



Przewodnik gimnastyczny

Organ towarzystwa gimnastycznego

SOKOŁ

we LWOWIE

WYCHODZI WE LWOWIE W POŁOWIE KAŻDEGO MIESIĄCA. ADMINISTRACYJA WE LWOWIE L. 10. ULICA OSSOLIŃSKICH.
 Prenumerować także można w Zakładzie Towarzystwa gimnastycznego „Sokol” 1. 7 ul. Kurkowa i we wszystkich księgarniach

Cena prenumeracyjna dla: Członków Tow. Nie członków.

	Rocznie	Półroczn.	Rocznie	Półroczn.
Miejskowa bez przesyłki.	1 zł. — ct.	60 ct.	1 zł. 20 ct.	65 ct.
z przesyłką	1 „ 10 „	65 „	1 „ 30 „	70 „
Zamiejscowa „ „	1 „ 30 „	75 „	1 „ 50 „	80 „

SIERPIEŃ
1884

Przedpłata roczna z przesyłką pocztową pod opaską:

Do Królestwa polskiego, Litwy, Rosyji	1 rs. 50 kop.
„ W. Ks. Poznańskiego, Prus i Niemiec	3 marki
„ krajów związku poczt. Europy i Stanów Zjed. Ameryki	5 franków.
„ „ innych, podług taryfy poczt. z doliczeniem opakowania itd.	

Na powitanie Czeskich Sokolów.

Donosiliśmy w zeszłym numerze „Przewodnika“, o zamiarze wycieczki Czeskich Sokolów do Krakowa i Wieliczki, jakoteż o odezwie Wydziału Sokoła Kolińskiego, do lwowskiego, i odpowiedzi tegoż na nią, dziś zaś czujemy się w miłym obowiązku powitania Ich u nas z całego serca, już jako gości naszych.

Drodzy i mili bracia Czesi! Witajcie więc nam i bądźcie pozdrowieni na polskiej ziemi, w grodzie Krakusa, Wandy i Kościuszki, u stóp starego Wawelu, któryście sami nazwali skamieniałą historją narodu naszego.

Gość w dom, Bóg w dom!

Dzięki więc Wam stokrotne za te przyjazne i serdeczne uczucia, które kroki Wasze skierowały tu ku nam.

Idźcie więc jak postanowiliście, odwiedzić Wawel nasz nad Wisłą, a ten przypomni Wam niezawodnie Wasze Hradczany nad Wełtawą; bo i tu jak i u Was stara świątynia gotycka, wznosząca się obok starego, dawnego zamku królewskiego, we wnętrzu swem kryje drogie nam szczątki królów, hetmanów i dzielnych przewodników narodu.

Takiż sam tu, jak i u Was, stary dzwon Zygmunt na wieży, boleśnie wciąż jęczy, i drogie nam z przeszłości przypomina dzieje!...

Idźcie i przypatrzcie się piękności i bogactwu Wieliczki, t. j. temu, czego Bóg także ojczyźnie naszej nieposkąpił, i poznajcie nakoniec, jakeście to zapra-

gnęli lud nasz, który tak kocha swą ziemię; bo to silniej i lepiej stokroć do Was przemówi, i lepiej Was nastroi, jak wszelkie słowa; a niezawodnie stanie się, coście sobie założyli, że wycieczką tą ożywiecie się na duchu i pokrzepicie siły Wasze.

Moc bowiem wszelka w braterskiej miłości i życzliwości rośnie, a duchy w jedności krzepią się i potęgują nawzajem.

A dobry i podniosły nastrój ducha, jest przecie zawsze pierwszym i niezbędnym warunkiem, każdego powodzenia wszelkich przedsiębranych zamiarów i usiłowań w życiu naszym.

Wasze przybycie tu drodzy i mili bracia, t. j. pobyt dzielnych Czeskich Sokolów wśród nas, choć przelotny tylko, nie wątpimy jednak, że czarownie oddziała na młodzież naszą, zelektryzuje ją i przypomni jej, że jest przecie potomstwem rycerskiego na wskroś niegdyś narodu, że przeto czas, aby rozbudziła w sobie stare dziadów swych męztwo, odwagę i siłę, t. j. wzięła się do pilnej i energicznej pracy, i co rychlej usposobiła się do lotu i dzielności Sokolów. Aby idąc słowem za Waszym przykładem, pracę swą moralną i umysłową dla ducha, łączyła zawsze z troską i usiłowaniem wyrobienia w sobie zarazem męztwa, siły, i czerstwości ciała, bo jak stare hasło słusznie powiada, zdrowy duch — potrzebuje zawsze zdrowego ciała, aby mógł działać skutecznie na ziemi.

W chwili więc, gdy prawie wszędzie, głównie postęp umysłowy i troska o materyjalny dobrobyt, wzmaga się wciąż i rośnie, a duch rycerski, męztwo, siły i czerstwość ciała, co raz to więcej upośledza się, upada i gaśnie, usiłowania Towarzystw gimnastycznych

przypominające nam wciąż, że bez zdrowia, czerstwości i sił ciała, ani rzeczywistego i trwałego dobrobytu być nigdy nie może, ani też i najoświecieńszy umysł, zdobywszy swych naukowych, wcielić w czyn i w życie, po ludzku na ziemi niepotrafi, bo duch tylko przez ciało, działać jest zdolny, są bardzo na czasie i zasługiwać winny zewsząd na gorące poparcie wszystkich, tak z pobudek higienicznych, ekonomicznych jak i obywatelskich.

Budzić umysły w tym kierunku, jest i powinno być naszym zawsze obowiązkiem.

Niechże więc i za to będą Wam dzięki drodzy bracia Czesi, żeście się do tego u nas przyczynili, jako dzielne Sokoły, i przybyli tu budzić nas i gotować do wspólnego lotu.

Jako więc braci i jako Sokołów, witamy Was i pozdrawiamy z całego serca, a łącząc głosy swe z głosem ogółu witających Was rodaków naszych, wołamy: Niech żyją! Na zdar!...

W jakiej mierze szkoła powinna się zajmować wychowywaniem obywatelskiem i w jaki sposób ma to zadanie spełniać.

Ze zjazdu gimnastycznego w Liege r. 1883)*

Poprzestaniemy tu na przedstawieniu streszczonym poglądu naszego na to ważne pytanie.

Dziecię w szkole obeznaje się z dziejami ojczyzny, uczy je przez jakie poświęcenia i cierpienia urobił się naród belgijski; dają mu poznać prawa nadane przez konstytucje wszystkim Belgom, i obowiązki odpowiadające tym prawom; bo celem szkoły jest w serca przyszłych obywateli, wpoić miłość ojczyzny i wolności.

Będziemy więc mówili o wychowaniu obywatelskiem, tylko ze stanowiska praktyki t. j. ze względu na ćwiczenia taktyczne. A najpierw, czy słusznie postąpił Rząd, wprowadzając do urzędowego programu gimnastyki, urobienie żołnierza, kompanii i batalionu? Nie wahamy się dać na to pytanie odpowiedzi twierdzącej, a to z następujących powodów.

Aby lekcja gimnastyki, trwająca przeciętnie pół godziny, odpowiedziała wymaganym warunkom, powinna obejmować właściwe ćwiczenia, gry i pochody.

Pierwsza trzecia część lekcji: uczniowie, w kilka chwil po wyjściu z klasy, przechodzą na dziedziniec. Następnie szybko ich łączą, formują w pewną liczbę szeregów, które przyspieszonym krokiem, rozstawiają się we właściwych odległościach. Natychmiast potem, nie tracąc czasu na objaśnienia, wykonywają jakiś ruch wolny, znany i złożony (ręce i nogi) aż do lekkiego znużenia, ażeby ściągnąć do kończyn krew nabiegłą do głowy, podczas jednej, dwóch a nawet trzech godzin nauki. Osiągnąwszy to, przystąpić należy do ćwiczeń mających być przedmiotem samej lekcji w dniu danym.

