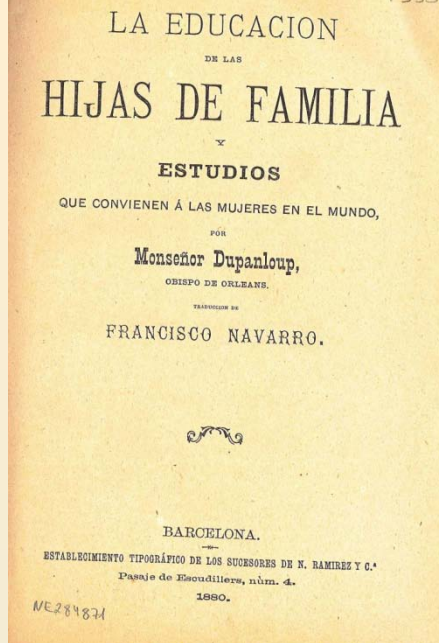
Los juegos de *recreo* son de importancia extrema en toda casa de educación; pero no es fácil gobernarlos bien.

Todo el mundo comprende que los ejercicios del cuerpo y la actividad de los juegos son necesarios á las niñas, y sobre todo á niñas que permanecen inmóviles, sea en el estudio, sea en clase, y trabajan, sériamente, casi diez horas cada día.

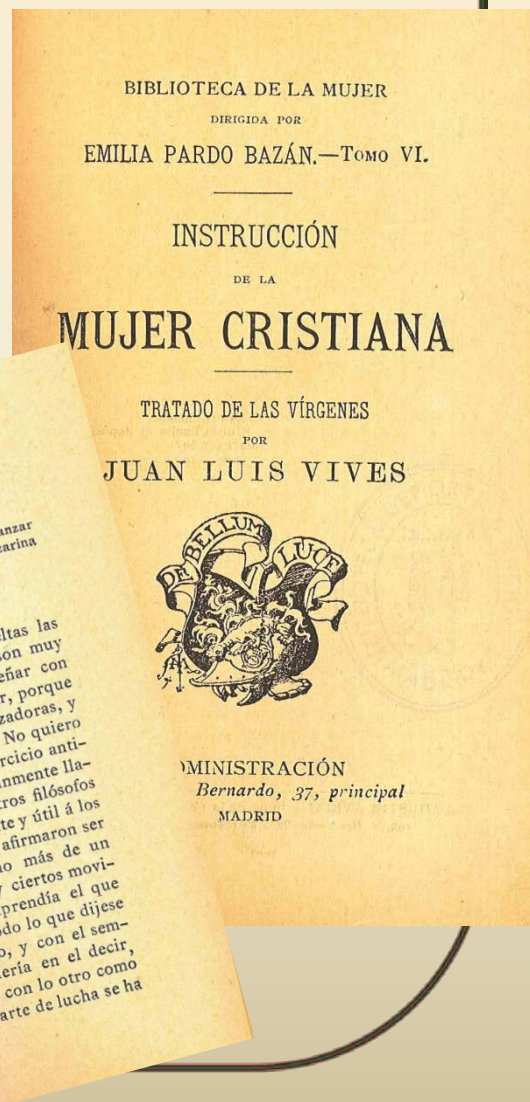
Así, pues, conviene en las «recreaciones» y en los paseos hacerlas evitar con cuidado la negligencia del *sur niente* y la molición; las institutrices cuerdas deben aplicarse á introducir una gran variedad de juegos agradables que animen á todo ese pueblo de niñas, y ejerciten los cuerpos para hacerlos más flexibles y hábiles, más sanos y vigorosos.

Todavía adelantaremos más: es deseable, añadiremos, que las maestras tomen tanta parte como posible sea en las *recreaciones* de sus discípulas, mezclándose amigablemente en sus conversaciones y en sus juegos, y hasta en caso necesario, sabiendo animar lo todo. Todo el mejor orden de una casa de educación depende alguna vez de ello. Esto requiere en verdad, en las maestras, una aptitud especial y bastante abnegación, pero esta abnegación es necesaria.

