

cazione fisica, come ottimo mezzo di irrobustimento dei fanciulli. Ma perchè le esercitazioni ginnastiche, possano corrispondere agli alti scopi igienici e profilattici, cui vogliamo indirizzarle, è necessario che vengano saggiamente applicate.

L'educazione fisica razionale, non ricerca nè la coreografia, nè lo sviluppo eccessivo della forza, ma l'equilibrio, cioè: la salute, perchè non è col dare preponderanza allo sviluppo dei muscoli, che si crea la resistenza dell'organismo, ma con un'educazione fisica, armonica, basata su dati e cognizioni scientifiche ben fissate ed ispirate a concetti igienici e fisiologici, anzichè a tendenze decorative, atletiche, campionistiche o acrobatiche. Galeno scriveva con ragione: «*Gymnastica ad sanitatem periculosa est*» perchè, come medico della scuola dei gladiatori, potè osservare, in essi, una speciale morbilità, come si constata, anche nei nostri tempi, in coloro che abusano di esercizi ginnastici, o li praticano in modo empirico.

Oggi, per volere del P. N. F., la ginnastica lavora in stretta collaborazione con l'igiene e con la medicina, per la bonifica della razza e noi vediamo applicata, nelle colonie del Partito, quella forma razionale di esercizio che, lungi dal proporsi finalità soltanto formali e ricreative, mira realmente alla conquista della salute.

Questa forma di ginnastica, salutare e gioconda, che amplia il torace, attiva la respirazione e la circolazione, sviluppa armonicamente il sistema scheletrico e muscolare, corregge i cattivi atteggiamenti, rettifica le curve esagerate, o comunque anormali, della colonna vertebrale, che rispetta, cioè, i postulati della medicina e dell'igiene, della fisiologia e della psicologia, è oggi pienamente applicata nelle colonie permanenti, temporanee e in quelle di vacanza. Ed è un vero godimento vedere i bimbi sulle spiagge, sulle pendici collinari e montane e sulle praterie, attendere, con esuberante gioia, alle esercitazioni impartite secondo quei concetti e quelle direttive, che la mente e il cuore degli educatori hanno tanto auspicato e costantemente diffuso.

E i vantaggi che ricevono il corpo e lo spirito dei bimbi, affidati alle cure sapienti e amorose delle vigilatrici, preparate a questa nobilissima funzione, nei corsi specializzati istituiti dal P. N. F., sono già palesi, tanto che i nostri bimbi, ci appaiono, come non mai, floridi, belli e pronti, fin dai loro primi anni, ad essere l'orgoglio e la speranza della Patria Imperiale.

ENZO CARLI



Giochi: giocondità e destrezza