Druga trzecia część lekcji: jedna lub kilka gier. Gry te powinny następować bez straty czasu po ćwiczeniach poprzedzających, w taki sposób,

aby przez pierwsze dwadzieścia minut lekcji, uczniowie bez przestanku byli zajęci wspólnie, a szczególnie żeby nie spoczywali ani chwili.

Koniec lekcji: jeżeli pierwsze dwie części lekcji, odbyły się należycie, to osiągnęły swój cel pedagogiczny i psychologiczny, znużyły ucznia, nawet niekiedy doprowadziły go do lekkiego potnienia. Gdyby w tym stanie dziecię wracało do klasy, byłoby narażone na szkodliwe wpływy przeciągów; albo też, czując potrzebę odpoczynku, byłoby przynajmniej przez pierwszy kwadrans następnej lekcji nieusposobione do uczenia się. W takich warunkach ćwiczenia gimnastyczne przynosiłyby raczej szkodę, niżeli pożytek zajęciom umysłowym. Ażeby tych niedogodności uniknąć, uczniowie powinni być trzymeni w ruchu, zapomocą pochodów mało nużących, które są niezbędnym zakończeniem każdej dobrej lekcji gimnastyki. Później będziemy mieli sposobność ocenić całą korzyść, jaką rozumny nauczyciel osiągnąć może z tych ćwiczeń, ze względu na porządek, karność i t. d.; tymczasem poprzestaśmy na rozpatrzeniu, jak się powinny odbywać te pochody.

Ćwiczenia porządkowe właściwe, t. j. pochody w czworobok, w koło, wężykowato, łańcuchem, dwójkami, czwórkami i t. p. tworzenie rozlicznych figur, taniec w koło, posiadają wymagane warunki; lecz jeżeli pochod szeregami lub kolumną i pochody boczne (flankowe), obejmujące większą część ćwiczeń początkowych taktycznych, spełniają też same cele, a mają poważniejszy charakter, bo czyliż nie jest właściwie pozostawić wymienione poprzednio ćwiczenia zakładom dla dziewcząt i ogródkom dziecięcym, a ostatnie kazać wykonywać chłopcom i młodzieńcom?

Gdyby trzeba było poświęcać drogi czas, na wyuczenie się ćwiczeń porządkowych, taktycznych, zrezygnujemy się ich z pewnością chętnie, gdyż i tak jest czas aż nazbyt oszczędnie liczony; lecz wykonywanie tych ćwiczeń jest zabawką dla dziecka, obeznanego z głównymi ich zasadami.

Na lekcjach gimnastyki już się musiało nauczyć obrotów na prawo, na lewo i półobrotów w miejscu i w pochodzie; pochodu pojedynczo, dwójkami i czwórkami; umie więc zdwajać szeregi i napowrót wyciągać się w jeden szereg, iść krokiem zwyczajnym, skróconym, bocznym, gimnastycznym i wykonywać rozmaite biegi; stąpać na miejscu i zmieniać krok; łączyć się w szeregi na różne sposoby, w końcu iść szeregiem naprzód i ukośnie. Cóż mu więc zostaje do nauczenia się? Podział kompanii i batalionu, zwijanie i rozwijanie, tworzenie i przetwarzanie plutonów i kompanij, tworzenie kolumny i kwadratu? Ależ to zabawka, do której dziecko tem chętniej się bierze, że spełniając kolejno obowiązki dowódcy plutonu lub przodownika, rozerwie się, gdyż pochwyty stronę użyteczną, i rozumną tej zabawki.

Można więc twierdzić, że ćwiczenia porządkowe, taktyczne są niezbędne w szkole, i że chłopcy od lat 12. powinni wykonywać te ćwiczenia raczej niż inne.

Korzyści płynące z wprowadzenia ćwiczeń porządkowych taktycznych do szkoły. Obawa krzewienia przez szkoły ducha militarysty

*) La gymnastique scolaire Nr. 9. 1883.

i wojowniczości, wywołała w wielu osobach niechęć ku wprowadzeniu tych ćwiczeń do programu szkolnego.

Ależ to nie ćwiczenia taktyczne rozwijają te wojownicze idee, lecz spaczony wykład historii i moralności. A więc niech go nauka i wychowanie zwalczają; to ich jest obowiązek; ale nie należy zwalać odpowiedzialności na ćwiczenia taktyczne, które nic tu nie winne.

Ćwiczenia gimnastyczne oddają niewątpliwe usługi, tak przy pracy nad kształceniem charakteru i uczuć obywatelskich, jak i dla gimnastycznych celów. P. Tempels, audytor generalny przy sądzie wojennym, świetnie uwydatnił te usługi w raporcie przedstawionym w r. 1880. kongresowi międzynarodowemu ligi nauczania, a będącym odpowiedzią na pytanie: Jaką korzyść przynieść mogą wojsku szkoły rozmaitych stopni, szkoły dorosłych i stowarzyszenia robotników?

„Pytanie to powiada audytor generalny, może być roztrząsane niezależnie od rozpraw filozoficznych, politycznych, lub wojskowych, dotyczących organizacji armii.

Jakakolwiek jest ta organizacja, wojsko rekrutuje się z pośród ludu: czy więc szkoła powinna przysposabiać żołnierzy?

W państwie wolnem każdy jest osobistym dłużnikiem ogółu, w stosunku do powinności na nim ciążyących. Każdy jest w zasadzie żołnierzem, będąc obywatelem; gdy więc wojsko jest samymże narodem, zatem w charakterze narodowym, znajdować się powinny zalety wojskowe — albo nie będzie ich i w armii; wychowanie wojskowe jest koniecznością dla każdego, podobnie jak wychowanie polityczne i przemysłowe.

.....
Dziś przymioty najlepszego żołnierza są po prostu te same, jakie przystoją każdemu człowiekowi we wszelkich warunkach: odwaga, uczciwość, siła fizyczna, rozsądek, który każe poddawać się karności, inteligencja, która dozwala zrozumieć, co rozumianem być winno.

Czyż nie jest oczywiste, że instytucje dążyć powinny do wytworzenia tych zalet pośród masy narodu?

Wytwarzając je dla innych celów, będziemy je mieli i w wojsku.

Szkoła początkowa sposobi działwę do przyszłych powołań. Dzieci zostaną z czasem robotnikami, obywatelami, żołnierzami. A więc zadaniem szkoły jest rozwinąć te przymioty, których człowiek potrzebować będzie dla owych rozlicznych powołań.

Trzeba, żeby szkoła uprawiała zdolności, wychowywała, wdrażała do karności. Ona jest podstawą charakteru narodowego, a więc i powodzenia. Jeżeli wychowanców swoich uczyni silniejszymi, moralniejszymi, rozumniejszymi, uczyni wszystko; jeżeli nie — nic nie uczyni.

Podczas rozpraw, jakie się wywiązały w tej samej kwestyi, na zebraniu ogólnem d. 27. sierpnia 1880, kilku mowców pp. Macé, de Paris, Pergameni, Jottrand, Frick i Sluys oświadczyli się za poglądami wypowiedzianymi w raporcie p. Tempels. Zgadza się z nimi zupełnie i potwierdzamy ich zapatrywania, nadmienając, że urzeczywistnienie tych teoryj, bynajmniej trudne nie jest. Dowiodła nam tego doświadczenie;

zalecane tu ćwiczenia — są igraszka, rozrywką dla dzieci, które im się oddają z przyjemnością i wykonywając je bez trudu, podczas gdy dorosłym, powołanym do wojska, tak ciężko do nich się przyzwyczaić.

Co się tyczy tych młodzieńców, którzy podług obecnego trybu rekrutowania nie będą powołani do wojska, to część ich wejdzie do gwardyi obywatelskiej. Otóż szczególnie ta instytucja obywatelska, wielkie odniesie korzyści z wprowadzenia do szkoły ćwiczeń taktycznych. Nie sądzimy, ażeby potrzeba było kłaść nacisk na tę prawdę; nazbyt ona jest oczywistą, aby ją można było poddawać w wątpliwość.

