

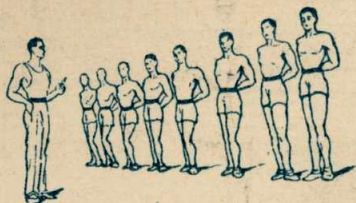


Varios
[S] - Olafsen

CULTURA FISICA

CLASES COLECTIVAS

COMO DEBEN EJECUTARSE LOS EJERCICIOS DE LA SERIE



La finalidad que se persigue con esta serie de láminas no es enseñar al que sabe, sino colaborar con los maestros que deseen guiar a sus alumnos en sus prácticas gimnásticas.

Las voces de mando serán fáciles de deducir, teniendo en cuenta las ilustraciones y el texto incluidos en las láminas.

Se toma la posición de partida como voz preventiva y explicativa al mismo tiempo.

Así, por ejemplo, para una extensión del tronco, lámina 11, figura 1, «Pie izquierdo al costado con manos a la cintura» (Preventiva y explicativa), U...no! (Ejecutiva).

Los alumnos, a esta voz, cumplirán la orden.

Luego se ordena el ejercicio que deben ejecutar, mencionando el movimiento: «Extensión del tronco».

Voz ejecutiva (U... no! (Los alumnos extienden el tronco).

Do...os! (Vuelven a la posición de partida). Se procederá de igual manera con los demás ejercicios.

Los ejercicios sofocantes en una clase colectiva, se harán a base de juegos que, además de agregar un nuevo factor de placer, aprovechan de toda la influencia educativa que los juegos ejercen sobre los niños y que los maestros conocen perfectamente. Tendrán una duración de 10 a 20 minutos, de conformidad al tiempo destinado a la clase.

A continuación seguirá un breve ejercicio calmante, como por ejemplo, dar una vuelta al patio a paso lento, para terminar la clase con los ejercicios respiratorios.

Tanto para las clases individuales como para las colectivas, no se debe comenzar un nuevo ejercicio sin dominar bien el anterior.

Hay que ir venciendo las dificultades una tras otra sin apresuramiento. (Léase «La gradación en educación física»).

NÓMINA DE LOS CONSEJOS ÚTILES CORRESPONDIENTES A ESTA SERIE

- 1 - Su realización al aire libre.
- 2 - Frecuencia y duración.
- 3 - El traje de gimnasia.

- 4 - La hora más conveniente.
- 5 - El entrenamiento.
- 6 - Otros consejos útiles.
- 7 - La gradación.

- 8 - La fatiga.
- 9 - Clases individuales.
- 10 - Clases colectivas.

1ª - 9 - 2 - 1598 -

En el nº 2 a pag. 145 -

Interesante escrito en el cual describe como el comercio con el Brasil ha hecho bajar mucho los precios de la ropa y paños - Agrega que aquella gente compra toda la ropa que hay y los vendedores los matan para llevar el sebo al Brasil, especialmente un mercader En: Lopez" que no dejó vela de sebo que todo lo envió a Pernambuco" y pagó la @ a 3 ps" -

" y con la mucha hambre que padecen los naturales en derramado sus casas y pueblos y no paran sino a donde hallan cardones para comer y todo esto trujo consigo la pestilencia que mató muchos y a los que dejó con vida los quiciera matar con hambre" - etc -

"No embrio tipas porque ya no las ay ni se hallan ni las indias las hacen

Brasil

hambre y peste

tipas

que harto me pesa no poderlos embier
etc - "

1591
" Con esta van una butifa de miel
y otra de conserva de limones del
Brasil que embia donna Catalina -"
fechado en Cordoba en 1591 -

Al Cap. Lope de la Peña en la Ciu-
dad de Santiago de Chile -

firmado Juan de Soria -
(hijo de Pedro de Soria - es el primer
esposo de D^{na} Catalina de Bustos) -

Este expediente sumamente largo
contiene mucha informacion sobre
el comercio de esa época. Hay
varias cartas entre Soria y de la Peña -

Exp. - 5 -

Entre D^{na} Maria y Sancho de Albriza
en represent. de Diego de Burgos Celi. menor -
por tierras del p.^o de Naguasmeste sobre
el Rio 2.^o.

