

# RUCH

— DWUTYGODNIK, —  
POŚWIĘCONY SPRAWOM  
WYCHOWANIA FIZYCZNE-  
GO I WOGÓLE NORMAL-  
NEGO ROZWOJU CIAŁA.

wychodzi 11 i 26 każdego miesiąca pod redakcją Wład. R. Kozłowskiego.

Przedpłata roczna w Warszawie rb. **2.40**; za dostawę do domu **30** kop. rocznie;  
z przesyłką pocztową rb. **3.40**; w Austrii **8** koron.

Cena numeru pojedynczego kop. **12** w Warszawie i **36** halerzy we Lwowie.

Za redakcyę odpowiedzialny we Lwowie: dr. Eugeniusz Piasecki.

W sprawie przedpłaty zwracać się należy do administracyi i ekspedycyi „RUCHU”, przy księgarni pod firmą E. Wende i S-ka w Warszawie, Krakowskie-Przedmieście 9. Dla Galicyi i Poznańskiego administracyę objęła księgarnia H. Altenberga we Lwowie.

Wszystkie artykuły są płatne. Pp. autorów miejscowych prosimy o zgłaszanie się do redaktora po odbiór honorarium najdalej w przeciągu 3 miesięcy od daty wydrukowania artykułów. Autorom zamiejscowym honorarium będzie w terminie właściwym przesyłane.

Adres redakcyi: **Wielka 11 m. 8.**

Redaktor przyjmuje: w poniedziałek do g. 11 r  
we wtorek od g. 6—7 w. i w czwartek od g. 4—5 w.

Od dnia 8 października r. b. redakcyja  
„Ruchu“ mieści się

przy ul. Wielkiej № 11 m. 8.

## Treść numeru 19-go (61) „RUCHU“.

Zjazd higienistów w Lublinie.

Różne postaci zmęczenia, przez D-r<sup>ca</sup> *J. E. Ruffier'a z Paryża*, z francuskiego przełożył *Rys*, dokończenie.

Z życia szkolnego: Szkoła wzorowa. Wystawa prac warsztatowych *W. Piotrowskiego*. Praca zarobkowa młodzieży szkolnej.

Ze stowarzyszeń: Towarzystwo kolonii letnich dla kobiet. Towarzystwo higieniczne w Mińsku. Związek Sokołów polskich w Ameryce.

Zewsząd: Choroby weneryczne. Konkurs na wystawie „Dziecko“ w Wilnie. Sztuka w życiu dziecka. Ogrody im. *W. E. Raua*. Zawieje szkół!

Ogłoszenia—na okładce barwnej.

### Table des matières dans ce numéro:

Congrès d'hygiène à Lublin.

Les diverses formes de la fatigue, fin, par le Docteur *J. E. Ruffier* (Paris).

Chronique scolaire.

Dans les Sociétés sportives.

Partout (Chronique sportive).

---

**Cena ogłoszeń:** Na pierwszej i ostatniej stronie okładki, tudzież na kartkach pomiędzy tekstem: za całą kolumnę **24**, za  $\frac{1}{2}$  kol. **13** rb., za  $\frac{1}{4}$  kol. **7** rb., za  $\frac{1}{8}$  kol. **4**. Na stronach okładki wewnętrznych: za całą kol. **20** rb., za  $\frac{1}{2}$  kol. **11** rb., za  $\frac{1}{4}$  kol. **6** rb. i za  $\frac{1}{8}$  kol. **3.50**. Ogłoszenia małe —  $\frac{1}{32}$  kolumny — po **1** rb. za każde. Ceny te są jednorazowe. Przy ogłoszeniach, rocznych, półrocznych i kwartalnych czynione są ustępstwa. Ogłoszenia przyjmuje redakcja oraz „Krajowe biuro ogłoszeń“ **Marszałkowska 116**.

---

Redakcja „Ruchu“ udziela chętnie wszelkich wskazówek pedagogicznych i fachowych, dotyczących **gimnastyki, gier ruchowych i sportów**—t. j. wogóle w zakresie wychowania fizycznego i normalnego rozwoju ciała.

---

## Gimnastyka szwedzka

DLA CHŁOPCÓW I MĘŻCZYZN DOROSŁYCH

prowadzi się w zastępach według wieku, usprawnienia i stanu zdrowia.

Bliższa wiadomość w redakcji **Ruchu**.