Nareszcie i pozostali niedaremnie otrzymają wychowanie męskie, którego moralne korzyści wykazał p. Tempels. Pojmą, że prawdziwy patryjotyzm u narodu wolnego, polega na tem, ażeby obywatel, niemniej świadomy swoich obowiązków jak swoich praw, umiał w razie potrzeby spełnić pierwsze, z odwagą wyrównującą dumie i zadowoleniu doznawanemu z wykonywania drugich. I w dniu, kiedy rezerwa narodowa, będzie zorganizowaną na prawdę na całym obszarze, kraj rozporządzać będzie już nie stotysięcznym wojskiem, słabo wspieranem przez trzydziestotysięczną rezerwę, ale imponującą siłą pięciukroć stotysięcy młodzieńców ukształconych, męźnych i karnych.

Wtedyto, jak mówił p. Minister spraw wewnętrznych na bankiecie wolnych strzelców, „doprowadzimy kraj nasz nieznacznie do tej możliwości, którą dziś posiada Szwajcaryja i Anglija, gdzie stale w oznaczonych porach, zbierają się imponującymi masami siły obywatelskie“.

„Tak więc wprowadzić ćwiczenia wojskowe do szkoły jestto pracować dla dobra wszystkich i w interesie wojska“, mówił sabaudzki generał, i wykazawszy, że niemcy zawdzięczają swoje tryumfy tej szczęśliwej innowacyi, dodał: „kiedy dzieci otrzymają poważne przysposobienie do służby wojskowej, to łatwo pojąć, że wyrobią się na prawdziwych żołnierzach w przeciągu mniej niż trzech lat służby“.

Wprowadzenie do szkoły — ćwiczeń porządkowych taktycznych, zajmuje oddawna ludzi, żywo biorących do serca wielkie sprawy krajowe. W dziesięć lat po kongresie, o którym mówiliśmy przed chwilą (15. marca 1871), p. Couvrene, zwracając się do członków Izby reprezentantów, przemawiał do nich w te słowa:

„Niejeden z was, panowie, sądzi może, iż przesadzam dobrodziejstwa i znaczenie gimnastyki. Upraszam tych, którzy tak mniemają, aby się należycie przejęli myślą, że dobra organizacja nauczania tej umiejętności, da nam rozwiązanie trudnej kwestyi naszej organizacji wojskowej.

Zwracam na ten punkt uwagę szczególnie tych członków izby, którzy będąc przedstawicielami specjalnie wiejskich okręgów, wiedzą jak wielkiem brzemieniem, ciąży nasza służba wojskowa na wieśniaku.

Służba ta trwa dwadzieścia siedm miesięcy dla piechoty. I czemuż? Bo władze kompetentne oświadczaają, że takiego przeciągu czasu potrzeba dla urobienia żołnierza. Bardzo temu wierzę. Lecz nie jestże prawdziwą niedorzecznością uczyć długo, mozolnie, człowieka dwudziestoletniego, ociężałego, niezgrabnego, lub wątłego, którego mięśnie już zeszytywniały, tych

rzeczy, których możnaby nauczyć dziesięcioletnią dźwiatwę, bawiąc się i z wielką jej uciechą?

To jeszcze nie wszystko. Reorganizacja naszego systemu wojskowego, datuje się ledwo od wczoraj, a już jest za stara na czasy, w których żyjemy. Chcąc nie chcąc będziemy musieli ją zmienić. Wypadki nas do tego zniewolą.

Czy rozwiążemy wojsko, i zachowamy tylko policję rekrutowaną w ten sposób, jak straż cłowa i żandarmerja? Byłby to środek bardzo prosty, wątpię jednak, czy znajdzie dla siebie większość bądź to w tem zgromadzeniu, bądź po za jego obrębem. Ludy i rządy nie lubią środków prostych i radykalnych, i prawie ich nie używają.

A więc nie rozwiążemy wojska i nie skasujemy poboru przymusowego.

Cóż zatem uczynimy? Oto albo włożymy na barki wszystkich obywateli, bez różnicy klasy i stanowiska, ciężar służby wojskowej i osobistej, i to — podług mnie — byłoby najsprawiedliwsze i najszlachetniejsze, albo utrzymamy zastępstwa, czyniąc je tylko trudniejszymi i uciążliwymi. W tym drugim razie mieszkańiec miasta, mając zarobek wyższy, potrafi zawsze przy odrobinie sprytu, przezorności i oszczędności łatwiej się wykupić niż wieśniak. (C. d. n.)

G. Docz.

Zarys ćwiczeń na skoczni

przez

Antoniego Durskiego.

(Ciąg dalszy).

B) Woltyże zawrotne.

1. Przedmach:

α) poniżej (II). Po odbiciu obunóż, równocześnie z chwytem rąk za łęki, nogi obie spojone i wyprostowane, wysoko wstecz wyrzucamy, a wyginając się w krzyżach i głowę do góry wznosząc, wydzwigniemy całe ciało wyprężone do poziomu, równoległe do ziemi. W tem położeniu, otoczmy nogami łuk do prawej strony, by długość ciała naszego przypadła równoległe do długości konia, a przód nasz był skierowany do wierzchu konia, przyczem krzyże wygięte, a nogi złączone pozostają, poczem na mostek zeskakujemy przodem do konia, lub do podporu wracamy (III).

β) powyżej (III) wykonywamy tak samo, wznosząc nogi jeszcze wyżej po nad głowę.

γ) do podporu leżącego przodem (II) na koniu, unaocznia znakomicie cechę woltyżów zawrotnych. Nogi spoczywają na grzbiecie konia.

2. Wsiad: zawsze poprzek a okrakiem.

α) po pod żadną rękę (II). Z przedmachu poniżej a wprawo wykonanego, nie zeskakujemy na mostek, lecz wsiadamy okrakiem na grzbiet. Nogi w przedmachu tak długo pozostają spojone, dopóki całe ciało poziomo po nad koniem się nie unosi, i rozkrok nóg jest koniecznym by wsiąść (twarzą do karku).

β) po pod jedną rękę (III). zupełnie tak samo, a do siodła.

γ) po pod obie ręce (IV), zupełnie tak samo a na kark.

Wsiady z przedmachu powyżej o jeden stopień się utrudniają.

3. Wsiad wstecz (IV). Uskuteczniejszy przedmach w prawo (po nad grzbiet), obracamy się w lewo, a rozkraczając nogi i puszczając ręce, wsiadamy okrakiem na grzbiet, tyłem do karku. Też z przedmachedm powyżej.

4. Nożyce (zmianę siadu), wykonywamy ze siadu okrakiem poprzek. Opierając się obiema rękami przed sobą na koniu (lub na jednym łuku, zwyczajnie podchwytem), nachylamy się nieco wstecz, wznosząc nogi wprzód, poczem zamachem, naginając się wprzód, obie nogi wstecz wyrzucamy, wyginając się w krzyżach. W tem położeniu nogi przekrzyżujemy, puszczając ręce, odpowiednio się obracamy i okrakiem napowrót na konia dosiadamy. Siad ten sam, lecz front ciała odmienny.

Nazywamy nożyce w lewo, gdy w lewo się obracamy, a w prawo gdy w prawo obrot wykonywamy.

Nożyce poniżej (II), powyżej (III).

5. Zesiad: Początek ćwiczenia jak przy nożycach, w chwili jednak, gdy całe ciało po nad koniem się unosi, przenosimy je na prawy bok i doskakujemy na ziemię, bokiem do prawego boku konia zwróceniem, poniżej (II), powyżej (III)

Możemy też zsiąść z konia zapomocą odmachu, poniżej (II) lub powyżej (III). Początek, jak przy nożycach, w chwili zaś, gdy się unosimy po nad koniem, silnie rękami do tyłu się odtrącamy i skaczemy wstecz po za konia. Doskok przodem do końca grzbietu (karku).