Conviene unir á ello una gran vigilancia sobre todas esas niñas. Nada más difícil que el divertir las sin peligros; aman tanto el placer, las emociones vivas, la disipación, la *evaporización*, que es



2 Los libros del siglo XIX



Los otros tres hacen mención concreta a la educación física y la gimnasia para las mujeres y para las niñas. Sus autores son el italiano Mosso, traducido al español, y los franceses Fonsagrivess y Laisné, quien en su tratado *Gymnastique des demoiselles* ilustra perfectamente con dibujos el tipo de educación física que promueve para la mujer. Tanto esta obra como la de Mosso fueron donados a nuestra Biblioteca por Rafael Hernández Coronado.

XIX-606

GYMNASTIQUE

DES DEMOISELLES

OUVRAGE
DESTINÉ AUX MÈRES DE FAMILLE

CONTENANT
LA DESCRIPTION DES EXERCICES AVEC LA CONSTRUCTION ET LE PRIX
DES MACHINES ET INSTRUMENTS

PAR
N. LAISNÉ

PROFESSEUR DE GYMNASTIQUE, MASSAGES ET FRICTIONS APPLIQUÉS A LA MÉDECINE
Chevalier de l'Ordre de Dannebrog
Chargé, avec M. le colonel d'Argy, de la fondation de l'École Normale
de gymnastique militaire de Joinville
Fondateur et Directeur de la gymnastique dans les hôpitaux
Directeur des gymnases de l'École impériale polytechnique
du Lycée Louis-le-Grand, etc.

Deuxième Édition

BIBLIOTECA

R. HERNANDEZ CORONADO

LIBRAIRIE DE L. HACHETTE ET C^o
BOULEVARD SAINT-GERMAIN, 77

1869

R. Hernandez Coronado

Tout exemplaire non revêtu de la signature de l'auteur
sera réputé contrefaît.

Laisné

64 HALTÈRES.
lanceront de nouveau les haltères en avant, ainsi que le pied



Fig. 58.



Fig. 59.



Fig. 60.

89 ORTHOPÉDIQUE.
sur deux échelons de même hauteur, le dessus en l'air, et à
peu près à la hauteur des reins. (Voyez la figure 85.)
Dans cette position, elle fera effort des bras en poussant sur

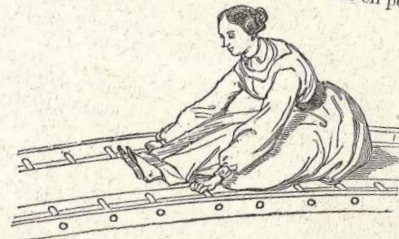


Fig. 86.

les mains, de manière à faire monter le corps le plus possible
en arrière, sans mouvement brusque. (Voyez la figure 86.)
Le corps étant hissé de cette manière, elle replacera les mains



Fig. 87.

sur deux échelons de même hauteur comme précédemment,
et répètera ce même mouvement, jusqu'à ce qu'elle soit ar-
rivée au haut de l'échelle. Là, elle descendra les mains sur
8.

XIX-590

L'ÉDUCATION PHYSIQUE
DES
JEUNES FILLES

DES

OU

AVIS AUX MÈRES

SUR L'ART DE DIRIGER LEUR SANTÉ ET LEUR DÉVELOPPEMENT

PAR LE PROFESSEUR

J.-B. FONSSAGRIVES

Vulgariser sans abaisser.

Savoir et sentir, voilà toute l'éducation.
M^{me} DE STAEL.

DEUXIÈME ÉDITION



PARIS

L. HACHETTE ET C^{ie} | VICTOR MASSON ET FILS
boulevard Saint-Germain | place de l'École-de-Médecine

1870

Droits de traduction et de reproduction réservés.