# RUCH

DWUTYGODNIK

poświęcony sprawom wychowania fizycznego i wogóle normalnego rozwoju ciała.

## Zjazd higienistów w Lublinie.

Lublinowi, który wyróżnia się dodatnio wśród naszych miast prowincjonalnych, przypadło w udziale urządzenie pierwszego u nas na prowincyi Zjazdu higienistów. Warszawskie Tow. higieniczne urządzało już wprawdzie coś podobnego: zjazd delegatów swych oddziałów prowincjonalnych — ale było to w Warszawie i pod bezpośrednim kierunkiem Rady Towarzystwa; obecny zjazd stanowi próbę samodzielną zogniskowania nielicznych a rozstrzelonych sił prowincjonalnych — próbę w zupełności udaną, jak to zobaczymy niebawem.

Wprawdzie idea zjazdów prowincjonalnych wyłoniła się była właśnie na warszawskim Zjeździe delegatów w r. 1905; uchwalono nawet, że będą zjazdy takie coroczne, ale zamiaru tego nie można było w czyn wcielić, dopiero teraz zdołał tego dokonać Oddział lubelski Tow. higienicznego.

Chwila obecna była bardzo stosowna. W czerwcu r. b. upłynęło właśnie dziesięciolecie istnienia Warszawskiego towarzystwa higienicznego, więc Zjazd niejako wieńczy działalność lat dziesięciu i rozpoczyna dziesięciolecie nowe. Działalność tę zobrazował w odczycie swym dr. Józef Polak, prezes Towarzystwa, które rozwinęło się bujnie, skoro liczy obecnie 13 oddziałów z tysiącem członków rzeczywistych, a drugie tyle stanowią członkowie zwyczajni. Jako szczególnie ciekawy, zanotować warto, że Towarzystwo przez czas miniony odbyło 700 posiedzeń w Warszawie i 1,700 na prowincyi.

Na pierwsze posiedzenie ze wspomnianym odczytem zebrało się przeszło 300 osób, a wyznać trzeba, że nie wszyscy uczestnicy zdążyli przybyć; codziennie liczba ich zwiększała się, chociaż na posiedzeniach następnych bywało około 100—150 osób, gdyż inui zajęci byli bądź wystawą bądź zwiedzaniem rozmaitych osobliwości specjalnych, do czego sposobności, dzięki staraniu Komitetu Zjazdu, nie brakowało.

Czytelnicy *Ruchu* znają tematy rozpraw i odczytów, gdyż wykaz ich podaliśmy w nr. poprzednim. Obecnie mówić będziemy jedynie o niektórych referatach, mających pewien związek z naszymi celami. Zjazd rozpoczął się, jak wiemy, w piątek 24 września. Codziennie odbywały się posiedzenia sekcyjne dwukrotnie.

W niedzielę między innymi dr. Małewski mówił na temat *Hygiena mieszkań i ubiorów ludowych*. Prelegent poprzestał na opisowej

stronie sprawy i wyczerpująco przedstawił istniejące pod tym względem braki ze stanowiska higieny. Dnia tego dr. A. Puławski zapoznał obecnych ze stanem i działalnością istniejących od lat czterech w Nałęczowie *Tanich kąpeli im. Bolesława Prusa*.

Dzień ostatni Zjazdu, poniedziałek 28 września, poświęcony był całkowicie *Ochronie zdrowia dzieci i młodzieży*.

Pierwszy referat odczytał dr. J. Bączkiewicz z Warszawy a to na temat *Walki ze śmiertelnością dzieci*. Okazuje się że w Warszawie  $\frac{2}{3}$  liczby umarłych stanowią dzieci. Najwięcej ich umiera na choroby przewodu pokarmowego, potem na choroby dróg oddechowych, choroby ostre zakaźne i wreszcie gruźlicę. Prelegient omawiał najskuteczniejsze sposoby walki ze śmiertelnością, zarówno wyłączone jak i ogólnozdrowotne.