Zesiady możemy urozmaicać podaniem obrotów tuż przed doskokiem na ziemię.

6. Wyskok (zawsze do postawy poprzek na koniu).

α) po pod żadną rękę: z przedmachu poniżej (II) w prawo, zamiast wsiadać, kuląc się w krzyżach, i skurczając nogi wyskakujemy obiema stopami na grzbiet, poczem puszczając ręce, prostujemy się zwróceniem twarzą do karku konia

β) po pod jedną rękę (III) zupełnie tak samo, tylko że do siodła wyskakujemy.

γ) po pod obie ręce (IV), tak samo, wyskok na kark.

Wyskoki z przedmachu powyżej o jeden stopień są trudniejsze.

7. Zeskok z postawy na koniu wykonywamy, jak zwyczajny skok w głąb: w bok, naprzód lub wstecz (I—III), do czego podczas lotu, rozmaite ruchy ramion i nóg, jakoteż i obroty dodać możemy.

Zeskoczyć możemy też zapomocą odmachu poniżej (II) lub powyżej (III), jeśli opierając się rękami na koniu, obie nogi wstecz i w górę wyrzucimy, a wyginając się w krzyżach, rękami wstecz silnie się odtrącając, po za konia wstecz na ziemię doskoczemy.

8. Odmach poniżej (III), powyżej (IV), powstaje, jeśli z przedmachu w prawo, rękami silnie się wstecz odtrącamy i po za koniec grzbietu na ziemię zeskoczemy. Doskok przodem do konia.

Odmachy też z obrotami tuż przed doskokiem na ziemię łączyć możemy.

9. Przeskok (zawrotka). Z przedmachu w prawo skutecznego, nie wracamy na mostek, lecz doskakujemy na prawą stronę konia. puszczając prawą rękę. Doskok lewym bokiem do konia, lewą ręką konia się trzymając.

Przeskok z przedmachu poniżej (III), powyżej (IV) też z obrotami przed doskokiem na ziemię.

Zapomocą zawrotki możemy przejść, zmieniając rychło chwyt rąk (prawą ręką za przedni, lewą za tylny łęk) do podporu na prawym boku konia (IV).

C) Woltyże oboczne.

1. Przedmach (II) w prawo: Po odbiciu się obunóż, skaczemy do podporu, a nie zmieniając wcale frontu ciała, wyrzucamy się w prawo po nad grzbiet. przy statecznie wygiętych krzyżach i spojonych nogach, bokiem po nad konia, tak że w chwili lotu, jesteśmy lewym bokiem do wierzchu konia zwróceniu, poczem wstecz na mostek — przodem do konia --- zeskakujemy.

Przedmach do podporu leżącego bokiem (II) najlepiej uwydatnia cechę woltyżowania tej gromady. Po przedmachu prawą rękę puszczając, opieramy się nogami na grzbiecie, lewą statecznie podpór wytrzymujemy, a krzyże wygiąwszy, lewym bokiem do konia patrzymy.

2. Wsiad zawsze pobok, tyłem do mostku.

α) okrakiem po pod żadną rękę (II, w przedmachu, lewą nogę po nad konia na jego prawy bok przenosimy i okrakiem na grzbiet wsiadamy. Po pod jedną rękę (II), po pod obie (III).

β) spojony po pod żadną rękę (II) w przedmachu obie nogi spojone na prawy bok konia przenosimy, i na grzbiet wsiadamy. Po pod jedną rękę (III), po pod obie (IV).

3. Nożyce (III) w prawo: Ze wsiadu okrakiem po pod jedną rękę (do siodła), wnosimy się na rękach — lewa noga po prawym. prawa po lewym boku konia się znajduje — poczem obie nogi do prawej strony wyrzucamy, prawą rękę puszczamy, prawą nogę po nad lewą nad grzbietem na prawy bok, równocześnie lewą na lewy bok konia przenosimy i okrakiem napowrót do siodła wsiadamy.

Zesiady jak przy woltyżach okroczych.

4. Półkole, jak wsiad spojony po pod jedną rękę, nie wsiadamy jednakże, tylko utrzymując się w podporze tyłem, zginamy nogi ku piersi i przekuczamy wstecz, pomiędzy ramionami, do zeskoku na mostek (III), lub do podporu (III).

5. Koło: początek jak u półkole, nie przekuczamy atoli wstecz, tylko przenosimy obie nogi spojone i wyprężone w bok na lewo po pod lewą ręką, do zeskoku na mostek, przodem do konia (IV), lub do podporu (IV).

6. Odmach (III): z przedmachu w prawo ze skulonemi nogami skutecznego, prostując (rzutem) nogi, wyginając się w krzyżach, odtrącamy się rękami od konia, w locie lewym bokiem do konia zwróceniu i skaczemy w bok po za grzbiet na ziemię. Doskok lewym bokiem do końca grzbieta.

7. Przeskok [oboczka] (II) z przedmachu w prawo, nie wracamy na mostek, lecz puszczając prawą rękę, przenosimy całe ciało przy wygiętych krzy-

żach i spojonych nogach, po nad grzbiet na drugą stronę konia do zeskoku na ziemię, tyłem do konia. Podczas lotu po nad koniem jesteśmy statecznie lewym bokiem do wierzchu konia zwróceniu.

Przeskok możemy też łączyć z obrotami (II, III) przed doskokiem na ziemię. Oboczka do podporu tyłem na prawym boku konia (III).

D) Woltyże odwrotne.

1. Przedmach (I) w prawo: Po naskoku w podpór, zwracamy tułów w lewo, i obie nogi wyprężone i spojone, przed siebie po nad kark wnosimy, poczem na mostek, przodem do konia, zeskakujemy.

2. Wsiad: zawsze poprzek okrakiem.

α) po pod żadną rękę (II): z przedmachu, w chwili gdy obie nogi unoszą się poziomo po nad koniem (przy skulonych krzyżach), rozwieramy je, a puszczając w pierw lewą rękę, dosiadamy na kark konia, tyłem do siodła.

β) po pod jedną rękę (I), puszczając lewą rękę do siodła wsiadamy.

γ) po pod obie ręce (III), puszczając lewą rękę poczem prawą na grzbiet wsiadamy.

3. Wsiad wstecz: z przedmachu w prawo po nad kark, przenosimy, obracając się w lewo, lewą nogę po pod prawą na prawy bok konia, a puszczając ręce dosiadamy okrakiem na kark (III), przodem do siodła. Zarówno do siodła (III) i na grzbiet (IV).

4. Wsiad szermierczy w prawo:

α) na kark (II): Lewą nogą się od mostka odbijamy, prawą ręką na przednim łęku się opieramy, a prawą nogą okrakiem na kark wsiadamy, tyłem do siodła

β) do siodła (III) tak samo, tylko prawą ręką na tylnym łęku się opieramy.

γ) na grzbiet (IV), tak samo jak do siodła, prawą rękę puszczamy i na grzbiet wsiadamy.

5. Wsiad wolny (bez pomocy rąk).

Odbiwszy się lewą nogą, zwracamy się w lewo i prawą nogą na kark (III), siodło (IV), lub grzbiet (IV) wsiadamy. Kierunek ruchu nogi dosiadającej, jak przy przedmachu.

Początkowo dla ułatwienia, tak przy woltyżach szermierczych jak i wolnych używamy skośnego rozbiegu, a to przy woltyżach w prawo, z prawej strony mostka.

(D. c. n.).

Gimnastyka w szkołach średnich w Galicyi.

Nauka gimnastyki w szkołach średnich, jak wiadomo, nie jest w Galicyi obowiązkową, skutkiem czego rozwija się też ona między młodzieżą bardzo powoli, i jest często tak przez niektóre władze szkolne, jak i przez młodzież samą nader lekceważoną, jakoby była przedmiotem raczej gustu i upodobania, a nie warunkiem i środkiem higienicznym w wychowywaniu młodzieży, potrzebnym wszystkim zarówno, czy się komu podoba lub nie.