Cédula - En de Burgos en 1584 -

a Bernabe Alexia -

Un pedazo de tierras que esta 7 u 8 lgs.
de esta C^o - en el Rio Segundo hacia
Nabosacate de la M^o de Ant^o de Alfaro -
desde el linde de Ant^o Suarez Alexia
para abajo, de cada parte del rio,
5.000 pies - en todo lo cual se en-
tiende que a de haber las dhas 10 lue-
gas de mayo de sembradura -

✓ El 1.^o glor. dia comision a los señores
Ant. Suarez Alexia y B^{ne} Taymes
para medir y amojonar estas tierras.
(se hizo en ¹⁵⁹⁸ ~~en años anteriores a 1529~~) - Es la
primera mensura oficial de Cordoba?

✓ Brister de Tejeda en 1598 dice que
tiene merced de tierras entre Nabota-
cate y Guamacha que cae en el se-
gundo Rio -

✓ Manuel Rodriguez dice que compró
a Martin de Alorica en el Rio Segundo

mensura?

lindando con herederos de Andres Poron
y el p^o de Abasme de D^{na} Isabel
de Xez - que otros vecinos de allí
como Tristan de Tejeda y herederos de
Bla de Peralta - etc. toman posi-
cion y miden - etc. pide que
el J^{do} mande medir y autorizar
El J^{do} nombra la Comision para
dicha operacion - 1598 -

Cédula - J^{do} Aben de Ciguerra - 1579 -
a Tristan de Tejeda

Un pedazo de tierras para sembreros y
choceros entre Ninos charera y columna
charera - 3 ó 4 lqs. de este C^o que se
dice la Cañada de San Cristobal - que
cae sobre los llanos - 15 hanegadas
de sembreros - Id. de otro pedazo
de tierras que tenga 10.000 pies de ca-
bezada y 15.000 de largo la savana
adentro tierra buena para sembrar
maiz ó trigo que cae entre Nabosant

y Guamacha pueblos de Peralta -
y de Nicola de Dios - en el Segundo
País -

Mensura

El J^{do} D^o P^o Mercado de Penolaga
da las instrucciones a los comisi-
nados para la mensura - 1598 -
Los comisiados prestan juramento -
Estos en acta especial nombran es-
cribano a Rodrigo de Salinas - el
cual jura - esta formalidad se
hace en el terreno, sobre el Rio 2^o -

allí mismo nombran intérprete -
Estando entre los p^{os} de Abasme
y Guamacha desotra parte banda del
rio Segundo de la parte del Sur -
El centro es un aguero que está junto
al camino real y a orilla del Rio,
"constituyendo el inicio arbol de esta
clase en el circuito" - En las orillas
del rio hay muchos saucez -
Estan presentes los cgo y gndios de Nabo

Juamacha es Villa del Obispo?

Sacate - Juamacha y Costasacate,
vecinos del lugar.

Los indios de Naboncate no llegan a 15.
La memoria de la Mensura es larga
y muy explicativa.

Hay un croquis muy interesante.
Costasacate queda sobre el Rio 2º al Sur
de Córdoba - allí para el camino a Sta. Fe
que sigue hacia el Este costando el Rio
Luego viene Naboncate - luego ^{3.5 4.6 mls?} ~~alguna~~
leguas de Tierras y al fin Juamacha.
Es hecho en 1598 - al Sur del Rio 2º -

Es la 1ª ofensiva en Córdoba

Exps. 11 -

Interrogatorio presentado por Tejeda -
entre otros muchos preguntas:

"Item si saben que un cacique llamado
Chavala de la parcialidad de Maca-
lien del pº de Chato es de la Incon. del
dho Cap. Fructan de Tejeda que distinto

Legajo nº 10 - año 1600 -

Exp 6 -

Burgos pleitea a Rodriguez de Auesgas,
por Cocoyante -

Interrogatorio para probar el despojo -
No hay Cédulas - hay poca información -

Exp. 7 - P. L. de Cabrera / Luis Ortega por el
cacique Samba -

Cédula - D. B.º de Mercaderes de Beñalón - 1596 -
a B.º Luis de Cabrera (La de D.º Jerónimo).