Znany działacz w sprawie opieki nad dźiatwą, adw. St. Kijeński zaznajamiał zebranych z instytucją odnośną, która od niedawna w Warszawie istnieje pod nazwą *Warszawskiego towarzystwa opieki nad dziećmi*. Prelegient zobrazował rozmaite instytucje dziecięce i doszedł do wniosku, iż głównem zadaniem omawianego towarzystwa jest *ustalenie metod wychowania przedszkolnego*. Ażeby sprawę tę można było poprzeć i popchnąć, należy dążyć—wedle słów prelegienta—do zakładania licznych oddziałów prowincjonalnych tudzież do wejścia w stosunki bliższe z instytucjami pokrewnemi. Ciekawe bardzo szczegóły podał prelegient o utrzymywanym w Warszawie przez towarzystwo *Domu opieki* przy ul. Pięknej, 9.

Redaktor naszego pisma, Wł. R. Kozłowski określał *Postępy wychowania fizycznego w ostatniem dziesięcioleciu*. Referent zaznaczył, iż istnienie Towarzystwa higienicznego bezwątpienia wpływ pewien wywarło na sprawę wychowania fizycznego, atoli i inne składały się na nią czynniki. Wyszczególniając rozmaite w tej mierze przejawy, referent podkreślał działalność Ogrodów im. Raua, Wydziałów wychowczych Warsz. towarzystwa higienicznego, Instytutu higieny dziecięcej br. Lenvala, Kolonii letnich. Stowarzyszenia sportowe działają bez wpływu większego, jedyne zaś towarzystwo o wpływie szerszym, mianowicie Sokół, trwało zbyt krótko, by ślady głębsze pozostawić. Referent poddał następnie krytyce istniejące u nas systemy gimnastyczne i stwierdził, iż przeważnie panuje w dziedzinie tej przestarzały system niemiecki, a to wskutek niedostatecznego przygotowania naukowego naszych gimnastyków. Szkoła również przeważnie stosuje system niemiecki bezpośrednio, albo też w postaci mniej lub więcej zmienionej. Referent podkreślał, iż niedość interesują się gimnastyką lekarze nasi.

Nie pominął mówca sprawy słoju; powołując się na referat swój w tej mierze z zeszłorocznego Zjazdu lwowskiego (drukowany potem w *Ruchu*), zalecał zapoznanie się z jedynie racjonalnym i na podstawach naukowych opartym słojdem duńskim.

Jeden punkt referent podkreślił z zadowoleniem, a to sprawę kąpeli, która rzeczywiście duży postęp w okresie omawianym uczyniła. Obok wyłącznego *Wydziału kąpeli ludowych przy Warsz. towarzystwie dobroczynności* działalność w tym kierunku prowadzą i inne towarzystwa wychowawcze i dobroczynne.

Nad wnioskami referenta rozwinęła się dyskusya, w której głos m. i. zabierali: dr. Roszkowski, dr. Maciesza, dr. Garbaczewski, po-  
czem referent dawał dodatkowe objaśnienia. Wnioski referatu zo-  
stały potem przyjęte i podane są poniżej.

Dr. Roszkowski z Warszawy przemawiał *W sprawie odżywiania niemowląt*, objaśniając zarazem znajdujące się na wystawie hygienicznej tablice z wykazami, opartymi na wielu tysiącach osobników: z tego względu poszukiwania rzezone wielką mają wartość i prele-  
gient zasłużył na uznanie, że potrafił zainteresować innych tą  
sprawą.

Na tem skończyły się posiedzenia sekcyjne. Tego samego dnia  
po obiedzie odbyło się zebranie, na którym odczytano uchwały Zjazdu.  
Uchwały te dotyczyły:

- a) *Uzdrowotnienia Lublina* (10 punktów);
- b) *Zapobiegania cholery* (7);
- c) *Sprawy chorób zakaźnych* (3);
- d) *Szczepienia ospy* (1);
- e) *Popularyzacyi higieny*; siedem punktów, z których przyta-  
czamy następujące:

3. Założyć należy muzeum higieniczne ruchome.

5. Zająć się wydawaniem podręczników higieny dla nauczy-  
cieli oraz urządzeniem dla nich wykładów z higieny.

7. Zakładać w gminach *Kółka zdrowia* według projektu, opra-  
cowanego przez Radę Warsz. towarzystwa higienicznego.

- f) *Walki ze śmiertelnością dzieci*; 10 punktów, z których przy-  
taczamy:

3. Szerzenie wiadomości z zakresu higieny wieku dziecięcego  
za pomocą odczytów, pogadanek i wydawnictwa rad dla matek jest  
kwestyą pierwszorzędnej wagi w walce ze śmiertelnością dzieci w na-  
szym kraju.