Że zdanie to nasze opieramy na pewnych podstawach i danych, dowodem tego jest następująca tablica:

Wykaz statystyczny uczniów uczęszczających na naukę gimnastyki w galicyjskich szkołach średnich z końcem roku szkolnego 1883.

L. porz.	Miejscowość	Szkoła	Ogólna liczba uczniów w szkole	Liczba uczniów uczęszczających na gimnastykę	W odsetkach	Liczba godzin tygodniowo	Nauczyciel
1	Bochnia	gimnazjum niższe	192	186	96·9	6	Michał Szklarz, profesor.
2	Brody	„ wyższe	347	147	42·4	6	Sternal Jan.
3	Brzeżany	„ „	326	235	72·1	6	Wasilkowski Wład. naucz.
4	Buczacz	pryw. gimn. niższe	203	—	—	—	Nie uczą gimnastyki.
5	Drohobycz	realne gimn. wyższe	313	153	48·9	4	Stojałowski Bazyli, n. lud.
6	Jasło	gimnazjum wyższe	376	93	24·7	6	Borodziec Antoni.
7	Jarosław	wyższa realna	175	107	61·1	6	Grzębski Edmuad, profesor.
8	Kołomyja	gimnazjum wyższe	353	247	70·0	6	Wajgel Leopold, profesor.
9	Kraków Św. Anny	„ „	933	149	16·0	6	Mazur Ed. emer. kapitan.
10	„ „ Jacka	„ „	685	—	—	—	Nie uczą gimnastyki.
11	Kraków	wyższa realna	212	74	30·5	6	Mazur Edward, j. w.
12	Lwów akademickie	gimnazjum wyższe	356	155	43·5	4	Towarz. gimnasst. „Sokoł“.
13	„ II.	„ „	659	187	28·4	4	„ „ „
14	„ Franc. Józefa	„ „	638	148	23·2	6	Zaremba Stan., nauczyciel.
15	„ IV.	„ „	647	246	38·0	4	Towarz. gimnast. „Sokoł“.
16	Lwów	wyższa realna	178	163	91·6	6	Janelli Franciszek, naucz.
17	Nowy Sącz	gimnazjum wyższe	517	132	25·5	6	Drzymuchowski M., prof.
18	Przemyśl	„ „	732	—	—	—	Nie uczą gimnastyki.
19	Rzeszów	„ „	516	492	95·4	6	Weis Aleks. naucz nadet.
20	Sambor	„ „	317	—	—	—	Nie uczą gimnastyki.
21	Sanok	„ niższe	165	—	—	—	„ „ „
22	Stanisławów	„ wyższe	449	253	56·3	6	Miazga Franciszek, prof.
23	Stanisławów	wyższa realna	148	124	83·8	6	„ „ „
24	Stryj	gimn. niż. a wyż. real.	203	60	29·6	6	Gerus Jakób, naucz. lud.
25	Tarnopol	gimnazjum wyższe	478	66	13·8	4	Schmettauer J., naucz. sem.
26	Tarnopol	niższa realna	109	43	39·4	4	„ „ „
27	Tarnów	gimnazjum wyższe	555	224	40·4	6	Nedok Józef, „ profesor. „
28	Wadowice	„ „	246	140	56·9	6	Pawlico Jan, profesor.
29	Złoczów	„ „	286	105	36·7	6	Taniackiewicz Wł., naucz.
	Razem		11314	3929	34·7 % średni		

Z wykazu załączonego pokazuje się, że przeciętnie zaledwie 34·7% młodzieży szkół średnich, pobiera naukę gimnastyki. Największe uczęszczanie wykazuje gimnazjum Bocheńskie 97%, najmniejszą zaś gimnazjum Tarnopolskie, bo zaledwie 14% i gimnazjum Św. Anny w Krakowie. W pięciu zaś gimnazyjach galicyjskich a mianowicie: 1. w Buczaczu, 2. w Krakowie w gimnazyjum Św. Jacka, 3. w Przemyślu, 4. w Rzeszowie i 5. w Sanoku, nie uczą młodzieży wcale gimnastyki.

Na 29 szkół średnich powyżej wyliczonych, zaledwie kilka z nich posiada osobne sale gimnastyczne i boiska. Jeżeli do tego jeszcze dodamy, że i tam nawet, gdzie gimnastyka jest nauczana, nie wszędzie ona bywa należycie przeprowadzana i praktykowana, przyznać musimy, że stan obecny nauki tej w szkołach naszych średnich, na którą wszędzie po za granicami naszego kraju tyle łożą pieniędzy, taki kładą nacisk i tyle przeróżnych używają środków zachęty do jej uprawy i rozwijania się należytego, stoi na bardzo niskim stopniu. A naturalną i konieczną przyczyną tego, jest i być musi przedewszystkiem dotychczasowe stanowisko u nas gimnastyki nadobowiązkowe w szkołach, co stanowi niejako źródło urzędowe, z którego płynie powszechna dziś obojętność i lekceważenie jej przez niższe władze szkolne, nauczycielstwo i mło-

dzieże samą, nie mającą gdzie wyrobić sobie o gimnastyce, należytego i prawdziwego pojęcia.

Gdyby bowiem nauka gimnastyki stała się u nas raz przedmiotem obowiązkowego nauczania po szkołach, musiały by też one mieć i wszędzie odpowiednie sale i boiska gimnastyczne, i potrzebne do niej przybory i narzędzia, jakoteż i odpowiednio ukwalifikowanych nauczycieli, którzy by naukę tę traktowali nie po amatorsku i z lekką, lub tylko dla formy, ale poważnie, ze znajomością rzeczy i energicznie; jak tego szczególnie gimnastyka higieniczno-racyjonalna i wychowawcza szkolna wymaga zawsze.

Przy takim też stanie rzeczy, gdzie przy szkołach niema ani sal gimnastycznych, ani boisk, jakoteż brak jest zupełny narzędzi i przyborów do tego potrzebnych, nawet dzielny i wykwalifikowany gimnastyk nie wiele zdziałać potrafi i może.

Dobrze, że we Lwowie n. p. mamy Towarzystwo gimnastyczne, które braki te doskonale zastąpić może i zastępuje, dając wychowañcom szkolnym to, czego im szkoły same nie dają, ale czyż wszędzie, po innych miastach znajdują się podobne stosunki i podobne okoliczności?

Zanim więc nauczanie gimnastyki po szkołach średnich, nie zostanie obowiązkowe, brakowi temu, poczucie obywatelskie kraju, powinno koniecznie co rychlej zaradzać, przez zawiązywanie prowincjonalnych

flij Towarzystwa naszego; które by w odpowiednio urządzonych swych salach gimnastycznych, własnymi siłami kształcić mogły i młodzież szkolną także, jak to się po części przynajmniej, dzieje teraz u nas we Lwowie. Po części powiadamy, bo na 2478 uczniów gimnazyjów tutejszych i szkoły realnej, 588 z nich pobiera naukę gimnastyki w szkole „Sokoła“, a 311 w gimnazyjum Franciszka Józefa i w szkole realnej.

Jeżeli jednak we Lwowie, gdzie jest możliwość kształcenia się w gimnastyce w zakładzie „Sokoła“ na 2478 uczniów, szkół średnich, uczęszcza tu na nią tylko 899, to cóż dziwnego że na prowincyi, gdzie przy gimnazyjach niema sal i boisk odpowiednich, ani też żadnego towarzystwa gimnastycznego, młodzież tak mało się jej t. j. gimnastyce oddaje?

Z powyższego wykazu widzimy też, że na 11314 uczniów szkół średnich, na gimnastykę uczęszczaza zaledwie 3929, co wynosi średnio 34·7%. Tak więc $\frac{2}{3}$ młodzieży naszej gimnazyjalnej, nie uczy się wcale gimnastyki. Obraz to nader smutny i wiele mówiący. Dowodzi on bowiem wymownie, że na karłowacenie i przeradzanie się fizyczne naszej młodzieży, patrzymy wciąż jeszcze obojętnie, i nie troszczymy się wcale, przy wychowywaniu jej dzisiaj o przyszłość.