Entre sus muchos servicios figura "en el
valle Calchaqui que antes estava poblado de
españoles y a fuerza de armas lo despoja-
ron los indios y mataron muchos españoles
en aquella ocasion y en la conquista dello
ari a los gobernadores y soldados que avian
gdo otras vezes los desbarataron y maltra-
taron, lo que no subcedio en la dha forma-
da" (se refiere a la de Ramirez de Velasco en
la que entuvo este hijo de Don Jerónimo) -

Leg. 10 - Exp. 7 - Nov. 12

La encomienda "de mas de los indios que tiene por ser pocos y con ellos no se poder sustentar conforme a la calidad de su persona, el repartimiento de indios que eran de Don Aljural Gonzalo de Cabrera y tenia y poseia por subcesion del dho J^{do} Don Gonzalo de Cabrera su padre, los cuales dho pueblos caniques e indios son los siguientes:

En el valle de Quilino o Quilino (20 leg. de C^{da}) el p^o Quilino, cq^e anime - p^o Sauchinta, cq^e osile guico - p^o ibra sacat, cq^e ibra - p^o catlam sacat, cq^e tacto - p^o pitanga, cq^e conys, que estos cinco p^{os} son una parcialidad que estan poblados cerca de una acequia de agua que corre por el dho valle que los indios llaman gbram mamfa. Con mas cerca de otra acequia que se llama machi mamfa en el dho valle, el p^o lusalapa, cq^e simsamira y el p^o caviapa, cq^e Tiquilis;

p^o Sayapa, cq^e narlo sucuma -

Con mas el p^o amiracat, cq^e oxil; p^o excala muba, cq^e chinchamira; p^o chupisacat, cq^e glo; p^o unsacat, cq^e sabaya; p^o chulapsacat, cq^e rilibto; p^o sarisacat, cq^e narlo anime; p^o gualala sacat, cq^e myso -

Con mas en el asiento y aguada que llaman Xequex a las espaldas de Quilino. p^o prayasacat, cq^e abachin; p^o ibachisacat, cq^e ibachichorata; p^o ciqui, cq^e Cacan; con las demas parcialidades, etc.

Con mas en el asientos que llaman Calacite, 3 leg. del dho valle de Quilino, el p^o enchamosacat, cq^e equin; p^o lavira sacat, cq^e chaymo; p^o alia sacat, cq^e gbot; p^o manasacat, cq^e gman; p^o chamasacat, cq^e gola; p^o mylangasacat, cq^e tiquan -

Con mas en el asientos y tierras de Quilote cerca del dho Calacite -

p: losacat, cq: ancham; p: lamasacat,
cq: cama; p: elug sacat, cq: gacema;
p: soyasacat, cq: tomana; p: tucuma
sacat, cq: alostam; p: mundina sacat,
cq: mundina.

Con mas 3 ó 4 lfs. de dho valle de Quilino

p: guacosacat, cq: tiquilis; p: vichinchin,
cq: ancham; p: isasacat, cq: proxima;
p: umbasacat, cq: cumaquem; p: sitima,
cq: cincha.

Con mas 6 lfs. de Quilino - parcialidad y
p: pusacat - p: puscat, cq: xarba; p:
insacat, cq: orlo; p: ymchinsacat, cq:
chaimcherba con los demás pueblos de esta
parcialidad de pusacat e indios de ella
con sus principales.

Todos los cuales fueron de la dñe de D. Jmo
y hoy al d. del p: de Bliwisacat, cq: b:
bilibla cheraba y cq: cantacor y otro
chirivi chaba que fueron de B: de Villalba, d: b:
que estan el rio abajo de la dñe doce lfs.

Posesion con dos indios que habitan la len
Jasjal del Piru:

8^{vo} lfs del p: carisacat, cq: gacalti-
Baltasar sifochava del p: biliblasacate
cq: bilibla cheraba.

Legajo 5^o 24p. - 1 1/2.

Cedula - 8^{vo} lfs de D: guerra - 157-5

a B: de Villalba -

X

adelante de Calamuchita - p: calamarina, cq:
conchos y calamar charava - p: Tiquinarina,
cq: chis charava y tiqui charava - p: on:
quis navira, cq: oniquis charava - p: tol:
tina navira, cq: colfracharava - p: guala:
pi navira, cq: gualapi charava - p: ospis:
navira, cq: ospis charava - p: comas che:
min, cq: comas charava - p: tarica,
yvira, cq: tarica charava - p: Yungonavira,
cq: yungo charava - p: cantamana, cq:
cantamana charava - p: molon navira,
cq: molon charava - p: pomasas navira,