XIX-280

ANGEL MOSSO
PROFESOR EN LA UNIVERSIDAD DE TURÍN

—♦—♦—♦—

LA
EDUCACION FISICA DE LA JUVENTUD

VERSIÓN CASTELLANA DE

D. J. MADRID MORENO

SEGUIDA DE

LA EDUCACIÓN FÍSICA DE LA MUJER

DEL MISMO AUTOR



MADRID
LIBRERIA DE JOSÉ JORRO
CALLE DE LA PAZ, NÚM. 23
1894

Rafael Hernández Coronado



EDUCACIÓN FÍSICA DE LA MUJER ⁽¹⁾

I

La educación física de la mujer es, por varios respectos, más importante que la del hombre; y modernamente, además, reclama la atención de los hombres de estudio, porque la gimnasia alemana que se hace en las escuelas, encuentra viva oposición.

Los obstáculos que se han de vencer para una reforma en la educación física de la mujer son quizá menores que si se tratase de la de los hombres.

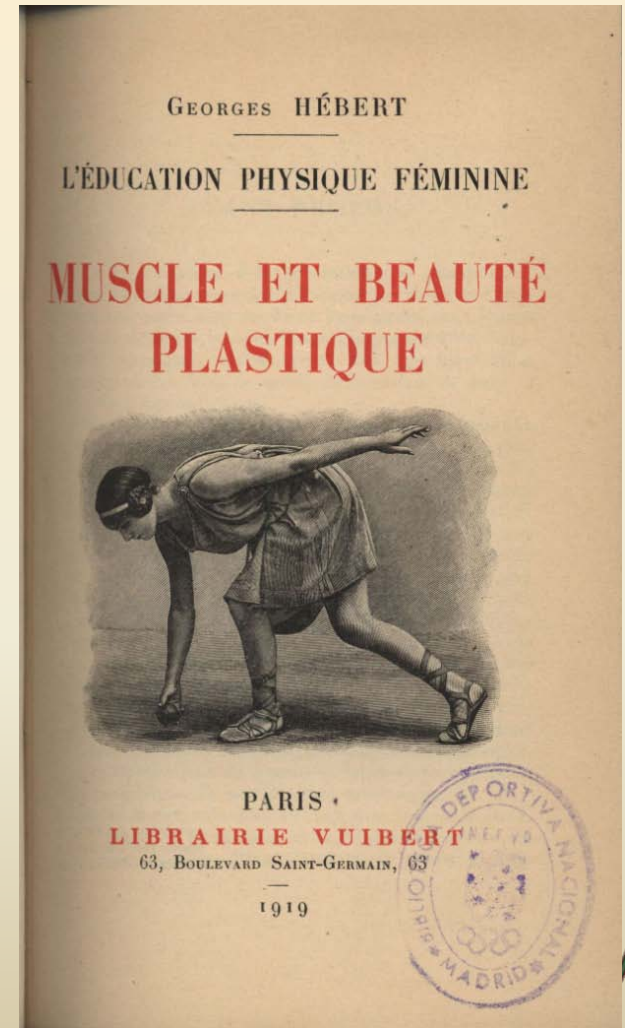
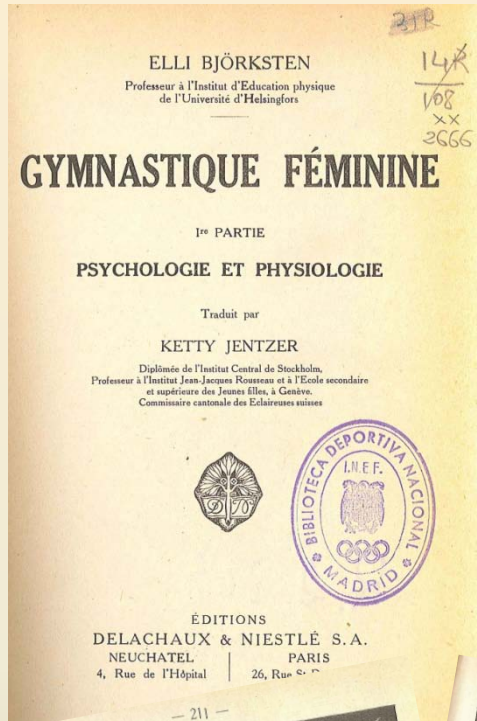
En aquella, en efecto, no se requiere que la gimnasia sea una preparación para el servicio militar, ó que las maestras sepan tirar las armas, ni que las alumnas hagan ejercicios acrobáticos; hay, pues, mayor esperanza de que los fisiólogos y los

¹ Publicado por primera vez en español en el núm. 373 del *Boletín de la Institución libre de enseñanza*, correspondiente al 31 de Agosto de 1892.