A przecież gimnastyka, przy dzisiejszych nawet smutnych warunkach i okolicznościach udzielana, w prowincjonalnych gimnazyjach naszych, zawsze jednak na rozwój fizyczny młodzieży wpływa korzystnie, dowodem czego niech będzie następujące:

Zestawienie pomiaru siły uczniów w gimnazyjum w Tarnowie, robione po pięciu miesiącach ćwiczeń gimnastycznych.

Gimnastykujących było 264.

Klasa	Siła na dynamometrze		Drażek		Poręczki		Skok w wyż		Skok w dal	
	najw.	najmn.	najw.	najmn.	najw.	najmn.	najw.	najmn.	najw.	najmn.
1	40	11	9	0	5	0	105	80	190	130
2	60	11	12	0	7	0	120	80	270	140
3	71	13	16	1	8	0	140	100	260	100
4	68	21	13	2	13	1	140	80	260	100
5	90	20	13	1	11	0	130	90	290	120
6	72	30	14	5	15	7	145	110	310	170
7	83	54	13	5	9	4	150	120	300	250
Przyrost siły po pięciu miesiącach										
1	3		1		0		10		30	
2	8		2		0		15		50	
3	17		5		3		20		80	
4	14		5		3		15		80	
5	24		4		3		0		70	
6	18		5		4		35		80	
7	9		4		3		30		90	

Ogólny przyrost siły po 5 miesiącach wynosi 3·12, a z przyrostem zimowym czyni razem 5·68.

Dalej nad sprawą tą zastanawiać się tu bliżej nie będziemy. Zestawiliśmy umyślnie tylko te dwie tablice ze sobą dla tego, że wykazy statystyczne, najlepiej i najdokładniej zawsze malują obraz każdej sprawy. Wszystkich też panów nauczycieli, pracujących przy szkołach naszych, lub przy innych zakładach, gdzie gimnastyka bywa nauczana, prosimy bardzo, ażeby podobne statystyczne wykazy, postępu siły mię-

śniowej i fizycznego rozwoju swych uczniów lub uczennic, łaskawie nam udzielać raczyli. Te bowiem zawsze nie tylko, że są najlepszymi argumentami w popieraniu i w bronienu pożytku i korzyści gimnastyki, w wychowywaniu młodzieży, ale zarazem są najlepszym dowodem skuteczności ich w tej mierze zabiegów i pracy.

SPRAWY TOWARZYSTW GIMNASTYCZNYCH ZAGRANICZNYCH.

Berlin. W królewskim seminaryjum nauczycielskiem gimnastycznym w Berlinie, odbyło się niedawno zakończenie publiczne ćwiczeń gimnastycznych, w obecności następcy tronu, ministra oświaty, wiele innych znakomitości i licznej publiki.

Po skończonym popisie, w którym brało udział przeszło siedemdziesięciu dwóch uczniów, następcą tronu przemówił mniej więcej w te słowa: „Czuję się w obowiązku jak i lat przeszłych, wynurzyć wam me zupełne zadowolenie. Ponieście to wszystko czegoście się tu nauczyli w wasze domowe ogniska, i pracujcie wedle metod waszych profesorów, nad poruczoną sobie młodzieżą. To wedle mego zdania, jest jedyny sposób dojścia do skutecznego oddziaływania przeciw nadmiarowi pracy, na który się teraz tak powszechnie uskarżają zewsząd“.

(*Monatschrift Mai 1884*).

Francyja. Pierwsza stała szkoła pływania w Paryżu, została otwartą dnia 31. Lipca, na ulicy de Chateau-London. Towarzystwo francuskie pływania, które się niedawno zawiązało weźmie w tem udział.

Sadzawka długa na 50 metrów, umozębni otwierając konkursu pływania i urządzać uroczystości, które będą niemałą przyjemnością na porę zimową.

Mówią tu o otworzeniu podobnych kąpielni w wielu innych jeszcze dzielnicach Paryża i nie wątpimy wcale o powodzeniu tych usiłowań, które miłe i pożądane sądzimy będą dla wszystkich, którzy chcą i pragną nauczyć się pływania.

(*Revue de Sports*).

Paryż. Minister francuski oświaty i sztuk pięknych, zawiadomił inspektorów akademii w Paryżu i w departamentach, że nagrody gimnastyczne i za naukę wojskowości dane zostaną przez ministra wojny r. 1884. tak dla szkół początkowych jak i dla liceów i gimnazyjów. Lista szkół początkowych, które mogą być proponowane do tych nagród, powinna być przedstawioną prefektowi przed 1. Lipca r. b. (*La gymn. scolaire*).

Belgija. Federacyji gimnastycznej belgijskiej Zgromadzenie ogólne i Zjazd, odbył się w Sierpniu r. b. w dniach 7. i następnym w Blankenberghe.

Na porządku dziennym zjazdu postawiono do rozpraw następujące dwie sprawy: 1) W jakiej mierze szkoła powinna się zajmować wychowaniem obywatelskiem młodzieży, i jak to ma przeprowadzać? 2) W jaki sposób należy wprowadzić do szkół mierzenie i ważenie uczniów?

Londyn. Higieniczna międzynarodowa wystawa w Londynie. Zjazd wychowawczy międzynarodowy rozpoczął swe posiedzenia dnia 4. Sierpnia w sali konferencyjnej szkoły w South-Kensington. Wystawa zaś

zaś rzeczy dotyczących się wychowania, jest dotąd jeszcze bardzo niekompletna. Z krajów zagranicznych najświetniejszą zdaje się reprezentowaną na niej będzie Francja i Belgja, gdy Ameryka nic dotąd na nią nie nadesłała.

Między sprawami mającemi być rozbieżanemi na Zjeździe, postawiono następujące: I. Niezbędne warunki higieniczne, przy nauczaniu. (Rozkład budynku szkolnego. Gimnastyka i inne ćwiczenia fizyczne. Rozkład czasu na różne przedmioty nauczania. Wpływ bezpośredni, malowideł, ozdób i t. p. rzeczy, na rozwój smaku, wyobraźni i uwagi uczniów). II. Wychowanie i nauczanie dzieci. III. Nauczanie zawodowe. IV. Nauczanie muzyki w szkołach. V. Muzea, biblioteki i inne pomocnicze środki do nauczania szkolnego. VI. Kształcenie nauczycieli. VII. Nadzór i egzamina szkolne. VIII. Organizacja nauczania początkowego. IX. Organizacja nauczania średniego i wyższego. X. Organizacja nauczania uniwersyteckiego. XI. Systemy nauczania publicznego w różnych krajach.

(*Journal of Education*)

KRONIKA.

Ważność wychowania fizycznego. Pod tym tytułem jedno z pism niemieckich „Die Schule der Pedagogik“ pisze bardzo słuszne i prawdziwe następujące uwagi: „W wielu pismach pedagogicznych, a częstokroć i w praktyce wychowawczej, traktują ciało ludzkie z bardzo małą znajomością rzeczy, a nawet z pewnym lekceważeniem. Często też uważają za rzecz drugorzędną, postępowanie z nim zgodne z prawami natury, a tymczasem zbyt pośpiesznie udzielają wychowawcowi najrozmaitszych wiadomości, mniemając, że tym sposobem najlepiej go przygotowują do pewnego stanowiska w życiu.