Ya pasado

eq: promesas charara -

Con mas en los llanos de Rochelin -

ojo -

p: quis quis sacat, eq: ayofox - p: hofam sacat

eq: tiquilis -

Cédula - J^{do} Alon de B. guero - 1575 -

a Juan Martin cirujano -

Tras la sierra que llaman de Calamochita

y en aquella comarca -

p: linlin sacat, eq: linlin charara - p:

gbachanauca, eq: gbachanauca charara - p:

cinisacat, eq: cinisacat - p: sinisacat

eq: sinisacat charara - p: timbaha, por otro

n: caxa sacat, eq: caxa charara - p: jo cum

dasacat, eq: jo cum charara - p: pinisacat

eq: pinisacat - p: chin chin sacat, eq:

chin chin charara -

Cédula - Hernando de Bermea - 1584 -

a Diego de Coria Carrasco

En la provincia de Calamochita

p: linlin sacat, eq: linlin charara

son los mismos anteriores pero en la

gas de chin chin dice Chui chui

por fin y muerte de Martin cirujano -

y en 1584 Con mas adelante de Bermea -

p: tuluytin, eq: minguisa - p: chin chil

eq: tunqui naca - p: catun cati, eq: hulu

man y manfayo - p: fuchum, eq: hulumen

p: valampy, eq: cantapuca - p: murigaste,

eq: tintira charara - p: chigasta, eq: can

talo charara - p: talamus, eq: ragon che

rara - p: taranus, eq: oloman charara -

Con mas entre Bermea y Carriche -

p: tulian, eq: tulian calo - p: cantabaja

eq: cantanuen - p: cantagallo, eq: can

ta chebaen - p: al (roto), eq: cantagallo -

p: mochi, eq: (roto) chimen - p: colo

chintana, eq: colochin - p: alcaenen,

eq: mochiemen - p: coquique, eq:

alcharara -

Por fin y muerte de Villalva pero la

fuera a Pedro Luis de Cabrera -

ojo -

Exp. 9.

Cédula - Juan de Burgos. 1584 -

a. Ant. - Suarez Alentia

a 7 lgs. de la ca. este río de San Juan para
abajo, ^{tierras} que fueron de unos indios de la
guia, que están sacos de muchos años
a esta parte - Media lg. de cada lado del
río - entre el moja y estauque del ^{al} ~~del~~
Dr. Lorenzo S. de Siqueroa - para abajo -
hasta el moron de los indios de Laca
lino de la Encom. de Miguel de Alvarado -

hay expedientes voluminosos por co
ros de pesos.

Regajo 11 - Exp. 1 - 1595 -

Alonso de Atahualpa y su o. Lusia
de fados piden al ^{los} ~~los~~ autorización
para "reducir" los indios de los p. 3

Lulubenen - Lulubenen - Temelan - Fuliabenen
Cantabuca - Atahenen - Cantapas al

p. de Macatime - donde hay más agua
y leña, mejores tierras y se podrá
hacer cementera con buyes y arados.
Mientras que en los ríos donde viven
sufren hambre y no pueden ser doctri
nados con comodidad.

Que por el bien material y espiritual de
estos indios de su Encom. pide se haga
esta "Reducción".

Que el padre Miguel de Milla evangeliz
ador de los ríos podrá decirlo.

Este testigo dice que los ríos son
muy dispersos donde están dho. indios
y no tienen comida bastante, etc,
por cuya razón se vio obligado a
abandonar su doctrina a dho. p. 3.

Además que dho. indios protegen y
ocultan a los indios alçados y esto es
con gran perjuicio porque facilita la
huida de los encom. y ellos los man
tienen, etc.

Reducción

Exp. 2 - muy apuroso - 1588
1601 -

Menores hijos de Dⁿ Juan de Toria -
piden rendic. de C. a Fernando Alvarez -
Aquí figura un B^{me} de estigulo
debiendo 54 ps. en hierro -

Esposa de Juan de Toria, madre de los
menores es D^{ña} Catalina de Bustos -
casada otra vez con Luis de Alborn de
Alborn, siendo natural de Méjico -

✓ Testamento de Juan de Toria, hijo de P^o
de Toria y Maria de Bustamente -

Está en Chile haciendo trueques
de comercio por encargo de gente
de Córdoba y Fr. de Castro -

Entre otros mandas, da lo siguiente:

" se le den a los indios de mi encom-
ción ovejas de Castilla y veinte y quatro
vacas repartidos entre todos, esto
por razón de no les aver go auddido
a dar la doctrina que les es obligado
a dar teniendo a consideracion

la pobreza de la tierra - etc -

Se dan tener allí en Chile 11 carretes
con 40 trueques que son de su hermano
Pedro que está en C^{ba}, al cual le
manda una carreta de vino hora 1/2 por.