4. Zjazd uznaje konieczną potrzebę wprowadzenia do szkół  
żeńskich wykładu o pielęgnowaniu dzieci.

5. Rozbudzić w społeczeństwie w szerokim tego słowa znacze-  
niu dbałość o fizyczny rozwój dziewcząt jako przyszłych matek.

- g) *W sprawie opieki nad dziećmi*—następujących 6 punktów:

1. Zjazd wyraża życzenie, ażeby przy wszystkich oddziałach  
prowincjonalnych Tow. higienicznego powstały wydziały wychowa-  
wcze, któreby zwracały uwagę baczną na sprawę wychowania fizy-  
cznego.

2. Zjazd wyraża życzenie, ażeby przy oddziałach prowincyo-  
nalnych Warszawskiego tow. higienicznego zakładane były ogrody  
gier i ćwiczeń ruchowych na wzór warszawskich ogrodów im. Raua.

3. Zjazd wyraża życzenie, ażeby szkoła nasza oparła kształce-  
nie fizyczne swych wychowanków na podstawach naukowych oraz  
ażeby lekarze szkolni zaznajamiali się ze stroną praktyczną tej spra-  
wy, sami uprawiając rozmaite zabiegi cielesne, przez co wysoce po-  
prawić mogą istniejący stan rzeczy. <sup>1)</sup>

4. W celu ujednostajnienia zasad i systemu wychowania nie-

<sup>1)</sup> Powyższe trzy wnioski podane były w referacie redaktora „Ruchu“.

zbędne jest zjednoczenie zarządów wszelkich instytucji, zajmujących się opieką nad dziećmi.

5. Niezbędne jest zakładanie centralnych dla kraju przytułków dla dzieci jednej kategorii, a więc np. dla idiotów, obłąkanych, padaczkowych i t. d.

6) T-wo opieki nad dziećmi w Warszawie (Piękna 9) jest uprawnione do urzeczywistnienia uchwał Nr. 4—5, a Tow. hyg. winno mu w tem mierze pomagać i z niem współdziałać.

h) *W sprawie pomocy akuszerijnej na wsi* (2).

i) *W sprawie ubezpieczenia robotników* (1).

Wnioski przytoczone <sup>\*</sup>dowodzą, iż <sup>\*</sup>sprawy, <sup>\*</sup>poruszane w referatach, traktowano poważnie i wyczerpująco; spodziewać się należy, iż prace Zjazdu nie pozostaną bez następstw, lecz raczej utworzą drogę do zmian poważnych w zakresie urzędzeń higienicznych, sanitarnych i wychowawczych.

Dr. J. E. Ruffier (Paryż).

## Różne postaci zmęczenia.

(Dokończenie).

Znużenie nerwowe nie ujawnia się — przeciwnie — podczas ruchu bez udziału woli, *wykonywanego nawet bezwiednie*; typowym takim ruchem jest chód; przechadzamy się przecież automatycznie, myśląc o zupełnie czem innem; ruch taki trwać może bardzo długo, aż do zmęczenia mięśniowego albo też zmęczenia podeszwy i stawów.

Pomiędzy temi dwoma omawianemi rodzajami ruchu istnieje cały szereg ćwiczeń pośrednich. Warto tu jednak zbadać gruntownie, dlaczego chód nie sprowadza zmęczenia nerwowego, chociaż przecież w ćwiczeniu tem bierze udział wielka ilość mięśni...

Otóż mózg, ten niby dyrektor i kierownik skurczów mięśniowych, ma pomocnika i służącego a to w postaci mlecza pacierzowego, któremu powierza pracę lżejszą, ażeby nie rozpraszać swych wyższych zdolności przez wypełnianie zadań niższych. Wszystkie pobudki nerwowe, dostateczne do utrzymania skurczów mięśniowych przeciętnych i rytmicznych, wychodzą właśnie z mlecza pacierzowego.

Mówię tu: *do utrzymania*, nie zaś *wytwarzania*, ponieważ do zaczęcia każdego ruchu udział woli jest konieczny. Przykład: ażeby *ruszyć z miejsca* trzeba naprzód tego *chcieć*; podobnie jeżeli w pochodzie zmienić chcemy kierunek, musi tu zająć akt woli, poczem mlecz pacierzowy utrzymuje dalej czynność wskazaną.