3 Los libros de la primera mitad del XX

Los libros del siglo XX son obras impresas entre 1903 y 1938. La mitad de ellos tratan de educación física, y, además de dos títulos que tienen que ver con el masaje, la higiene y la belleza, la temática del resto incluye el tratamiento de determinados deportes enfocados a la mujer. Las lenguas en que se imprimen, aparte de un título en inglés son casi a partes iguales el español y el francés.

La educación física está representada por varios títulos escritos en francés e impresos por editoriales prestigiosas de Paris.





A gauche : FIG. 14. Franchissement du « hock » par une gymnaste suédoise. — A droite : Exercice de flexion du buste en arrière sur la poutre. (Méthode suédoise.)

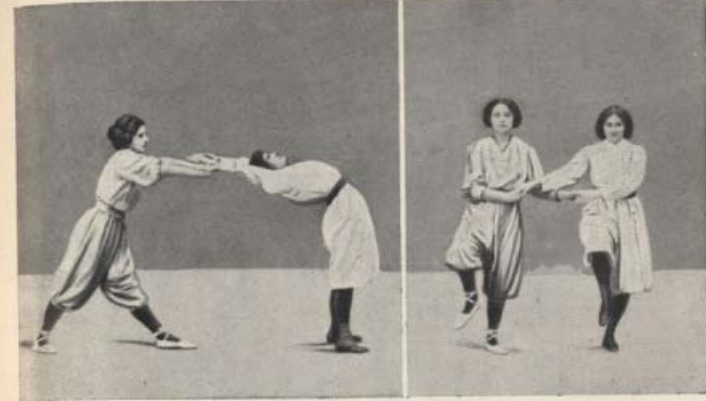


42

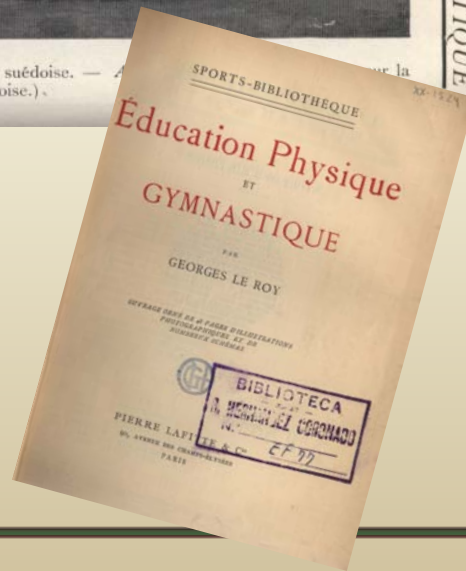
EDUCATION PHYSIQUE ET GYMNASTIQUE

LA MÉTHODE DE DEMÉNY

35



En haut, à gauche : FIG. 7. Exercice de flexion du buste en arrière. — A droite :




15 Minutes d'exercice par jour
pour la santé

Mon Système

méthode de culture physique

Pour les Femmes



par **J.P. MULLER**

Auteur de "Mon Système" — "Mon Système pour les Enfants"
"Cinq minutes d'entraînement par jour".

EDITIONS PIERRE LAFITTE, PARIS

Jorgen Müller, numerosas veces reeditado, y autor de textos de gimnasia para diferentes sectores de la población, presenta su sistema para las mujeres.



LE LIEUTENANT MULLER AVEC SA PETITE-FILLE MIRABELLE

23. — Première position pour l'exercice de rotation du tronc.

24. — Tronc à gauche. Inspiration terminée. (Pieds immobilisés)

25. — Même mouvement à droite, après être revenue à la position 23.

26. — Flexion de côté en partant de la position 24.

27. — Plus entraînée, exécution en gardant les genoux bien tendus.