„Wszakże zastanawiający się, nieuprzedzony człowiek, zaraz pozna, że zdrowie, siła i zręczność ciała, jest tak ważnym celem wychowania, jak i każdy inny. Uczucie zdrowia, pełni życia i dzielności, to wielkie dobrodziejstwo, a uczucie słabości, chorowitości i niedomagania, to wielkie nieszczęście. Zdrowe ciało bardzo sprzyja kształceniu umysłu, uczuciowości i charakteru, a ciało słabowite staje temu na przeszkodzie. Cierpienia bowiem fizyczne, paraliżują ducha, drażnią uczuciowość i osłabiają wolę; przeciwnie rzeźwość i dzielność ciała, czyni łatwym wszelkie nateżenie umysłowe i przyczynia się do jasnego spostrzeżenia i myślenia, sprawia wesołość, która czyni człowieka skłonniejszym do wszystkiego dobrego, przejmuje ufnością w siebie, dodaje odwagi i siły do czynu, bez którego i najlepsza wola nie dokona. Również jasną jest rzeczą, że dzielność ciała, jest najgłówniejszym warunkiem dzielnej pracy rękoźmielniczej i obrony ojczyzny, a więc od niej zależy dobrobyt, tak pojedynczego człowieka jak i pomyślność całego kraju.

„Dla tego zaniedbywanie pod względem fizycznym młodego człowieka, jest bardzo naganne, i wprost przeciwnie celom wychowawczym, nagannem więc jest także, przedwczesne kierowanie do dojrzałości umysłowej, i praktycznej zdatności. Natura mści się, jeśli jej prawidłowemu rozwojowi przeszkadzają samowolne rozporządzenia, mści się, niwecząc zamierzone rezultaty sztuki, opierające się jej działaniu. Nie osiągniemy pomyślnych wypadków,

jeśli błędnie wybierzemy drogę i jeśli dla ich dopięcia użyjemy niewłaściwych środków.

„W naszym czasie... ani lekarze, ani urzędnicy i mężowie stanu nie zdołają powstrzymać tego karłowacenia młodzieży, dla tego i wychowawcy powinni uważać za jedno z głównych swoich zadań, utrzymanie w zdrowiu swoich wychowañców. Aby sprostać temu zadaniu, niedosyć jest posiadać wielką sumiennosc, ale trzeba ją zaostrzać znaczną dozą odpowiedniej wiedzy... Nauczyciele i nauczycielki zapoznawać się też winni z rzeczą, którą pewna zarozumialosc szkolarska, uważała za trywialną drobnostkę i chce przekazać piastunkom... Kto chce zostać nauczycielem, nie powinien ograniczać swych studyjów na małym zakresie, i nie odbywać swej czynności po rzemieślniczemu. Wzrok jego powinien obejmować całkowite wychowanie, całkowitą pomyślność wzrastającej młodzieży.

„Dla tego to pedagogika nie powinna być prostą znajomością jednostronnego kierowania szkołą, ani a priori osnuta tkaniną filozoficznych idei, ale ma być niezawodną doradczynią, we wszystkich ważniejszych pytaniach wychowawczych, do których należy zgodne z naturą i pielęgnowanie ciała młodzieży... Jedynie tylko nauka o ciele ludzkim, naucz nas na pewno, jakie zewnętrzne warunki służą ochronie ciała i sprzyjają jego wewnętrznej czynności życiowej“.

Ponieważ tyloletnie nawoływanie polskich głosów, pojedynczych ludzi i całych towarzystw, by się przecie raz na seryjo zajęto i wychowaniem fizycznym młodzieży szkolnej, i wzięto się do nauczania higieny, tak nauczycieli jak i uczniów, bywają u nas najczęściej pomijane i lekceważone, polecamy te powyższe uwagi niemieckiego autora głębszej rozprawie naszych pedagogów, a może będą szczęśliwsze i wydadzą się więcej poważnem i od polskich nawoływań!...

Popis gimnastyczny młodzieży szkolnej, odbył się w końcu Czerwca w Kaliszu w dziedzińcu szkoły realnej miejscowej. Boisko przystrojone w krzewy, kwiaty i flagi zapelnilo się uczniami, którzy pod wodzą nauczyciela swego p. Pruszyńskiego, przeróżne wykonywali ćwiczenia z zakresu gimnastyki, poczynając od tak zwanych szwedzkich, aż do łamańców trapezowych, stanowiących już cząstkę wyższej ekwilibrystyki. Młodzież popisująca się, okazała niepospolitą zręczność i wyrobioną siłę, stąd też licznie zebrani widzowie, z prawdziwym zadowoleniem oklaskiwali dzielnych szermierzów. (*Przegląd ped.*)

Popis gimnastyczny w Zakładzie sierot miejskich we Lwowie, odbył się d. 16. Lipca r. b. w obec prezydenta miasta p. Dąbrowskiego, członków Komitetu zarządzającego zakładem i liczego grona gości. Na dziedzińcu zakładu, gdzie ustawiono i urządzono nowe przyrządy gimnastyczne, dziatwa pod kierunkiem swego nauczyciela, wykonywała liczne ruchy i ćwiczenia wolne, jakoteż i na przyrządach, jak na drażku pionowym i poziomym, na równoważni, na skoczni, na poręczkach, krążniku i t. p. Popis wypadł ku zadowoleniu obecnych i dał nowy dowód staranności Zarządu Zakładu.

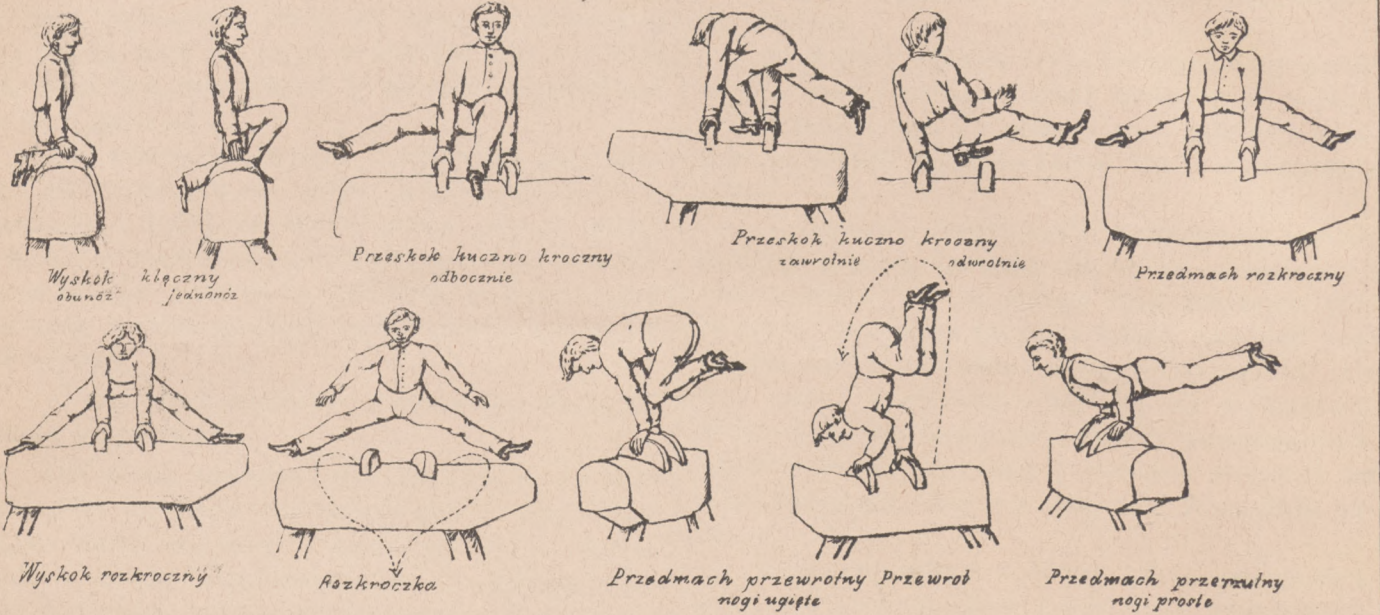
Międzynarodowy Zjazd higieny i demografii w Hadze, który się ma odbyć tego roku w dniach od 21—27. Sierpnia, w sekeyi trzeciej, poświęconej sprawom higieny osobniczej, zajmować się między innymi będzie: Wychowaniem, nauczaniem i gimnastyką. Dr. I. Menno Huilinga, będzie sprawozdawcą kwestyi: Jakie niebezpieczeństwa wynikają dla układu nerwowego uczniów, wystawianych na przeciążanie naukowe i egzamina? A jeśli te niebezpieczeństwa, rzeczywiście miewają miejsce jak przeciw nim oddziaływać i radzić?