Skurcze mięśniowe, dokonywane przy udziale mlecza pacierzowego, muszą być niezupełne, przeciętne; rozumieć przez to należy, że nie powinny powodować zupełnego zbliżenia ani też oddalenia wzajemnego poruszanych przez nie kości. Nie powinny obejmować całego zadania mięśnia, lecz spełniają nieznaczną zadania tego cząstkę,

o ile możliwości bliską jego połowy; praca ta dopełnia *zbliżenia połowicznego*. Ażeby osiągnąć *zupełny skurcz mięśnia* trzeba do tego użyć woli.

Skurcze, utrzymywane przez mlecz pacierzowy, powinny być zawsze *rytmiczne*, innemi słowy dokonywać się mają w taktcie, następować po sobie z przerwami równymi i występować zawsze z jednokową siłą.

Widzimy, iż warunki te są zupełnie urzeczywistnione w chodzie; skurcze mięśniowe stopy, goleni, uda i miednicy są bardzo mierne i cała ich praca rozdziela się w ten sposób, że żaden mięsień nie ma wykonywać wielkiego wysiłku; rytm jest bardzo prawidłowy i wszystkie skurcze zachodzą w tych samych odstępach czasu. Jedyne w razie zmiany chodu lub spotykanych przeszkód zachodzi potrzeba woli. To też chód w tłoku, po napełnionej tłumem drodze, jest ze względu na nerwy, daleko więcej męczący, aniżeli chód powolny, na otwartym gościńcu.

Te skurcze mięśniowe, dopełniane poza obrębem naszej woli i świadomości, automatycznie na rozkaz komórek mleczu pacierzowego, mają miano *skurczów odruchowych*, w przeciwstawieniu do skurczów świadomych; cechą ich wybitną jest, że mogą być prowadzone bardzo długo bez zmęczenia nawet mięśniowego, a więc wykonywana przez nie praca może być bardzo znaczna. Cel i istota usprawnienia w rozmaitych sportach polega na tem, że skurcze mięśniowe, początkowo świadome i męczące, stają się następnie odruchowemi, bezwiednemi, a przeto trwać mogą daleko dłużej.

Jednak wyznać musimy, że w większości ćwiczeń, udział nerwów świadomy a odruchowy (ośrodków mózgowych a mleczowych) stale się krzyżuje i to w nader różnym stosunku; zależnie od przewagi jednej lub drugiej strony zmęczenie występuje wcześniej lub później. Oczywiście w każdym razie dążymy do tego, ażeby udział ośrodków mózgowych był jak najmniejszy, zmęczenie zaś nerwowe nie zmuszało nas do przerywania pracy, zanim nie nastąpi odpowiednie zmęczenie mięśniowe.

(Z francuskiego przełożył *Rys*).

## Z życia szkolnego.

**Szkola wzorowa.** Na odbytym niedawno Zjeździe kół Tow. szkoły ludowej w Jarosławiu przyjęto wniosek następujący wiceprezesa Adama w sprawie stworzenia wzorowej szkoły polskiej: „Walny Zjazd T. S. L., uznając konieczną potrzebę reformy szkół ludowych i chcąc się przyczynić do stworzenia wzorowej polskiej szkoły wiejskiej o dwóch siłach nauczycielskich, poleca Zarządowi głównemu ogłoszenie w jaknajkrótszym czasie konkursu na szczegółowe plany dla takiej szkoły. Celem osiągnięcia lepszego wyniku konkursu Zarząd główny ustali na podstawie opinii kół fachowych i wybitniejszych

działaczy na polu oświatowym zasadnicze postulaty reformy i poda je jako warunki konkursu. Jako pierwszą nagrodę wyznaczy Zarząd główny 1000 koron; co do utworzenia następnych nagród zwróci się o współdziałanie do innych towarzystw, zajmujących się szkolnictwem ludowym. Dla wybrania miejscowości, w której szkoła ma być założoną i stworzenia odpowiednich warunków, porozumie się Zarząd główny z władzami szkolnemi. Walne zgromadzenie uchwała, że szkoła ta celem uczczenia 10-lecia prezesury d-ra Bandrowskiego nosić będzie nazwę: „Szkoła ludowa T. S. L. im. Ernesta Bandrowskiego”.

Szkoła rzeczona będzie zapewne wzorową i pod względem kształcenia cielesnego swych wychowanków, szerząc i pod tym względem racjonalne zasady.