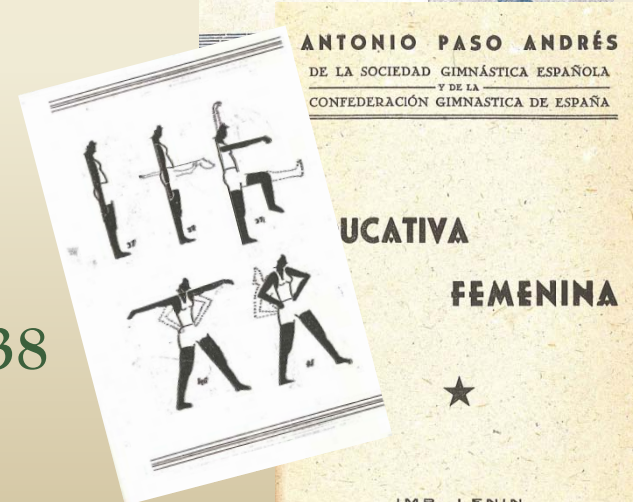
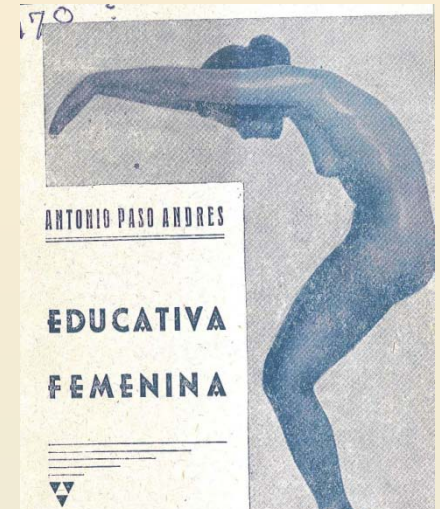
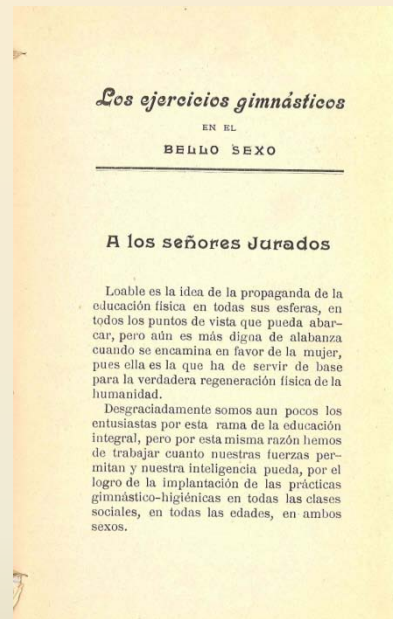
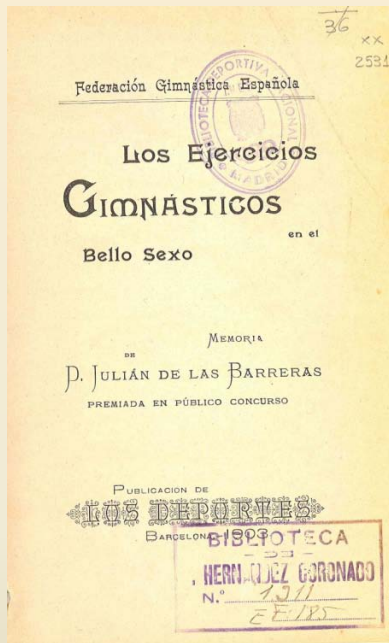
28. — Position détecteuse, le tronc n'est pas resté tourné.

13. — Cette figure montre l'extrême position arrière de la jambe pendant les courts balancements.

14. — Et celle-ci, l'extrême position avant. Respirez tranquillement et profondément, une respiration correspondant à plusieurs balancements.

16. — Quand vous êtes bien entraînée vous pouvez vous dispenser de la chaîne comme appui et vous placez les mains sur les hanches.

En cuanto a los libros españoles, el curioso libro *Los ejercicios gimnásticos del Bello Sexo*, de Julián Barreras perteneció también a la Biblioteca de Hernández Coronado.