Do dzisiejszego numeru dołącza się tablica litografowana do artykułu p. Durskiego p. t.: „Zarys ćwiczeń na skoczni“.

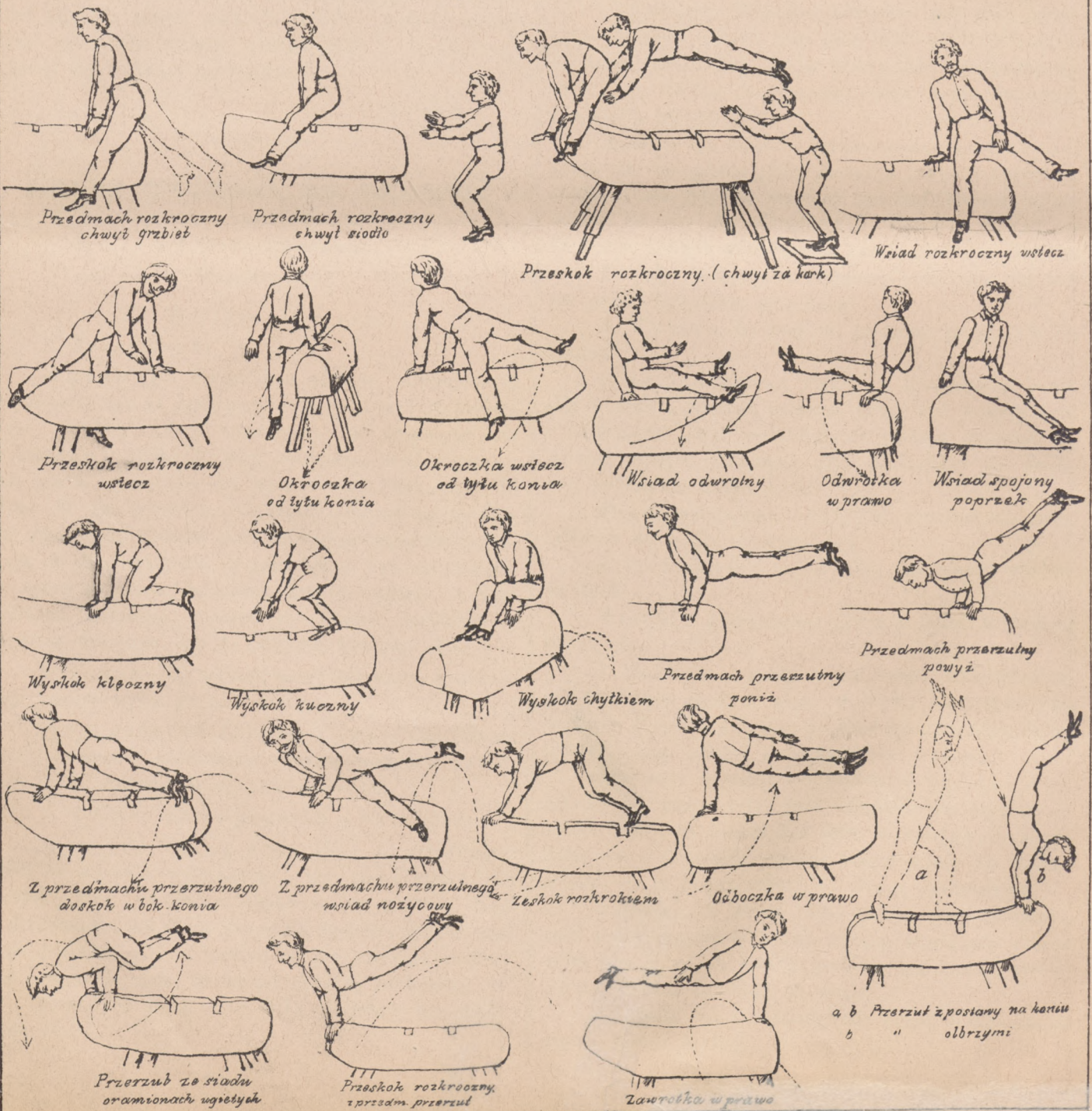
Treść: Na powitanie Czeskich Sokolów. — W jakiej mierze szkoła powinna się zajmować wychowywaniem obywatelskiem i w jaki sposób ma to zadanie spełniać. — Zarys ćwiczeń na skoczni. (C. d.). — Gimnastyka w szkołach średnich w Galicyi. — Sprawy towarzystw gimnastycznych zagranicznych. — Kronika.

do artykułu:
Zarys ćwiczeń na skoczni.

Woltyże na koniu wszerz



Woltyże na koniu wzdłuż



do artykułu:

Zarys ćwiczeń na skoczni.

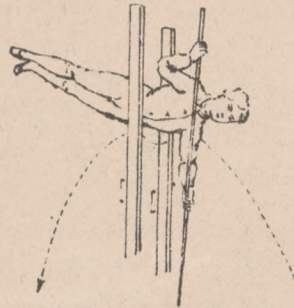
Skok o tyczce.



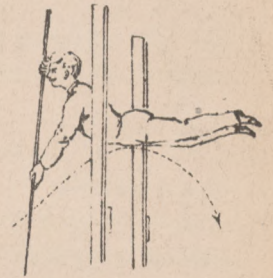
Rozbieg do skoku w prawo.



Osadzenie tyczki.



Skok w pr. oboczny



Skok w pr. zawrotny

Woltyże na koniu wszęsz.



Podpór (obracz na tęgach)



Podpór tyłem



Przedmach okroczny w przód w prawo.



Wsiad okroczny w przód w prawo-półok.



Wsiad okroczny w przód w prawo-poprzek.



Koło okroczne w przód w prawo.



Przedmach okroczny wstecz w lewo.



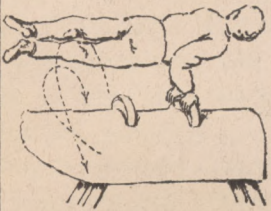
Przedmach zawrotny w prawo-poniż.



Przedmach zawrot w prawo do podpór leżąc przodem.



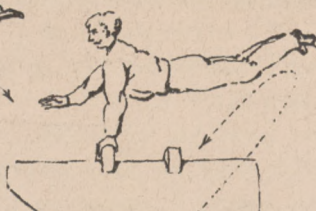
Wsiad zawrotny wstecz w prawo.



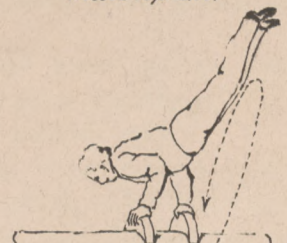
Nożycy zawrotne w lewo.



Odmach ze siadku zawrotny.



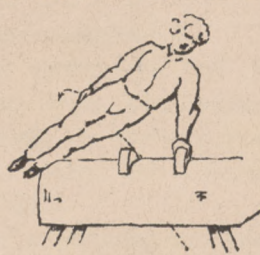
Zawrotka poniż w prawo.



Zawrotka powyż w prawo.



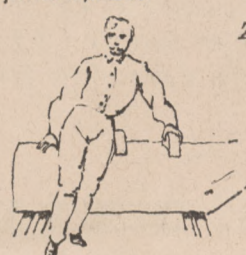
Przedmach oboczny w prawo.



Przedmach odb. w prawo do podpór leżąc bokiem.



Wsiad oboczny w prawo okraciem.



Wsiad oboczny w prawo spojony.



Odboczka w prawo



Przedmach odrotny w pr.



Wsiad odwr. w prawo.



Odnórotka w prawo.



Przedmach kuczny.



Przeskok kuczny.



Przeskok kuczny wolny z dochyłem.