**Wystawa prac warsztatowych Szkoły W. Piotrowskiego** otwarta niedawno i czas jakiś dostępna dla publiczności, zajęła w tym roku aż cztery sale, w których zgromadzono przedmioty, wykonane przez wychowanków tej szkoły w zakresie rysunków, stolarstwa, tokarstwa, modelarstwa, budownictwa, ślusarstwa, monterstwa oraz chemii. Wyroby wogóle są skończone czysto i gustownie, co świadczy o dobrym kierunku i wykonawstwie w prowadzeniu szkoły.

**Praca zarobkowa młodzieży szkolnej.** Na temat powyższy *Czas krakowski* pisał z powodu zajęcia tamecznej młodzieży szkolnej pracą zarobkową przy regulacji Rūdawy, co skłoniło kogoś do napisania w *Kuryerze warszawskim* artykułu, agitującego na rzecz stosowania czegoś podobnego u nas. Głos ten zwalcza słusznie w imię higieny dr Stanisław Kopczyński w artykule, pomieszczonym w tymże *Kuryerze* na temat: *Praca zarobkowa młodzieży szkolnej*. Autor rozbiera bardzo gruntownie podstawy znużenia, sprzeciwia się pracy fizycznej i każdej zarobkowej młodzieży i w konkluzji radzi „udostępnić młodzieży jak najszersze, jak najgruntowniejsze wykształcenie! Niech więc młodzież w wieku szkolnym wyłącznie poświęca się nauce”.

Rzecz znamienna, że autor nie skorzystał ze sposobności, by wskazać wartość rzeczywistą i należytą pracy fizycznej w wychowaniu; bez tego uwagi jego mają cechę jednostronną...

---

## *Ze stowarzyszeń.*

---

**Towarzystwo kolonii letnich dla kobiet.** W r. b. Tow. kolonii letnich dla kobiet pracujących, wysłało na wieś ogółem 201 osób t. j. o 21 os. więcej, niż projektowało na początku roku. Kolonie znajdowały się: w Laskach p. Daszewskiego (pow. warszawski), w Tatarze pp. Karszo-Siedlewskich (pow. skierniewicki) i w Złoczewie (pow. sieradzki). W Laskach przebywało 92 os., a utrzymanie każdej kosztowało miesięcznie 12 rub. 70 kop. (życie—9.66); w Tatarze—101 os., których utrzymanie kosztowało po 19 rb. 07 kop. (życie—8.79). W Złoczewie przebywało 8 letniczek na całkowitem utrzymaniu właścicieli



majątku, tak, że Tow. zapłaciło tylko za drogę. Przyrost wagi letniczek wynosił 2—20 funtów. Pobyt na koloniach trwał dla każdej letniczki—jeden miesiąc.

**Towarzystwo higieniczne w Mińsku.** Dn. 22 września st. st. odbyło się w mieszkaniu d-ra Malkiewicza zebranie komisji Towarzystwa lekarzy mińskich w sprawie utworzenia w Mińsku Towarzystwa higienicznego. W dyskusji wyłoniła się kwestya, czy wobec ważności spraw higieny i zainteresowania się tą sprawą nie tylko lekarzy należy utworzyć towarzystwo higieniczne, do którego należeliby i nielekarze czy tylko utworzyć sekcję higieniczną przy towarzystwie lekarskiem. Ostatecznej decyzji nie powzięto.

**Związek sokołów polskich w Ameryce** prowadzi teraz w Chicago sześciotygodniowy kurs dla kierowników gniazd tamecznych. W tym celu udał się za ocean p. Włodzimierz Świątkiewicz z Galicyi. *Zgoda* chicagoska, z której wiadomość tę czerpiemy, spodziewa się po fakcie tym odrodzenia całego ruchu sokolskiego w Stanach Zjednoczonych.

## ZEW SZĄD.

**Choroby weneryczne.** Podług statystyki warszawskiego urzędu lekarskiego, żadnego roku jeszcze nie było tak dużej liczby chorób wenerycznych, jak obecnie. Spotyka się wielu syfilityków wśród chłopców 14—15-letnich. Również jest niemało chorych uczniów młodych. Choroby szerzą się przeważnie przez tajne prostytutki, których znajduje się obecnie w Warszawie 12,000, podczas gdy jawnych jest tylko 2,000.