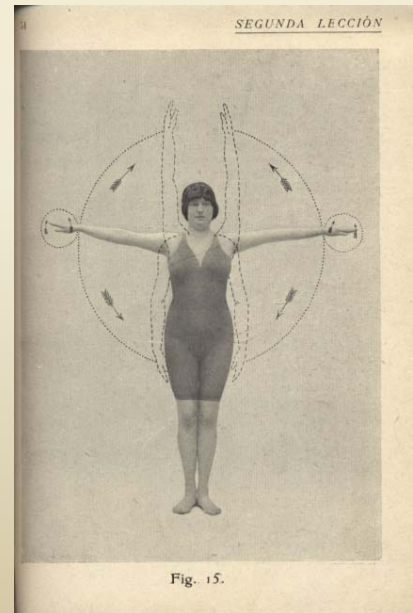


La *Educativa Femenina* de Antonio Paso presenta el interés de estar impreso en 1938 en la imprenta Lenin de Madrid.

3 Los libros de la primera mitad del siglo XX



La traducción del libro de Max Parnet se imprime en Madrid en 1923.



EDUCACION FÍSICA

LECCION QUINTA

EXERCICIO INDIVIDUAL.

Extensión y flexión de la pierna hacia atrás.

Posición. — Extensión derecha. Mover en los lados y a detrás de la línea.

Ejecución. — Levantar cuando sea posible la pierna derecha hacia atrás, con el pie estendido, de manera que el talón se coloque detrás de la pierna de apoyo que debe permanecer firme. Volver al mismo tiempo rápidamente, hacia atrás, la cabeza y el tronco. Revertir la posición inicial y hacer el mismo movimiento con la pierna izquierda.

Figura 40.

Resolución. — Trabajo de los aductores del muslo y de la pierna (posterior), de los talones y de los abductores (interior).

3 Los libros de la primera mitad del siglo XX

Finalmente, un conjunto de libros impresos entre 1911 y 1933, escritos en varias lenguas, procedentes de distintos lugares, nos muestran la práctica deportiva de la mujer en diferentes deportes: voleibol, hockey, tenis, baloncesto, deportes de invierno...



ARTICULOS PA Spalding BASKET BALL EQUIPMENT FOR WOMEN



This shoe will keep your feet on the floor!

PL. Not simply a cut down Men's shoe, but one designed especially for women. Its white canvas uppers and special sole, with center of crepe rubber and outside border of soft black gum rubber, give it superior gripping qualities. Special rubber reinforcement over instep not only adds to its appearance, but also gives additional support. A light comfortable shoe that can be used either indoors or outdoors. Sizes 2½ to 8 Pair, \$3.50

FOR ADDITIONAL INFORMATION WRITE THE GIRLS SCHOOL AND COLLEGE DEPARTMENT
218 Fifth Avenue, New York City
717-14th Street, N. W., Washington, D. C.
your nearest Spalding Store



Athletic Activities for Women and Girls
BASKETBALL
— OFFICIAL GUIDE —
NATIONAL OFFICIALS' RATING
Women's Rules and Editorial Committee of the Women's Athletic Section of the
American Physical Education Association



SPALDING ATHLETIC LIBRARY

American Sports Publishing Company, New York



Srta. Rosalia Maycas, vencedora en la primera carrera de skis para señoritas verificada en la Sierra



LE PATINAGE A VOILE. — Dans les pays du Nord, les femmes s'adonnent passionnément à ce sport.



FIGURES LIBRES. — Un arrêt

tr réussir



Malgré les dangers qu'il présente, ce sport rencontre parmi les femmes d'intrépides et savantes adeptes.

LES SPORTS D'HIVER



LE TRAINAU AUTOMOBILE. — Le lieutenant de la Bese est l'inventeur de ce trainau automobile, de construction commode et légère.



LES SPORTS D'HIVER

Un virage sur un bouloir à roulettes. — Le virage est le mouvement le plus difficile, par conséquent le plus dangereux. Pour éviter ce bêtis il demande de la vigueur, de l'équilibre et du sang-froid.

Magnus, Louis y Renaud de la Fregeoliere. *Les Sports d'Hiver*. Paris, Pierre Laffite, 1911.