

DODATEK FACHOWY

DO CZASOPISMA

PRZEWODNIK GIMNASTYCZNY

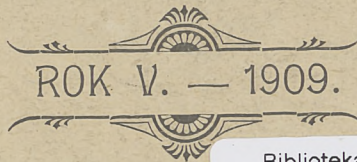
„SOKÓŁ”

WYDAWANY

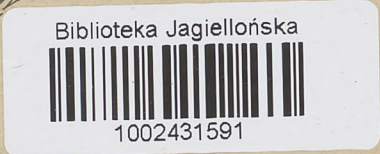
POD KIERUNKIEM ZWIĄZKOWEGO GRONA NAUCZYCIELSKIEGO.

REDAKTOR:

EDMUND CENAR.



5
1909



L W Ó W.

Nakładem Związku polskich gimnastycznych Towarzystw sokolich.

I. Związkowa drukarnia we Lwowie, ul. Lindego 1. 4.

1909.

100690.

III

1909, DOP

BIBLIOTHECA
VNIV. IAGELL.
CRACOVENSIS

Spis rzeczy

V. rocznika „Dodatku do czasop. Przewodnik gimn. Sokół“ r. 1909.

Artykuły ogólne.

	Str.
<i>Fr. Kapalka.</i> Skok z obciążeniem ramion.	1
— Godne naśladowania	14
— Piękno a waga ciała	15
<i>Fr. Kap.</i> Nagrody państwowe za ćwiczenia fizyczne	15
<i>Dr.</i> Amerykańskie przyrządy gimnastyczne	34
— Gry i zabawy obowiązkowym przedmiotem egzaminów kwalifikacyjnych naucz. ludowych	48
— Urywki na temat gimnastyki kobiet	101
— Sokola szkoła retoryki	128
— Odezwa w sprawie gier ruchowych naszego ludu	139
— Gimnastyka szkolna w Czechach	143
<i>F. K.</i> Fizyczne wychowanie młodzieży niemieckiej w Austrii	142
— Z techniki przyrządów gimnastycznych	145
— Fizyczne wychowanie młodzieży szkolnej	176
— Przepisy i wskazówki dla kandydatów na nauczycieli gimnastyki w szkołach średnich i seminar. naucz.	188
— Opieka zdrowia młodzieży w Londynie	192
<i>Fr. Kapalka.</i> I. polski kongres pedagogiczny o wychowaniu fizycznym	195
— Inspektorowie gimnastyki	207
— Lekarze szkolni	207
— Liczba footballistów w Europie	208

Fizjologia i higiena.

<i>Dr.</i> Ćwiczenia cielesne a temperatura ciała	15
— Hygieniczny strój dziewcząt szkolnych	125
— Nowa metoda przywracania do życia topielców	147
— Higiena serca	179
— Serce a sport	203

Systematyka ćwiczeń.

<i>A. Hamburger.</i> Ćwiczenia na drabinie poziomej, pionowej i skośnej	22, 37, 77
— Ćwiczenia na kółkach, krążniku i drabinkach chwytanych	120, 135

Metodyka ćwiczeń.

<i>W. Sikorski.</i> Gimnastyka pedagogiczna. Lekcje praktyczne z kursu gimn. szwedzkiej 7, 17, 33, 49, 65, 99, 113, 161, 178, 193	
---	--

✓ <i>Dr.</i> Indywidualna metoda gimnastyczna w szkołach amerykańskich	70
✓ <i>E.</i> Ćwiczenia sokole na boisku z zastosowaniem tematów lekkiej atletyki	152, 186
<i>A. Hamburger.</i> Lekcje praktyczne na drążku	155, 169, 184, 197

Ćwiczenia popisowe.

<i>A. H., A. T., B. T.</i> Ćwiczenia »Besket ballem«, wykonane przez Czechów z Ameryki na Zlocie w Pradze 1907 r.	3, 26, 38, 55
<i>A. Hamburger.</i> Ćwiczenia na wysokich poręczach	11
<i>Wł. Świątkiewicz.</i> Ćwiczenia maczugami	53
<i>F. Mułyna.</i> Ćwiczenia chorągiewkami, wykonane przez Sokołice czeskie z Nowego Yorku na Zlocie w Pradze 1907.	71, 103, 115, 131, 148, 164
<i>A. Hamburger.</i> Ćwiczenia karabinem	107

Gry. — Sport.

✓ <i>E.</i> Park gier Tow. zabaw ruch. we Lwowie	13
— Olbrzymi park gier	14
— Wpław przez kanał La Mansche	14
— IV. Olimpijskie igrzyska w Londynie	16
<i>W. Sikorski.</i> Zawody północne w Sztokholmie	30
<i>W. Świątkiewicz.</i> Piłka koszykowa	44
<i>W. Sikorski.</i> Najlepsze wyniki zawodów igrzysk północy	48
— Program zawodów Tow. zab. ruchowych w r. 1909	111
— Sygnały optyczne w turystyce	129
✓ <i>E.</i> Poświęcenie i uroczyste otwarcie parku gier Tow. zabaw ruchowych we Lwowie	141
— Zawody w biegu z płótkami	142
— Dwa kursy gier i ew. sportowych Tow. zabaw ruch.	142

Złoty i popisy.

<i>E.</i> Kongres gimnastyczny w Watykanie	14
✓ — Złot Związku austr. turnerów w Gracu	16
— Projekt rozkładu ćwic. złotych w Krakowie 1910	46
<i>Fr. K.</i> Zawody okręgu V. odbyte 13, czerwca 1909	126
— Wyprawa czeskiego Sokolstwa do Ameryki	128
— Wynik zawodów Związku Sokolstwa czeskiego	140

Piśmiennictwo.

✓ <i>Dr.</i> Przegląd sokoli	32
✓ <i>Dr. F. Bučar.</i> Hrvatsky Sokolsky Koledar	63
— Projekt gimnastike	64
✓ <i>E. C.</i> Polskie piśmiennictwo gimnastyczne	180, 204
— »Sport«, czasopismo ilustrowane	208