Jedną z przyczyn tego smutnego stanu rzeczy jest bezwątpienia zaniedbanie sprawy kształcenia fizycznego.... Szkoła polska, pomimo chęci a i starań pewnych w tej mierze, także niewiele dotąd uczyniła.

**Konkurs na wystawie „Dziecko” w Wilnie** zgromadził 6 ubrań dla chłopców i dla dziewczynek.

Po dokonanych 2 ekspertyzach, nagrodę konkursową za ubranie dla dziewczynki w kw. 25 rb. otrzymała p. E. Kaczyńska za sukienkę i paltocik, zrobione z samodziału, które okazały się najpraktyczniejsze, najtańsze i wytrzymujące warunki konkursu t. j. użycie wyrobu krajowego zastosowanego do miejscowych warunków klimatycznych.

Nagroda rb. 50 za ubranie dla chłopca została rozdzieloną: rb. 30 otrzymała p. E. Kaczyńska za ubranie z samodziału z wyłogami, odpowiednie na lato i na zimę zarówno w mieście i na wsi. Rb. 20 przeznaczono p. Pereświat-Sołtanowej za ubranie płócienne, bardzo praktyczne i wygodne, używane w lecie w zakładach prywatnych naukowych w Królestwie Polskiem.

Za obuwie rb. 10 otrzymała firma p. Białomiejskiego.

Rb. 15 za nakrycie głowy nie przyznano nikomu.

**Sztukaw w życiu dziecka.** Pod taką nazwą otwartą przed kilku dniami w Warszawie została wystawa, urządzona staraniem Tow.

zachęty sztuk pięknych. O wystawie wspominaliśmy w r. z., miała być otwarta na początku r. b., jednak odłożoną została do jesieni. Zamierzona na większą skalę, mniej stosunkowo zgromadziła okazów, ale daje ciekawe przyczynki do kształcenia estetycznego.

Na pierwszym planie widzimy wydawnictwa książkowe obrazkowe: polskie, angielskie, niemieckie, francuskie, rosyjskie, holenderskie, szwedzkie, japońskie—wszystkie zestawione w działach według narodowości. Najobficiej przedstawione są działy angielski i niemiecki; w polskim naliczyliśmy dwadzieścia kilka okazów.

Skromnie bardzo przedstawia się dział sprzętów. Komitet ogłaszał był nawet konkurs na pokój dziecięcy, mając zapewne na celu pobudzenie do gromadzenia okazów. Należało je wszystkie przedstawić na wystawie, jednak oglądać można jedynie okazy nagromadzone, a wykonane wedle planu i pomysłu p. Stan. Nowotarskiego z Warszawy. Niestety modele te bardzo odbiegają od tego, czego żądają od nas zasady pedagogiczne.

Dział zabawek wygląda niby na jakiś dodatek. Nieco okazów drewnianych i rysunków fantastycznych, przechodzących w karykatury, nie może przecie stanowić podstawy kształcenia estetycznego przez zabawę.

To wszystko. Widać z tego, iż komitet, zarządzający wystawę, sztukę pojmuje jedynie w związku z barwami i rysunkiem, bo pominął zupełnie świat tonów i dziedzinę ruchu. Należałoby wobec tego wystawę nazwać raczej: *Barwą i rysunkiem w życiu dziecka*. Wszak ruch i tony niemniej wpływają od barwy i rysunku na kształcenie poczucia piękna....

**Ogrody im. W. E. Raua** w du. 4 b. m. urządziły czwarte w tym sezonie z a wody międzyogrodowe z udziałem zastępów z ogrodów Floryańskiego, Mokotowskiego, Nowogrodzkiego, Nowomiejskiego, Okopowego i Saskiego. Działwa zmierzała się na boiskach ogrodu Nowogrodzkiego (ul. Nowogrodzka, wprost filtrów) w palancie, piętówce, piłce z bramkami, fortocy i śpiewie. Wkrótce nastąpić ma uroczyste zamknięcie sezonu letniego, połączone z pokazem gier i ćwiczeń ruchowych.

**Zawiele szkół!** Niezwykły i nieznanym może w innych krajach kulturalnych objaw daje się nas spostrzegać w zakresie kształcenia nauczycieli gimnastyki. Istnieje w Warszawie Pierwsza szkoła gimnastyki i masażu, która w nadzwyczaj trudnych warunkach się rozwija z powodu małej ilości uczniów, co dowodzi, że sprawa wykształcenia nauczycieli nie ma w społeczeństwie naszym właściwego rozumienia....