Se dan que es casado con D^{ña} Cata-
lina Bustos desta C^d. - (donde al pre-
sente hace el testamento) - hija de Dⁿ
B^{me} Bustos vezino desta C^d -
hijos en Mendoza en 1588 - Provi-
cias de Cuyo - Reino de Chile -

✓ Este Exp. es muy largo y muestra
claramente la forma de comercio
entre Córdoba y Mendoza en 1588 -

Legajo 12 - Exp. 5 -

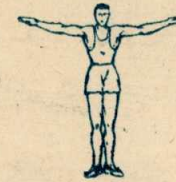
Andrés de Contreras y Fr. Belmonte por
una india y un indio -

En un escrito dice Contreras:

dice que en una corredoria que hicieron
por los indios serranos y algarriberos

CLASES INDIVIDUALES

COMO DEBEN EJECUTARSE LOS EJERCICIOS DE LA SERIE



* En las clases individuales, los ejercicios ordenativos no tienen aplicación. Todo lo necesario está indicado en las otras láminas.

¿Cómo proceder?

Ante todo hay que tener en cuenta la duración de la clase de acuerdo con lo expresado en el tema: «Frecuencia y duración de la sesión de ejercicios físicos».

Conforme, pues, al tiempo de que se dispone según la edad, se ejecutarán uno o dos movimientos de cada lámina, siguiendo las figuras por orden riguroso, las cuales están numeradas de manera tal que las dificultades aumentan progresivamente.

Conviene como ejercicio preliminar, comenzar la clase dando dos o tres vueltas al patio, marchando. Luego continuar con la lámina 8 (ejercicios torácicos), y lámina 9 (equilibrio).

En los ejercicios del tronco, que seguirán a continuación, las personas del sexo masculino darán preferencia a los ejercicios que desarrollen la región superior, hombros y espalda; en cambio, las del sexo femenino darán mayor atención a la región abdominal (extensiones del tronco, flexiones laterales).

Después de los sedantes de la lámina 16 seguirán los sofocantes (trote saltos, carreras, juegos, etc). Dos o tres minutos de trote son suficientes.

Con los ejercicios respiratorios terminará la sesión. Para ello téngase siempre presente el mecanismo de la respiración (lámina 20).

A los menores, de ambos sexos, les aconsejamos no ejecutar más de un solo ejercicio de cada momento, pudiendo emplear mayor tiempo en los ejercicios sofocantes, pero, naturalmente, sin excederse.

El desarrollo de los músculos no les debe preocupar, porque lo que se persigue es la salud y belleza del cuerpo.

NÓMINA DE LOS CONSEJOS ÚTILES CORRESPONDIENTES A ESTA SERIE

- | | | |
|-----------------------------------|------------------------------|--------------------------|
| 1 - Su realización al aire libre. | 4 - La hora más conveniente. | 8 - La fatiga. |
| 2 - Frecuencia y duración. | 5 - El entrenamiento. | 9 - Clases individuales. |
| 3 - El traje de gimnasia. | 6 - Otros consejos útiles. | 10 - Clases colectivas. |
| | 7 - La gradación. | |

que están a las espaldas del valle de Calamuchita, al mundo de Cristo por el morales, para reducir dichos indios, cogió conteras varias piezas y entre ellas esta india que llamo Catalina y un indio, que se los dejó con para su servicio ni cambio de sus trabajos en esta coneduria - que estos indios eran del pueblo de "Calcalara", que despues fue de la tuncion de Alonso Martin de Porita - , el cual se le dejó - Que despues vino Joan de Belmonte y se le casó a dha india con un indio de su repartimiento -

✓ Que dho p^o de Calcalara no era conocido hasta hace 7 años en que se hizo dha coneduria - (1601 es el interrog.) -

✓ Que el dho de la Camara se lo hizo asignar en su tuncion porque tuvo noticias de dho. p^o -

1601
1593

coneduria
dho.

LIBRERIA Y PAPELERIA
"ROMANO"
VELEZ SANSFIELD 99-U. T. 5174
CORDOBA



1573
+ 50

1623

ROMA
EL CIRCO MÁXIMO