A jednak słyhać (ba! już nawet prasa codzienna o tem pisała) o otwarciu jeszcze paru szkół gimnastyki szwedzkiej (!) i t. d. Jest to bezmyślne zakładanie kramiku naprzeciwko, które odpowiednio należałoby piętnować.... Właściwie ukrywa się tu bezmyślne współzawodniczenie, które nie może zdobyć się na nic nowego lecz niezdarnie kopiuje rzeczy przez innych wprowadzone.

Wychodzi w Warszawie 11 i 26 każdego miesiąca

pod redakcją

Władysława R. Kozłowskiego

# RUCH,

DWUTYGODNIK,

poświęcony sprawom wychowania fizycznego i normalnego rozwoju ciała.

„Ruch” zasilają pracami nie tylko uczeni i fachowcy polacy, ale również wybitni cudzoziemcy.

Nader niska przedpłata — **rb. 2 kop. 50 rocznie** w Warszawie i o rubla drożej na prowincyi — umożliwia trzymanie „RUCHU” wszystkim, co się prawdziwie i poważnie interesują sprawą normalnego rozwoju ciała obecnego i przyszłych pokoleń.

*Adres Redakcyi: Wielka 11 m. 8.*

## Corderie centrale

Maison Bardou, Clerc & C<sup>ie</sup>

12, Boulevard Sébastopol, Paris

dostarcza wszelkich przyrządów gimnastycznych i sportowych.

**!Cena wkrótce będzie podwyższona!**

**Po rb. 2 kop. 40**

dostać można pozostałe w niewielkiej ilości

roczniki „Ruchu” z r. 1906 i 1907.

Zamawiający w redakcyi otrzymują bez dopłaty za przesyłkę.

## SZKOŁA NA WSI

7-kl. realna pod Grodziskiem.

Internat na miejscu.

Adres: Grodzisk, Czerwony Dwór.

## LA COMPAGNIE

BRUNSWICK

FRANÇAISE

19, Rue de la Pépinière

w Paryżu

podejmuje się urządzania słynnej gry kręglowej **Bowling**.

REDAKCJA

# „RUCHU“

od dnia 8 października r. b.

mieści się

pod № 11 m. 8 przy ulicy Wielkiej.

Lodownie. — Wyżymaczki. —  
Naczynia niklowe. — Maszynki  
do kawy. — Kuchenki „Primus“  
i „New Ardens“. — Noże stołowe  
i kuchenne. — Po cenach niskich  
poleca

**Edward Dusoge,**

Nowy Świat 5, tel. 25-15.

## Karpińskiego Mydło alkaliczne

do mycia twarzy u osób z cerą tłustą,  
połyskującą, skłoną do wągrów  
i pryszczy, oraz przy łuszczeniu  
się skóry.

Cena kop. 40.

**FR. KARPIŃSKI,**

Warszawa, Elektoralna 35, telef. 600.

## OGŁOSZENIA DROBNE.

**Dr. Antosiewicz Ignacy,** Żórawia 11  
m. 1, przyjmuje od 5—7 w.

**Dr. Drabczyk Teodor,** choroby dróg  
oddechowych i dzieci; Chmielna 30,  
tel. 196,00; przyjmuje od 4—6 w.

**Fotograf Czesław Kulewski,**  
Warszawa, Nowy-Świat 57, tel. 3756.

**Gimnastykę** obejmie w szkole męskiej  
nauczyciel wykwalifikowany. Wiadomość  
w redakcyi „Ruchu“.

**Hiszpański St.,** szewc męski i damski,  
istnieje od r. 1838. *Obuwie higieniczne  
i sportowe.* Krak.-Przedm. 7, tel. 4802.

**Ogrodniczy zakład F. Staszewskiego,**  
Marszałkowska 97, telefon 35 49.

**Rutecki Stanisław,** krawiec męski,  
Żórawia 4.

**Słojd** w szkołach wykładać może  
nauczyciel uzdoln. Wiad. w red. „Ruchu“.

Redaktor i wydawca **Władysław R. Kozłowski.**

Czcionkami Drukarni Naukowej, Warszawa, Hoża 60.